

HMS - Ergonomi på sykehjemmet

Individuell oppgave

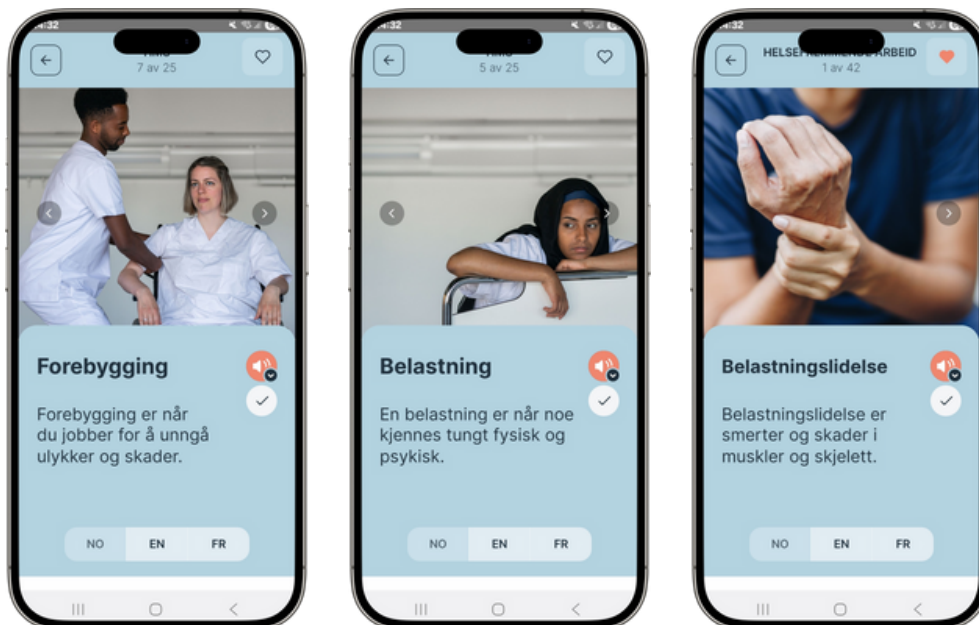


Oppgave 1:

Skriv en tekst om hvordan stell og forflytning av pasienter kan være tungt for kroppen din og hvordan du kan sikre god ergonomi når du jobber.

- Skriv 150-300 ord.
- Du skal bruke 10 fagord eller flere.
- Bruk KLAR app og setningsstartere som støtte når du skriver.

For eksempel:



Setningsstartere:

1. Det kan være tungt for kroppen min når jeg...
2. Det blir mindre belastning på kroppen min når jeg...
3. Det er viktig å ta hensyn til...
4. Arbeid som kan være tungt for kroppen min kan være...

Oppgave 2:

Kari er helsefagarbeider på et sykehjem. Hun begynner å få vondt i ryggen. Kari spør deg om råd. Skriv en tekst der du forklarer hvordan Kari må passe på ergonomien når hun jobber.

- Skriv 150–300 ord.
- Du skal bruke 10 fagord eller flere.
- Bruk KLAR app og fagordene du har lært innen HMS som støtte når du skriver.



Nyttige ord i KLAR app:	Nyttige verb:
• Belastning • Forebygging • Ergonomi • Planlegge • Behov • Nedsatt funksjonsevne • Stell • Løftekladd • Søsterhjelp • Forflytning • Dostol • Prekestol • Rullestol	• Å belaste • Å kjenne • Å unngå • Å passe på • Å bruke • Å velge • Å bevege • Å holde • Å gripe