

S3 Check



Analyse der Gleichgewichtsfähigkeit

Der **S3 Check** misst Ihre **Gleichgewichtsfähigkeit** und analysiert das **Zusammenspiel zwischen Nervensystem und Muskulatur**. Die Messung bewertet sowohl das **statische als auch das dynamische Gleichgewicht** und deckt eventuelle Defizite in der intra- und intermuskulären Koordination auf.

Basierend auf den Ergebnissen erhalten Sie eine **persönliche Auswertung und individuelle Empfehlungen** von unserem qualifizierten Fachpersonal, um Ihre Stabilität und Koordination gezielt zu verbessern.

Eigenschaften:

- ✓ Ca. 15 min.
- ✓ Einzelaktivität
- ✓ Screenings
- ✓ Präsenz
- ✓ Gesundheits-Check

Beispiel-Inhalte:

- ✓ **Messungen:** Gleichgewicht, intra- und intermuskuläre Koordination
- ✓ **Beurteilung:** Haltung, Zusammenspiel von Nervensystem und Muskulatur
- ✓ **Auswertung:** Stabilität, Sensomotorik, Symmetrie
- ✓ **Beratung:** durch qualifiziertes Personal

S3 Check



Ablauf:

Vorbereitung und Beratung

- **Bedarfsermittlung:** Kontaktieren Sie uns, um Ihre individuellen Wünsche und Ziele für den Aktionstag zu besprechen. Wir klären gemeinsam an welchem Datum das Screening stattfinden soll, den zeitlichen Rahmen, wie viele Personen teilnehmen und wie diese am Aktionstag bestmöglich koordiniert werden können.
- **Kommunikation:** Informieren Sie intern Ihre Mitarbeitenden über die bevorstehende Maßnahme und über die Vorteile der Teilnahme.

Organisation und Durchführung

- **Voraussetzungen:**
15 min pro Person | kein Umkleiden | 2x2 m Fläche | Stromanschluss erforderlich | WLAN
- **Aufbau:** Unser BGM-Team bereitet alles für die Umsetzung vor und bringt alle benötigten Materialien mit.
- **Durchführung:** Das Screening wird ausschließlich von qualifiziertem Fachpersonal durchgeführt. Die Messungen sind Einzeltermine mit den Mitarbeitenden.

Auswertung und Nachbereitung

- **Ergebnisse:** Die Mitarbeitenden erhalten sofort im Anschluss an das Screening eine persönliche Auswertung und Tipps für einen gesunden (Arbeits-)Alltag.
- **Weiterführende Maßnahmen:** Das Unternehmen erhält Empfehlungen für weiterführende Maßnahmen im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements.
- **Feedback einholen:** Nach dem Aktionstag haben Sie die Möglichkeit, uns Ihr Feedback zu geben. Wir möchten wissen, wie das Screening bei Ihren Mitarbeitenden angekommen ist und welche Aspekte besonders positiv oder verbesserungswürdig waren.