



ARBEIDSVEILIGHEID EN HIËRARCHISCHE LIJN

Opleiding Hef- en tiltechnieken

H.I.T.S N.V
Vluchtenburgstraat 1A
2630 Aartselaar
info@hits.be
www.hits.be
+32 (0)3 860 79 60

DOELGROEP

Mensen die tijdens hun werk worden blootgesteld aan rugbelasting (werken in moeilijke houdingen, manueel hanteren van lasten, ...).

DOELSTELLING

Tijdens deze opleiding wordt er gefocust op preventie van rugklachten door het aanleren van correcte hef- en tiltechnieken, alsook preventiestrategieën hieromtrent.

INHOUD

- Waarom rugpreventie?
- Werking van de rug
- Rugbelasting
- Hanteren van lasten
- Preventie van rugletsels
- Heffen en tillen in de praktijk
- Er wordt getracht in te spelen op de specifieke noden en problemen waar de cursisten mee worden geconfronteerd op de werkplaats

TOELATINGSVOORWAARDEN

Er zijn geen toelatingsvoorwaarden voorzien.

OPLEIDINGSDUUR

1/2 dag

ATTEST

Op naam

LOCATIE

Bij de klant of bij HITS te Aartselaar