

# teamwork

FORUM ARBEITSPLATZGESTALTUNG

bimos



Waldmann **W**  
ENGINEER OF LIGHT.

Ausgabe 1 | 2012

## Lean Production, Ergonomie und Licht.

Faszinierend, aktuell, richtungsweisend



Das vierte teamwork FORUM beschäftigte sich erneut mit aktuellen Themen rund um die ergonomische Arbeitsplatzgestaltung. Bereits nach kurzer Zeit war die Veranstaltung komplett ausgebucht. Ein klares Zeichen dafür, dass die gemeinsame Initiative von bimos, KARL und Waldmann immer wieder Inhalte aufgreift, die im Brennpunkt stehen. Die gelungene Kombination aus Fach- und Praxisbeiträgen - wie immer mit bewährtem Schwung und großer Sachkompetenz von Ulf Tietge moderiert - erhielt sehr positive Resonanz.

Junge Fachkräfte zu binden sowie Arbeitnehmer bis ins hohe Alter gesund und leistungsfähig im Betrieb zu halten, sind Ziele, die durch die innovative Gestaltung von Arbeitsplätzen erreicht werden können. Die Fachvorträge beleuchteten deshalb die verschiedenen An-

forderungen der heutigen Arbeitswelt aus unterschiedlichen Perspektiven.

Der demographische Wandel, die zunehmenden Belastungen bei Montagetätigkeiten wie auch das Burnout-Syndrom gehören zu den Herausforderungen unserer Zeit und wurden während der erfolgreichen Veranstaltung im Schulungszentrum der Firma Waldmann intensiv erörtert.

Abgerundet wurde der Tag mit einer Führung durch die Waldmann-Produktion und einer Fachausstellung über moderne Arbeitsplatzgestaltung. Wie in den Vorjahren nutzten die Teilnehmer dabei intensiv die Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch und zu Fachgesprächen mit den Referenten und Mitarbeitern der teamwork-Partner.

ALLE VORTÄGE SENDEN  
WIR IHNEN GERNE ALS PDF.



[info@teamwork-arbeitsplatzgestaltung.de](mailto:info@teamwork-arbeitsplatzgestaltung.de)

# Der demographische Wandel

Dr. med. Stefanie Gurk, Medical Consulting



Vor dem Hintergrund des demographischen Wandels werden zukünftig deutlich mehr ältere Menschen im Arbeitsleben aktiv sein. Schon in den letzten 10 Jahren ist der Anteil der über 55-jährigen Arbeitnehmer um 20 % gestiegen.

Welchen spezifischen Anforderungen die Gestaltungskonzepte von Arbeitsplätzen für eine älter werdende Arbeitnehmerschaft Rechnung tragen müssen, veranschaulichte der interaktive Vortrag von Dr. med. Stefanie

Gurk von Medical Consulting auf einprägsame Weise.

Um verschiedene Alterserscheinungen und häufig auftretende Alterserkrankungen zu simulieren, schlüpften zwei Teilnehmer in spezielle Handicap-Overalls. Danach blieb im Publikum kein Zweifel, dass mit den deutlichen Einschränkungen in Bewegung und Sehvermögen selbst gängige Tätigkeiten unter herkömmlichen Bedingungen nicht oder nur erschwert bewältigt werden können.

Die Referentin selbst sieht die gesellschaftliche Entwicklung als Chance – getreu dem Motto „wer rastet, der rostet“. Prinzipiell kann jeder ein langes Arbeitsleben führen, wenn ihm die entsprechenden Bedingungen geboten werden. „Eine Arbeitsplatzgestaltung, die diese Erkenntnisse berücksichtigt, erhält und fördert die Arbeitseffizienz jedes Einzelnen.“

Frau Dr. Gurk beendete ihren Beitrag mit einem Zitat von Ingmar Bergmann: „Alt werden ist wie auf einen Berg steigen. Je höher man kommt, desto mehr Kräfte sind verbraucht, aber umso weiter sieht man.“

## Lebenserwartung in Europa

Verbleibende Lebensjahre der 65-Jährigen, 2010		
Land	Frauen	Männer
Frankreich	23	19
Spanien	23	19
Italien	22	18
Vereinigtes Königreich	21	18
Deutschland	21	17
EU-27	21	17
Polen	20	15
Rumänien	17	14

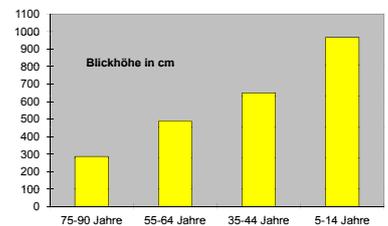
Quelle: Statistisches Bundesamt, 2012

## HANDICAP-DRESS® Overalls

Das Erleben: Hinsetzen und Aufstehen sind Handicaps, wenn nicht eine Armlehne eine ausreichende Stütze bietet.



## Altersabhängige Blickhöhe in Abhängigkeit von der Entfernung ( 10 Meter )



# Gesundheitsmanagement / Burnout-Prävention

Heinrich Hebling, AOK Baden-Württemberg



Schlafstörungen, Erschöpfung, innere Unruhe und Reizbarkeit sind typische Symptome des „Ausbrennens“. Meist steigert sich der Krankheitsverlauf über mehrere Jahre hinweg. Einen medizinischen Diagnoseschlüssel für das Burnout-Syndrom gibt es bis heute noch nicht. Und trotzdem ist das vielfach als Volksleiden betitelte und in der öffentlichen Diskus-

sion längst breitgetretene Krankheitsbild eine Erscheinung, die in der heutigen Arbeitswelt auf keinen Fall vernachlässigt werden sollte.

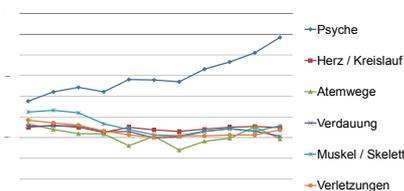
Heinrich Hebling, Koordinator Betriebliches Gesundheitsmanagement bei der AOK Schwarzwald-Baar-Heuberg, erläuterte den Fehlzeitenreport seiner Krankenkasse: Psychische Erkrankungen sind demnach die am stärksten ansteigende Diagnosegruppe. Auch das Burnout-Syndrom gehört dazu.

„Besonders anfällig ist, wer nur über den Job sein Selbstbewusstsein findet“, warnt Hebling. Die Frage, ob das Burnout-Syndrom tatsächlich immer häufiger auftritt oder Ärzte einfach sensibilisierter sind, ist auf Grund der Erman-

gelung eines medizinischen Krankheitsbildes schwierig zu beantworten. Umso wichtiger sind Erkenntnisse zur Prävention der psychischen Erkrankung im Unternehmen selbst, wie auch im privaten Bereich.

Hilfreiche Ansätze zur Vermeidung des Burnouts sind zum Beispiel klare und erreichbare Arbeitsziele, die soziale Unterstützung innerhalb des Teams sowie ein wertschätzendes Feedback der Führungskräfte. Regelmäßiger Sport, der Austausch mit Freunden, individuelle Entspannungsmethoden und ein erfolgreiches Zeitmanagement stärken das psychische Gleichgewicht auch im privaten Bereich.

## Entwicklung der Krankheitsarten 2000 - 2010



## Burnout-Prophylaxe in der Arbeitsorganisation

- klare und vor allem erreichbare Arbeitsziele
- die leichte Überforderung ist (noch) gesundheitsförderlich
- Handlungsspielraum bewahren und ausbauen
- gegenseitige soziale Unterstützung
- regelmäßiges und wertschätzendes Feedback
- Führungskraft als „Kümmerer“ für die Mitarbeiter
- gegenseitiges Lob und Kommunikation von bereits Geleistetem anstatt der Defizite

## Denk- und Verhaltensweisen von überdurchschnittlich glücklichen Menschen

- viel Zeit mit Familie und Freunden, Pflege und Genuss dieser Beziehungen
- Dankbarkeit für das was sie haben
- sie bieten oft als Erste ihre Hilfe an
- bewusst optimistischer Blick in die Zukunft
- Genuss der Freuden des Lebens, Versuch im Hier und Jetzt zu leben
- regelmäßige (wöchentlich/täglich) sportliche Betätigung
- engagierte Verfolgung der Lebensziele

# Ergonomische Bewertung von Montagetätigkeiten

Daniel Kern, Berufsgenossenschaft Holz und Metall



Daniel Kern, Fachreferent für Ergonomie im Kompetenzzentrum Ergonomie der Berufsgenossenschaft Holz und Metall, widmete sich in einem spannenden Vortrag der besonderen Belastung bei Montagetätigkeiten. Deren Analyse und Bewertung liefert wichtige Erkenntnisse für die Prävention und damit auch für den wirtschaftlichen Vorteil von Unternehmen.

Muskel-Skelett-Erkrankungen (MSE) stehen in Industriestaaten wie Deutschland an der Spitze der Krankheitsstatistiken. Sie verursachen ca. 1/4 der Arbeitsunfähigkeitstage. Dabei steigt das Risiko der Erkrankung mit zunehmendem Alter, so dass bei über 55-jährigen Menschen

Muskel-Skelett-Erkrankungen für ca. 35 % aller Ausfalltage sorgen. Besonders Tätigkeiten mit sehr hoher Wiederholfrequenz, Bewegungsmangel oder ungünstige Körperhaltungen zählen zu den Ursachen.

„Um die Belastungen am Arbeitsplatz festzustellen bedarf es verlässlicher Bewertungsverfahren.“ Der Experte zeigte verschiedene Vorgehensweisen zur ergonomischen Analyse und Bewertung von Arbeitsplätzen auf. Sehr hilfreich war auch der Überblick zu aktuellen ergonomischen Methoden, wie z. B. der Checkliste BGI 7011 „Orientierende Beurteilung der Gefährdung bei Belastungen des Muskel- und Skelettsystems“, der Leitmerkmal-Methode „Manuelle Arbeitsprozesse“ oder den KoBRA Tools (z. B. Schwellenwerttabelle Körperkräfte).

Die Belastungsanalysen helfen nicht nur, Risiken zu erkennen und zu bewerten, sondern auch notwendige Präventions-Maßnahmen zu ermitteln und eine Vergleichbarkeit herzustellen. Mögliche Belastungsreduzierungen können im Nachgang eindeutig belegt werden.

## Muskel-Skelett-Erkrankungen (MSE)

Wir stellen fest, dass in der letzten Zeit die Belastungen der „oberen Extremitäten“ (Hand-Arm-Schulter-System) zunehmen.

### Typische Erkrankungen:

- Tennisarm
- Carpal-Tunnel-Syndrom
- Sehnenentzündung
- Bandscheibenvorfall (HWS)

## Belastungen für das Muskel-Skelett-System

einseitige körperliche Belastung	tätigkeitsbedingte Zwangshaltungen
Bewegungsmangel	falsche Bewegungsmuster
Schwingungen / Vibrationen	Tätigkeiten mit hohen Wiederholfrequenzen
muskuläre Dysbalancen	psychische Belastungen, Stress

## Bewertungswerkzeuge für den betrieblichen Praktiker

- Checkliste BGI 7011 „Orientierende Beurteilung der Gefährdung bei Belastungen des Muskel- und Skelettsystems“ (<http://www.dguv.de>)
- Leitmerkmal-Methode „Manuelle Arbeitsprozesse“ (<http://www.baua.de>)
- KoBRA Tools (<http://www.kobra-projekt.de>)
  - Assembly Worksheetlight (AWSlight)
  - Schwellenwerttabelle Körperkräfte

# Ergonomie bei BMW

Michael Mohrlang, BMW AG



Eine Herausforderung ist die Ergonomie für ein marktführendes Unternehmen wie BMW. Damit eröffnete Michael Mohrlang, zuständig für Ergonomie am Standort München und Schwerbehindertenbeauftragter der BMW AG, seinen Vortrag.

„Bei BMW hat die Ergonomiestrategie das Ziel, unsere Mitarbeiter nachhaltig vor arbeitsbedingten Erkrankungen zu schützen“, so Mohrlang. Deshalb hat der Bereich auch einen eigenen Platz im Organigramm des Unternehmens und ist unter dem Personalwesen neben Arbeitssicherheit und Umweltschutz angesiedelt.

Um ergonomische Arbeitsbedingungen zu schaffen, besteht das ganzheitliche Ergonomiemanagement des Konzerns aus vier Handlungsfeldern: Die ergonomische Gestaltung von Produktionsabläufen, die Büro- und die Gebäudeergonomie sowie das betriebliche Eingliederungsmanagement zum

Einsatz von gesundheitlich eingeschränkten bzw. schwerbehinderten Mitarbeitern.

Mit zahlreichen Beispielen veranschaulichte Mohrlang, wie bei BMW mit gezielten ergonomischen Maßnahmen (Höhenverstellbarkeit, Belastungswechsel durch Sitzen und Stehen, keine Überkopparbeiten) ungünstige Körperhaltungen und Belastungen für Rumpf, Knie und Nacken signifikant reduziert wurden.

Als abschließenden Exkurs seines praxisnahen Vortrages präsentierte Mohrlang die Studie „das grüne Büro“. Den Zielsetzungen und Ergebnissen dieses Projekts folgten die Zuhörer mit großem Interesse.

## ERGONOMIE BEI BMW. PRODUKTIONSERGONOMIE.



### Kernaufgaben

- Koordination des Ergonomiemanagements im Produktentstehungsprozess und im Serienprozess
- Richtlinienkompetenz für die ergonomische Arbeitsplatzgestaltung
- Verantwortung für ergonomische Methoden und Systeme

Beispiel: Montage eines Cockpitmoduls im BMW-Werk, München

## ERGONOMIE BEI BMW. BEISPIELE.



- Ergonomische Verbesserung von Unterbodenmontagen (z. B. Verkleidungen, Leitungen, Tank etc.)
- Vermeidung Überkopparbeit
- Ergonomische Körperhaltungen

## ERGONOMIE BEI BMW. ERGONOMIE IN GEBÄUDEN UND BÜROS.

### „Das grüne Büro“



### Ergebnisse

- Der gezielte Einsatz von Pflanzen erhöht die Luftfeuchtigkeit in Räumen
- Pflanzen reinigen die Luft von Schadstoffen.
- Die Pflanze dient als Luftfilter und verringert die Keimbelastung
- Der Lärm wird deutlich reduziert
- Pflanzen verschönern das Arbeitsumfeld und wirken stressmindernd.
- Natürlicher Blend-, Sichtschutz und Raumteiler

## Wir kommen immer wieder gerne!



### STATEMENTS MEINUNGEN EINDRÜCKE

„Das teamwork FORUM kam für uns zur rechten Zeit. Die verschiedenen Themen waren absolut zeitgemäß, aktuell und praxisnah. Es hat uns sehr gut gefallen und unsere Erwartungen wurden im vollen Umfang erfüllt. Die Moderation, Gestaltung, Organisation und Darbietung waren sehr professionell begleitet. Beeindruckt waren wir auch von der Werksführung bei der Firma Waldmann.“

*Silke Bender und Thomas Axtmann  
EIZO GmbH, Karlsruhe*

„Nach den spannenden Veranstaltungen der letzten Jahre hat mich diesmal besonders die Werksbesichtigung bei Waldmann neugierig gemacht. Die Fachvorträge enthielten auch diesmal wieder wertvolle Erkenntnisse über die Arbeitsplatzgestaltung.“

*Joachim Bauer  
Preh GmbH, Bad Neustadt*

„Perfekte Planung und Organisation, interessante Themen und ein besonders fachkundiges wie auch kommunikatives Publikum - da macht das Referieren ausgesprochene Freude!“

*Heinrich Hebling  
AOK Baden-Württemberg*

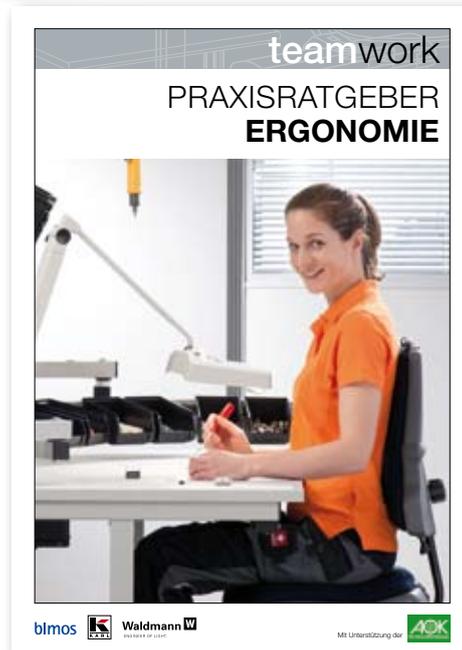
„Die diesjährige Veranstaltung hat mir vor allem wegen der Beiträge über die demografische Entwicklung und ihre Auswirkungen und Schlussfolgerungen in Bezug auf die Arbeitsplatzergonomie sehr gefallen. Die Organisation des gesamten Tages war gelungen und trägt dazu bei, dass ich mich auf alle Fälle nächstes Jahr wieder anmelden werde. Herzlichen Dank für diesen Tag.“

*Gerhard Mühlberger  
PFISTERER Kontaktsysteme GmbH,  
Gerstetten-Gussenstadt*



## NEU ERSCHIENEN: PRAXISRATGEBER ERGONOMIE

Kostenlos bestellen unter:  
info@teamwork-arbeitsplatzgestaltung.de



## teamwork FORUM ARBEITSPLATZGESTALTUNG

Eine gemeinsame Initiative von:

### bimos

Eine Marke der Interstuhl Büromöbel GmbH & Co. KG  
Brühlstraße 21 · 72469 Meßstetten-Tieringen  
[www.bimos.de](http://www.bimos.de)



Andreas KARL GmbH & Co. KG Arbeitsplatzsysteme  
Hauptstraße 26 · 85777 Fahrenzhausen  
[www.karl.eu](http://www.karl.eu)

### Waldmann **W**

ENGINEER OF LIGHT.

Herbert Waldmann GmbH & Co. KG  
Peter-Henlein-Straße 5 · 78056 Villingen-Schwenningen  
[www.waldmann.com](http://www.waldmann.com)