

Maak van je thuiswerkplek een gezonde werkplek

Online check van jouw thuiswerkplek

Een goede werkplek is essentieel voor je gezondheid. Ook als je vanuit huis werkt. Maar hoe richt je je thuiswerkplek zo goed mogelijk in? Op welke plek in jouw huis kun jij het beste werken? Zijn er aanpassingen nodig voor jouw thuiswerkplek? Hoe loop je zo weinig mogelijk risico op klachten? En wat is de beste werkhouding voor jou?

Online advies over jouw thuiswerkplek

Voor alle thuiswerkers biedt Bedrijfsartsen5 een Online (thuis)werkplek-check. In een online video-afspraak kijkt een expert direct met jou mee naar jouw thuiswerkplek. Je krijgt direct advies en jouw vragen worden beantwoord. Ook hulpmiddelen en de juiste werkhouding komen hierbij aan bod.

Praktische thuiswerkplek-check

De thuiswerkplek-check vindt plaats op basis van de meest recente ergonomische richtlijnen en normen. Uiteraard in relatie tot jouw houding, jouw werkwijze en jouw eventuele klachten. Sommige klachten vragen om een deskundig advies. Dat is soms net iets anders dan het standaardadvies. Denk bijvoorbeeld aan het advies van een aangepaste zithouding in het geval van bepaalde rugklachten.

Duidelijk advies

Het advies dat je tijdens de online afspraak ontvangt van de werkplek-expert krijg je achteraf per e-mail ook teruggekoppeld. Zo kun je alles nog eens rustig nalezen en naar jouw situatie inrichten.

Informatie

- Duur: circa half uur inclusief rapportage
- Locatie: vanuit jouw huis
- Kosten: 89,00 euro

De online check vindt plaats via video-bellen. Het gebruik van een smartphone, laptop of computer met een camera is dus noodzakelijk.

Heb je interesse in een Online (thuis)werkplek-check? Informeer bij je leidinggevende of HR adviseur of je hiervan gebruik kunt maken. Verdere informatie en aanmelding kan door contact op te nemen met Bedrijfsartsen5.

De Online (thuis)werkplek-check:

Werkplek: Stoel | Bureau | Beeldscherm(en)
Toetsenbord | Muis | Extra's

Werkhouding: Zitten | Staàn | Afwisseling

Werkdruk: Regelmogelijkheden | Pieken | Dalen

Werkomgeving: Verlichting | Geluid
Binnenklimaat | Orde & Netheid

Werktijden: Pauzes

Workout: Beweging | Ontspanning

www.ba5-zuidwest.nl/diensten/werkplekcheck