



Cursus Fysieke belasting op maat Medewerker Ondersteunende Dienst

In de cursus wordt een praktische aanpak van gesignaleerde problemen aangeboden en gezamenlijk met de deelnemers naar de meest optimale oplossing toegewerkt. De praktijkrichtlijnen voor ondersteunende diensten en de manier van dynamisch bewegen, behandeld in de basiscursus, zijn hierbij de leidraad.

Visie

Door kennis te hebben van mogelijke oorzaken van (fysieke) klachten kunnen deelnemers gericht kijken naar de manier van uitvoering van hun werkzaamheden. Door medewerkers actief mee te laten denken over de fysieke belasting die zij in hun werk tegenkomen, zullen zij creatiever zijn in het bedenken van oplossingen die bijdragen tot verbetering van de eigen houding en beweging en manier van werken. Men kent elkaars valkuilen waardoor men elkaar kan helpen om op een ergonomisch verantwoorde wijze te werken.

Doelstelling

De specifieke problemen worden in kaart gebracht om vervolgens in de praktijk te bekijken hoe het anders kan. De ergocoaches (of andere deskundige) kunnen na de cursus FB op maat, samen met de medewerkers, adviezen omzetten in afspraken.

Collega's kunnen elkaar onderling aanspreken op hun houding en beweging door de opgedane kennis.

Doelgroep

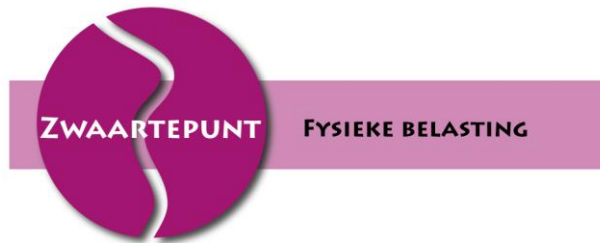
Deze cursus is met name bedoeld voor medewerkers van ondersteunende diensten die de "basisscholing Fysieke Belasting" al gevolgd hebben en bij voorkeur gecoacht (gaan) worden door de ergocoach Ondersteunende Dienst. De groep is werkzaam op eenzelfde (soort)afdeling en is niet groter dan 8-10 deelnemers.

Inhoud in modules

Module 1. Analyse (3 uur)

De docent (eventueel in samenwerking met de ergocoach) maakt een analyse, gericht op de fysieke belasting van medewerkers **per werkplek en/of dezelfde werkzaamheden** (zoals personeel keuken of vervoerdienst).

Analyseformulieren worden door de medewerkers ingevuld. Vervolgens diept de docent de genoemde problemen verder uit door deze ter plekke te bekijken en te



fotograferen. De bevindingen van de analyse worden uitgewerkt in de "**Cursus FB op maat**" **dagdeel 2**.

Module 2. Ergonomisch verantwoord werken/bewegen (3 uur)

De thema's worden bepaald door wat er uit de analyses en bijbehorende probleem-top 10 naar boven komt. De praktijkrichtlijnen zullen hierbij aan de hand van praktische werkzaamheden besproken en geoefend worden. Veelal komen tilwerkzaamheden, reiken en het zwaar manoeuvreren, alsmede de statische belasting aan bod. Verdere aandachtsgebieden zijn werkhouding en -hoogte en het gebruik van (aanwezige) hulpmiddelen.

In overleg kunnen de adviezen na afloop in een **naslagwerk** "cursus FB op maat" worden uitgewerkt.

Tijdsduur en studiebelasting

Tijdsduur:

1 dagdeel à 3 uren, waarbij de analyse wordt uitgevoerd door de docent

1 dagdeel à 3 uren scholing van de medewerkers

Studiebelasting: geen

Kwalificatie

Indien gewenst is schriftelijke toetsing mogelijk. De toets wordt kort nabesproken en vervolgens krijgen de deelnemers (indien de toets voldoende gemaakt is) een certificaat uitgereikt.

Informatie

Mogelijkheid is dat Zwaartepunt de ergocoaches Ondersteunende Dienst aanleert hoe zij zelf de scholing op maat kunnen doen. Hiertoe zullen de ergocoaches een (didactische) training krijgen waarin zij zelf de analyse leren uitwerken tot een advies op maat. Zij bereiden een scholing voor en voeren deze uit, waarbij zij gecoacht worden door een docent van Zwaartepunt. (zie folder Ergocoach Ondersteunende Dienst).

Voor meer informatie en offerte aanvragen: *Ga naar button "contact"*.