

Präventionscoach

Moritz Hegg
Physiotherapeut/ Fachspezialist Ergonomie

Suva
Abteilung Präventionsangebote
PDB Präventionsberatung
Postfach 4358
Rösslimattstrasse 39
6002 Luzern

Tel: 041 419 6483
mailto: moritz.hegg@suva.ch
<http://www.suva.ch>

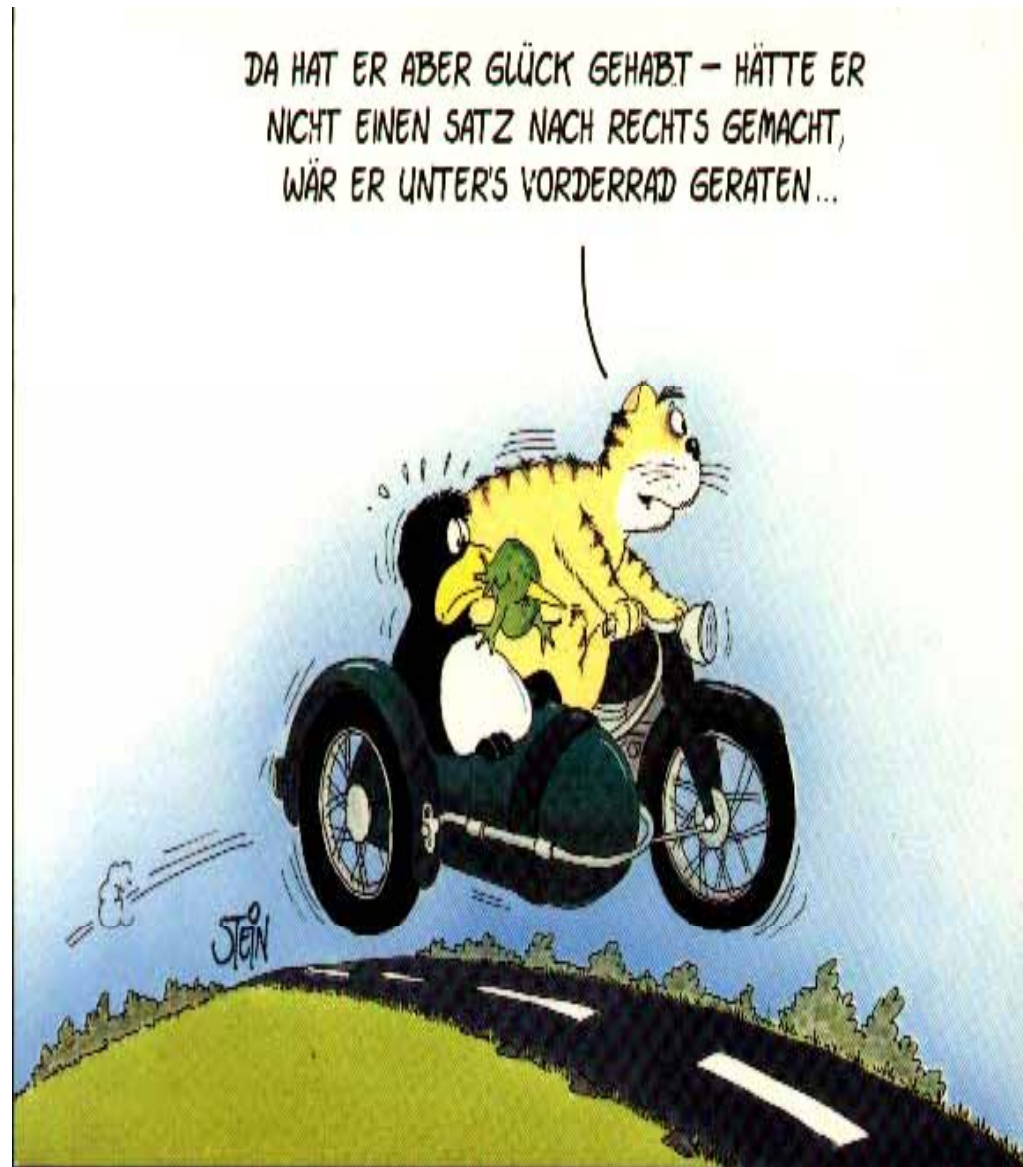
Präventionscoach

- ◆ **Idee:**
- ◆ Der Präventionscoach ist ein „bewegter“ Mensch.



Präventionscoach

- ◆ Er interessiert sich für Prävention und Gesundheit.



Präventionscoach

- ◆ **Ziele:**
- ◆ Konkret Präventionsbotschaften aktiv unterstützen
- ◆ Mitarbeitende auf sicheres und gesundes Verhalten aufmerksam machen
- ◆ Erkennen / identifizieren von Risiken / Gefahren / Bedürfnissen



Präventionscoach

- ◆ **Ziele**
- ◆ Einbringen von Erfahrungen und Erkenntnissen in die Präventionszirkel



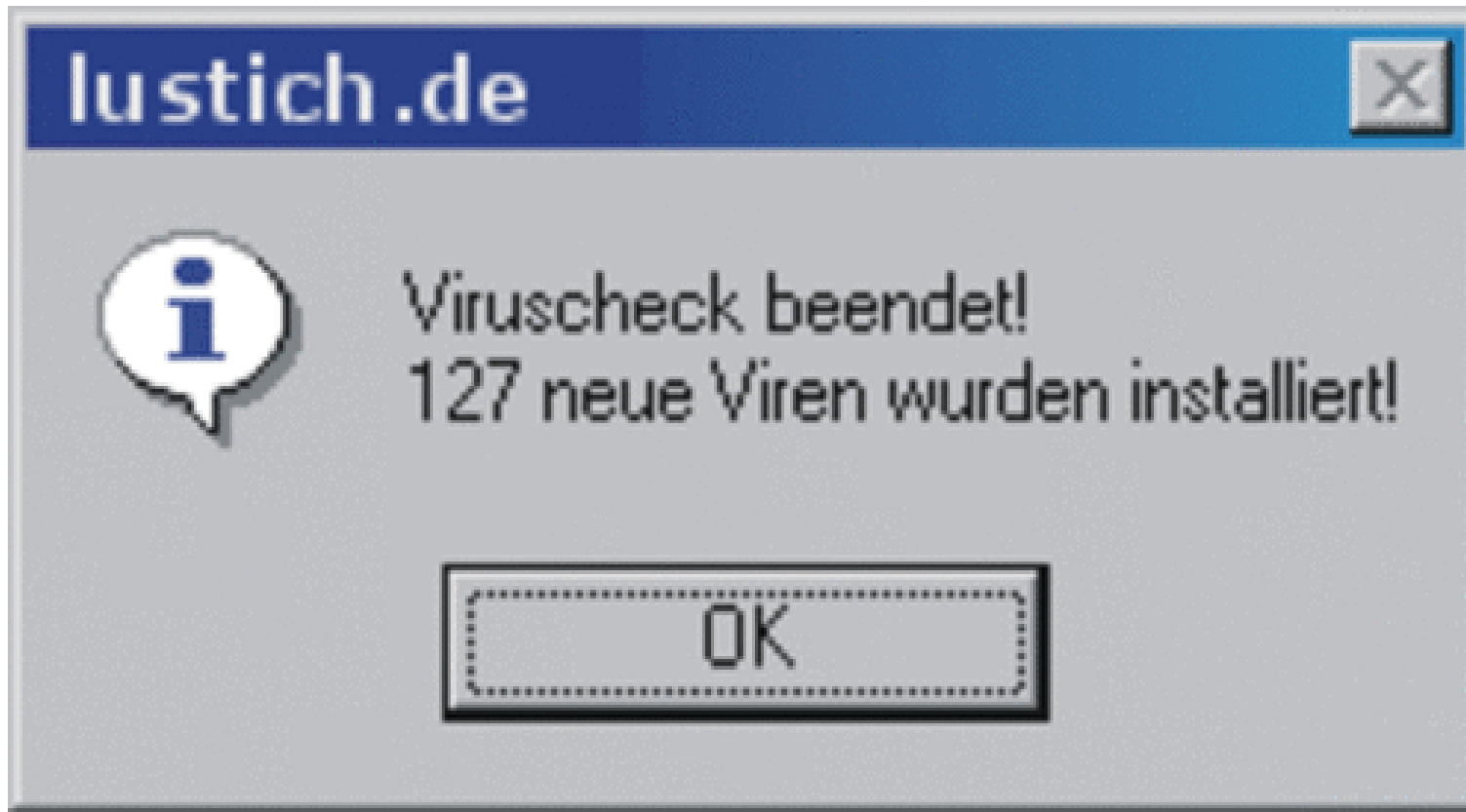
Präventionscoach

- ◆ Als Mitdenker und Ansprechperson für Fragen der Prävention



Präventionscoach

- ◆ Sicherheitsbeauftragte unterstützen



Präventionscoach

- ◆ Ist verantwortungsvoll und kommunikativ, engagiert und begeistert für Gesundheit



Präventionscoach

- ◆ **Nutzen für den Betrieb**
- ◆ Der Präventionscoach hilft relevante Themen (z.B. Bewegungsarmut, Ueberbelastung usw.) zu erkennen.
- ◆ Das Mitreden und Beurteilen der Mitarbeitenden wird sichergestellt (Mitbestimmung)

Präventionscoach?



Präventionscoach

- ◆ **Nutzen für den Betrieb**
- ◆ Mitarbeitende werden direkt zur Teilnahme an Präventionsaktivitäten animiert
- ◆ Ressourcen von Mitarbeitenden welche ein gutes Gesundheitsverhalten haben werden genutzt

Präventionscoach

- ◆ **Nutzen für den Präventionscoach**
- ◆ Aufgabenbereicherung
- ◆ Möglichkeit zur Mitbestimmung
- ◆ Weiterentwicklung des Betriebes aktiv mitgestalten

Präventionscoach

- ◆ Beispiel aus der Praxis
- ◆ Ziel: Mehr Bewegung am Arbeitsplatz – weniger Beschwerden durch Verspannungen



I like to move it move it....

- ◆ Bitte aufstehen und mitmachen!



I like to move it move it....



suva

Moritz Hegg

I like to move it move it....



suva

Moritz Hegg