

IHRE VORTEILE

- ✓ **Verbesserung der Gesundheit** und Verringerung der täglichen Belastung durch Ausgleichstipps
- ✓ **Stressfrei Sitzen** durch individuelle Anpassung von Sitzmöbeln, Tastaturen, Mäusen uvm.
- ✓ **Sensibilisierung für körpergerechtes Verhalten** in der Freizeit, beim Sport oder am Arbeitsplatz
- ✓ **Steigerung der Mobilität** für ein besseres Wohlbefinden
- ✓ **Arbeitsplatzcheck** optimale Beratung durch kompletten Nachbau ihres Arbeitsplatzes im angeschlossenen Ergonomiestudio
- ✓ **Ergonomische Produkte** immer auf dem neuesten Stand
- ✓ **Beratung vor Ort** bei Ihnen zu Hause, im Büro oder bei uns im Ergonomiestudio

ANFAHRTSSKIZZE



Ergonomische Beratung
Schwerpunkt: Bildschirmarbeitsplatz



Physiotherapie
Manuelle Therapie • Brügger Therapie • Cyriax



Training und Coaching
Pilates • Nordic Walking • Minitrampolin



Seminare, Vorträge und Kurse
Fit for Business • Rückenschule • Yoga



Ganzheitliche Betreuung
durch ein Interdisziplinäres Team

Kontakt

...für ein gutes Gefühl.

DORSAS

Angela Simsek
Physiotherapeutin, ergonomische Arbeitsplatzberaterin

Äußere Brucker Straße 51
Haupteingang
91 052 Erlangen
Tel: (0 91 31) 28 53 0
Fax: (0 91 31) 81 53 15
www.dorsas.de
info@dorsas.de

Wir freuen uns auf Sie, in unseren schönen denkmalgeschützten Räumen der ehemaligen ERBA in Erlangen oder direkt bei Ihnen!

DORSAS.

Ein gutes Gefühl in Bewegung und Ruhe



Ergonomische Beratung und Schulung



Personal Training

Praxis für Physiotherapie

www.dorsas.de

Die Idee:

Der Name DORSAS ist abgeleitet von Dorsum (lat.: der Rücken) und den Initialen von Angela Simsek.



Für uns bedeutet Ergonomie, den Menschen mit all seinen individuellen körperlichen Bedürfnissen zu verstehen und ihn beim ressourcenschonenden Verhalten in jeder Hinsicht zu unterstützen.



Betriebliche Gesundheitsförderung

Bei uns finden Sie maßgeschneiderte Konzepte für die betriebliche Gesundheitsförderung. Wir unterstützen Sie bei Planung, Koordination und Durchführung.

Seminare Vorträge Einzelberatung

- Arbeitsplatzanalyse
- ergonomische Arbeitsplatzgestaltung
- Anpassung und Vermittlung von ergonomischen Arbeitsmitteln
- arbeitsplatzbezogenes Verhaltenstraining
- Seminare in Kooperation mit der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin
- Organisation von Gesundheits-/Aktionstagen

Privatkundenservice

Sie erhalten Unterstützung zum entspannten Arbeiten am Computer.

- kleine Ausgleichstipps und Entlastungsübungen mit großer Wirkung
- professionelle Entscheidungshilfe beim Kauf von Gesundheitsmöbeln und Fitnessgeräten
- kostenlose Tests von Arbeitsmitteln und Gesundheitsmöbeln für alle DORSAS Kunden



ANGELA SIMSEK

Ergonomische Beratung

Qualifikationen

- Physiotherapeutin mit umfassender Ausbildung in orthopädischer Therapie
- Referentin der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (bau)
- Rückenschullehrerlizenz des Bundesverbandes der deutschen Rückenschulen und des Zentralverbandes für Physiotherapie

Veröffentlichung:

Das Medienpaket (Buch, CD- Rom)

„Belastungsstopp – Ausgleichsübungen bei der Arbeit“, ist offizielle Schulungsunterlage der Baua

„Dank Frau Simsek haben sich meine Verspannungen gelöst. Sie hat mir viele praktische Tipps gegeben, um meine tägliche Arbeit am Computer angenehmer zu gestalten.“

Prof. Dr. Franz Kneißl



Privatpraxis für Physiotherapie

Therapieangebot

Unsere Privatpraxis ist spezialisiert auf orthopädische Therapie, Gesundheitsvorsorge, sowie Beratung bei Muskel- und Skeletterkrankungen



Personal Training

Sie stehen im Mittelpunkt unserer Arbeit. Wir erstellen Ihr individuelles indoor & outdoor Trainingskonzept und unterstützen Sie bei der Auswahl der optimalen Übungen im Fitnessstudio oder Sportverein.