

Løfte- og ergonomipolitik

Formål:

Det er vores hensigt med denne politik at sikre, at personalet løfter mindst muligt og at sørge for hensigtsmæssige arbejdsstillinger i børnehaven. Vi vil gerne passe så godt som muligt på personalets helbred, og samtidig undgå, at fratage børnene udviklingsmuligheder med omklamrende omsorg og servicering.

Vi vil styrke børnenes udvikling gennem aktiv deltagelse i daglige gøremål. Det er vores opgave at inddrage barnet i de daglige processer og rutiner. Vi vil opmuntre og give barnet lyst til at yde en indsats og være vejledende gennem opgaven.

Vi vil:

- bryde dårlige vaner
- skabe et sundt fysisk arbejdsmiljø
- fremme børns selvværd, selvhjulpethed og motorisk kunnen
- skabe sunde og udviklende rammer
- skabe opmærksomhed på arbejdsstillinger
- undgå unødvendige løft



Løftevejleder:

Børnehaven har uddannede løftevejleder.

Det er løftevejlederens opgave at instruere og vejlede personalet omkring løft og forflytninger.

Derudover er det deres opgave i samarbejde med arbejdsmiljøgruppen at formidle og holde fokus på et sundt ergonomisk arbejdsmiljø.

Introduktion af ergonomipolitik:

Det er vigtigt at de gode arbejdsstillinger starter efter ansættelsen.

Børnehavens ergonomipolitik udleveres til nye medarbejdere i introduktionsmappen ved ansættelsen.

Ergonomipolitikken gennemgås af lederen i introduktionsforløbet af nye medarbejdere.

Bestyrelsen har et ønske om at ergonomipolitikken er til rådighed for hele forældregruppen. Den uddeles til nye forældre i opstartsmappen.

Pædagogisk holdning:

Barnet er en aktiv medskaber af egen udvikling, drevet af en motivation som i sig selv er en kompetence. Barnet lærer bl.a. af egne initiativer og eksperimenter. Barnet vil afprøve færdigheder, overskride grænser og finde nye muligheder. Det er vigtigt at barnet får plads til at eksperimentere.

At eksperimentere kan være: at hælde mælk op, at tage tøj på selv, at falde og slå sig osv.

En måde vi kan hjælpe børnene på er:

- ikke at løfte dem
- kun hjælpe dem, når hjælpen er nødvendig.
- at vejlede børnene i stedet for at gøre tingene for dem - ikke at servicere dem
- være gode forbilleder for dem
- at motivere børnene
- at udvise stor tillid og tålmodighed til børnenes kompetencer i samarbejdet.

Områder vi har fokus på:

Modtagelse af børn:

- Vi modtager ikke et barn på armen. Hvis et barn bliver/er ked af det, tager vi barnet i hånden og finder det nærmeste sted, hvor vi kan sidde og trøste det. Barnet kan selv kravle op på skødet.

Garderobe:

- Vi skal sidde på taburetter, når vi vejleder børn i at tage tøj af/på.
- Vi skal motivere og vejlede børnene i af/påklædning.
- Vi skal kun hjælpe barnet, hvis det selv ønsker hjælp.
- Vi skal lære børnene at hænge deres tøj på plads. Orden i garderoben, giver mere tid til barnet.
- At tage tøj af/på er udviklende for fin/grov motorik.
- Tag få børn med i garderoben ad gangen.
- Giv barnet tid.

Toilet:

- Bleskift skal så vidt muligt foregå stående, derfor skal børnene ikke have bodystocking på, men i stedet undertrøje og underbukser.
- Vi skal sidde på taburetter, når vi vejleder børn ved toiletbesøg.
- Lad børnene selv hjælpe med af- og påklædning.
- Undgå at løfte barnet op på puslebordet, hvis barnet selv kan kravle op.
- Motivere barnet til at være aktiv ved bleskift på puslebordet.
- Motivere større børn selv til at tørre sig i numsen.

Måltider:

Børnene:

- Vi vil gøre børnene mere medansvarlige ved måltiderne, hvilket forudsætter, at vi voksne ikke servicerer børnene. Vi skal vise større tillid og tålmodighed til børnenes kompetencer i samarbejdet.
- Børnene skal dække rullebord, øve sig i at tælle tallerkner mv. og have god tid til det.
- Vi hjælpes ad med at køre rullebordet ind på stuen
- Børnene hjælper med at dække bord
- De vender selv deres stol og stiller den rigtigt ved bordet.
- De hælder selv drikkevarer op og sender kander m.m. rundt.
- De spørger selv efter det de ønsker ved bordet.
- De tager selv service mv. over på rullebordet.

Den voksne:

- Vejleder barnet med at dække rullebord og dække bordet.
- Vi skal blive siddende på vores plads, så der formidles ro.
- Vi skal lade være med at hjælpe selvom det ser langsomt og svært ud - ikke føre barnets hånd - hvis ikke lige barnet ønsker det.
- Ført hånd kan forvirre og stresse barnet, og roser man oveni købet, forstærker man barnets følelse af afhængighed/hjælpeløshed.
- passe på ikke at gætte børnenes behov før de udtrykker dem (de bør opleve og udtrykke behovet selv - som led i personlighedsudviklingen).
- Den voksnes siddeplads/stilling er på en kontorstol og med plads til benene (ikke ved bordben og fra bordet).

Legepladsen:

- Oprydning af cykler, store legeredskaber mandag-torsdag. Fredag ryddes alt op.
- Få børnene til at køre cykler ind og deltage i oprydningen hver dag.
- Give børnene vejledning i selv at kravle op og ned af gynger og klatrestativ
- Når vi skal trøste et barn, kan barnet mange gange selv komme op. Den voksne skal gå ned i hug eller sætte sig på en bænk el.lign.
- Bevar så vidt muligt roen når et barn kommer til skade f.eks. styrt på cykel - barnet vil opleve det værre, hvis 3 voksne løber og hiver barnet op fra jorden.

Oprydning fra gulv:

- Riv evt. tingene sammen i en bunke.
- Inddrag børnene - oprydning kan også være en udviklende aktivitet.
- Afsæt den nødvendige tid.
- Lad evt. børnene lægge tingene i en kurv og fordel derefter tingene til rette plads
- Ved opsamling af enkelte ting: Hold ryggen ret, gå ned i knæ, støt på knæ eller møbler

Afhentning:

- Forældrenes ansvar at, at børnene hjælper til med at rydde op, inden de går hjem.



Jo mere børnene lærer at klare selv - jo mere hjælpsomme bliver de også overfor hinanden - de oplever at kunne - til nytte for sig selv og andre.

Retningslinier for håndtering af børn med handicap

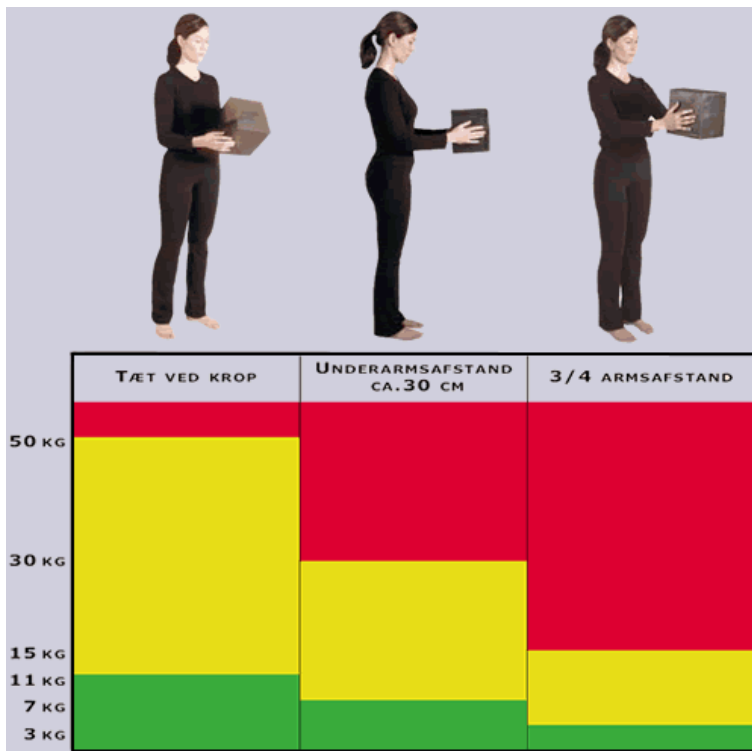
- Der skal udarbejdes forflytningsvejledninger, på de børn med handicap hvor det er påkrævet. Forflytningsvejledningerne skal være synlige på stedet, hvor forflytningen foretages.
- Der skal løbende vurderes på hvilke behov for forflytning og hjælpemidler det enkelte barn har. Ændringer skal hurtigst formidles videre til øvrige kollegaer.
- Alle unødige løft skal undgås. I forhold til hvert enkelt barn vurderes og tages stilling til hvilke begrænsninger der er i det konkrete tilfælde.
- Undgå manuelle løft ved i stedet at skubbe, trække eller støtte barnet
- Sørg for, at have alle nødvendige ting ved det sted, hvor barnet skal håndteres eller forflyttes.
- Lad barnet hjælpe så meget som muligt ved f.eks. forflytninger, løft eller med at åbne skinner ved af-/påklædning.
- Vi skal være bevidste om, hvad børnene med handicap kan deltage i, så vi ikke fratager dem kompetencer eller muligheder for udvikling.
- Ved enmandsløft må der max løftes 15 kg.

- Ved vægt over 15 kg skal der være to personer om løftet. Ved 2-mandsløft gør følgende sig gældende: være 100 % sikker på at I løfter samtidig; tæl 1-2-3-løft. Tilstræbe at være lige høje, hvis det ikke er muligt skal forskellen udlignes ved at gå i knæ.
- Hvis der er tvivl om svære løft, spørg løftevejlederne, arbejdsmiljøgruppen eller vores fysioterapeuter.
- Nye medarbejder og vikarer skal have oplæring / instruktion i brugen af det enkelte barns hjælpemidler.

Begrænsninger:

- Børn i kørestol med en vægt på over 15 kg medtages ikke i busser med mindre bussen er med lift eller på niveau.
- Børn over 15 kg løftes ikke op af trapper.

Hvor meget må du løfte:



Hensigtsmæssig arbejdsteknik:

At få en aktiv medvirken fra barnet til at lykkes:

1. Tænk kort hjælpen igennem inden: forberedelse af barnet, samarbejde, arbejdsteknik, gøre plads, guide m.v.
2. Fortæl barnet hvad der skal foregå.
3. Støt barnet med de motoriske detaljer, det ikke selv formår – hverken mere eller mindre. Det kan være du først må vise udgangsstillingen – det kan også være du først må skabe plads til barnets bevægelse.
4. Undervejs guider du verbalt (beskrivende), støtter og opmuntrer.
5. Give tid til at barnet kan udføre de dele eller bevægelser det faktisk kan.
6. Vær nærværende og opmærksom overfor dig selv og overfor barnet, når du løfter eller hjælper. Vær rolig, vis overblik, arbejd i roligt tempo, brug et trygt og sikkert greb.

Arbejdsteknik

1. Gå så tæt på barnet som muligt, så du ikke skal række langt.
2. Sørg for at stå med god balance.
3. Stå med alle 3 "næser" i samme retning, så vrid i knæ og ryg undgås.
4. Flyt benene, når du skal dreje dig, så du undgår at vride i ryggen. Enten ved at dreje på fødderne eller lave vægtoverføring.
5. Arbejd i etaper – del løftet op i flere bidder.
6. Brug ryggens sikringsstilling, når du løfter.

Ryggens sikringsstilling

Rygsøjlen fikseres forfra, bagfra, fra neden og fra oven, så der dannes et indre bugtryk, som stabiliserer rygsøjlen, så belastningen fordeles jævnt.

1. Stå i skridtstående eller let bredstående.
2. Gå ned i knæ.
3. Bøj forover i hoftelæddet med ret ryg.
4. Hold hovedet i forlængelse af kroppen, og undgå at barnet hænger dig om halsen.
5. Lige inden du løfter, fikser da ryggen ved at spænde bækkenbunden og mavemusklene.
6. Løft ved at rette ryggen og strække benene.

