

Ein CareGoCoach® - warum?

CareGoCoach®

nach dem Ergonomico®-Konzept



In Puncto Motus

Doreen Tautenhahn

Tel. 0375 24 88 071

eMail in-puncto-motus@web.de

Internet www.in-puncto-motus.de

In vielen Einrichtungen der Pflege und Betreuung wird es zunehmend schwieriger, Beschäftigte für Fortbildungen freizustellen. Diese oder ähnliche Aussagen hören wir immer häufiger in den Betrieben. Beim Blick auf das Thema *Prävention von Rückenbeschwerden* wird dadurch bedingt ein gefährlicher Teufelskreis augenfällig: die Belastung der Beschäftigten nimmt zu und der demografische Wandel ist deutlich spürbar. Die Zahl der Ausfalltage aufgrund von Muskel- und Skeletterkrankungen steigt; die Möglichkeit, in einem Seminar die ergonomische Arbeitsweise zu erlernen, nimmt hingegen ab. Um Nachhaltigkeit in der Umsetzung der ergonomischen Arbeitsweise sicherzustellen, ist es jedoch unabdingbar, dass ein ganzes Team auf dem gleichen Wissens- und Kenntnisstand ist und immer wieder neue Impulse erhält.

Es gilt also, widerstrebende Tendenzen in Einklang zu bringen. Hier kann der **Caregocoach**® helfen, indem er/sie dem Team und Führungskräften als kollegialer Ansprechpartner für Fragen rund um das Thema *Ergonomische Arbeitsweise in der Pflege und Betreuung* zur Verfügung steht.

Der **Caregocoach**® unterstützt z.B.:

- Führungskräfte bei den Unterweisungen nach der Lastenhandhabungsverordnung und der Medizinproduktebetreiberverordnung,
- Kollegen in der Umsetzung der ergonomischen und ressourcenorientierten Arbeitsweise bei der Bewegungsunterstützung und Mobilisation von pflegebedürftigen Menschen bzw. Menschen mit Unterstützungsbedarf,
- Kollegen bei der ergonomischen Gestaltung des eigenen Arbeitsplatzes,
- das Team bei der Organisation/Veränderung von Arbeitsabläufen zur Reduzierung der Belastungen,
- das Team bei der Auswahl von geeigneten kleinen oder technischen Hilfsmitteln zur Bewegungsunterstützung und Mobilisation von pflegebedürftigen Menschen bzw. Menschen mit Unterstützungsbedarf.

Das Ergonomico®-Konzept

Im Vordergrund steht die Frage: *Was hält meinen Rücken und meine Gelenke gesund?* Die Voraussetzungen für die dauerhafte Umsetzung der ergonomischen Arbeitsweise sind

- die Verbesserung der Körperwahrnehmung,
- die Bewegungs- und Koordinationsschulung,
- die Berücksichtigung der ergonomischen Gestaltung der Arbeitsumgebung,
- die Berücksichtigung der biomechanischen Grundprinzipien,
- das ressourcenorientierte Handeln,
- der situationsorientierte Einsatz von Hilfsmitteln zur Bewegungsunterstützung.

Um einerseits die Ressourcen der pflegebedürftigen Menschen bzw. Menschen mit Unterstützungsbedarf zu erhalten und zu verbessern und andererseits dadurch auch die körperliche Belastung für das Personal zu reduzieren, verknüpft das **Ergonomico**®-Konzept die ergonomische Arbeitsweise mit der ressourcenorientierten Arbeitsweise der in der Praxis zur Anwendung kommenden Konzepte zur Förderung der Gesundheitsentwicklung von zu pflegenden/zu betreuenden Menschen.

Das **Ergonomico**®-Konzept stützt sich auf die Empfehlungen des Konzeptes **TOPAS_R**® der Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege (BGW)¹. Zu Grunde gelegt wurden auch die Erkenntnisse aus verschiedenen Forschungsprojekten² u.a. der BGW sowie die europäischen Empfehlungen der Arbeitsgruppe Ergonomie der Internationalen Vereinigung für Soziale Sicherheit (IVSS)³.



¹ nähere Informationen unter www.bgw-online.de

² nähere Informationen unter www.bgw-online.de

³ nähere Informationen unter www.issa.int

Struktur der Weiterbildung

Wir führen die Seminare und Workshops mit maximal 14 Teilnehmenden durch.

Basis-Seminar C1P (5 Tage): Sich bewegen - Bewegen von pflegebedürftigen Menschen bzw. Menschen mit Unterstützungsbedarf für **Caregocoaches®**, Erlernen der ergonomischen Arbeitsweise in der Pflege und Betreuung nach dem **Ergonomico®**-Konzept

Selbstlernphase C1S (3 Tage): Bearbeitung von Praxisaufgaben

Aufbau-Seminar C2P (5 Tage): Vertiefung der ergonomischen Arbeitsweise in der Pflege und Betreuung nach dem **Ergonomico®**-Konzept und kleine und technische Hilfsmittel zur Bewegungsunterstützung von pflegebedürftigen Menschen bzw. Menschen mit Unterstützungsbedarf in der Praxis, kollegiale Anleitung und strategische Vorgehensweise in der Arbeitspraxis; Abschluss

Das Durchlaufen aller Seminare und der Selbstlernphase berechtigt die Teilnehmenden zur Führung der Bezeichnung **Caregocoach®** nach dem **Ergonomico®**-Konzept.



Zielgruppen

Die Qualifizierung zum **Caregocoach®** richtet sich an Pflege-/Betreuungskräfte, die im Rahmen ihrer Tätigkeit Kollegen und Führungskräften als Ansprechpartner zur Verfügung stehen wollen bzw. sollen. Ebenfalls teilnehmen können Vertreter anderer Berufsgruppen (z.B. Physiotherapeuten, Ergotherapeuten) oder Multiplikatoren (z.B. Trainer für Kinaesthetics, Bobath-Instruktoren, Sicherheitsbeauftragte in der Pflege). Die Voraussetzung für die Teilnahme ist der Nachweis der beruflichen Qualifikation bzw. der Tätigkeit in der Pflege und Betreuung von pflegebedürftigen Menschen bzw. Menschen mit Unterstützungsbedarf.

Kosten

Je teilnehmender Person: € 1.595,- zzgl. 19% MwSt. (hierin sind auch die Seminar-Unterlagen enthalten)



Kompetenzerhalt

Zum Kompetenzerhalt ist spätestens zwei Jahre nach Abschluss des Seminars C2P und dann wiederum alle 2 Jahre die Teilnahme an einem Refresher oder Spezialisierungs-Seminar/-Workshop (mindestens 16 UE) aus dem Programm für **Caregocoaches®** nachzuweisen.

Die Teilnahme daran berechtigt, die Bezeichnung **Caregocoach®** nach dem **Ergonomico®**-Konzept für weitere zwei Jahre zu führen.

Gleichwertige Inhalte anderer Fort- und Weiterbildungen können auf Antrag anerkannt werden.

Informationen und Anmeldung

Die Informationen in diesem Flyer richten sich gleichermaßen an Frauen und Männer.

Sie haben Fragen, brauchen weitere Informationen oder möchten ein Team in Ihrem Hause qualifizieren? Rufen Sie uns gerne unter der Telefonnummer 0375 24 88 071 an oder schicken Sie uns eine eMail. Ihre Ansprechpartnerin ist

Doreen Tautenhahn.

Termine und Ort

C1P: 04.05. bis 08.05.2026 Thüringen-Kliniken

C2P: 29.09. bis 02.10.2026 Thüringen-Kliniken



In Puncto Motus

Doreen Tautenhahn

Tel. 0375 24 88 071

eMail in-puncto-motus@web.de

Internet www.in-puncto-motus.de