

TRANSFERS *be*LICHT

FYSIEK VEILIG

&

RESPECTVOL WERKEN IN DE ZORG

Tinie Hake

fysiotherapeut, haptonoom, docent fysiek veilig werken

Drie thema's congres

- ▶ Plezier in het werk
- ▶ Vitaliteit
- ▶ Behoud van jonge en oudere verpleegkundigen



Kader van de drie pijlers

1. Werkhouding:

- a) last dichtbij
- b) rechte rug

2. Arbonormen:

- a) tillen (12-15 kg)
- b) duwen & trekken (25 kg)
- c) hurken & knielen (niet)

3. Haptonomie: cliënt naar vermogen laten meewerken

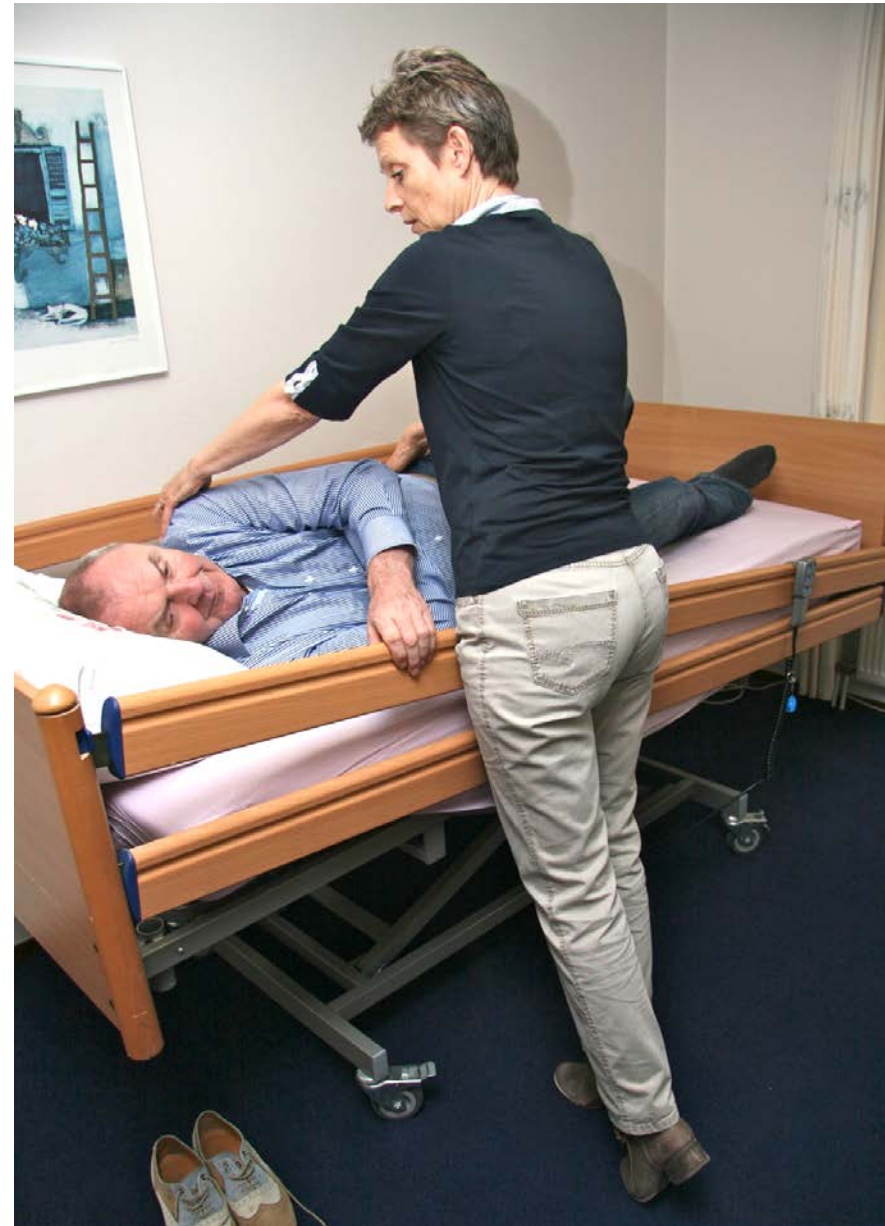
- a) geen kracht
- b) spiegelen v.d. beweging



Werkhouding bed

1. last dichtbij
2. rechte rug

“Heuphoogte” ?
“Stabiel staan” ?
“Bedhek laag” ?



Werkhouding lage handelingen



Haptonomie – samen bewegen



- **Geen kracht zetten**
- **Rust, aandacht, zacht werken**
- **Niet moeten, maar mogen**
- **Spiegelen van de beweging**

Elastische kousen – SlideX Werken zonder kracht

Vilans Kick Protocol



- ✓ Fysiek niet belastend
- ✓ Behoud van de huid én van de kous
- ✓ Goede drukverdeling over het been

Innovatie

1. Zorgmedewerkers

2. Onderwijs

- a) Praktijkgerichte vaardigheidslessen
- b) Breed gedragen door alle docenten
- c) Stagiair → kennisoverdracht stageplaats

TRANSFERS *be*LICHT

Fysiek veilige & respectvolle zorgverlening

- Fysieke trainingen
- Advies
- Basisboek Verplaatsingstechnieken
- E-learning

www.transfersbelicht.nl

