**Programma Arbo training 2019**

|  |  |
| --- | --- |
| 13.00 | Welkom, voorstellen, invullen presentielijst, uitleg programma |
| 13.10  | Theorie uitleg belang van goede arbeidsomstandigheden, praktijkregels zorg en belang van jaarlijks en bij verandering evalueren van de Arbocheck  |
|  | Inventariseren knelpunten uit de praktijk |
|  | Na bespreken e-learning opdrachten |
|  | In groepjes van 3 personen 5 vragen opdracht uitvoeren en nabespreken  |
| 13.40 | Uitgangspunten en oefenen ergonomische lichaamshoudingen |
|  | Verdeling 4 groepen en uitvoeren van opdrachten: werken met glijzeilen, steunkousen aan-uit, werken met tilliften, casuïstiek knelpunten uit de praktijk |
| 14.30 | Pauze |
| 14.40  | Nabespreken opdrachten en uitleg door trainer |
| 15.30  | Rouleren opdrachten en nabespreken |
| 15.50 | Korte evaluatie en uitdelen certificaten |
| 16.00  | Einde bijeenkomst |