

WIE UNTERSTÜTZEN WIR SIE?

Wir begleiten Unternehmen und Mitarbeitende auf ihrem Weg zur Gestaltung eines gesunden Arbeitsalltags. Neben der Bereitstellung der Hilfsmittel organisieren wir einen Einführungs-Workshop und ein Ergonomie-Training für Ihr Team, um alle Teammitglieder in den Prozess einzubinden und den korrekten sowie effektiven Einsatz der Mittel sicherzustellen. Dabei bieten wir auch umfassende Informationen zur individuell abgestimmten Auswahl und Anwendung. Die abschließende Evaluation sorgt dafür, dass das Feedback der Nutzenden in künftige Angebote einfließt und unsere ERGObox kontinuierlich verbessert wird.

Das ZeTT hat noch weitere Gesundheitsangebote: Die ERGOthek, das kostenfreie Ergonomie-Angebot für Büroarbeit, sowie "Fit am Arbeitsplatz", das kostenlose Bewegungs- und Entspannungsangebot. Sprechen Sie uns bei Interesse gerne darauf an.

IHRE ANSPRECHPARTNERIN BEIM ZETT:



Dr. Alexandra Bernhardt
Friedrich-Schiller-Universität Jena
Arbeits-, Industrie- und Wirtschaftssoziologie
Innovatives Qualifizierungskonzept
Mobiles Arbeiten und Coworking
<https://zett-thueringen.de/mobiles-arbeiten/>

alexandra.bernhardt@uni-jena.de
Tel.: 03641 205 9722
Ziegelmühlenweg 1 | 07743 Jena



Weitere Informationen und unser Kontakt:

Leiter der Geschäftsstelle: Dr. Thomas Engel
E-Mail: geschaeftsstelle@zett-thueringen.de
Webseite: <https://zett-thueringen.de>

Das Projekt „Zentrum Digitale Transformation Thüringen (ZeTT+)“ wird im Rahmen des Programms „Zukunftscentren“ durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales und die Europäische Union über den Europäischen Sozialfonds Plus (ESF Plus) gefördert sowie ergänzend durch das Thüringer Ministerium für Soziales, Gesundheit, Arbeit und Familie kofinanziert.

Gefördert durch:

Weiterer Förderer:

**ENTDECKEN SIE DIE
ERGObox**
UNSER KOSTENFREIES
ERGONOMIE-ANGEBOT FÜR
ENTLASTUNG BEI
KÖRPERLICHER ARBEIT



Mit der ERGObox unterstützen wir kleine und mittlere Unternehmen in Thüringen dabei, gesundheitsfördernde Maßnahmen für die Zielgruppe der körperlich Arbeitenden zu realisieren. Dabei stellen wir eine Auswahl an ergonomischen Hilfsmitteln zur Verfügung, durch deren gezielten Einsatz langfristig die Arbeitszufriedenheit gesteigert und die Anzahl krankheitsbedingter Ausfälle reduziert wird. Beides wirkt sich positiv auf die Produktivität aus.

WIE FUNKTIONIERT DIE ERGObox UND WELCHEN NUTZEN HAT SIE?

Ob Lendenstütze, Massageauflage oder Rückenstützgurt – oft sind ergonomische Hilfsmittel wenig bekannt oder kostenintensiv. Unsere ERGObox mit ihrem einfachen Ausleihsystem bietet Unternehmen die kostenfreie und unverbindliche Möglichkeit,

- solche Hilfsmittel probeweise und niedrigschwellig in den Arbeitsalltag zu integrieren und so die Akzeptanz für gesundheitsfördernde Maßnahmen in ihrem Team zu steigern,
- ihren Mitarbeitenden ein auf ihre individuellen Bedürfnisse anpassbares ergonomisches Angebot zu offerieren und somit Fürsorge zu zeigen,
- bei Mitarbeitenden einer Vielzahl von physischen Beschwerden vorzubeugen oder diese zu lindern
- und sie dafür zu sensibilisieren, auch jenseits des Arbeitskontexts auf Ergonomie zu achten.



WAS IST IN DER ERGObox ENTHALTEN?

- Zwei verschiedene Arten von Rückenstützgurten zur Stabilisierung und Entlastung bei schwerer körperlicher Arbeit
- Zwei unterschiedliche Anti-Ermüdungsmatten für eine gesündere und produktivere Haltung bei Steharbeiten
- Utensilien für längere Autofahrten: Ein Sitzkeil, ein Lenden- und ein Drehkissen zur Förderung einer gesunden Haltung auf dem Sitz und für leichtes Ein- und Aussteigen
- Verschiedene Tools für eine entspannende Selbstmassage

UNSERE TOP-3-HILFSMITTEL:

Die Massageauflage

- tiefenwirksame Shiatsu-Sitzauflage
- drei einzeln wählbare Massagebereiche
- wohltuende Entspannung für Nacken und Rücken



Der Rückenstützgurt

- stützt den unteren Rücken bei körperlicher Arbeit oder längerem Stehen
- stabilisiert und entlastet die Lendenwirbelsäule
- fördert unbelastetes, produktives Arbeiten



Das Auto-Lendenkissen

- perfekt für eine aufrechte Sitzhaltung bei längeren Fahrten
- unterstützt und entlastet die Lendenwirbelsäule
- beugt Muskelverspannungen wirksam vor

