

Informatie basistraining Preventie fysieke belasting en haptonomisch verplaatsen deelnemers

Lesboek : Handboek haptonomisch verplaatsen

Contactonderwijs : 4 dagdelen, totaal 12 uur

Gewenste zelfstudie : 4 uur

Totaal 16 uur

Inleiding

Welkom in de basistraining Preventie fysieke belasting en haptonomisch verplaatsen! Werken in de zorgverlening wordt erkend als zwaar beroep. Veel zorgverleners hebben klachten aan het bewegingsapparaat ten gevolge van hun werk. Daarom is het belangrijk dat je de oorzaken voor het ontstaan van deze klachten kent en leert voorkomen.

In deze training leer je in 4 dagdelen en 4 uur zelfstudie hoe je dat kunt doen. De lessen bestaan voor een deel uit theorie. Je leert onder andere hoeveel kilo je mag tillen, hoe lang je in een belastende houding mag werken, welke hulpmiddelen en aanpassingen nodig zijn om je werk veilig uit te kunnen voeren.

Veilig werken is niet alleen van belang voor jou. Van evenveel belang is dit voor de cliënt en de mantelzorg. Soms moet je ingrijpende eisen stellen aan je werkomgeving. De introductie van een hoog-laag-bed (thuiszorg) of van een tillift is niet altijd makkelijk en kan voor veel discussie zorgen tussen jou en de cliënt maar ook tussen collega's onderling.

In deze training leer je precies waar de grens ligt. Wanneer moet je nou precies een hoog-laag-bed inzetten? Wanneer een tillift? En waar moet die tillift eigenlijk aan voldoen voordat jij ermee mag werken? Wat moet een cliënt nog kunnen om transfers binnen de grenzen van het bed uit te voeren? En wanneer heb je daarvoor een glijrol of trekzeil nodig? In deze training komt dit allemaal aan bod.

Behalve dat je dit allemaal wilt weten, wil je het ook kunnen. Daarom bestaat meer van de helft van het aantal lessen uit praktijk. We oefenen met elkaar de haptonomische verplaatsingstechnieken. Haptonomisch wil zeggen dat je gebruik leert te maken van het bewegingsvermogen van de cliënt, hoe klein dat ook nog is. Je leert hoe bewegingen eigenlijk in elkaar zitten, waar je aan moet raken om iemand in beweging te krijgen en waar juist niet. Je leert vooral ook hoe je zelf het beste kunt bewegen bij het verplaatsen zonder dat je gaat trekken en duwen aan de cliënt. En tot slot leer je hoe je gebruik kunt maken van je eigen lichaamsgewicht in plaats van je spierkracht.

De training zit zo vol met informatie dat je dat achteraf misschien graag nog eens terug wilt lezen. Gelukkig krijg je daarvoor je eigen naslagwerk mee naar huis: het Handboek Haptonomisch Verplaatsen. Om tussen de lessen door te studeren en om na de training nog eens iets op te zoeken.

Een plezierige training gewenst!

Doel van de training

Na de training kun je individueel en in teamverband zo werken dat je klachten aan het bewegingsapparaat ten gevolge van je werk en werkomstandigheden zoveel mogelijk voorkomen.

Beoordelingswijze

Er is aan deze training geen toets verbonden.

Plaats waar de training gegeven wordt

Instituut voor Rugklachtenpreventie en Haptonomie
Koningsplein 38-B
2518 JH Den Haag

Parkeren voor de deur is gratis tot 18.00 uur.

Met openbaar vervoer bereikbaar: tramlijnen 11 en 16 en met Randstadrail 3.

Raadpleeg voor haltes en tijden www.9292.nl

Overzicht van de trainingsactiviteiten

Naast de lessen zijn er een aantal zelfstudie-opdrachten. Om optimaal van de lessen te profiteren is het noodzakelijk dat je de opgegeven lesstof leest en de opgedane kennis zoveel mogelijk in praktijk brengt.

Activiteit	Waar	Met wie	Duur±
1. Theorie- en praktijkles	Leslokatie	Lesgroep	3 uur
2. Zelfstudie	Thuis	Individueel	1,5 uur
3. Theorie- en praktijkles	Leslokatie	Lesgroep	3 uur
4. Zelfstudie	Thuis	Individueel	1,5 uur
5. Theorie- en praktijkles	Leslokatie	Lesgroep	3 uur
6. Zelfstudie	Thuis	Individueel	1 uur
7. Praktijkles	Leslokatie	Lesgroep	3 uur