

## EINLADUNG

Workshop:	<b>TAG DER ERGONOMIE</b>
	<b>Ohne Schmerzen durch den Praxisalltag</b>
Referent::	Solveyg Hesse, Dozentin der go4life
Ort:	GERL. Kiel, Deliusstraße 16, 24114 Kiel
Termin:	<b>Mittwoch, 19. Juni 2019, 12:00 - 17:00 Uhr</b>
Kursgebühr:	€ 90,- zzgl. MwSt. <b>Partnertarif</b> € 120,- zzgl. MwSt. <b>Normaltarif</b>
Anmeldung:	per Fax unter 0431 670750-29:

Unter Ergonomie versteht man die Anpassung der Arbeit an den Menschen und nicht umgekehrt! Viele Zahnärztinnen, Zahnärzte und zahnärztliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter leiden an Wirbelsäulenbeschwerden, Kopfschmerzen, Taubheit in Extremitäten oder Ähnlichem. Auslöser dafür sind meist einseitige Haltungen, ungünstige Positionen oder einfach die Dauer dieser Belastungen. Fehlender körperlicher Ausgleich, psychischer Stress oder externe Einflüsse wie Elektromog können die Beschwerden zusätzlich verstärken.

In diesem Seminar helfen wir Ihnen, Ihre „Arbeitswelt“ zu betrachten und notwendige Veränderungen zu erkennen. Ziel ist es, gute Arbeitsbedingungen zu schaffen, um gesundheitsschädliche Belastungen und Beanspruchungen so gering wie möglich zu halten.

### Seminarinhalte:

- Was versteht man unter Ergonomie?
- Warum ist die optimale Aufgaben- und Arbeitsteilung so wichtig?
- ergonomische Sitz- und Arbeitshaltung
- optimale Patientenposition und -lagerung
- Absaugtechnik mit System (nach Dr. Hilger)
- Vier-Hand-Technik (ZA – Assistenz)
- Übungen zur Vorbeugung von Haltungsschäden

In der Pause ist für Ihr leibliches Wohl gesorgt!

Die Teilnehmerzahl ist aufgrund des praktischen Teils auf 15 Personen begrenzt.

Mit freundlichen Grüßen  
Ihre GERL. Akademie

