



Opleiding tot Ergocoach Zorg

In de 6-daagse opleiding tot Ergocoach Zorg worden de kennis en vaardigheden aangereikt om teams op de werkplek te kunnen coachen in een ergonomische én haptonomische manier van werken, waarbij de cliënt optimaal wordt betrokken en geactiveerd. Thema's zijn: eigen houding en beweging, kennis van de praktijkrichtlijnen fysieke belasting, verplaats- en tiltechnieken, coachen, analyseren en oplossen van problemen en casuïstiek. Middels opdrachten leert de deelnemer de verworven inzichten en vaardigheden over te brengen aan anderen en te coachen. De competenties van de opleiding komt grotendeels overeen met het ergocoach paspoort van Gezond en zeker.

Visie

De ergocoach kan aan haar taak voldoen als zij zelf over voldoende kennis en vaardigheden beschikt. Door de voorbeeldfunctie is het van belang dat er aandacht is voor het verbeteren van de eigen houding en manier van bewegen, om het vervolgens bij anderen goed te kunnen coachen. In de verplaatstechnieken staat het optimaliseren van de eigen activiteit van de cliënt centraal en het hierbij aansluiten door de ergocoach. Vervolgens vergt het coachen van het team de nodige coachingsvaardigheden. Om goed zicht te krijgen op de beginsituatie en duidelijk te kunnen maken aan de organisatie hoe het met de fysieke belasting gesteld is, is het maken van een analyse van de problemen belangrijk. Naast landelijke meetinstrumenten, worden ook de medewerkers op de werkplek gevraagd een analyse in te vullen waardoor er een goed beeld ontstaat wat er allemaal speelt.

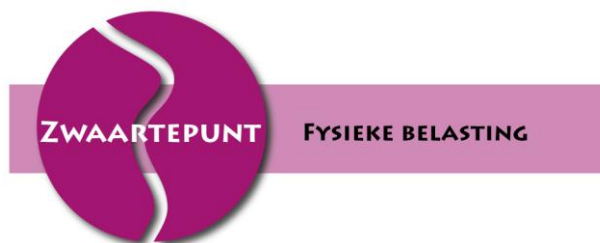
Doelstelling

De ergocoach kan medewerkers coachen en adviezen om de fysieke belasting te verminderen omzetten naar afspraken op de werkplek. De Ergocoach is in staat te analyseren en actief mee te denken in het kader van de aanpak fysieke belasting.

Doelgroep

Deze opleiding is bedoeld voor zorgverleners en begeleiders (vanaf opleidingsniveau 3, bijvoorkeur niveau 4), ergocoaches, coördinator ergocoach, fysiotherapeuten en ergotherapeuten die een coachende functie hebben binnen het beleid van fysieke belasting.

De maximale grootte van de groep is 8 deelnemers. Zij worden begeleid door 1 vaste docent. De docent is bekend met de problemen die de ergocoach kan



tegen komen. Zij is haptonomisch en ergonomisch geschoold waardoor ze in staat is het gehele traject te begeleiden.

Inhoud

De opleiding Ergocoach Zorg is voornamelijk gericht op de cliëntgerichte aspecten van fysieke belasting. Hij duurt **6 dagen** en bestaat uit de volgende 6 modules:

| | Module | Aantal Dagdelen (1 dagdeel is 3 uren) |
|---|-------------------------|---|
| 1 | Benaderen en begeleiden | 2 |
| 2 | Ergonomie | 2 |
| 3 | Verplaatsen en Tillen | 3 |
| 4 | Analyse | 2 |
| 5 | Coachen | 2 |
| 6 | Casuïstiek | 1 |

De deelnemers krijgen per module verschillende werkopdrachten die ze moeten voorbereiden. Alle deelnemers doen ervaring op in het lesgeven/coachen. Zij krijgen feedback over hun wijze van coachen van de mededeelnemers en de docent(en) van Zwaartepunt.

1. Module Benaderen en begeleiden

In deze module worden verschillende aspecten aangaande benaderen en begeleiden van cliënten uitgewerkt op basis van haptonomische principes. Deze worden gekoppeld aan praktijksituaties die de deelnemers regelmatig tegenkomen. Er worden praktische tips gegeven wat betreft de houding en het bewegen van alle deelnemers. De basisvoorwaarden van het bewegen komen aan de orde. Het in beweging brengen en begeleiden van een cliënt wordt in de praktijk geoefend. De veel voorkomende basisbewegingen omrollen in bed, van zit naar stand en het lopen worden hierbij uitgediept. De beide dagdelen bestaan hoofdzakelijk uit praktijkoefeningen.

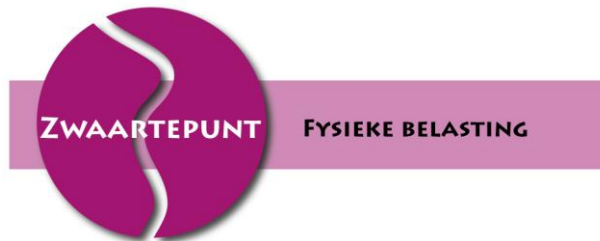
2. Module Ergonomie

Deze module is toegespitst op de gezondheidszorg en is zowel theoretisch als praktisch van aard. De praktijkrichtlijnen fysieke belasting lopen als een rode draad door deze module heen.

Op een praktische wijze wordt duidelijk gemaakt wat de ergonomisch verantwoorde til-, werk-, duw- en trekhoogten/-houdingen zijn. De deelnemers doen ervaring op in het lesgeven door het uitwerken van praktijkopdrachten en deze vervolgens te presenteren aan hun medecursisten.

3. Module Verplaatsen en Tillen

In deze module worden manuele technieken en technieken met hulpmiddelen op haptonomische basis en ergonomisch verantwoorde wijze aangeleerd. De deelnemer leert hoe hij coachend een techniek kan overbrengen op een ander en



brengt dit ook in de praktijk. De organisatie krijgt de cd-rom "Begeleiden, Verplaatsen en Tillen" digitaal aangeleverd zodat deze eventueel op het intranetwerk te plaatsen is. De ergocoach kan de technieken (met/zonder hulpmiddelen) die voor zijn cliënten/afdeling van toepassing zijn uitprinten vanaf het intranetwerk. De ergocoach leert hoe je gewenste technieken in een persoonlijk BVT-protocol (Begeleiden, verplaatsen en tillen) invult en wat het belang is van het bijhouden van deze protocollen.

4. Module Analyse

De deelnemer maakt een nulmeting van zijn werkplek. Hij kan vervolgens de specifieke problemen die zich voordoen op gebied van fysieke belasting met behulp van zijn collega's op de werkplek in kaart brengen en gerichte adviezen geven gericht op de werkplek. Hierbij wordt gebruikt gemaakt van verschillende meetinstrumenten en de, door Zwaartepunt zelf ontwikkelde, aanvullende analyse Zorg. De deelnemer presenteert de resultaten en de conclusies aan mededeelnemers. Tevens kunnen zij naar aanleiding van de gemaakte nulmeting het management inzicht geven waar de knelpunten liggen. Om de kwaliteit te waarborgen kan de ergocoach de nulmeting zelfstandig jaarlijks herhalen.

5. Module Coachen

Er komen communicatieve aspecten op een praktische wijze aan de orde die voor de Ergocoach van belang kunnen zijn in de communicatie naar het management en het coachen van de medewerkers. Er vinden praktische oefenvormen plaats die o.a. gericht kunnen zijn op feedback geven, de juiste vragen stellen, actief luisteren, omgaan met weerstanden, hoe motiveer ik mijn team en hoe spreek ik iemand aan op een verkeerde houding.

6. Module Casuïstiek

De kennis en vaardigheden van de vorige 5 modules wordt in praktijk gebracht in de vorm van een casus van de eigen werkplek. Eén van de problemen uit de top 10 van fysiek belastende handelingen wordt verder uitgediept. Vervolgens wordt de uitgewerkte casus voorgelegd aan de mededeelnemers. Het is de bedoeling dat er samen naar een oplossing wordt gewerkt. De ergocoach heeft zelf ook naar oplossingen gekeken maar gaat coachend te werk in het zoeken van een oplossing.

Deelnemer krijgt per module een reader en daarnaast digitale bestanden waaronder analyse meetinstrumenten en verplaats- en tiltechnieken.

Tijdsduur en studiebelasting

Tijdsduur: 6 dagen
Studiebelasting: 24 uren



Kwalificatie

Indien de deelnemers opdrachten naar behoren hebben uitgevoerd en de modules gevolgd hebben, ontvangen de deelnemers na afloop het **certificaat Ergocoach Zorg**. In overleg met de opdrachtgever wordt bekeken hoe men alsnog het certificaat kan behalen als niet aan de voorwaarden voldaan wordt.



Zwaartepunt is in het bezit van kwaliteitskeurmerk van V&V. Deze opleiding is voor verpleegkundigen en verzorgenden geaccrediteerd door V&V. De puntenverdeling is als volgt: zorgvragergericht 56 punten, professiegericht 2 punten, organisatiegericht 2 punten

Informatie

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