



## Ergokortti – terveenä työssä™

### Päivitä Ergokorttisi! Turku

(Koulutuspaikka: Aninkaistenkatu 12 D 101)

#### Ennakkotehtävät

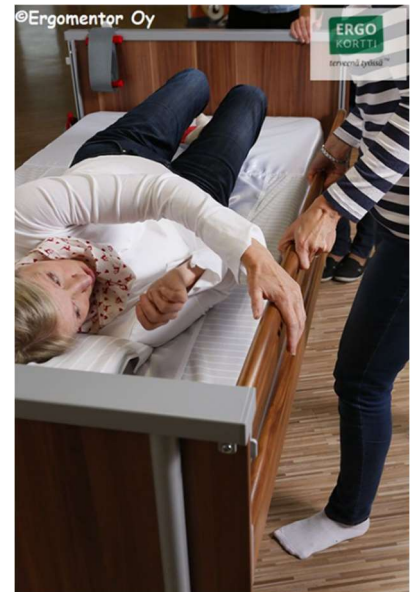
#### Lähipäivät:

#### Koulutuksen tavoite

Osallistuja päivittää ergonomiatietonsa ja taitonsa. Koulutuksen myötä osallistuja päivittää Ergokortti – terveenä työssä™ kortin seuraavaksi viideksi vuodeksi. Ergokortti – terveenä työssä™ päivityskoulutuksen tavoitteena on syventää ja soveltaa avustamisessa tarvittavia ergonomiatietoja ja taitoja. Samalla osallistuja tulee tietoiseksi uusimmista ergonomisista apuvälineistä.

Päivityskoulutuksen tavoitteena on:

- Avustajien liikuntaelinsairauksien ehkäiseminen.
- Avustettavan toimintakyvyn ja osallisuuden lisääminen.
- Ergonomiaratkaisujen kehittäminen ja avustustaitojen soveltaminen.



#### Kohderyhmät

Sosiaali- ja terveystieteen ammattilaiset, jotka ovat suorittaneet vähintään yhden Ergokortti – terveenä työssä™ peruskoulutuksen tai vastaavan hyväksytysti ja peruskoulutuksen suorittamisesta on alle 6 vuotta.

#### Aika ja paikka

Koulutuspaikka: Ergomentorin koulustila, Aninkaistenkatu 12 D 101, 20100 TURKU

Lähiopetuspäivä: \_\_\_\_\_ tai katso: <https://www.ergomentor.com/koulutuskalenteri/>

#### Lisätietoja

Kouluttaja, FT, työfysioterapeutti Virpi Fagerström, p. 040-5868854, [virpi.fagerstrom@ergomentor.fi](mailto:virpi.fagerstrom@ergomentor.fi).

Koulutukseen liittyy verkko-oppimisympäristössä suoritettavat ennakkotehtävät ennen lähiopetuspäivää.

Pukeudu joustavaa työasuun ja -kenkiin, joiden kanssa liikkuminen on helppoa.

#### Ilmoittautumiset ja hinta

Ilmoittautumiset <http://www.ergomentor.fi/koulutuskalenteri.html>. Koulutuksen hinta on 195 € + alv 24 % / hlö.

## Ergokortti – terveenä työssä™

---

### Päivitä Ergokorttisi! lähipäivän ohjelma

#### Päivämäärä

8.30 - 9.00	Keitä paikalla? Millä mielellä? / <i>kouluttaja</i> <ul style="list-style-type: none"><li>• esittäytyminen ja odotukset, koulutuksen tavoitteet, palautekeskustelu ennakkotehtävästä</li></ul>
9.00 - 10.15	Toimintakyvyn arviointi ja päätöksentekomallit – miten avusta kuntouttavasti ja avustajan riskinarvioinnin huomioiden?
10.15 - 10.30	Tauko
10.30 - 11.30	Kehon virittely ja teema 1 (harjoitteita) <ul style="list-style-type: none"><li>• Manuaalisesti vai apuvälinein?</li><li>• Toimintakykyluokkien mukainen avustaminen ja apuvälineen valinta avustustilanteissa, asiakasesimerkit</li></ul>
11.30 - 12.15	Lounastauko
12.15 - 13.15	Teema 2 (harjoitteita) <ul style="list-style-type: none"><li>• Raskaimpien avustustilanteiden kertausta</li></ul>
13.15 - 14.00	Avustaminen raskaimmissa avustustilanteissa, asiakasesimerkkien ratkaisua ja avustustilanteiden kertausta
14.00 - 14.15	Kahvitauko
14.15 - 15.00	Ratkaisuja osallistujien haastaviin esimerkkitapauksiin ja uusien apuvälineiden testausta, mm. kaatuneen avustaminen istumanostimella
15.00 - 15.30	Kertausta osallistujien toivomusten mukaisesti
15.30 - 16.00	Mitä opin? Miten aion oppejani hyödyntää?

Ergokortti – terveenä työssä™ peruskoulutuksen tai vastaavan käynyt henkilö päivittää koulutuksen myötä ergonomiatietonsa ja –taitonsa ja on oikeutettu Ergokortti – terveenä työssä™ korttitodistukseen.



*terveenä työssä™*