

# Training Fysieke belasting en ADL in de (verpleeghuis)zorg

## Leerdoelen:

- De deelnemer kent de praktijkrichtlijnen fysieke belasting cliëntgebonden handelingen ([www.arbocatalogusvvt.nl](http://www.arbocatalogusvvt.nl)) en kan deze vertalen naar praktijksituaties.
- De deelnemer kent de principes van ergonomisch werken en kan deze toepassen.
- De deelnemer kent de principes van de juiste benadering, handvattingen, ruimte geven, meebewegen, spiegelen e.d. (haptonomisch werken) en kan deze toepassen.
- De deelnemer kent enkele technieken voor transfers rond de stoel, rond en in het bed, met en zonder hulpmiddelen.
- De deelnemer is op de hoogte van de mogelijkheden, risico's en regelgeving bij werken met tilliften en weet hoe de liften werken.
- De deelnemer kan zorgvuldige afwegingen maken tussen het gestelde in de praktijkrichtlijnen cliëntgebonden handelingen, de vaardigheden en vragen van zorgverleners en de fysiotherapeutische behandeldoelen.
- De deelnemer kan zorgverleners adviseren en instrueren op het gebied van bovenstaande zaken.

## Duur:

- Twee dagdelen (6 contacturen)
  - o Theorie en discussie: 2 uur
  - o Praktijk: 4 uur
  - o Na de inleiding met presentatie en discussie is tijdens de praktijk eveneens tijd ingeruimd voor discussie.

## Inhoud

- Relevante wet en regelgeving (Arbowet), rechten en plichten.
- Praktijkrichtlijnen fysieke belasting cliëntgebonden handelingen.
- Relevante websites met informatie.
- Uitdagingen en discussiepunten: de praktijkrichtlijnen versus fysiotherapeutische behandeldoelen en de mening en vaardigheden van zorgmedewerkers.
- Praktijk:  
Er wordt geoefend met onderstaande technieken, waarbij de uitvoering van de handelingen en het ervaren van de technieken als 'cliënt' aandacht krijgen:
  - o Ergonomische principes (dichtbij en recht voor, hoogte, krachtrichting).
  - o Haptonomische principes (benaderen, uitnodigen, ruimte, tempo).
  - o Transfers in- en rond de stoel (rolstoel, toilet e.d.).
  - o In- en uit bed (zonder hulpmiddelen).
  - o Verplaatsingen in bed (o.a. met glijmateriaal).
  - o Transfers met tilliften.
  - o Therapeutische elastische kousen aan- en uittrekken met diverse hulpmiddelen.
  - o Aan- en uitkleden (o.a. met glad materiaal, glijbroek e.d.).

## Vormen:

- Interactieve presentatie met theoretische kennis over wet- en regelgeving, praktijkrichtlijnen, websites e.d.
- Oefenen met alle bovengenoemde praktijkonderdelen.