

framnäs.

Förflyttningsteknik

”använd dina krafter optimalt istället för maximalt”

Till dig som arbetar med
människor



Syfte med kursen:

Arbetet inom vården är ofta tungt. Det känns i hela kroppen när arbetsdagen är slut. Men det behöver inte vara så. Med **Durewall-metoden** lär du dig arbeta med minsta möjliga kraft. Använd dina **krafter** optimalt istället för maximalt. En viktig del i **Durewall-metoden** är att arbeta **med**, inte emot, kroppens **naturliga** rörelsemönster.

Du lär dig att arbeta på ett **kraftbesparande** sätt. Det ger mindre risk för arbets- och belastningsskador. Du lär dig **stödja, hjälpa** och **förflytta** människor på ett **enkelt, säkert** och **behagligt** sätt. Arbetssättet **tillvaratar** både dina **behov** och vårdtagarens **möjligheter** att vara delaktig. Det ger en **skonsam** och **trygg** vård som även är **rehabiliterande**. Vi lägger också stor vikt vid **bemötande** och **kommunikation** för att skapa en **behaglig** vårdssituation för alla parter.

Vi vänder oss till:

- all personal som i sitt arbete kommer i kontakt med människor med behov av hjälp. Till exempel inom äldreomsorg och handikappomsorg.

Innehåll:

- Empati, etik, omsorg och omvårdnad
- Attitydförändring
- Bakgrund och historik
- Arbetsföreskrifter
- Belastningsergonomi och vår kropp
- Ergonomiska problemlösningar
- Helhetsperspektiv
- Praktiska övningar utifrån Durewall-metodens teknikprogram inkl. variationer

Praktisk information

Kurstid: 3 dagar, fördelat 2+1, vid Framnäs folkhögskola i Öjebyn. Kursen hålls vid efterfrågan.

Kurskostnad: 2500 kr + moms som inkluderar fika och lunch under de tre dagarna. Kompendium i förflyttningsteknik ingår .

Bo på skolan: Kontakta reception 0911-23 11 00

Kursledare: Anna Wikström, Leg. Instruktor i Durewall-metoden
Eva Lundberg, Leg. Arbetsterapeut

Anmälan: till Framnäs folkhögskola. 0911- 23 11 00, reception@framnas.nu, med bifogad anmälningsblankett .

Information: anna.wikstrom.framnas@folkbildning.net eller eva.lundberg.framnas@folkbildning.net

FRAMNÄS FOLKHÖGSKOLA

Förflyttningsteknik