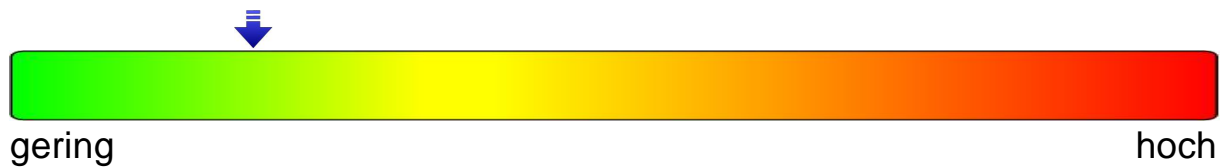


Ihr Arbeitszeitsystem ist wahrscheinlich nicht beeinträchtigungsfrei.

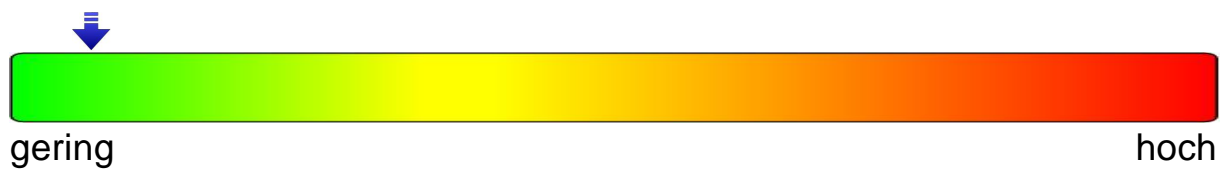
Risiko für Schlafbeschwerden



Möglichkeiten zur Reduzierung des Risikos für Schlafbeschwerden:

- Schaffen Sie einen späteren Frühschichtbeginn
- vermeiden Sie einen lang rotierten Schichtwechsel

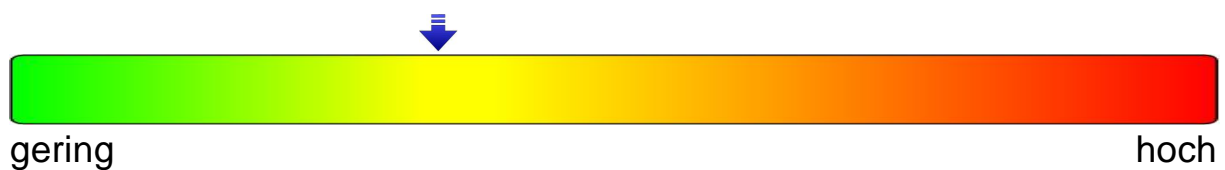
Risiko für Magen-Darm-Beschwerden



Möglichkeiten zur Reduzierung des Risikos für Magen-Darm-Beschwerden:

- Erhöhen Sie den Anteil an Ruhezeiten

Risiko für eingeschränkte Teilhabe am gesellschaftlichen Leben



Möglichkeiten zur Reduzierung des Risikos für eingeschränkte Teilhabe am gesellschaftlichen Leben:

- Reduzieren Sie die Arbeitszeiten zu sozial nutzbarer Zeit (Nachmittags und Abends)