

Körperliche Arbeit Einige Tipps

Achten wir auf uns
und unseren Körper!



Welche ergonomischen Risiken bestehen in unserem Job?



Heben von Lasten



Repetitive Arbeit



Belastende Körperhaltungen
(oft über einen längeren Zeitraum)



Müdigkeit



Schieben und Ziehen



Langes Stehen

Worauf können wir achten?



Arbeiten wir präventiv und vermeiden wir Rückenschmerzen und andere körperliche Beschwerden

