



Öffentliche Zahnkliniken

▷ Direktion

Dr. P. Wiehl, Direktor
Claragraben 95, 4005 Basel

Fon 061 686 52 37
Fax 061 686 52 85
Mail peter.wiehl@bs.ch

runplus.ch
z.Hd. Frau Michèle Schmid
Hagentalerstrasse 26
4055 Basel

Basel, 9. November 2010

Ihr Einsatz für die Schulzahnklinik Basel

Sehr geehrte Frau Schmid

Unsere Mitarbeitenden im klinischen Bereich sind besonderen ergonomisch belastenden Anforderungen ausgesetzt, die oft im Verlauf der Jahre zu Problemen am Haltungsapparat führen. Wir haben daher nach einem Weg gesucht, durch eine Verbesserung der Ergonomie am Behandlungsstuhl solchen Problemen vorzubeugen. Dass es dabei nicht nur um den Einsatz von ergonomischen Arbeitsgeräten gehen konnte, war von vornherein klar; eine fundierte Schulung für ergonomische Bewegungsabläufe und Körperhaltungen wurde als dringendes Erfordernis erkannt.

Aufgrund dieses Entscheides konnten wir Sie für die entsprechende Unterstützung gewinnen und möchten Ihnen, nachdem die entsprechenden Arbeiten mit dem klinischen Personal abgeschlossen sind, gerne ein Feedback geben.

Die theoretische Information als Einleitung zur Alexander Technik war sehr gut strukturiert. Anhand Ihrer Beispiele konnten Sie jedermann verständlich machen, warum die richtige Haltung während der Patientenbehandlung so wichtig ist.

Im praktischen Teil wurde bei jedem Mitarbeiter/jeder Mitarbeiterin nach genauer Beobachtung durch Sie das Bewegungsmuster sowohl bei der Patientenbehandlung wie auch bei Schreibtischarbeiten analysiert und korrigiert. Diese individuelle, flexible Arbeit wurde besonders geschätzt und führte auch dazu, dass unsere Mitarbeitenden jetzt an ihren persönlichen „Haltungsfallen“ arbeiten können und wollen. Es ist Ihnen gelungen, allen zu vermitteln, wie wichtig das Bewusstsein beim Ablauf der Bewegungen und der Haltung ist. Ihre hilfreichen Tipps erleichtern es, die eigene Körperhaltung immer wieder zu beobachten und zu korrigieren.

Die von Ihnen gegebenen Anweisungen wurden als sehr verständlich eingestuft. Geschätzt wurde Ihre freundliche, angenehme, klare und gleichzeitig kompetente Art, Ihr Wissen zu vermitteln.

Die durchwegs positiven Rückmeldungen haben uns bewogen, Sie auch um Unterstützung für unsere Mitarbeiterinnen im administrativen Bereich zu bitten. Wir sind überzeugt, dass sich die dafür eingesetzten Mittel durch weniger Ausfälle aufgrund von Haltungsproblemen längstens rechtfertigen lassen.

Für Ihre Unterstützung danken wir Ihnen herzlich und freuen uns auf eine weitere konstruktive Zusammenarbeit.

Mit freundlichen Grüßen



Dr. P. Wiehl
Direktor



Amt für Wirtschaft und Arbeit

▷ RAV Utengasse

► Leitung

Detlef Zipperer
Utengasse 36, Postfach
CH-4005 Basel

Telefon +41 61 267 67 07
Telefax +41 61 267 99 39
E-Mail detlef.zipperer@bs.ch
Internet www.awa.bs.ch

runplus.ch
Frau Michèle Schmid
Hagentalerstrasse 26
4055 Basel

Basel, 22. September 2010

Referenzschreiben für die Arbeitsausführung von Frau Schmid

Sehr geehrte Frau Schmid

Ich stelle Ihnen gerne ein Referenzschreiben aus:

Sehr geehrte Interessierte

Ausgangslage: Im RAV wurden alle Büros der PersonalberaterInnen neu möbliert. U.a. wurden auch höhenverstellbare Arbeitstische angeschafft. Dies mit dem Ziel, dass die PersonalberaterInnen ihre adm. Arbeiten auch stehend verrichten können. Es wurde jedoch rasch festgestellt, dass die PersonalberaterInnen meist 'falsch' gestanden sind. Auch im Sitzen stimmte meist die Haltung nicht.

Deshalb haben wir uns entschlossen, jemanden zu engagieren, der uns allen zeigen sollte, wie man ergonomisch richtig arbeitet => stehend wie sitzend. Bei unserer Suche nach einer geeigneten Person, sind wir mit Frau Schmid von Runplus fündig geworden.

Ablauf: Frau Schmid informierte uns, dass sie pro Person ca. 15 Min. Zeit benötige, um die wichtigsten Instruktionen nachhaltig erteilen zu können. Dementsprechend haben wir eine Ablaufübersicht vorbereitet. Frau Schmid ging dementsprechend von Büro zu Büro und instruierte die PersonalberaterInnen dahingehend, wie man beim Arbeiten richtig sitzt oder steht, und dies abwechselnd.

Ergebnis: Die PersonalberaterInnen empfanden die Kurzschulung als äusserst gewinnbringend und förderlich.

Fazit: wir können Frau Schmid als professionelle Beraterin in allen ergonomischen Belangen mit gutem Gewissen weiterempfehlen.

PS: weil wir mittlerweile wieder neue PersonalberaterInnen eingestellt haben, haben wir Frau Schmid erneut für eine solche Schulung 'gebucht'.

Mit freundlichen Grüssen

D. Zipperer



Julia Ehlers
Personalentwicklung und -ausbildung
Helvetia Versicherungen
St. Alban-Anlage 26
4002 Basel
Schweiz

T +41 58 280 10 00, direkt: T +41 58 280 18 98
F +41 58 280 29 50

www.helvetia.ch

julia.ehlers@helvetia.ch

runplus.ch
Frau Michèle Schmid
Hagentalerstrasse 26
4055 Basel

29. April 2010

Betreff: Empfehlungsschreiben "Ergonomie am Arbeitsplatz"

Sehr geehrte Frau Schmid

Gerne senden wir Ihnen ein Empfehlungsschreiben für die geleistete Arbeit im Bereich "Ergonomie am Arbeitsplatz" bei den Helvetia Versicherungen zu.

Ausgangslage: Im Rahmen der Gesundheitsförderung wollte die Ressortleitung des Kundendienst Einzel Lebens ihren 69 Mitarbeitenden das Thema **Ergonomie am Arbeitsplatz** näher bringen. Grund dafür war im Jahr 2009 eine grosse Umstellung für die Mitarbeitenden, u.a. die Einführung des elektronischen Archivs. Dies bedeutete, dass die PC-Arbeit noch mehr in den Vordergrund gerückt und das Arbeiten mit den Papierakten gänzlich verschwunden ist. Zudem ist jeder Arbeitsplatz neben dem Notebook mit einem zusätzlichen Bildschirm ausgerüstet, was auch gewohnungsbedürftig und somit mit möglichen körperlichen Beeinträchtigungen verbunden ist.

Aufgabenbereich: Er umfasste Vor- und Nachgespräche über die Planung, Durchführung und Evaluation der Ergonomie-Checks, sowie die Durchführung (20 Minuten pro Person auf vier Tage verteilt) in Zusammenarbeit mit der Helvetia-Verantwortlichen für die Betriebliche Gesundheitsförderung.

Zusammenarbeit: Frau Schmid war sehr flexibel und jederzeit bereit, zusätzliche Termine einzuplanen. Sie gab in den Vorgesprächen, sowie nach den Ergonomie-Checks wertvolle Anregungen und besitzt ein hervorragendes Fachwissen.

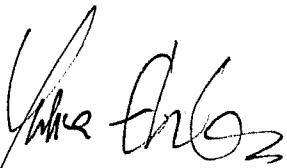
Während der Durchführungsphase löste Frau Schmid mit viel Engagement und Begeisterung auch sehr schwierige Aufgaben und fand stets den richtigen Umgang mit komplizierten Mitarbeitenden. Sie arbeitete mit grosser Sorgfalt und vermittelte den Inhalt klar und verständlich. Sie leistete somit für eine mögliche Verhaltensänderung unserer Mitarbeitenden einen wertvollen Beitrag. Der Auftrag wurde stets zu unserer besten Zufriedenheit von ihr erfüllt.

Durch ihre optimistische und positive Grundhaltung leistet Frau Schmid einen menschlich wertvollen Beitrag zum guten Gelingen einer angenehmen Zusammenarbeit im Team.

Fazit: Die Mitarbeitenden des Kundendienst Einzellebens gaben ein gutes Feedback und waren mit der individuellen Schulung sehr zufrieden. Das durch Frau Schmid vermittelte ergonomische und anatomische Fachwissen und die anschliessenden Veränderungsmassnahmen durch die interne Logistik (wie Umstellung der Sitzplatzposition und des PC's, Fussstütze, Austausch von nicht funktionsfähigen Arbeitsstühlen, etc.) unterstützen die Mitarbeitenden bei der Umsetzung einer nachhaltigen persönlichen Verhaltensänderung.

Wir danken Ihnen für Ihre wertvolle Mitarbeit und freuen uns auf eine weitere, zukünftige Zusammenarbeit mit Ihnen.

Freundliche Grüsse

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Julia Ehlers', written in a cursive style.

Julia Ehlers

Personalentwicklerin

Verantwortliche Betriebliche Gesundheitsförderung «Fit+Wohl»



Frau
Michèle Schmid
Hagentalerstrasse 26
4055 Basel

Basel, den 3. September 2010

Referenz: Kursleitung Abenteuer Bewegung

Liebe Frau Schmid

Gerne bestätigen wir Ihnen, dass Sie den ersten Kurs Abenteuer Bewegung zu unserer vollsten Zufriedenheit geleitet haben.

Der Kurs richtet sich an Menschen mit Atemwegesproblemen, die übergewichtig sind und abnehmen wollen. Gemeinsam mit einer Gesundheitstrainerin, welche für den Bereich Ernährung zuständig war, haben Sie eine Gruppe von 13 Personen begleitet und betreut. Sie haben selbständig sieben verschiedene Bewegungsabende organisiert und durchgeführt, sowie mit allen Kursteilnehmern eine Einzelberatung durchgeführt.

Ihr Hintergrund als Trainerin für Alexandertechnik ist dabei sinnvoll und ergänzend mit-eingeflossen.

Der Kurs wird als fester Bestandteil in unser Kursprogramm aufgenommen und jährlich bei genügend Anmeldungen mindestens einmal angeboten werden. Wir freuen uns weiterhin mit Ihnen zusammenzuarbeiten.

LUNGENLIGA BEIDER BASEL

E. Z'Graggen

Eveline Z'Graggen Bertschin
Leiterin Kurs- und Gruppenangebote
Email eveline.zgraggen@llbb.ch

Beilage: Kursflyer Abenteuer Bewegung



Stadt Bern
Direktion für Bildung
Soziales und Sport

Schulzahnmedizinischer Dienst
Leitung: Prof.Dr.Wolfgang Strübig
Rodtmattstrasse 47
3014 Bern

Telefon 031 321 5955
Fax 031 321 5990
wolfgang.struebig@bern.ch
www.bern.ch/szmd

Fa. runplus.ch
Frau Michèle Schmid
Hagentalerstrasse 26
4055 Basel

Bern, 13. September 2011/ws

Ergonomieschulung Schulzahnklinik Bern
14.06. bis 28.06.2011

Sehr geehrte Frau Schmid

Durch die speziellen beruflichen Erfordernisse bei der zahnärztlichen Behandlung beanspruchen unsere Mitarbeitenden ihren Körper in sehr einseitiger Weise. Dieses führt relativ häufig bei ZahnärztInnen, Dentalassistentinnen, Dentalhygienikerinnen und Prophylaxeassistentinnen zu Einschränkungen der Beweglichkeit und generellen Problemen mit dem Haltungsapparat. Es war für uns deshalb ein wichtiges Anliegen, dass die Mitarbeitenden sich den Fehlbelastungen bewusst werden sowie Anleitungen für optimierte Bewegungsabläufe erhalten.

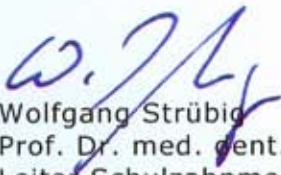
Wir haben uns gefreut, dass wir Sie für die Schulung unserer Mitarbeitenden gewinnen konnten. Ziel des Kurses war eine Analyse der individuellen Bewegungsgewohnheiten sowie bei bereits bestehenden Verspannungen und Schmerzen eine Neuausrichtung hinsichtlich negativer Einflüsse durch den Arbeitsplatz. Gerne gebe ich Ihnen hiermit eine Rückmeldung zum Kurs.

Ihr Einstieg in dieses Thema mit einem Theorieteil wurde von den Mitarbeitenden als wichtige Grundlage angesehen. Sie haben die Alexandertechnik verständlich dargestellt und an Beispielen anschaulich erläutert. Im praktischen Teil haben Sie dann die zahnmedizinischen Teammitglieder während der Patientenbehandlung beobachtet und in einem anschliessenden Informationsgespräch die Bewegungsmuster analysiert und daraus Handlungsempfehlungen abgeleitet. In gleicher Weise gingen Sie bei der Beratung der Mitarbeitenden im administrativen Bereich vor. Ihre Einschätzungen zu den individuellen Bewegungsgewohnheiten wurden sehr geschätzt und haben zu einer nachhaltigen Sensibilisierung auf diverse Haltungsprobleme geführt.



Aufgrund unseres Qualitätsmanagementsystems erheben wir routinemässig nach jeder Fortbildung eine entsprechende Bewertung. Die Kursteilnehmenden haben sich mehrheitlich positiv über Ihre praxisnahe Vermittlung der Inhalte geäussert und beurteilten die Veranstaltung als sehr gut organisiert und strukturiert. Ihre individuellen Hinweise wurden als sehr verständlich beschrieben und Ihnen wurde eine sehr gute Vorbereitung bescheinigt. Da eine einmalige Unterweisung noch keine längerfristige Verhaltenänderung bewirken kann, denken wir bereits an eine Wiederholung des Ergonomietrainings in etwa einem Jahr.

Wir danken Ihnen ganz herzlich für die gute Zusammenarbeit und verbleiben
mit freundlichen Grüssen



Wolfgang Strübing
Prof. Dr. med. dent.
Leiter Schulzahnmedizinischer Dienst



Amt für Sozialbeiträge

► Dienste & Qualität

Reto Pavei
Grenzacherstr. 62, Postfach
CH-4005 Basel

Telefon +41 (0)61 267 86 74
Telefax +41 (0)61 267 86 44
E-Mail reto.pavei@bs.ch
Internet www.asb.bs.ch

runplus.ch
Praxis Stadtmitte
Michèle Schmid
Schneidergasse 6
4051 Basel

Basel, 20. März 2012

Ihr Einsatz im Amt für Sozialbeiträge

Sehr geehrte Frau Schmid

In der Zeit von November 2011 bis März 2012 haben Sie die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter unseres Amtes im Bereich der ergonomischen Bewegungsabläufe und Körperhaltungen ausführlich und kompetent beraten und betreut. Für Ihr Angebot und Ihre Unterstützung möchten wir uns an dieser Stelle bei Ihnen bedanken.

Bereits die theoretische Einführung als Einleitung zur Alexander Technik ist bei unseren Mitarbeitern auf grosses Interesse gestossen, sodass mehrere Termine angesetzt werden mussten.

Im Praxisteil konnten Sie dann aufgrund Ihrer analytischen Arbeit unsere MitarbeiterInnen gezielt und korrigierend auf Fehlhaltungen und einen korrekten Bewegungsablauf unter Einbezug der Büromöbel und -geräte hinweisen. Zugleich haben Sie das Verständnis für die eigene Körperhaltung geweckt. Dies wird von allen TeilnehmerInnen geschätzt und dankbar angenommen.

Die Geschäftsleitung unseres Amtes möchte Ihnen auf diesem Weg ein Feedback geben und Ihnen die positiven Rückmeldungen unserer MitarbeiterInnen übermitteln. Wir sind überzeugt, dass alle TeilnehmerInnen dank Ihrer Schulung ein Bewusstsein für die eigene Körperhaltung entwickeln konnten und Ihre Tipps und Ratschläge auch künftig am Arbeitsplatz anwenden werden.

Für die Zukunft wünschen wir Ihnen bei Ihrer verantwortungsvollen Arbeit weiterhin Freude und Befriedigung.

Freundliche Grüsse

Reto Pavei
Stv. Amtsleiter

runplus.ch
Praxis Stadtmitte
Frau Michèle Schmid
Schneidergasse 6
4051 Basel

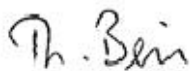
Thomas Bein
061 269 86 62
thomas.bein@unibas.ch
Basel, 23.05.2012

Ergonomie am Arbeitsplatz

Liebe Frau Schmid

Nun sind es fast zwei Monate her, seit Sie bei uns die Schulung "Ergonomie bei der Arbeit und am Arbeitsplatz" durchgeführt haben. Alle vierzehn MitarbeiterInnen unserer Geschäftsstelle haben daran teilgenommen. Die Rückmeldungen waren alle sehr positiv: Eine Weiterbildung, die viel gebracht hat – so war durchwegs die Meinung. Vor dem Kurs haben wir zusammen die Lernziele besprochen. Ziel der Schulung war es, die Teilnehmenden dazu zu befähigen, eigene Muster und Gewohnheiten zu erkennen und idealerweise so zu verändern, dass monotone Bewegungsabläufe nicht zu schmerzhaften Verkrampfungen führen. Nach einer anschaulichen Einführung haben Sie sich die Zeit genommen und jede Person einzeln während ca. einer halben Stunde am Arbeitsplatz beobachtend begleitet und sanft und doch energisch Änderungsmöglichkeiten besprochen und geübt. Der individuelle Arbeitsplatz wurde sehr konkret, mit einfachsten Mitteln neu eingerichtet: Telefone wurden von rechts nach links verschoben, Bildschirme höher oder tiefer gestellt, Tastaturen verschoben, freier Platz für Schreibarbeiten geschaffen, Tische leicht verschoben, damit der Blick auf den Bildschirm nicht von hellem Hintergrund geblendet wird, etc. etc.. Das Thema ist in unserem Arbeitsalltag immer noch präsent, die Mitarbeitenden unterstützen sich gegenseitig auf eine gute Art darin, die "richtige" Arbeitshaltung einzunehmen. Für mich ein weiteres Zeichen, dass das Thema richtig präsentiert und Ihre Impulse gut aufgenommen worden sind.

Noch einmal besten Dank und freundliche Grüsse



Thomas Bein
Geschäftsleiter VHS BB



● Ergonomie bei der Arbeit

Wie gestalte ich meinen Arbeitstag körpergerecht?

Zielpublikum: Alle interessierten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

Beschreibung: Die meisten Menschen verbringen mehr Zeit am Arbeitsplatz als zu Hause. Mit etwas mehr Grundwissen zur Anatomie und Physiologie des Körpers und den entsprechenden physikalischen Kenntnissen können Sie mit einfachen Mitteln frühzeitig viel für Ihr körperliches Wohlbefinden tun. Sie vermeiden Fehlhaltungen, Bewegungseinschränkungen und Verspannungen, wenn Sie vorhandenes Mobiliar und Arbeitsmittel körpergerecht einstellen.

Sie kennen anatomische und ergonomische Grundlagen. Sie optimieren die Bewegungsabläufe bei Ihrer Arbeit und ermüden so viel weniger schnell und können konzentrierter und schmerzfrei arbeiten.

Inhalte

- Anatomische Grundlagen
- Ergonomische Grundlagen
- Ihr Mobiliar und dessen Anwendungsmöglichkeiten
- Möglichkeiten, den eigenen Arbeitsplatz körpergerechter zu gestalten
- Zeichen des eigenen Körpers wahrnehmen

Methoden

Theoretische Inputs, praktische Übungen, Transfer auf eigene Situation

Leitung: Michèle Schmid, dipl. F.M. Alexander-Technik Coach

Dauer: 1 Tag

Preis: 320.--

Kursdaten:
Seminar 1:
Termin: 22.01.2013
Ort: Verwaltungsweiterbildung Zentralschweiz, Luzern

[Jetzt anmelden!](#)

[weitere Informationen](#)

[zurück](#)

[Übersicht ausdrucken](#)

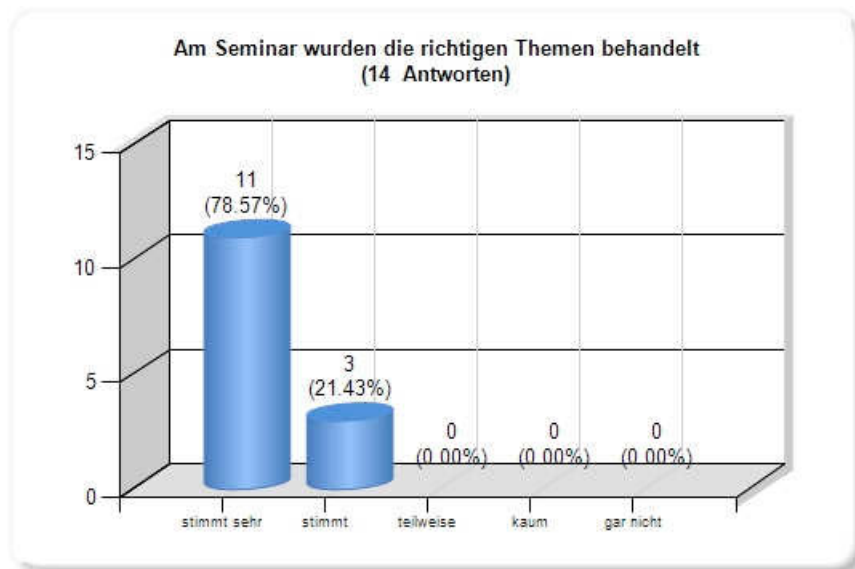
Checkbox® 4.71

Welcome: [kt_verw_pg](#)[Home](#) → [Reports](#) → [Seminar Beurteilung](#) → [Seminar Beurteilung](#) → [Run Report](#)**Seminar Beurteilung**[Reports](#) [Report List](#) [Report Properties](#) [Report Editor](#) [Run Report](#)

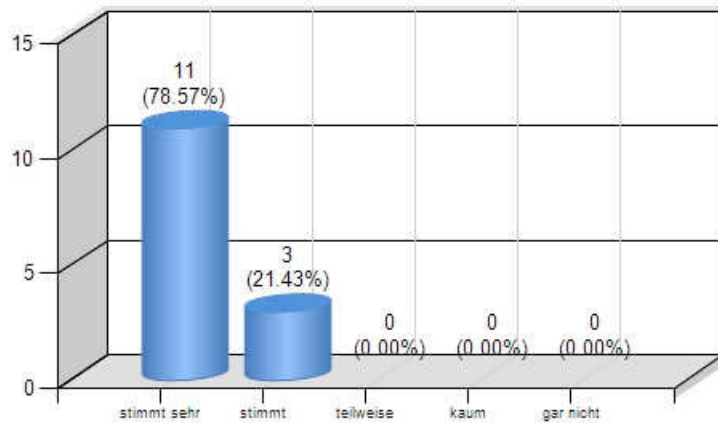
All Pages ▾

Filters Applied:*Ma_PLZ Is Equal To ge-ergo-1301***Ergonomie bei der Arbeit vom 22.01.2013**

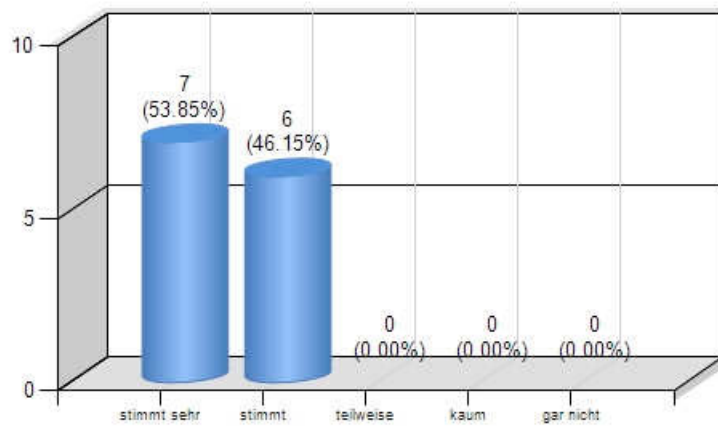
ge-ergo-1301



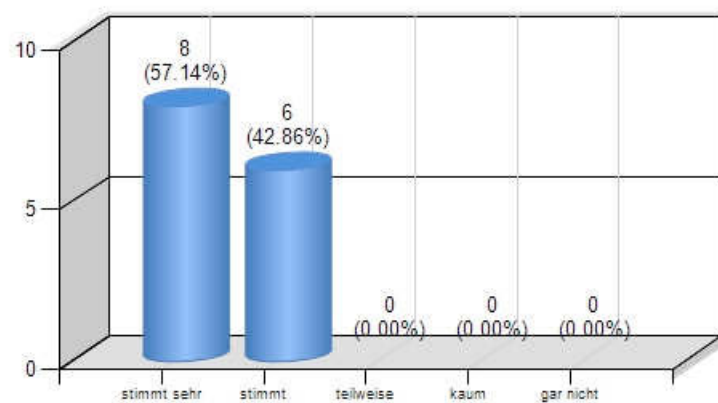
In diesem Seminar wurden meine Erwartungen erfüllt
(14 Antworten)



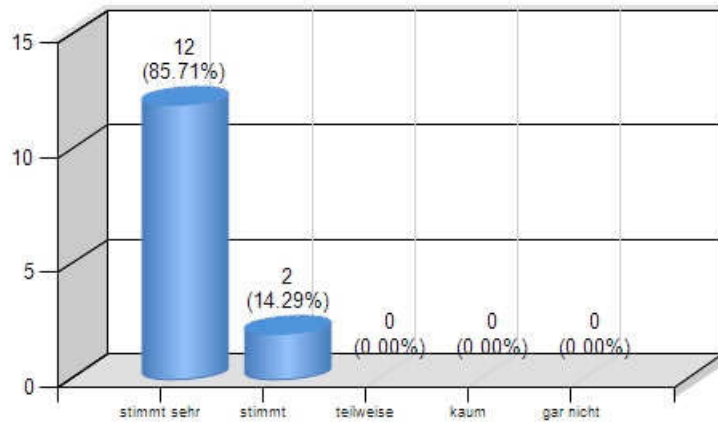
In diesem Seminar habe ich Neues gelernt
(13 Antworten)



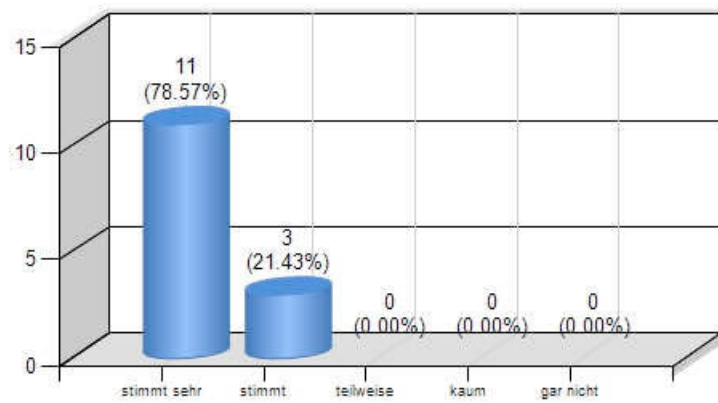
Mit dem Seminaraufbau und der methodischen Gestaltung bin ich zufrieden
(14 Antworten)



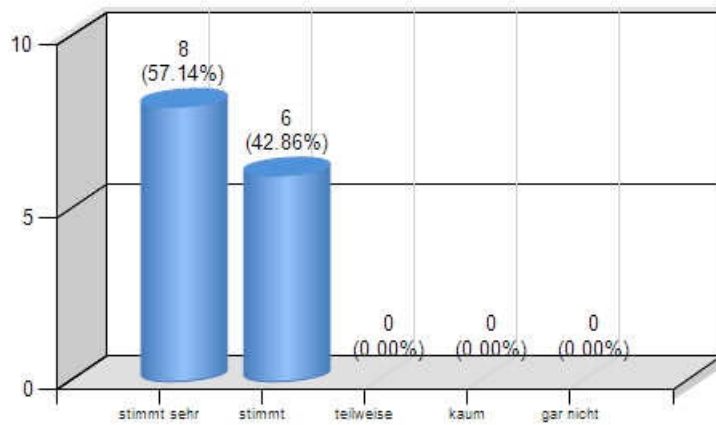
**Die Seminarleitung ist fachkompetent
(14 Antworten)**



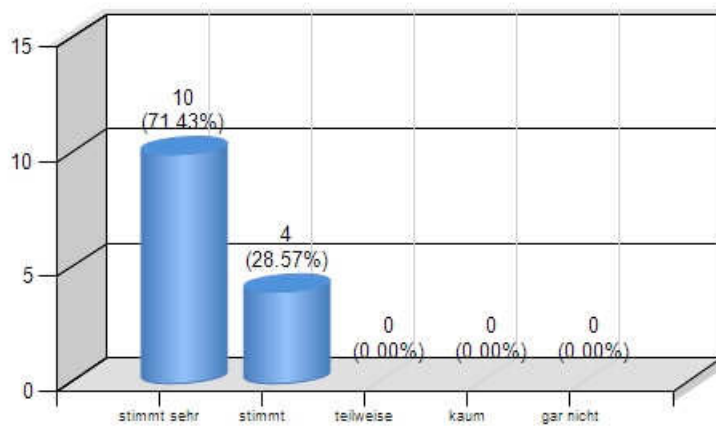
**Die Seminarleitung vermittelte die Inhalte in einer verständlichen und
anschaulichen Weise
(14 Antworten)**



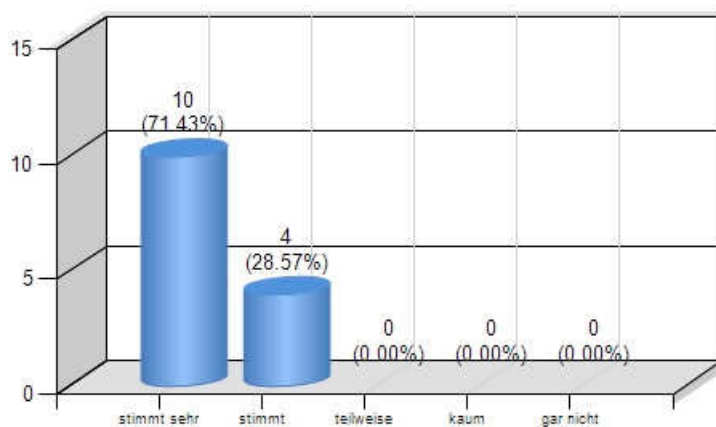
**Die Seminarleitung achtet auf die Verknüpfung von Theorie und Praxis
(14 Antworten)**



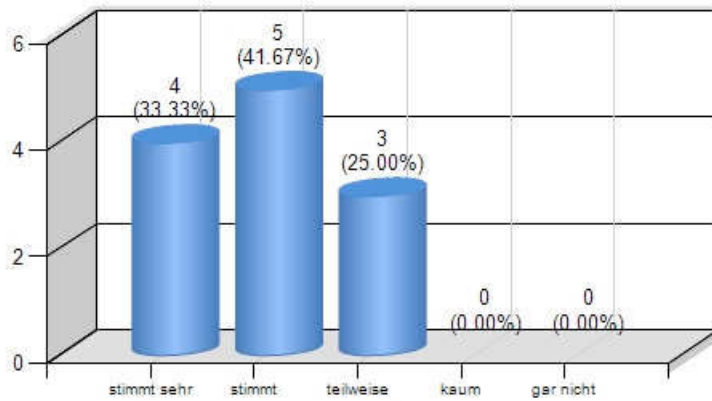
**Die Seminarleitung geht auf Anliegen der Teilnehmenden ein
(14 Antworten)**



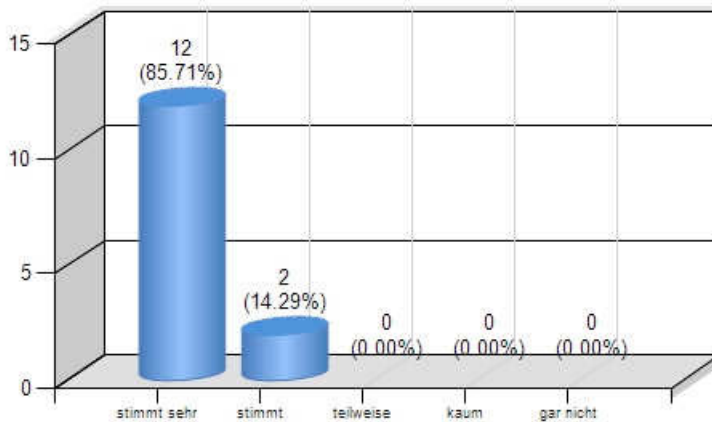
**Die Organisation des Seminars verlief reibungslos
(14 Antworten)**

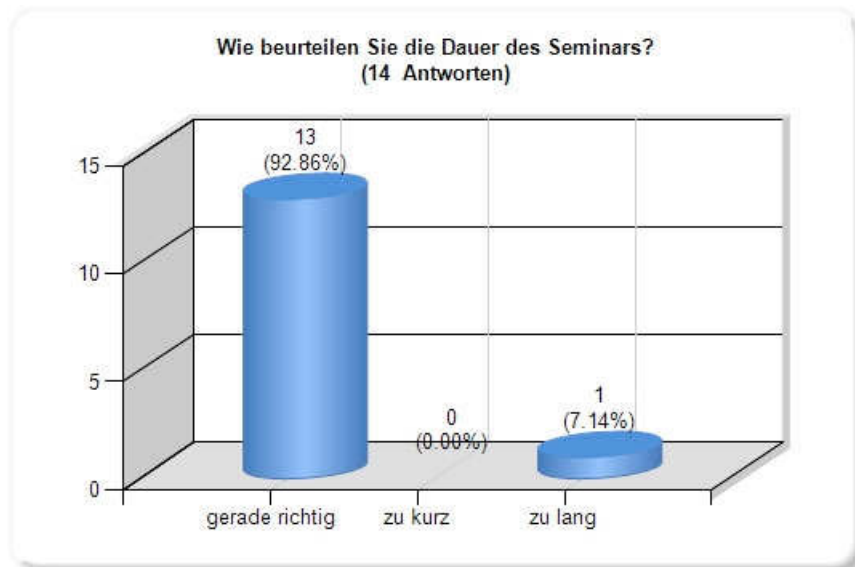


**Die Rahmenbedingungen (Ort, Raum, Infrastruktur; evtl. Hotel und Verpflegung) des Seminars sind zufriedenstellend
(12 Antworten)**



**Mit dem Seminar bin ich insgesamt sehr zufrieden
(14 Antworten)**





Was wäre an diesem Seminar zu verbessern/verändern?
(7 Antworten)

	Die Räumlichkeiten am Hirschengraben sind für Körperübungen wie sie im Kurs gemeint wurden, bzw. eben nicht richtig gemacht werden konnten, eher ungünstig. Es braucht mehr Platz auch ausserhalb des Seminarraumes.
	An diesem Seminar ist uns bewusst geworden, dass die Räume überhaupt nicht für dieses Thema geeignet ist (Raumeinteilung)
	Ein bisschen mehr praktische Beispiele wären toll gewesen - allerdings hätte der Kurs dann länger als 1 Tag sein müssen.
	--
	Das Seminar ist an sich perfekt. Man kann nach diesem Tag die eigene Problematik beurteilen und bekommt Informationen zum aktuellen Stand des Wissens über ergonomische Grundsätze. Vieles des Gehörten kann mit kleinem Aufwand sogleich konkret bei sich oder an sich umgesetzt werden, indem man nur schon besser auf sich und den Arbeitsplatz achtet. Antrainiertes Fehlverhalten wird bewusst und kann sofort prophylaktisch verändert/angepasst werden. Je nachdem ist es vielleicht eine Möglichkeit, mittels Alexandertechnikkursen vertieft an den eigenen Schwächen zu arbeiten, was vorbeugende oder verbessernde Wirkung nicht nur verspricht, sondern auch hält. Allerdings ist es wie bei Vielen, was lange fehlgelaufen ist, bedeutet möglicherweise einen längeren Prozess des Umdenkens und Umlernens, aber dieser Weg lohnt sich nach dem Gehörten auf jeden Fall.
	Sehr gut wäre es direkt den Arbeitsplatz mit Frau Schmid anzuschauen.
	Raum ist zu klein und sehr unergonomisch

Bemerkungen zur Seminarleitung und/oder zu den Referenten/Referentinnen:
(10 Antworten)

	Sehr kompetente Seminarleiterin, die sehr anschaulich referierte und uns sehr viele praktische, brauchbare und doch einfache Beispiele mit auf den Weg gab. Hat Spass gemacht.
	Sehr kompetente und erfahrene Kursleiterin, welche den Stoff anschaulich und interessant vermittelt.
	Frau Schmid ist eine spezielle Person in ihrer Art und der Vermittlung der Inhalte. Sie macht dies aber auf eine gute Art, obwohl sie ihre Philosophie der Alexandertechnik klar in den Vordergrund setzte. Das bewirkte teilweise eine abwertenden Haltung von gut gedachten anderen Ansätzen wie zum Beispiel das Volking, welches sie doch sehr abschätzend zusammen mit anderen Beispielen "zum Fenster hinaus warf" (Zitat von ihr). Sie gab sehr gute Verhaltens- und Praxisbeispiele für die Arbeit und den privaten Alltag. Ich bin überzeugt, dass ich von diesem Seminar profitieren konnte und einen Teil des Gedankengutes von Frau Schmid auch anwenden werde. Frau Schmid hat auch sehr viel mehrmals wiederholt. Das störte mich während des Seminars. Eine Nacht darüber geschlafen, muss ich allerdings sagen, dass mich gerade diese Aussagen heute Morgen begleiten. Das Ziel ist somit erreicht.
	Frau Schmid hat uns vom Beginn bis zum Ende des Kurses mit diesem Thema in Bann gezogen. Es war wirklich ein sehr spannender Tag.
	sehr kompetent und sympathisch!
	Frau Schmid verfügt über ausgezeichnete Fachkompetenz und weisse diese auch gezielt und sehr sympathisch zu vermitteln. Ich werde das Seminar gerne weiterempfehlen!
	Absolut top, sowohl die Präsentation, die positive Präsenz der Kursleiterin sowie auch das umfassende Wissen. Jeder Teilnehmer kann nur profitieren und ich empfehle dieses Seminar vorbehaltlos in meinem Team weiter.
	Frau Schmid war super
	Teilweise hat sie sich sehr stark wiederholt, was aber wahrscheinlich Absicht war, damit einem gewisse

	Informationen/Tipps wirklich bleiben.
	Sehr engagierte, kompetente Seminarleiterin

**Weitere Bemerkungen/Anregungen/Wünsche:
(4 Antworten)**

	Das Seminar sollte unbedingt beibehalten werden. Vielleicht kann Frau Schmid ja das Baslerdialekt noch ein wenig an das Luzerner Dialekt anpassen!!!! (Spassig gemeint)
	--
	Ein Lob auch an die Kursorganisation des kantonalen Angebotes für die immer tadellose Information und Organisation dieser Seminare.
	Ich und auch viele andere haben das Seminar besucht, weil wir unter Rücken- und Nackenschmerzen leiden. Daher war die "Hufeisen-Bestuhlung" des Seminarraums sehr unangenehm, da man dadurch immer schräg sitzen muss, wenn man nicht einen der hintersten beiden Plätze hat. Ausserdem wäre ein grösserer Raum besser, damit die Praxisbeispiele und Übungen besser vorgezeigt werden können.

**Was hat Ihnen an diesem Seminar besonders gefallen?
(9 Antworten)**

	Vorallem am Nachmittag konnten wir mehr praktische "Sachen" machen und uns auch mehr bewegen. Obwohl, die Kursleiterin sagte auch am Morgen mehrmals, dass man aufstehen oder herumgehen könnte, wenn man das Gefühl habe, dass man zu lange sitze.
	Der Körper stand im Mittelpunkt und Frau Schmid hat einen guten Link vom Arbeitsplatz in die Freizeit und den Alltag gemacht. Ich habe heute Morgen im Büro doch zwei, drei Anpassungen vorgenommen. Somit hat sie das Ziel eigentlich schon erreicht.
	Frau Schmid ist eine kompetente Kursleiterin, es war interessant und sie vermittelte viele Tipps, welche ich teilweise schon umgesetzt habe.
	Das Thema wurde vom ersten bis zum letzten Moment sehr spannend erläutert. Mit den wirklichkeitgetruen Situationen wurde Klarheit in diversen Themen geschaffen. Das eigene Wissen wieder hervorgeholt und erweitert.
	sehr kurzweilig
	Man erhielt einen umfassenden Einblick in die Thematik, aber ebenso entsprechende Hinweise, um sich weiter zu informieren. Hervorragend!
	Die kompetente Art der Kursleiterin und der Kursinhalt, der Schwächen aufzeigt und neue Verhaltensweisen vorschlägt, die im Alltag teils mit wenig Aufwand machbar sind. Innerhalb weniger Stunden haben wir enorm viel Wissen und analog konkrete Lösungswege aufgezeigt bekommen und auch konkret geübt.
	Sehr gute Leitung.
	Viele neue Erkenntnisse erlangt.