

Wellnomics software

Innovatieve software voor duurzame inzetbaarheid op kantoor

Wellnomics Risk Management

Wellnomics Risk Management is een online oplossing voor het beperken van gezondheidsklachten van beeldschermwerken door het stimuleren van een gezonde werkstijl.

Wellnomics is opgericht in 1997. Wij zijn een van de marktleiders in software voor kantoorergonomie. Onze software oplossingen zijn wetenschappelijk onderbouwd en gevalideerd.

Wereldwijd gebruikt door 1,2 miljoen computergebruikers. Veel grote organisaties gebruiken onze software zoals ING, Shell, Intel, Dow.

Wellnomics Risk Management inventariseert werkdruk en werkstress op de werkvloer en klachten aan het houding- en bewegingsapparaat door online assessments. Op de achtergrond van de computer wordt computer werkgedrag gemeten. Verder bevat het een werkplekinventarisatie en een training gezond werken.

Persoonlijke terugkoppeling

Wellnomics Risk Management geeft een uitgebreide persoonlijke terugkoppeling op onderstaande onderdelen. Voor ieder onderdeel dat hieronder wordt genoemd worden meerdere aanbevelingen gedaan om gezonder te werken. Deze aanbevelingen zijn wetenschappelijk onderbouwd, praktisch uitvoerbaar en budget neutraal. Iedereen kan er direct mee aan de slag.

Managementrapportages

De managementrapportages geven gedetailleerde analyses over computerwerkgedrag, werkdruk en werkstressfactoren en klachten aan het houding- en bewegingsapparaat.

Neem contact op voor persoonlijk advies of voor een demo.

Persoonlijke terugkoppeling en managementrapportages

Werkdruk- en werkstress op de werkvloer

Deze inventarisatie vraagt naar de lichamelijke conditie en hoe gemakkelijk men zich kan ontspannen. Dit geeft aan hoe vermoeid spieren zijn en hoe snel men van vermoeidheid kan herstellen.

Tevens geeft het inzicht in niet-fysieke aspecten van de werkomgeving, zoals werklust, werkdruk en de mate waarin men zich gesteund voelt door het management en collega's. Dit kan de manier waarop het lichaam reageert op fysieke stressfactoren beïnvloeden..

Klachten aan houding- en bewegingsapparaat

Dit onderdeel inventariseert eventuele klachten of ongemakken die worden veroorzaakt of verergerd door computergebruik.

Computerwerk gedrag

Hierbij wordt meegenomen Computergebruik, Werkintensiteit en Pauzegedrag. Dit wordt automatisch op de achtergrond gemeten.

Klachten inventarisatie 1-4 min.

Klachten inventarisatie

Geef de frequentie aan van de pijn of het klachten die u de afgelopen maand heeft ervaren.

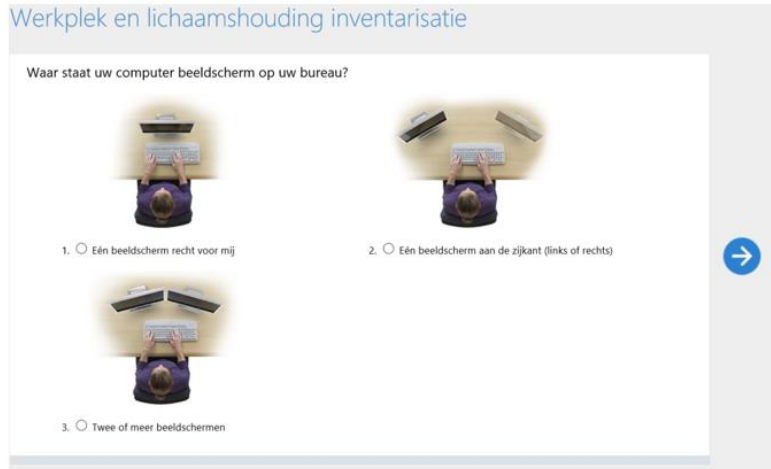
	Nooit	Soms	Regelmatig	Altijd
1. Hoofd	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Nek	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Schouders en bovenarmen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Middenrug	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Onderrug	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Onderarmen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Polsen/handen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Oogklachten	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Werkplekinventarisatie

De werkplekinventarisatie geeft inzicht in de ergonomie van de stoel, de hoogte van het bureau, de positie van het beeldscherm, de muispositie, het gebruik van een documenthouder en een voetensteun en de houding tijdens het werken met de computer. Als er verbeteringen zijn volgen aanbevelingen.

Werkplek en lichaamshouding inventarisatie

5-10 min.



Training Gezond werken / Beeldschermwerk

Deze training bevat onderstaande onderdelen en duurt 15 minuten.

Training gezond werken 15 min.

Introductie

Waarom is een veilige werkplek belangrijk? Welke risico's houdt computerwerk in?

Instellingen van stoel en bureau

Een correcte zithouding en een geschikte instelling van uw stoel en bureau.

Computer

Instelling en gebruik van uw computer voor maximaal comfort en veiligheid.

Uw omgeving

Omgevingsfactoren dragen bij aan uw werkcomfort.

Samenvatting

Een beknopt overzicht van wat u in deze trainingscursus heeft geleerd.

Training gezond werken



Gezondheidsrisicorapport

Nadat de assessments van Wellnomics Risk Management zijn ingevuld wordt een gezondheidsrisicorapport aangemaakt. Iedere werknemer heeft zijn eigen portal waar risico's en aanbevelingen staan.

Mijn risicoprofiel

Risicoprofiel			
Algemeel risico	Hoog risico	Laatst bijgewerkt op 9 jun 2016	Gezondheidsrisico Rapport
Computergebruik	Hoog risico	Laatst bijgewerkt op 9 jun 2016	
Werkintensiteit	Laag risico	Laatst bijgewerkt op 9 jun 2016	
Pauzegegedrag	Hoog risico	Laatst bijgewerkt op 9 jun 2016	
Training			
Training gezond werken		Laatst voltooid op 26 nov 2015	Training starten

Door op een onderdeel te klikken verschijnt meer informatie

Suggesties om uw werkhouding te verbeteren:

1. Verstel de rugleuning van uw stoel zodat deze iets achterover is gekanteld.
2. Plaats uw stoel zo dicht mogelijk bij het bureau wanneer u met de computer werkt. Zo kunt u niet anders dan rechtop zitten en buigt u niet voorover naar het beeldscherm toe.
3. Laat uw ellebogen niet op het bureau rusten. Probeer een van de volgende houdingen aan te nemen terwijl u een pauze neemt, nadenkt of het beeldscherm afleest:
 1. Houd uw armen langs uw lichaam.
 2. Laat uw onderarmen rusten op de armsteunen van uw stoel.
 3. Laat uw onderarmen rusten op het bureau.
 4. Laat uw onderarmen rusten op een onderarmsteun voor uw toetsenbord.
4. Zorg ervoor dat uw toetsenbord niet te ver van de bureaurand af staat. Zo hoeft u niet voorover te buigen om te typen (een veel voorkomend probleem).

Toetsenbord staat te hoog

Uw toetsenbord staat boven ellebooghoogte. Dit kan één van de oorzaken zijn van het werken met opgetrokken schouders. Wanneer uw toetsenbord boven ellebooghoogte staat, verhoogt het risico van spanning in de schouders en een slechte polspositie. Dit kan klachten in schouders en onderarmen tot gevolg hebben.



Wellnomics Risk Management bestaat uit verschillende stappen die doorlopen worden en die telkens terugkeren

1. Inventariseren computerwerk gedrag, werkdruk en werkstress, klachten aan houding- en bewegingsapparaat, werkplekinventarisatie,
2. Training Gezond werken / beeldschermwerk
3. Gezondheidsrisicorapport beschikbaar voor medewerker en management
4. Opvolgen van aanbevelingen in rapport (maatregelen)
5. WorkPace activeren als aanbeveling uit het rapport is
6. Evalueren na een afgesproken tijd als aanbevelingen zijn uitgevoerd. Evalueren vindt plaats door inventarisaties uit te voeren.

Flexibele online oplossing

Wellnomics Risk Management is een zeer flexibele online oplossing. De gewenste onderdelen kunnen worden gekozen. De optie Managementrapportages kan worden uitgeschakeld, rapportages zijn geanonimiseerd mogelijk naar afdeling.

Neem contact op voor persoonlijk advies