

Gesundes Verhalten

## Ergonomisch arbeiten

Pflegekräfte und andere Berufsgruppen im Krankenhaus sind unterschiedlichen körperlichen Belastungen ausgesetzt. Daher hat der Steuerkreis des Hümmling Hospital Sögel ausgehend von der selbst entwickelten Gesundheitsstrategie und der Ergebnisse der Standortbestimmung verschiedene Handlungsfelder festgelegt, um ein kontinuierliches, auf die Bedarfe angepasstes, Angebot an BGM-Maßnahmen anzubieten. Eines dieser Handlungsfelder ist „Gesundes Verhalten“ mit den Themenbereichen „Körperliche Gesundheit“ und „Sitzende Tätigkeiten“. Mitarbeitende sollen hier für eine ergonomische Arbeitshaltung am Arbeitsplatz sensibilisiert werden und Anleitungen für Ausgleichsübungen erhalten. Wichtig ist zudem, das erlernte Wissen in den Alltag zu integrieren und an andere Kolleg:innen weiterzugeben.

**Wir schaffen ein kontinuierliches Angebot an BGM-Maßnahmen mit einer gleichzeitig hohen Teilnahmequote.**

Die Aufgabenstellung

### Ziele für das Handlungsfeld „Gesundes Verhalten“

Im Steuerkreis wurden gemeinsam Ziele für das Handlungsfeld „Gesundes Verhalten“ erarbeitet:

- Sensibilisierung der Mitarbeitenden für eine ergonomische Arbeitshaltung am Arbeitsplatz
- Festigung des Wissens durch Anleitungen für Ausgleichsübungen
- Integration des erlernten Wissens in den Alltag und Weitergabe an andere Kolleg:innen
- Erreichen einer guten Teilnahmequote

Das Ergonomie-Programm wurde von den Teilnehmenden sehr gut angenommen und als außerordentlich hilfreich empfunden.



Die Umsetzung

## Arbeitsplatzprogramm Ergonomie

Der Steuerkreis hatte beschlossen, das Arbeitsplatzprogramm Ergonomie zu nutzen, um die gesetzten operativen Ziele zu erreichen und gleichzeitig eine gute Teilnahmequote zu erzielen.

Dazu wurde im Mai 2023 eine Trainerin der Initiative WERTGESCHÄTZT eingesetzt, um direkt am Arbeitsplatz der Mitarbeiter:innen eine Ergonomieschulung durchzuführen.

Mit Unterstützung der Ansprechpartnerin des BGMs führte die Trainerin eine ganze Woche lang Begehungen in der Einrichtung durch und hatte jedem Mitarbeiter bzw. jeder Mitarbeiterin angeboten, eine Ergonomieschulung durchzuführen.

### Durchführung des Arbeitsplatzprogramms Ergonomie in verschiedenen Bereichen, u.a.:

- Pflege
- Bettenzentrale
- Verwaltung
- Küche
- Pforte
- Technik
- Radiologie
- Sozialdienst
- Intensivstation
- Labor
- Hol- und Bringdienst

Das Angebot wurde von den Teilnehmenden sehr gut angenommen und als außerordentlich hilfreich empfunden. Zur Festigung der vermittelten Inhalte und um eine in den strategischen Zielen festgelegte hohe Teilnahmequote zu erreichen, entschied sich der Steuerkreis dazu, im Herbst 2023 das Arbeitsplatzprogramm Ergonomie eine weitere Woche anzubieten.

Glücklicherweise konnte die gleiche Trainerin gewonnen werden, sodass eine großartige Unterstützung für die Mitarbeiter:innen und eine weitere Feststellung von ergonomischen Bedarfen erfolgen konnte.

Knapp

# 50%

der Mitarbeiter:innen konnten insgesamt mit dem  
Arbeitsplatzprogramm Ergonomie erreicht werden.

Bildwelten

## Einblicke in das Ergonomie-Programm



**Auf Basis der Ergebnisse der Ergonomieschulungen wurden Bürostühle, Betten, Rollatoren, Tageslichtlampen und Etagenwagen für die Küche angeschafft.**

Der Ausblick

## Die Weiterarbeit mit den Ergebnissen

Im Anschluss an die Durchführungswochen wurde von der Trainerin jeweils ein ausführliches Protokoll verfasst, welches im Steuerkreis diskutiert wurde. Auf Basis der Ergebnisse der Ergonomieschulungen wurden unter anderem Bürostühle, Betten, Rollatoren, Tageslichtlampen und Etagenwagen für die Küche angeschafft. Optimalerweise wird das Arbeitsplatzprogramm mit seinen Inhalten als fester Bestandteil eines nachhaltigen BGMs dauerhaft etabliert. Zudem wird im Steuerkreis weiterhin diskutiert werden, wie die Inhalte und Anleitungen der Übungen von den Mitarbeitenden im Alltag gelebt und vom Steuerkreis untermauert werden können.

Zusammenfassend war das Arbeitsplatzprogramm Ergonomie in der Einrichtung sehr erfolgreich. Die Mitarbeitenden konnten auf verhaltenspräventiver Ebene individuell geschult werden und auf der verhältnispräventiven Ebene wurden mehrere Anschaffungen getätigt, die die Arbeit der verschiedenen Bereiche erleichtern sollen. Die Anliegen und Bedarfe der Mitarbeitenden wurden direkt im Steuerkreis aufgenommen und diskutiert, so dass konkrete Abhilfe geschaffen werden konnte.

Werden Sie Teil unserer Erfolgsstory!

**WERT  
GESCHÄTZT**

Informieren Sie sich über die BKK-Initiative WERTGESCHÄTZT  
unter [www.bkk-wertgeschaetzt.de](http://www.bkk-wertgeschaetzt.de)