

Schulungsangebot „Ergonomiegerechtes Arbeiten“

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

ich möchte Sie gerne über ein Schulungsangebot zum „**Ergonomiegerechtem Arbeiten**“ informieren, dass wir schon im Jahr 2020 bei KiTa Bremen angeboten hatten. Aufgrund der positiven Resonanz und des sehr guten Feedbacks, möchten wir dieses Angebot wiederaufleben lassen. Die Schulungen sollen ab Mai 2022 (abhängig vom Infektionsgeschehen) in den Einrichtungen stattfinden.

Inhalte

Erzieherinnen und Erzieher erleben im Arbeitsalltag oft hohe Muskel-Skelett-Belastungen, beispielsweise durch Zwangshaltungen aufgrund niedriger Arbeitshöhen und Tätigkeiten in ungünstiger Körperhaltung. Um diesen Belastungen entgegenzuwirken haben wir eine Inhouse-Schulung konzipiert, die einerseits theoretisch beleuchtet, wie die Wirbelsäule aufgebaut ist und was bzgl. einer ergonomischen Arbeitsweise zu beachten ist und andererseits praxisnah Lösungen entwickeln möchte.

Die Schulung soll **2 Tage (jeweils 2 Stunden)** umfassen und kann im Rahmen der **Dienstbesprechungen vor Ort** mit **Leitungen und pädagogischen Fachkräften** durchgeführt werden. Die Physiotherapeutin **Birgit Neisser** geht in der Gruppe die wichtigsten Situationen des Kita-Alltages durch. Dabei soll betrachtet werden, welche Belastung die jeweilige Situation für den Körper bedeuten und welche technischen, organisatorischen oder personenbezogene Lösungen sinnvoll wären. Weitere Themen sind:

- Aufbau/Funktion der Wirbelsäule und der Bandscheibe
- Häufige Tätigkeiten – Belastungen reduzieren
- Bücken-Heben-Tragen
- Richtig Sitzen und Stehen

Sollten Sie Interesse daran haben als Einrichtung bzw. als Team an der Schulung teilzunehmen, kontaktieren Sie gerne Tina Köhn, tina.koehn@kita.bremen.de, Tel.: 36159709)

Viele Grüße

Tina Köhn (Referentin Betriebliches Gesundheitsmanagement)

