**Ein Garant für rückengerechte Alltagsgegenstände**

**Das Gütesiegel „Geprüft & empfohlen“ der Aktion Gesunder Rücken e.V.**

Rückenschmerzen können zahlreiche Ursachen haben. Sowohl einseitige Belastungen und Fehlhaltungen im Alltag als auch zu wenig Bewegung und Übergewicht sowie Stress können schmerzhafte Verspannungen im Rücken verursachen. Auch wenn die Beschwerden aufgrund von Verschleißerscheinungen wie Arthrose im Alter häufig zunehmen, leiden bereits Kinder und Jugendliche unter Rückenschmerzen. Wer schon einmal mit Schmerzen im Kreuz zu kämpfen hatte, weiß: Die Lebensqualität leidet und der Alltag kann schnell zur Belastung werden. Doch Betroffene können selbst viel tun, damit die Schmerzen schnell wieder verschwinden und die Lebensfreude zurückkehrt. Neben regelmäßiger Bewegung und der Vermeidung von Übergewicht ist auch ein rückenfreundliches Umfeld ein wesentlicher Baustein für mehr Rückengesundheit. Wer zuhause und am Arbeitsplatz auf ergonomische Alltagsgegenstände setzt, kann Fehlhaltungen und -belastungen verhindern und die Rückenmuskulatur stärken. Doch woran erkennt man rückenfreundliche Alltagshelfer? Mit Hilfe von Siegeln und Auszeichnungen werben Hersteller für die Ergonomie ihrer Produkte. Doch nicht immer halten diese auch, was sie versprechen. Im Unterscheid zu vielen anderen Labeln steht das Gütesiegel „Geprüft & empfohlen“ der Aktion Gesunder Rücken e. V. nachweislich für Qualität und Rückenfreundlichkeit und bietet dem Verbraucher bei der Wahl geeigneter Produkte einen echten Mehrwert.

**Seriöses Qualitätsmerkmal**

Der große AGR-Rückenreport – eine Umfrage mit 1.000 Teilnehmern – zeigt: Rund 73 Prozent der Befragten sind der Meinung, dass rückengerechte Alltagsprodukte dabei helfen können, Rückenschmerzen zu vermeiden. Das Bewusstsein für die Bedeutung eines ergonomisch gestalteten Umfeldes und der Wunsch nach entsprechenden Gegenständen sind groß. Am meisten Wert auf Rückenfreundlichkeit legen die Teilnehmer bei Betten und Büromöbeln. Fast 87 Prozent denken, dass ein unabhängiges Gütesiegel hilfreich sein kann, um rückengerechte Produkte zu erkennen. Das Problem: Mittlerweile gibt es so viele verschiedene Siegel, dass es schwer fällt, den Überblick zu behalten. Welches Siegel ist seriös? Die hohe Glaubwürdigkeit des AGR-Gütesiegels „Geprüft & empfohlen“ liegt vor allem an den strengen Auswahlkriterien, nach denen es vergeben wird. Das Besondere ist die medizinisch multidisziplinäre Vorgehensweise. Um von der AGR zertifiziert zu werden, müssen Produkte nicht nur einen Kriterienkatalog erfüllen, sondern sie werden zudem von einem unabhängigen medizinisch-therapeutischen Expertengremium begutachtet und geprüft. Erst dann können sie das AGR-Gütesiegel erhalten. Im Gegensatz zu anderen Auszeichnungen spielen reine Verkaufsinteressen der Industrie bei der Vergabe des Gütesiegels der AGR keine Rolle. Verbraucher können deshalb auf den ersten Blick erkennen, welchen Produkten sie vertrauen können.

**Ein Prüfsiegel mit Auszeichnung**

Das Gütesiegel „Geprüft & empfohlen“ der AGR zeichnet nicht nur rückengerechte Alltagsprodukte aus, sondern hat auch selbst Auszeichnungen als besonders verlässliches Siegel mit einem echten Mehrwert für Verbraucher erhalten. Von der Zeitschrift ÖKO-TEST wurde es bereits als „sehr gut“ bewertet und von „Label-online.de“, einem Portal des Bundesverbandes „Die Verbraucher Initiative e. V.“, mit der Bestnote „besonders empfehlenswert“ ausgezeichnet. Weitere Informationen unter www.ruecken-produkte.de

**Kurz & bündig**

**Unterstützung beim Kauf rückenfreundlicher Produkte**

Mit Rückenschmerzen leidet die Lebensqualität erheblich. Ein wichtiger Baustein für mehr Rückengesundheit sind ergonomische Alltagsprodukte. Doch woran erkennt man Qualität und Ergonomie dieser Alltagshelfer? Rückenfreundliche Produkte mit dem Gütesiegel „Geprüft & empfohlen“ der Aktion Gesunder Rücken (AGR) e. V. können dazu beitragen, Rückenschmerzen zu vermeiden. Ein unabhängiges Gremium aus Ärzten und Therapeuten nimmt Alltagsgegenstände unter die Lupe. Ausgezeichnet werden nur besonders rückengerechte Produkte, die den strengen Anforderungen der unabhängigen Experten entsprechen. Verbraucher können deshalb mit Hilfe des AGR-Gütesiegels auf den ersten Blick erkennen, welchen Produkten sie vertrauen können. Weitere Informationen unter www.ruecken-produkte.de

**Über die AGR**

Die Aktion Gesunder Rücken (AGR) e. V. arbeitet seit über 20 Jahren daran, ein Bewusstsein für die Bedeutung rückengerechter Verhältnisse zu schaffen. Eine wichtige Entscheidungshilfe für Verbraucher stellt das AGR-Gütesiegel „Geprüft & empfohlen“ dar. Alltagsgegenstände, die von unabhängigen medizinischen Gremien als besonders rückenfreundlich eingestuft werden, können mit dem renommierten Siegel ausgezeichnet werden. Weiterführende Informationen zum AGR-Gütesiegel und zu zertifizierten Produkten gibt es unter www.ruecken-produkte.de.