

Workshop On The Job voor Sociaal Fonds bakkersbedrijf

Toolbox BackPerfect® van 1 uur, gevolgd door een persoonlijk werkplekbezoek

De Toolbox is maatwerk gericht op basis veilig ruggebruik bij hanteren van lasten, aangevuld met varianten van GewichtHeffersTechnieken en diverse mogelijkheden bij GewichtHeffersTechnieken om de fysieke belasting verder te verminderen. Bij het persoonlijk werkplekbezoek wordt veilig ruggebruik in de echte eigen werksituatie praktisch getraind.



Veilig en onveilig ruggebruik



Programma

- STEP Nederland, visie en werkwijze
- Doelstelling Toolbox
Bewustmaken van de mogelijkheid om fysieke belasting terug te dringen door:
 - a. veilig manueel hanteren van lasten
 - b. veilig lichaamsgebruik bij hanteren van hulpmiddelen
- Manueel hanteren van lasten ja en nee
- Manueel hanteren van lasten, Varianten bij GewichtHeffersTechnieken
- Manueel hanteren van lasten. Verbinden, Afsteunen, Kantelen en Dichtbij (VAKD) bij GewichtHeffersTechnieken
- **Praktijk** aanleren basis Veilig ruggebruik bij manueel hanteren van lasten
- **Praktijk** Varianten en VAKD bij GewichtHeffersTechnieken

De Fysieke belasting bij het manueel hanteren van lasten wordt niet alleen bepaald door

Wat je doet

maar vooral door

HOE je het doet