Vorschlag – Branche Bergbau | 2012

Arbeitsprozessbezogenes Bewegungstraining

Körperlich anspruchsvolle Tätigkeiten, einseitige Belastungen sowie eine geringe Nutzung des betrieblichen Gesundheitsangebotes und wenig Freizeitsport führten bei den Beschäftigten der RWE Power, Technikzentrum Tagebaue in Frechen, zu häufigen Muskel-, Skelett- und Rückenerkrankungen.

Um diesen Beeinträchtigungen entgegenzutreten und sich durch Gesunderhaltung der Mitarbeiter auf den demographischen Wandel vorzubereiten, ist ein arbeitsprozessbezogenes Training entwickelt worden. Der Konzeption gingen die Analyse von Bewegungsabläufen durch externe Sporttherapeuten sowie eine „Rangliste“ für Arbeitsbereiche mit hoher Belastung voraus. Auf dieser Basis stellte ein Therapeut gezielte Bewegungsübungen zusammen.

Alle Trainings finden während der Arbeitszeit, mittlerweile unter Anleitung eines Mitarbeiters („Wenn der Meister zum Trainer wird“), statt. Nur noch zwei Mal im Monat schauen Profis nach dem Rechten. Als Übungsort für die 30-minütigen Bewegungstrainings mehrmals in der Woche wurde ein entsprechender Raum im Arbeitsbereich gewählt.

Durch die Ausrichtung der Übungen an den individuellen Belastungssituationen am Arbeitsplatz wurde das Konzept von den Mitarbeitern sehr gut angenommen. Nach der Erprobung in unterschiedlichen Abteilungen konnten die Zahl der Ausfalltage gesenkt und arbeitsmedizinische Verbesserungen beobachtet werden. Das Gesundheitsangebot des Unternehmens wird stärker als zuvor genutzt.

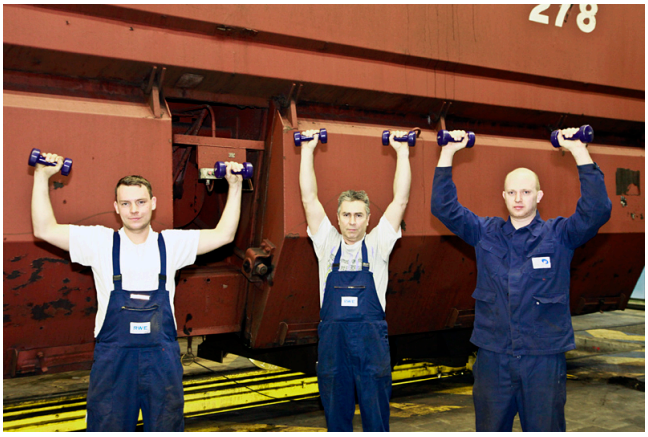
Jahr: **2012**
Kategorie: **Gesundheitsschutz**
Kontakt: **RWE Power AG**

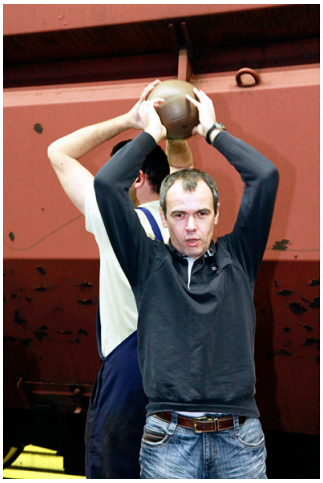
Frechener Straße 12

50226 Frechen

Internet: www.rwe.com

RWE
RWE


278



RHEINBRAUN