

Ergonomi ved vinduespudsning



Fag: Ergonomi ved vinduespudsning

Fagnummer:

49285

Varighed:

1 dag

Pris for ikke højtuddannet ansat:

DKK 208,00

Pris for ledig eller højtuddannet ansat:

DKK 900,75

Målgruppe: Arbejdsmarkedsuddannelsen er rette mod allerede fungerende vinduespudsere, kommende vinduespudsere samt rengøringsassistenter, der ønsker at udbygge deres kompetencer med vinduespudsning.

Beskrivelse: Efter endt uddannelse kan deltageren:

I forbindelse med vinduespudsning

- tage hensyn til kroppens opbygning og funktion
- anvende ergonomisk rigtige arbejdsstillinger ved brug af udstyr og værktøj
- forebygge smerte og ømhed i kroppen ved fx strækøvelser og styrketræning af ryg, arme, skuldre og ben samt balancetræning der forbedrer balancen og stabiliteten, hvor arbejdet også kan udføres i højder.

I forbindelse med begrænsning af ensidigt gentaget arbejde (EGA)

- forstå vigtigheden af skiftende arbejdsstillinger
- forstå vigtigheden af at anvende de mindst belastende metoder til vinduespudsning
- forstå vigtigheden af pauser og restitution.

Kontakt

Find kontakt via
hjemmesiden

Kursuspris

**Pris for ikke
højtuddannet ansat:**
DKK 208,00

**Pris for ledig eller
højtuddannet ansat:**
DKK 900,75

Tilmelding

