



*De mens is de maat van alle dingen*

*Protagoras*

## Opleiding Fysieke Coach (in-company)

In de opleiding Fysieke Coach maken de deelnemers kennis met de achtergronden van fysieke belasting.

Doel van de opleiding is om de deelnemers tot bedrijfseigen deskundigen op te leiden, zodat zij als coach zowel werkplekken kunnen aanpassen als individuele werkplekinstructies kunnen geven.

In deze opleiding van 4-5 dagdelen laten wij de deelnemers kennismaken met de ergonomische aspecten rondom fysieke belasting in hun werk en helpen wij hen om de opgedane kennis in praktijk te brengen. Door een goede afwisseling van theorie en praktische oefeningen maken de deelnemers zich de benodigde kennis en vaardigheden eigen.

Na de opleiding kan de Fysieke Coach de eerste vragen van medewerkers op het gebied van fysieke belasting beantwoorden en oplossingsrichtingen aandragen.

In de praktijk zal dit betekenen:

- verrichten van individuele werkplekbezoeken bij medewerkers met vragen of met beginnende lichamelijke klachten;
- geven van individuele instructies aan medewerkers;
- verzorgen van voorlichtingen voor medewerkers over hun fysieke belasting;
- borgen van de continuïteit van het beleid rondom fysieke belasting.

### Programma

Dagdeel 1: Inleiding en fysieke aspecten  
Dagdeel 2 (+3): Werkfactoren en fysieke belasting  
Huiswerk: Praktijkopdracht: analyseren van werkomgeving en werkwijze  
Dagdeel 3 of 4: Werkplekonderzoek en coaching  
Dagdeel 4 of 5: Terugkomdagdeel

Met de indeling kan zodanig geschoven worden dat de opleiding ook in twee volle dagen en een terugkomdagdeel gegeven kan worden.

### Materiaal

Elke deelnemer ontvangt een map om zijn taak als Fysieke Coach te kunnen uitoefenen. Deze map bestaat uit:

- uitgebreid en actueel naslagwerk "opleiding Fysieke Coach" met theorie, oefeningen en verwijzingen naar relevante literatuur;
- leidraad voor het verrichten en rapporteren van een eerste individueel werkplekonderzoek;

### Data

Voorafgaand aan de opleiding wordt een inventarisatie verricht naar de fysieke belasting binnen uw bedrijf. Bevindingen en aanbevelingen worden in een kort verslag vastgelegd. De opleidingsdata worden in overleg met uw bedrijf vastgesteld.

### Aanvang

De dagdelen kunnen zowel in de ochtend als in de middag plaatsvinden.

### Overig materiaal

Het hieronder vermelde materiaal dat nodig is om de opleiding te kunnen geven, dient door uw bedrijf zelf te worden geregeld. Dit bestaat uit:

- beamer en scherm;
- flip-over of whiteboard (+ stiften).

Ook voor koffie, thee en eventuele lunch dient uw bedrijf zelf zorg te dragen.

### Kosten

De kosten zijn afhankelijk van de diepgang van de voorafgaande inventarisatie en het aantal deelnemers.

De kosten zijn inclusief een map met achtergrondinformatie voor iedere deelnemer. De kosten zijn exclusief BTW.

### Informatie

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Carin van den Bosch Eur.Erg.

Mail: [carin@evente.nl](mailto:carin@evente.nl)

Tel: 06 - 46 390 513