

Utbildning i förflyttningsteknik och ergonomi - Basrehab

Introduktion

Inom vård och omsorg är det vanligt med arbetsrelaterade belastningsskador till följd av bland annat manuell förflyttning och varierande arbetsmiljö. Det är av stor vikt att personal som arbetar inom vård och omsorg för möjlighet till regelbunden och anpassad utbildning, både teoretisk och praktisk, för att praktisera och etablera ett säkert och ergonomiskt arbetssätt. I det dagliga arbetet behöver personal känna sig trygg och säker med användandet av förflyttningshjälpmedel samt få möjlighet att öva praktiskt för att kunna genomföra förflyttningar på ett funktionellt sätt.

Vi varvar teori och praktik i utbildningen med utgångspunkt från arbetsmiljöverkets författningssamlingar, socialstyrelsens föreskrifter och allmänna råd samt relevanta lagar. För oss är det viktigt att diskussion och exempel från verkligheten får bli en del av en aktiv samverkan med deltagarna. Efter avslutad utbildning får varje deltagare ett deltagarintyg.

Efter utbildningen har deltagarna fått:

Teoretisk kunskap i:

- Vad är arbetsmiljö? (Arbetsgivarens och arbetstagarens ansvar samt gällande regelverk)
- Vad är ergonomi?
- Grundläggande kunskaper i anatomi och fysiologi för att förebygga belastningsskador
- Arbetsprinciper för att minska risk för belastningsskador (förberedelse, aktiv brukare, naturligt rörelsemönster samt arbetsteknik och förflyttningshjälpmedel)

Praktisk kunskap i:

- Naturligt rörelsemönster
- Friktions- och tunga punkter
- Arbetsställningar och belastning
- Förflyttningsmoment utifrån önskemål och behov från verksamhetschef/gruppchef
- Hjälpmedelshantering

Utbildning Basrehab med Klara Rehab

Utbildningen är 4 timmar, ca 2 timmar teori och 2 timmar praktik (exkl pauser, boka därför gärna in 15-30min extra för att hinna ta bensträckare och en fikapaus). Möjlighet att skräddarsy utbildningen finns.

Max antal är 10 deltagare och detta för att vi ska ha möjlighet att ha diskussioner och ha tid för alla deltagare vid det praktiska arbetet.

Utbildningen hålls utav en arbetsterapeut och en fysioterapeut från Klara rehab.

Efter avslutad utbildning får du som chef en sammanfattning över vad som skrivs på utvärderingarna, kommentarer från oss som håller utbildningen samt tips för fortsatt arbetsmiljöarbete gällande ergonomi och förflyttningsteknik.

Författningssamlingar som utbildningen utgår ifrån

Arbetsmiljöverkets författningssamlingar:

- AFS 1982:3. Ensamarbete. Stockholm: Arbetsmiljöverket
- AFS 2001:1. Systematiskt arbetsmiljöarbete. Stockholm: Arbetsmiljöverket (Ändringsföreskrift AFS 2003:4, AFS 2008:15)
- AFS 2020:1. Arbetsplatsens utformning. Stockholm: Arbetsmiljöverket.
- AFS 2012:2. Belastningsergonomi. Stockholm: Arbetsmiljöverket. (Ändringsföreskrift AFS 2019:8)
- AFS 2015:4. Organisatorisk och social arbetsmiljö. Stockholm: Arbetsmiljöverket
- AFS 2006:4 Användning av arbetsutrustning. Stockholm: Arbetsmiljöverket (Ändringsföreskrift AFS 2010:14, 2020:4)
- AFS 2006:6 Användning av lyftanordningar och lyftredskap (Ändringsföreskrift AFS 2010:5)

Svensk författningssamling:

- SFS 1977:1160. Arbetsmiljölaga. Stockholm: Arbetsmarknadsdepartementet
- SFS1977:116Arbetsmiljöförordningen. Stockholm: Arbetsmarknadsdepartementet
- SFS 2017:30 Hälso- och sjukvårdslag. Stockholm: Socialdepartementet
- SFS 2010:659. Patientsäkerhetslag. Stockholm: Socialdepartementet.
- SFS 2014:821. Patientlag. Stockholm: Socialdepartementet

Socialstyrelsens föreskrifter och allmänna råd:

- SOSFS 2011:9. Ledningssystem för systematiskt kvalitetsarbete. Stockholm: Socialstyrelsen. (Ändringsförfattning HSLF-FS 2017:12)
- SOSFS 2008:1 Användning av medicintekniska produkter I hälso- och sjukvård Stockholm: Socialstyrelsen. (Ändringsförfattning SOSFS 2013:6)

Referenser från arbetsmiljöverket:

- Belasta rätt vid personförflyttning. Stockholm: Arbetsmiljöverket; 2013.

Feedback från tidigare utbildningar

- *"Vi fick ökade teoretiska och praktiska kunskaper."*
- *"Utbildningen var pedagogiskt och informativt."*
- *"Det var bra att få prova på själv i praktiska moment."*
- *"Vi fick reflektera kring hur vi arbetar i vardagen."*