

# ERGONOMI OG FORFLYTNINGER

Klar til brug og altid opdateret



**Vi har i samarbejde med fagspecialister fra Gyldendal Uddannelse udviklet et digitalt læringsmodul i ergonomi og forflytninger. Modulet er målrettet alle, som har direkte kontakt med borgere, der har brug for hjælp til forflytning.**

Der sker desværre alt for mange arbejdsskader, fordi der ikke er opmærksomhed nok på arbejdsstillinger og forflytningsteknikker. I dette modul stiller vi skarpt på ergonomi, hvor vi kommer rundt om de grundlæggende principper for, hvordan vi bruger kroppen hensigtsmæssigt, når vi arbejder – og hertil er der 10 konkrete anvisninger til typiske forflytninger i dagligdagen.

Indholdet er udarbejdet med udgangspunkt i de anerkendte forflytningsteknikker, og vi læner os selvfølgelig op af den nyeste viden, som blandt andet BrancheFællesskabet for Arbejds miljø for Velfærd og Offentlig administration udgiver.

Brug dette modul til at sætte fokus på arbejdsstillinger og forflytningsteknikker, og hvor du samtidig sikrer dig, at alle får den fornødne basisviden om emnet.

## Muligheder

**Modulet udbydes både til enkeltpersoner og organisationer.** Organisationsmodellen fås i en "klar-til-brug-udgave" eller som lokaltilpasset modul tilpasset jeres design og lokale procedurer.

## FAKTA

### HVAD

Med dette modul sikrer I, at alle har samme referenceramme, og det bliver samtidig nemt også at undervise midlertidigt personale som fx vikarer og sommerferieafløserere. Modulet tager ca. 30 minutter at gennemføre.

• • •

### HVORDAN

Modulet er et digitalt læringsforløb, der kan tages, når som helst og hvor som helst – bare der er internetadgang. Modulet er fuldspeaket og pædagogisk illustreret. Der er øvelser undervejs, og det er nemt at gå til for alle. Vi sørger for, at indholdet altid er opdateret til seneste nye viden og praksis. Efter endt gennemførelse udstedes et personligt kursusbevis, og modulet kan herefter anvendes som opslagsværk.

• • •

### I PRAKSIS

Modulet kan kobles op på et administrationssystem (LMS), og det betyder, at alle læringsaktiviteterne dokumenteres og kan følges op.

**Guide2know** *e-learning*  
En del af Gyldendal-gruppen 

Guide2know ApS / Telefon 88 43 71 00  
mail@guide2know.dk / www.guide2know.dk

## Faglige emner

**Oplevet varighed ca. 30 minutter**

### Ergonomi

De fysiske love

Hensigtsmæssige arbejdsstillinger

Forflytningspyramiden

### Forflytninger

Ud til siden – en hjælper

Ud til siden – to hjælpere

Vende sig om på siden – en hjælper

Vende sig om på siden med loftlift – to hjælpere

Højere op i sengen – en hjælper

Højere op i sengen – to hjælpere

Op at sidde på sengekanten – en hjælper

Op at sidde på sengekanten – to hjælpere

Fra en siddende stilling til en anden – en hjælper

Fra en siddende stilling til en anden  
med forflytningsplatform – to hjælpere

## Business-case

Læringsmodulet kan tages når som helst, hvor som helst – blot der er internetadgang. Det betyder, at det langt de fleste steder vil kunne gennemføres indimellem i den daglige drift.

Udover hver enkelt brugers tid sparer I på transport, forplejning og eventuelle instruktørudgifter.

Læringsmodulet kan endvidere efterfølgende bruges som et altid opdateret opslagsværk.

*Guide2know er Danmarks foretrukne leverandør inden for e-læring til det kommunale område. Vi har over halvdelen af landets kommuner som kunder, vi har udviklet mere end 400 forskellige læringsforløb og haft flere end 400.000 brugere igennem vores læringsmoduler.*

*Vores erfaringsdatabase er stor, og det er hele dette afsæt, vi også bringer med ind i nye projekter og samarbejder.*

## Øvrigt indhold

Quizzer

Vejledninger

Evalueringsfunktion

Kursusbevis

