

'Verplaatsen zonder kracht!'

Fysiek veilig & Respectvol

werken in de zorg



VerV Ergonomiecongres 2025



Even voorstellen

Tinie Hake



- ✓ oprichter Transfers Belicht
- ✓ trainer

Marije Moers



- ✓ trainer
- ✓ adviseur ergonomie & fysieke belasting

Luuk Burger



- ✓ mede-eigenaar Blue Sky Ergonomics en Transfers Belicht
- ✓ adviseur ergonomie & fysieke belasting

Programma voor vandaag

2 trainers, 50 deelnemers, 13:30 – 15:00

13:30 inleiding 'Verplaatsen zonder kracht' door Tinie Hake (plenaire sessie)

& oefenen aan het bed met Tinie Hake en Marij Moers

14:45 **mr** Blue Sky **microlearning** door Luuk Burger

14:55 vragen & afronding



Werken zonder fysieke overbelasting?

Een wetenschappelijk veelbelovende aanpak mét borging door microlearning

- methode Transfers Belicht – kader 3 pijlers
- whitepaper
- mr Blue Sky microlearning



Fysieke overbelasting in de zorg is niet nodig!



**Denk in
mogelijkheden**

**Werk
zonder
kracht**

Stel grenzen

Het fundament geeft medewerkers houvast.

Vanuit deze basis wordt er naar mogelijkheden gekeken.

Kader van de 3 pijlers



1. Werkhouding

- ✓ last dichtbij
- ✓ rechte rug

2. Arbonormen

- ✓ tillen (12-15 kg)
- ✓ duwen & trekken (25 kg)
- ✓ hurken & knielen (niet)

3. Haptonomie

- ✓ de cliënt naar vermogen laten meewerken
- ✓ geen kracht maar samen bewegen
- ✓ spiegelen van de beweging

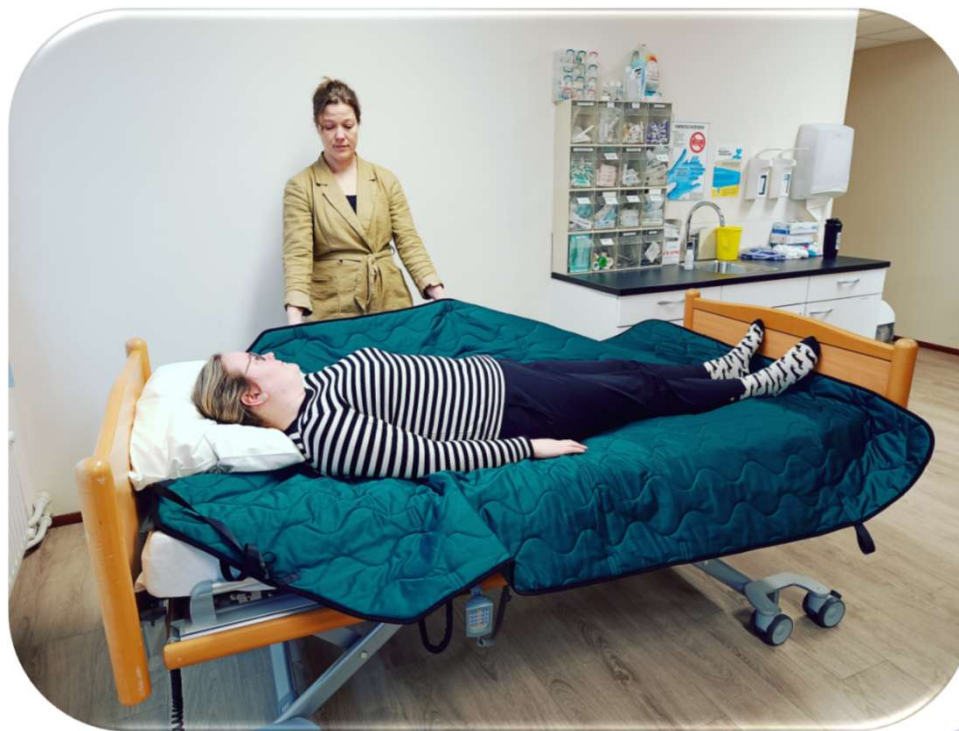


Inzet hulpmiddelen = logische keuze

1. Kun je werken volgens de 3 pijlers?
2. Nee? Wat heb je nodig om wel zonder overbelasting te werken?
3. Welk hulpmiddel zet je wanneer in?



Demo *hulpmiddelen* bij bedtransfers





Whitepaper:

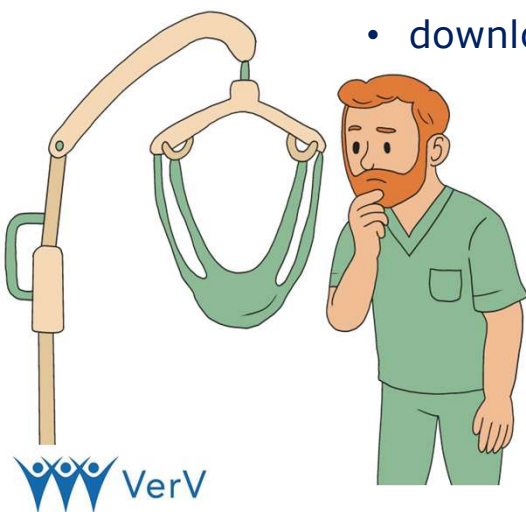
Werken in de zorg zónder fysieke
overbelasting?

Dat kan!

Veelbelovende aanpak!!

Whitepaper

- 'Werken in de zorg zónder fysieke overbelasting? *Dat kan!*'
- onderzoek J. Kox – Hogeschool Rotterdam – Erasmus MC
"Haptonomie maakt het verschil"
- borging is belangrijk
- download de Whitepaper op www.transfersbelicht.nl of via deze QR-code



Wat is mr Blue Sky?



Slim online trainingsplatform

- ✓ eenvoudig via whatsapp
- ✓ korte modules
- ✓ voortgang eenvoudig monitoren via dashboard
- ✓ minder opleidingskosten
- ✓ eenvoudig aanmelden
- ✓ AVG-proof

Waarom mr Blue Sky?



Borgen

- van het geleerde
- terugval in kennis voorkomen
- verder vergroten bewustzijn rondom thema's Ergonomie & Fysieke belasting



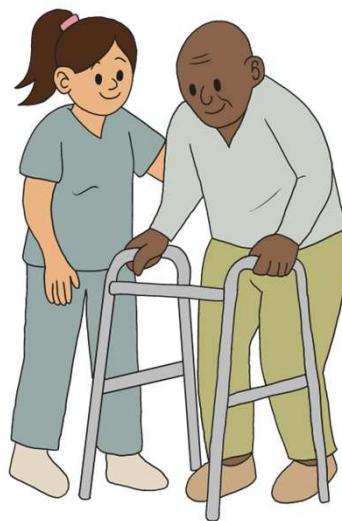
- **Probeer nu de demo!**







Einde



Bedankt voor jullie aandacht!

