



AGNES HEALTH – Hälsan i fokus

UTBILDNINGSKATALOG

Utbildningar, kurser, föreläsningar

INNEHÅLL

AGNES HEALTH - presentation	3
------------------------------------	----------

TEMA – Taktilt arbete, beröring, barnmassage

Beröringspedagog - yrkesutbildning i Taktil Stimulering (TaktilTouch®)	4
Taktilterapeut - yrkesutbildning i Taktil Stimulering (TaktilTouch®)	5
Taktilt arbete och beröring - inspirationskurs	6
Föreläsningar om beröring - inspirationsföreläsning	7
Beröring för Dig och Mig - kurs för anhöriga	8
Spädbarns-/barns massage - kurs för föräldrar och barn	9

TEMA – Ergonomi och lyft-/förflyttningsteknik

Grundläggande belastningsergonomi och lyft-/förflyttningsteknik -kurs	10-11
Brukar-/Klientanpassad ergonomi vid lyft-/förflyttningssituationer -kurs	11

TEMA- Hjärt- och lungräddning och luftvägsstopp

Hjärt- lungräddning – inriktningar: Barn-HLR, Vuxen-HLR, Skol-HLR	12-13
--	--------------

<u>PERSONLIG ASSISTANS - fortbildningspaket</u>	14
--	-----------

<u>BOKA UTBILDNING – bra att veta</u>	15
--	-----------

AGNES HEALTH

Hälsan i fokus

AGNES HEALTH är ett utbildningsföretag, vars huvudsakliga verksamhet sker i hela Sverige. Vi har ett kontor i Falkenberg och Göteborg, utbildningslokaler i Lund, Göteborg och Falkenberg samt mottagning i Göteborg.

Vår breda kompetens inom Sjukgymnastik/Fysioterapi, Taktilterapi, Massage, Spädbarns-/barnmassage, Beröringspedagogik, Särskolepedagogik och Hjärt-lungräddning gör att vi kan erbjuda skräddarsydda utbildningar, anpassade till er och era behov samt önskemål. Vi erbjuder standardiserade utbildningar från Skola för Beröring, International Association of Infant Massage samt från Svenska Rådet för Hjärt-lungräddning.

Alla våra utbildningar kan erhållas skräddarsydda exklusivt för er. Det innebär att vi kommer till er och håller utbildningen eller anordnar utbildningen i våra lokaler, speciellt för och i samråd med er. Det betyder också att ni själva har möjlighet att påverka utbildningens innehåll och upplägg så att det passar er och era behov. Det innebär även:

- **Kostnadseffektivitet** - Priset per deltagare blir betydligt lägre än för motsvarande öppna utbildningar.
- **Teambildning** - Att delta i utbildningen tillsammans med sina arbetskamrater skapar gruppkänsla och samhörighet.
- **Målmedvetenhet** - Utbildningens syfte och mål bidrar till att uppfylla er verksamhets affärsidéer och visioner.
- **Flexibilitet** - Ni bestämmer själva tid och plats för kursen.



Beröringspedagog

yrkesutbildning

i Taktil Stimulering (TaktilTouch®)

Utbildningen är baserad på vetenskapliga, empiriska studier kring beröring, utförs enligt riktlinjer för metoden Taktil Stimulering (TaktilTouch®) och genomförs i samarbete med Skola för Beröring.

Beröringsmetoden **Taktil Stimulering (TaktilTouch®)** innebär att på ett medvetet och strukturerat sätt aktivera huden. Genom strykningar, olika kvalitéer av tryck eller genom att hålla händerna stilla, berör man huden, vårt största sinnesorgan. Metoden är i första hand en sinnesträning och en metod i daglig omsorg samt träning för friskvård och hälsa, men kan också ses som en neuropsykologisk och neurofysiologisk behandlingsform. Beröringen utgår från en helhetssyn på människan och används alltid utifrån den enskilda individens behov och villkor.

Målgrupp:

Personer som vill lära sig/använda beröringsmetoden - Taktil Stimulering (TaktilTouch®)

Utbildningsmål:

Lära sig beröring i vård, omsorg, (re)habilitering, utbildning, friskvård och hälsa enligt beröringsmetoden Taktil Stimulering (TaktilTouch®)

Utbildningsinnehåll:

- Introduktion + teori och praktik - Taktil Stimulering (5 dagar)
- Handledning (1 dag i mitten av utbildningen)
- Examinationsdagar (3 dagar)
- Projektarbete teoretiskt + praktiskt (under utbildningstid på arbetsplatsen)

Utbildningstid – deltid, distans – 132 timmar

Intyg

Diplom ger **behörighet att använda beröringsmetoden Taktil Stimulering** – delas ut efter genomgången godkänd utbildning.



Taktilterapeut

yrkesfortbildning

i Taktil Stimulering (TaktilTouch®)

Fortbildningen är baserad på vetenskapliga, empiriska studier kring beröring, utförs enligt riktlinjer för metoden Taktil Stimulering (TaktilTouch®) och genomförs i samarbete med Skola för Beröring.

Under Taktilterapeut-utbildningen går man igenom taktila insatsers betydelse för barn och vuxna med olika sjukdomar, skador och funktionsnedsättningar samt hur man använder taktilterapi för stressreducering, inom friskvård och företagshälsovård.

Utbildningen ger möjlighet att använda färdigheter på flera olika plattformar och kunna möta fler klienter/patienter samt erbjuda bästa kvalitet och individuell anpassning av beröring till deras behov och villkor. Vi går igenom hur man kan sprida beröring samt marknadsföra sig själv som Taktilterapeut.

Förkunskaper:

Beröringspedagog-utbildning i Taktil Stimulering (TaktilTouch®) eller annan utbildning inom beröring som bedöms likvärdig. Anatomi, fysiologi samt sjukdomslära (min 100 timmar - kan kompletteras senare)

Utbildningsmål:

Att ge teoretisk och praktisk kunskap om taktila insatser med Taktil Stimulering (TaktilTouch®) eller annan likvärdig utbildning i beröring som grund. Att få färdigheter i att självständigt kunna planera, genomföra, utvärdera och arbeta med taktila insatser.

Utbildningsinnehåll:

- Introduktion + metod - Taktil Stimulering (4 dagar)
- Handledning (1 dag i mitten av utbildningen)
- Examinationsdagar (3 dagar)
- Projektarbete teoretiskt + praktiskt (under utbildningstid på arbetsplatsen)

Utbildningstid – deltid, distans – 94 timmar

Diplom - delas ut efter genomgången godkänd utbildning. Det ligger även till grund för medlemskap i Kroppsterapeuternas Yrkesförbund

Taktilt arbete och beröring

inspirationskurs

Taktilt arbete och beröring – Hur viktigt är det och varför?

Beröring är ett grundläggande behov genom hela livet, vi behöver beröring för att må bra i alla livets skeden. Genom arbete med medveten beröring förmedlar vi värme och respekt för personen vi tar hand om.

Målgrupp:

Personer som tar hand om berörd klientgrupp (se utbildningsinriktning).

Utbildningssyfte:

Att inspirera till användning av olika taktila metoder och känna till och förstå deras påverkan.

Utbildningsinnehåll:

- **Föreläsning** kring beröring
- **Workshop** – Olika sorters massage och beröring samt vad som skiljer dem åt. Tips, råd och praktisk träning.
- **Att uppleva beröring** – ta emot beröring.
- Presentation av **litteratur och referensmaterial** kring beröring och berörd klientgrupp.
- **Tips och vägledning för dem som vill läsa vidare** – hur man går tillväga för vidareutveckling inom taktilt arbete

Utbildningsinriktning:

Det finns möjlighet att välja en **specifik inriktning** för kursen eller **forma inriktningen själv**.

Exempel på inriktningar:

- Beröring för utveckling och välbefinnande hos personer med särskilda behov och olika funktionshinder.
- Beröring i skolan.
- Beröring inom friskvård och egenvård

Utbildningstid – heldagsutbildning

Föreläsningar om beröring

inspirationsföreläsningar

Beröring - Hur viktigt är det och varför?

- **Beröring för utveckling och välbefinnande hos personer med särskilda behov och olika funktionsnedsättningar.**
- **Beröring i skolan**
- **Beröring inom friskvård och egenvård.**

Beröring är **ett grundläggande behov genom hela livet**, vi behöver beröring för att må bra i alla livets skeden. I beröringen påverkas hela människan. Beröringen stödjer livsprocesserna och ger välbehag, lugn och harmoni. Inne i kroppen sker en mängd reaktioner i samband med beröringen.

Utbildningsinnehåll:

Föreläsning kring beröring:

- Fysiologiska och anatomiska grundbegrepp
- Hormonfrisättning i samband med beröring
- Oxytocin – ”lugn och ro” hormon
- Beröringens verkan och användningsområden
- Beröringens struktur och kvalité
- Beröringskänslighet och taktila defensiva reaktioner
- Olika typer av beröringsmetoder (taktila metoder)
- Riktlinjer kring användning av beröring och etiska principer
- Effekter av beröring (forskning, projekt)
- Beröring och berörd klientgrupp

Utbildningstid – 3 timmar.

Beröring för Dig och Mig

kurs för anhöriga

Beröring för Dig och Mig

Till vardags kan vi använda beröring för våra närmaste för att minska stress och smärta och för att höja livskvalitén. Dessutom ger beröring ett gladare sinne och en ökad förståelse för människor i vår omgivning.

Målgrupp: Personer som vill använda beröringen för sina närmaste (kursen för anhöriga)

Utbildningssyfte: Att lära sig ett enkelt beröringsmönster samt att känna till och förstå beröringens påverkan.

Utbildningsinnehåll:

- **Föreläsning** kring beröring
- **Workshop** – Beröringsmönster - praktisk träning.
- **Att uppleva beröring** – ta emot beröring.
- Presentation av **litteratur och referensmaterial** kring beröring och berörd klientgrupp.

Utbildningsinriktning:

- Beröring för utveckling och välbefinnande hos personer med särskilda behov och olika funktionshinder
- Beröring för barn och ungdomar
- Beröring som egenvård (utbildning i par)
- Beröring för svårt sjuka

Utbildningstid – 1 dag heldagsutbildning, 8 timmar

Spädbarns-/barns massage

kurs för föräldrar och barn

Spädbarns-/barns massage

Kursen är kvalitetssäkrad och enligt riktlinjer från International Association of Infant Massage. Spädbarns-/barns massage innebär för barnet en stimulering av alla sinnen. Beröringssinnet stimuleras av fasta, välbekanta strykningar av mjuka, varma händer. Allt detta får barnet att känna sig älskat och tryggt, sett och bekräftat. Ju mer kärlek, ömhet och beröring barnet får, desto bättre är förutsättningarna för växande och utveckling, både fysiskt och psykiskt. Den fysiska närheten mellan barn och föräldrar är grunden för framtida välmående och viktig för barnets förmåga till närhet senare i livet.

Målgrupp:

Föräldrar med barn (barn upp till 12 månader eller barn med funktionsnedsättning upp till 6 år). Båda föräldrarna är välkomna tillsammans med sitt/sina barn. En del barn trivs bäst med massage i sin hemmiljö (massagen även läras ut i hemmiljö).

Utbildningssyfte - Att få handledning hur massagen kan anpassas till barnet och dina behov.

Utbildningsinnehåll:

- Stegvis introduktion till massagen
- Teoretisk bakgrund kring barns massage
- Massage och kroppsspråk
- Massage vid magknip
- Större barn och massage
- Avslappningsövningar
- Individuell handledning
- Olika diskussionsämnen (t ex barn och gråt, stress/avslappning)

Utbildningstid – Föräldrar och barn träffas tillsammans med instruktören minst 5 gånger under 1-1,5 timme varje gång.

Ergonomi och lyft-/förflyttningsteknik

föreläsning + workshop

Grundläggande belastningsergonomi och manuell lyft-/förflyttningsteknik

Föreläsning + Workshop (STEG 1 + STEG 2)

Personliga assistenter medverkar i många olika lyft-/förflyttningssituationer med sina brukare. Vid hög arbetsbelastning och stress finns det alltid risk att man "slarvar" med att använda skonsamma arbetstekniker i tron om att spara tid.

Lär dig grundregler i hur man stödjer, lyfter, förflyttar och hjälper på ett enkelt, säkert och behagligt sätt, både för dig och för din brukare.

Målgrupp:

Personliga assistenter eller personer som har manuella lyft och förflyttningar som arbetsuppgifter.

Utbildningssyfte:

Att skapa medvetande om samt träna på utförande av manuella lyft och förflyttningar så att man:

- undviker överbelastning i kroppen
- arbetar ergonomiskt med lämpliga arbetsställningar vid manuella lyft-/förflyttningssituationer
- skapar bästa förutsättningar till trygg, säker och skonsam förflyttning för brukaren/klienten

Utbildningstid - 6 timmar - föreläsning + workshop

Utbildningsinnehåll:

Kursen är inriktad på de manuella lyft-/förflyttningssituationer som personliga assistenter brukar ha i sin vardag.

Utbildningen består av en:

- föreläsning med teoretiska genomgångar och praktiska övningar (balansövningar, avslappningsträning samt pausgympa med stretching)
- workshop med träning av arbetsställningar och förflyttningsteknik

STEG 1 – Föreläsning

- **Belastningsergonomi och arbetsställningar**
 - Kroppskännedom – kroppshållning; arbeta med kroppen i balans; betydelse av fysisk träning, avslappning och återhämtning; arbetsställningar och arbetsrörelser vid manuella lyft-/förflyttningsmoment.
- **Grundprinciper vid manuella lyft och förflyttningar**
 - Naturliga rörelsemönster
 - Mål, planering, riskbedömning vid manuella lyft och förflyttningar
 - Grundregler vid manuella lyft och förflyttningar
- **Att möta brukare på bästa sätt**
 - Rehabiliterande syfte vid lyft-/förflyttningssituationer
 - Hur man skapar kontakt, informerar, instruerar och hjälper en brukare/klient
- **Beröring under lyft-/förflyttningssituationer**
 - Kroppshantering och beröring – hur och var du kan ta utan att skapa obehag.
 - Handkunskap – Handens förmåga att förmedla respekt, värme, omsorg och empati. Skonsamma grepp för assistenten samt brukaren.

STEG 2 – Workshop

- **Praktisk träning** (arbetsställningar samt förflyttningsteknik)
 - Vända och rulla i säng
 - Högre upp i säng
 - Liggande till sittande
 - Sittande till sittande
 - Längre bak/fram i sittande
 - Sittande till stående
 - Upp från golv
 - Övriga förflyttningsmoment enligt deltagarens önskemål

STEG 2 – Hemma hos brukaren eller/och för grupper som arbetar för samma brukare/klient

Brukar-/Klientanpassad ergonomi vid lyft-/förflyttningssituationer.

En skräddarsydd utbildning – var god fyll i bokningsförfrågan!

Utbildningstid - 4 timmar – teori + workshop

Utbildningsinnehåll:

Kursen är inriktad på de lyft-/förflyttningssituationer som personliga assistenter brukar ha vid arbete för sin brukare. Utbildningen består av:

- **Repetition av:**
 - Grundprinciper vid manuella lyft och förflyttningar med individuell anpassning till den enskilda brukaren/klienten.
- **Praktisk träning** (arbetsställningar samt förflyttningsteknik):
 - Förflyttningsmoment enligt deltagarnas och brukarens önskemål.

Innan utbildningen skickas ett frågeformulär som underlättar individuell anpassning av utbildningen.

Utbildningar genomförs av Leg. Sjukgymnast.

Hjärt- lungräddning med hjärtstartare och luftvägsstopp

kurser

*"Varje år drabbas ca 10 000 personer av plötsligt hjärtstopp utanför sjukhus i Sverige. Plötsligt hjärtstopp kan drabba vem som helst. Det kan vara en familjemedlem, en kollega, en medmänniska eller en nära vän, ung som gammal. **Se till att du är förberedd på det oförberedda! Lär dig hjärt-lungräddning**"*

Svenska rådet för hjärt-lungräddning

Målgrupp:

All personal och personer över 16 år.

Utbildningsmål:

Att veta hur man agerar om en person (barn eller vuxen) blir medvetslös, drabbas av hjärtstopp eller luftvägsstopp (satt i halsen). Efter avslutad utbildning får alla deltagare ett kompetenskort som bevis på att de har deltagit i kursen, enligt riktlinjer från Svenska rådet för hjärt-lungräddning.

Utbildningsinnehåll:

Du får lära dig att:

- Bedöma situationen och säkerheten
- Utföra medvetandekontroll
- Utföra andningskontroll
- Larma 112
- Utföra HLR (hjärt- och lungräddning)
- Använda hjärtstartare (AED)
- Lägga den drabbade i stabila sidolägen
- Behandla luftvägsstopp
 - Skilja mellan effektiv hosta och ineffektiv hosta
 - Utföra ryggslag och buktryck
 - Utföra HLR på liggande eller medvetslös person med luftvägsstopp

Hjärt- lungräddning (HLR)

Barn-, Vuxen- och Skol-HLR

Vi på **AGNES HEALTH** erbjuder olika utbildningar i hjärt-lungräddning (HLR) och ser till att dessa kunskaper hålls aktuella genom repetition.

Utbildningsprogrammen i HLR är baserade på internationella, medicinska riktlinjer från European Resuscitation Council (ERC). Programmen är anpassade för utbildning i stor skala med ett standardiserat innehåll och metodik.

Hjärt-lungräddnings (HLR) kurser:

- **Vuxen-HLR** med hjärtstartare (AED) och **Luftvägsstopp-utbildning** – 2,5 timmar
- **Barn-HLR** och **Luftvägsstopp-utbildning** – 2,5 timmar
- **Repetitionsutbildning** i HLR – 2,5 timmar
- **Skol-HLR** och livräddande första hjälp i skolan – 2,5 timmar

Utbildningsinnehåll:

Teori + praktik. **Varje kursdeltagare har tillgång till egen träningsdocka för att utföra övningar.** I utbildningen betonas praktisk träning. Du får lära dig de första, viktiga, ibland livräddande handgreppen och åtgärderna som en allvarligt skadad person (baby, barn, vuxen) behöver.

Personlig Assistans

utbildningspaket

Personlig assistans - fortbildningspaket

Delta i 2-dagars utbildning med fokus på personlig assistans!

Denna utbildning innehåller olika typer av kurser i ett utbildningspaket.

Allt som behövs för att skapa eller breda kompetenser inom personlig assistans.

Målgrupp: Personliga assistenter

Utbildningssyfte: kompetensutveckling inom personlig assistans

Utbildningsinnehåll:

DAG 1 (8 timmar)

- **Barn-HLR**
- **Bemötande och kroppshantering** inom personlig assistans
- **Taktilt arbete och beröring** inom personlig assistans

DAG 2 (8 timmar)

- **Vuxen-HLR + AED (hjärtstartare) och luftvägsstopp**
- **Grundläggande ergonomi med lyft-/ förflyttningsteknik** inom personlig assistans
- **Avslutning med kursintyg och kompetenskort**

Utbildningstid – 2 heldagar

Alternativ:

1. Två utbildningsdagar utan övernattnig
2. Två utbildningsdagar inklusive övernattnig och lunch

BOKA UTBILDNING

Kontakta oss för aktuella priser och utbildningstillfällen!

VET NI ATT:

Vi erbjuder öppna utbildningar i Lund, Göteborg, Falkenberg. Alla våra utbildningar kan erhållas skräddarsydda exklusivt för er (se sid. 3). För att boka **ett helt** kurstillfälle endast för er, vänligen **kontakta oss** för offert. Vid intresse för fler kurstillfällen (fler deltagare) eller prenumeration av kurserna tillämpas mängdrabatt. Vänligen **kontakta oss** för offert.

Antal platser till våra öppna utbildningar är begränsade (max 15 personer) och först till kvarn-regeln gäller.

I kursavgiften på våra öppna utbildningar ingår: utbildning med professionell utbildare, utbildningsmaterial, lokal samt fika.

Kursbevis/intyg/diplom/kompetenskort delas ut efter avslutad utbildning.

Med anledning av rådande omständigheter kring situationsutvecklingen av Coronaviruset (COVID-19) samt den interna riskbedömningen har vi vissa förändringar kring vår kursverksamhet.

Vänligen läs våra **kursregler** och **allmänna bokningsregler** på vår hemsida **www.agneshealth.se**

Välkommen!



AGNES HEALTH – Hälsan i fokus

Hemsida: www.agneshealth.se

Tel: +46763465534

E-mail: kontakt@agneshealth.se