

## Aan de slag met houding en gedrag!

Aboma uit Ede en Artros uit Rijssen hebben een uniek samenwerkingsverband voor het gezamenlijk organiseren van een cursus verantwoord werknemersgedrag en -bewustwording. Het unieke aan de cursus is de insteek.

Aboma richt zich in de samenwerking op bewustwording, gedrag en leren waar het de werkplek en de omgeving betreft. Er wordt ingegaan op wat gedrag is, hoe met risico's wordt omgegaan en hoe deelnemers zich het veilig werken eigen kunnen maken. Daarbij worden de grenzen verkend van datgene wat nog veilig kan worden uitgevoerd.

Artros richt zich op het bewuste gebruik van het lichaam in relatie tot het uit te voeren werk, ofwel is het lichaam geschikt voor de uit te voeren werkzaamheden. Er wordt gekeken naar de belasting en de belastbaarheid en hoe het lichaam functie-specifiek kan worden getraind zodat het weer geschikt is om het werk te kunnen uitvoeren. De houding van het lichaam bij het uitvoeren van bewegingen is hierbij van cruciaal belang.

### Programma

In het ochtenddeel wordt gestart met veiligheidsbewustzijn en stilgestaan bij gedrag, cultuur en de gedeelde waarden. De theorie wordt afgewisseld met oefeningen en een kennisquiz. Met het ochtendprogramma wordt de bewustwording op de werkplek vergroot. Hiermee wordt de bewustwording op de werkplek vergroot.

Een toegenomen bewustwording zal leiden tot minder fouten en faalkosten. Naast een beter veiligheidsgedrag en –cultuur krijgt de werkgever een beter proces.

Tijdens het middagdeel staan het lichaam én het werk centraal: "is het lichaam geschikt voor de uit te voeren werkzaamheden?".

Er wordt gekeken naar de houding van het lichaam, de spieren, de kracht, de belastbaarheid afgezet tegen de belasting én er worden adviezen gegeven over het geschikt maken van het lijf. Dit kan vaak door eenvoudige handelingen te verrichten; anders zitten op je stoel, anders staan.

Artros maakt deelnemers daarbij bewust van de mogelijkheden van het eigen lichaam. Doel is om het lichaam geschikt te maken en geschikt te houden. Dit vergt ook na de cursus onderhoud en training. Deelnemers leren daarom hoe ze op relatief eenvoudige wijze het lichaam geschikt kunnen houden.

### Cursusinformatie

De minimale groepsgrootte voor een inschrijfcursus bedraagt 16 personen; de cursusprijs bedraagt dan € 195,- p.p. De maximale groepsgrootte is 20 personen. De cursus kan ook incompany worden gehouden, prijzen voor incompany cursussen op aanvraag.

### Subsidie

Deze cursus is erkend door het scholingsfonds. Daardoor kunt u een deel van de kosten terug ontvangen: € 113,- per deelnemer van het bouwplaatspersoneel.

### Cursuslocaties:

De cursus wordt op de volgende plaatsen georganiseerd:

- Artros Rijssen, Heliumstraat 9, 7463 PL Rijssen
- Aboma, Maxwellstraat 49a, 6716 BX Ede
- Bouw- en Infrapark Harderwijk, Ceintuurbaan 2, 3847 LG Harderwijk



## Inschrijfformulier cursus 'Aan de slag met je houding en gedrag'

Aanhef :  Dhr.       Mevr. \_\_\_\_\_

Achternaam : \_\_\_\_\_

Tussenvoegsels : \_\_\_\_\_

Voorletters : \_\_\_\_\_

Voornaam : \_\_\_\_\_

BSN : \_\_\_\_\_

Geboortedatum : \_\_\_\_\_

Geboorteplaats : \_\_\_\_\_

Bedrijfsnaam : \_\_\_\_\_

Cordaresnummer : \_\_\_\_\_

  

Achternaam contactpersoon : \_\_\_\_\_

Tussenvoegsels contactpersoon : \_\_\_\_\_

Voorletters contactpersoon : \_\_\_\_\_

  

Afdeling : \_\_\_\_\_

Postadres : \_\_\_\_\_

Postcode : \_\_\_\_\_ Plaats : \_\_\_\_\_

Telefoon : \_\_\_\_\_ Fax : \_\_\_\_\_

E-mailadres : \_\_\_\_\_

\* Bij onvoldoende deelname behoudt Aboma zich het recht voor een geplande cursus te annuleren.

**Graag retourneren naar Antwoordnummer 141, 6710 VB Ede  
of faxen naar nummer 0318 691921**





**Aan de slag met je houding en gedrag**