



## Präventionsveranstaltung bei der RheinEnergie AG Große Resonanz auf die Aktionswoche „Ergonomie am Bildschirmarbeitsplatz“

**S**kelett- und Muskelerkrankungen haben in den letzten Jahren stark zugenommen und sind derzeit eine der häufigsten Ursachen für Arbeitsunfähigkeit. Rund die Hälfte aller Anträge auf Frührente wird aufgrund von Wirbelsäulenerkrankungen gestellt. Da gesunde Mitarbeiter ein wichtiger Faktor für den wirtschaftlichen Erfolg eines Unternehmens sind, entschloß sich die RheinEnergie AG unter dem Logo  eine Aktionswoche zum Thema „Ergonomie am Bildschirmarbeitsplatz“ durchzuführen.

Eine Woche lang konnten sich die Mitarbeiter der RheinEnergie AG im Rahmen einer Ausstellung im Foyer des Verwaltungsgebäudes in Köln ausführlich zu den Themen „Rücken“ und „Sehen“ informieren. Den Mittelpunkt der Ausstellung bildeten zwei komplett eingerichtete Bildschirmarbeitsplätze. Diese zeigten anschaulich, dass es nicht nur auf die technische Ausstattung

der Arbeitsplätze ankommt, sondern auch darauf, dass jeder einzelne Mitarbeiter die bereitgestellten ergonomischen Arbeitsmittel richtig nutzt.

Hier „versteckten“ sich auch die Antworten auf die Fragen eines Gewinnspiels für die Mitarbeiter der RheinEnergie AG. Wer sich intensiv mit dem Thema Ergonomie auseinandersetzte, hatte die Chance, einen der attraktiven Preise zu gewinnen. Als erster Preis lockte eine von der gemeinsamen Betriebskrankenkasse (GBK) Köln gestiftete Wellness-Woche für zwei Personen.

Bereits im Vorfeld der Aktion waren die angebotenen Kurse zur Rückenschule und zum Sehtraining ausgebucht.

Insgesamt nutzten über 600 Mitarbeiter die Möglichkeit, die angebotenen Schnupperkurse zu besuchen. Eine weitere Attraktion der Ausstellung war das „Back-Check-Gerät“ des Instituts für Prävention und Nachsorge GmbH (IPN), Köln, zur Rumpfmuskelmessung.

Hier hatten die Mitarbeiter die Gelegenheit, mögliche Defizite ihrer Bauch- und Rückenmuskulatur bestimmen zu lassen.

Ein Sehtest öffnete manchem die Augen über seine Sehkraft. Im Sehtraining erlernten die Mitarbeiter, ihr Sehvermögen, das gerade bei der Arbeit am Bildschirm stark beansprucht wird, mit Hilfe von Augenübungen zu stärken bzw. die Augenmuskulatur gezielt zu entspannen.

Zusätzlich zu den Veranstaltungen im Foyer des Verwaltungsgebäudes wurden Einzelberatungen an Arbeitsplätzen vor Ort zur ergonomischen Gestaltung der Büroarbeit durchgeführt.

Die Aktionswoche ist ein Baustein der Gesundheitspolitik der RheinEnergie AG. Sie soll das Interesse und die Eigenverantwortung der Mitarbeiter wecken, etwas für ihre Gesundheit zu tun. Unter dem Logo  wird sie fortgeführt.

Folgekurse in der Rückenschule, dem Sehtraining und im Nordic-Walking sind bereits gestartet.

Der erfolgreiche Ablauf dieser Präventionsveranstaltung ist das Ergebnis der guten Zusammenarbeit aller beteiligten Fachbereiche. Unterstützt wurde die Aktionswoche von der GBK Köln, den KölnBädern, der BGFW sowie von Firmen aus der Region.

Nähere Informationen zu dieser Präventionsveranstaltung gibt:

**Dr. Martin Kaupe**  
Umweltschutz und Arbeitssicherheit  
RheinEnergie AG, 50606 Köln  
Telefon (02 21) 178 – 15 88  
mailto: [m.kaupe@rheinenergie.com](mailto:m.kaupe@rheinenergie.com)

Für interessierte Unternehmen besteht die Möglichkeit der Leihgabe.

Weitere Informationen: [www.bgfw.de](http://www.bgfw.de) 