

Merck, 직원 위해 스트레칭 비디오 개발

Merck가 직원들을 위한 스트레칭 비디오를 개발했다.

독일계 화학 및 의약기업인 한국 머크가 보건복지부



수 있는 내용으로 총 6분으로 구성됐다. <고우리 기자>

지정 척추전문 한방병원인 자생한방병원과 함께 업무 중 피로함을 느끼게 되는 직원들을 위한 스트레칭 비디오를 개발했다.

사무실에서 같은 동작을 반복하는 업무를 하거나 실험실에서 같은 자세로 오래 근무를 하다 보면 목이 뻣뻣해지고 어깨에 통증을 느끼게 된다. 또한 컴퓨터 작업을 장시간 할 경우 손목이 저린 경험을 하게 되는 사람들이 많은데 이런 증세를 완화하고 업무 중 활력을 충전하기 위해 자생한방병원과 업무 내용을 분석해 맞춤 체조 비디오를 제작했다.

7월 말 개발된 이 비디오는 목, 어깨, 팔, 척추 등의 긴장을 골고루 풀어주고 어디서나 쉽게 따라할

<화학저널 2010/10/22>