

ERGONOMI VED VINDUESPUDSNING



KORT FORTALT

Deltageren kan udføre vinduespudsningsarbejde ved anvendelse af ergonomisk korrekte arbejdsstillinger samt forebygge smerte og ømhed i kroppen, så unødige belastningslidelser undgås.

FAG: ERGONOMI VED VINDUESPUDSNING

| | |
|--------------------------------|------------------------------------------|
| Fagnummer: 49285 | Varighed 1 dag |
| AMU-pris: DKK 218,00 | Uden for målgruppe: DKK 936,00 |

Målgruppe: Arbejdsmarkedsuddannelsen er rette mod allerede fungerende vinduespudlere, kommende vinduespudlere 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



Mette Nielsen
Kursussekretær - Svejs,
rengøring, EU gods og
bus
63135102
mn@amu-fyn.dk

Kursuspris

AMU:
DKK 218,00

Uden for målgruppe:
DKK 936,00

Tilmelding

