



Ergonomi ved vinduespudsning



Fag: Ergonomi ved vinduespudsning

Fagnummer: 49285	Varighed 1 dag
AMU-pris: DKK 214,00	Uden for målgruppe: DKK 928,80

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

AMU:
DKK 214,00

Uden for målgruppe:
DKK 928,80

Tilmelding

