

ERVARING LEERT ...

## Coach fysieke arbeidsbelasting en ergonomie

Na het volgen van de cursus fysieke arbeidsbelasting en ergonomie heeft u of uw medewerker een goede basiskennis voor het herkennen van knelpunten met betrekking tot fysieke belasting op de werkplek.

Het voordeel van een coach fysieke arbeidsbelasting en ergonomie in uw onderneming is de directe beschikbaarheid bij fysieke klachten van medewerkers. U of uw medewerker kan een eerste basisanalyse doorvoeren en aanbevelingen geven met betrekking tot verbeterpunten over de werkplek ergonomie. Een coach fysieke arbeidsbelasting en ergonomie is een klankbord voor overige medewerkers met betrekking tot fysieke overbelasting. Hierdoor worden de kosten voor externe professionals beperkt.

### Inhoud

De inhoud bestaat uit een theorie en praktijk gedeelte.

#### Theorie

- ♥ Arbo-omstandigheden, wet- en regelgeving met betrekking tot preventie van fysieke overbelasting.
- ♥ Meerdimensionaal belasting- belastbaarheidsmodel.
- ♥ Anatomie en bewegingsleer.
- ♥ Meetmethodes bij:
  - ♥ Tillen en dragen.
  - ♥ Duwen en trekken.
  - ♥ Trillen.
  - ♥ Externe factoren zoals licht, geluid en temperatuur.
  - ♥ Beeldschermwerk;  
Comfortzone online analyse tool.
- ♥ Kantoor ergonomie; Is zitten het nieuwe roken?
- ♥ Ergonomie in de industrie.
- ♥ Praktijk
- ♥ In kleine groepjes onder begeleiding werken aan individuele- en groepsopdrachten.

fysieke arbeidsbelasting en ergonomie



ERVARING LEERT ...

**Coach fysieke arbeidsbelasting en ergonomie****Voor wie?**

- ✔ Preventiemedewerkers
- ✔ Arbo-coördinatoren
- ✔ Arbocoaches
- ✔ Leidinggevenden
- ✔ Paramedici
- ✔ HRM en P&O medewerkers
- ✔ Arbeidshygiënisten
- ✔ KAM-medewerker

**Niveau**

Voor deze cursus zijn geen begin- & opleidingsniveaus vastgesteld.

**Duur**

De cursus duurt een dag en is opgedeeld in een theoretisch deel (ochtend) en een praktisch deel (middag). Minimale aantal deelnemers is acht.

**Locatie**

Trainingscentrum Nuth of op klantlocatie  
Liever een cursus dag In-Company?  
Dat is mogelijk bij voldoende deelnemers.  
Graag bieden wij U een offerte op maat.  
Neem gerust contact op.



fysieke arbeidsbelasting en ergonomie