



CRECEA

Kurser og uddannelser

Hos CRECEA har vi næsten 40 års erfaring, som vi hver dag kombinerer med den nyeste viden om godt arbejdsmiljø.

Et sundere Danmark – én virksomhed ad gangen

Med vores udbud af kurser og uddannelser, gør vi dig og din virksomhed i stand til at tage hånd om arbejdsmiljøet til gavn for virksomhed, medarbejdere og samfundet.

De aktuelle datoer for kurserne i kataloget her finder du på vores hjemmeside www.CRECEA.dk, hvor du også tilmelder dig vores kurser og uddannelser.

Har du spørgsmål, er du altid velkommen til at kontakte os på tlf. 70 10 86 00.

CRECEA – din arbejdsmiljørådgiver

Vi kan hjælpe det gode arbejdsmiljø godt på vej i din virksomhed. Derfor kan vi hos CRECEA også tilbyde din virksomhed:

- Professionel rådgivning, der tager udgangspunkt i din virksomheds ønsker og behov.
- Psykologisk krisekorps, der er din sikkerhed, hvis uheldet er ude.
- CRECEA LovService, der hjælper din virksomhed med at leve op til den gældende lovgivning.
- Kemikaliestyingsredskabet KemiData.
- Arbejdsmedicinske og lovpligtige sundhedsundersøgelser.

Læs meget mere på www.CRECEA.dk

Generelle kurser

Opdatér din arbejdsmiljøviden

Få den nyeste viden om arbejdsmiljø uden selv at bruge timevis på research. Går du med en fornemmelse af, at din viden på arbejdsmiljøområdet er ved at være af ældre dato og lidt støvet i hukommelsen? Kurset henvender sig til alle medlemmer af arbejdsmiljøorganisationen, der har været på arbejdsmiljøuddannelse, men som trænger til at få den nyeste viden på området serveret for at være helt opdateret.

Lovpligtigt eftersyn af tekniske hjælpemidler

På dette kursus lærer du selv at gennemføre et lovpligtigt eftersyn, så du kan fange fejl og mangler i tide – og ikke vente på at en ekstern gør det. Du bliver således uddannet til selvstændigt at kunne foretage eftersyn, at kunne dokumentere et eftersyn jf. lovgivningen og at kunne vurdere en dokumentation. Således ved du efter kurset, om du kan godkende et hjælpemiddel, eller om det skal kasseres.

Førstehjælp

CRECEA har sammensat nogle kurser i førstehjælp ud fra Dansk Førstehjælpsråds direktiver, som passer til de behov, de fleste har for virksomhedsrettede førstehjælpskurser. Derudover kan CRECEA planlægge specifikke førstehjælpskurser ud fra din virksomhed behov og ønsker.

ISO 45001 ledelsessystem

Med ledelsessystemet ISO 45001 har du chancen for at skabe et nyt ledelsessystem. Et ledelsessystem, som er slankere og giver overblik over arbejdsmiljøet, hvor man ikke bare holder styr på arbejdsmiljøet, men hvor topledelsen faktisk tvinges til at forholde sig til arbejdsmiljø på et strategisk niveau.

Kurset giver dig indblik i ledelsessystemets indhold, samt redskaber til at kunne forklare både direktør og kolleger, hvad systemet går ud på, og hvordan det tilfører værdi.

Beredskabsplaner

Ulykker og uforudsete hændelser sker hele tiden. Det kan være ulykker som fx brand, eksplosion, bygningsskader, miljøuheld eller personskader. Derfor er der god grund til at udarbejde beredskabsplaner – fordi det er trygt at have styr på risici – og ikke bare fordi ejere, forsikringsselskaber eller kunder kræver det. Det giver tryghed at vide, at man forebygger kritiske hændelser på bedste vis og minimerer risikoen for misforståelser i forbindelse med en akut krise.

Introduktionskursus i risikovurdering

På dette introduktionskursus vil du lære, hvorfor risikovurderingsbegrebet er vigtigt og hele tiden bliver vigtigere. Du vil også få en grundlæggende indføring i arbejdet med risikovurdering, hvor du bliver præsenteret for en risikovurderingsmodel, der kan bruges på hele arbejdsmiljøområdet fra ulykker til psykisk arbejdsmiljø.

Skab trivsel i storrumskontoret

Mange oplever, at livet i storrumskontoret har en bagside i form af afbrydelser, svigtende koncentration, lav effektivitet, utilfredshed, træthed, konflikter, hovedpine og endda øget sygefravær. Problemerne kan efterlade arbejdsmiljøgruppen og ledere skakmat. Men man kan faktisk gøre meget for at forbedre livet i storrumskontoret – også uden at skulle indregne store investeringer. På dette kursus bliver du præsenteret for forskellige håndtag, du kan skrue på for at øge trivslen i storrumskontoret i de rammer, du nu engang har.

Grundlæggende kursus i støj

Ofte viser arbejdspladsvurderingen (APVen), at medarbejderne er generet af støj. Det kan både være støj fra kolleger, telefoner og forbipasserende i storrumskontoret eller i kantinen, og det kan være støj fra maskiner og omgivelserne i det hele taget i et produktionsmiljø. Der kan være gode løsninger på støjdæmpning, som ikke er omkostningstunge. Det er dog afgørende, at man har en grundlæggende viden om støj, så man kan vurdere mulige løsninger.

Kurser med fokus på ergonomi

Praktisk kursus i kontorergonomi

Dette kursus henvender sig til dig, der arbejder på kontor og måske sidder mange timer foran en computerskærm. Du har sikkert et hæve-/sænkebord og en kontorstol, der kan indstilles, men det er ikke så tit, at funktionerne er i brug. Enten fordi du ikke ved, hvordan du bruger udstyret, eller fordi du bare ikke lige får det gjort. På kurset får du praktisk erfaring med at indrette en kontorplads, så du og dine kolleger kan gå på arbejde uden arbejdsbetingede smerter og ømhed.

Ergonomiambassadør

En ergonomiambassadør kan være en leder, en arbejdsmiljørepræsentant eller en anden medarbejder, som er tiltænkt en særlig rolle og funktion på arbejdspladsen ift. ergonomi. Ergonomiambassadøren skal have interesse og flair for i praksis at vejlede kolleger omkring hensigtsmæssig arbejdsteknik. Denne uddannelse er målrettet medarbejdere i lager og produktion.

Kurser i fysisk arbejdsmiljø

Kemi og instruktion

Lev op til instruktionspligten i den nye lovgivning om kemi. På dette halvdags-kursus får du den grundlæggende viden, som er nødvendig for at kunne sikre en god oplæring i anvendelse af kemi, og hvordan man på en effektiv måde kan overholde instruktionskravet beskrevet i de nye kemiregler.

Risikovurdering af kemi

En risikovurdering af kemi sikrer det rigtige niveau for forebyggelse og giver viden om, hvordan man skal prioritere sine tiltag og handlinger. På kurset får du erfaring med, hvordan man håndterer de værste kemikalier – fx dem der giver allergi eller kræft.

Grundlæggende kemi

På dette kursus får du den viden, der gør dig i stand til at arbejde med kemi på en sundhedsmæssig fuldt forsvarlig måde, så hverken du eller dine kolleger skal være nervøse for at komme til skade eller fx udvikle allergier.

Basiskursus i ATEX

Få den grundlæggende viden om ATEX – og undgå eksplosioner. For at undgå og forebygge eksplosioner er der behov for et indgående kendskab til en virksomheds installationer og uddannelse af de medarbejdere, som færdes i de eksplosionsfarlige områder. Kurset henvender sig til alle medlemmer af arbejdsmiljøorganisationen og til medarbejdere, som skal have en basal "hands-on" viden om ATEX.



Vidste du...

... at vi også tilbyder firmakurser, der er tilpasset netop jeres behov og ønsker? Ring 70 10 86 00 for at høre mere.

Kurser i psykisk arbejdsmiljø

Psykisk risikovurdering

På kurset lærer du, hvordan du kan anvende risikovurdering som et redskab til, på en struktureret måde, at sikre et godt, psykisk arbejdsmiljø – selv når det bliver udfordret fx af forandringer. Det kan være forandringer i organisationen, fx flytning, opkøb/fusion, generationsskifte, indførelse af ny teknologi mv.

Vold og trusler om vold

At opleve en borger, elev eller patient, som pludselig griber til vold eller trusler kan være en både voldsom og grænseoverskridende oplevelse, og når det (heldigvis) kun sker sjældent, kan det også opleves som så overraskende, at man mister kontrollen i situationen. Dette kursus giver dig følelsen af at kunne bevare kontrollen i mødet med fx en borger eller en kunde, der pludselig mister besindelsen.

Psykisk førstehjælp

Kriser kan opstå af forskellige former for hændelser – alt lige fra en borger, som er krænkende, truende eller voldelig, oplevelse af arbejdsulykker og til de livskriser, som kan opstå, hvis der fx sker noget med ens pårørende, eller man mister fodfæstet i livet af andre grunde. På kurset bliver du rustet til at yde psykisk førstehjælp efter en krise, så du bevarer roen og overblikket og undgår panikhandlinger.

Den svære samtale

Dette kursus henvender sig til alle, der skal afholde en samtale med en medarbejder eller kollega, fordi man bekymrer sig. Ofte er det arbejdsmiljørepræsentanter, tillidsrepræsentanter eller ledere. Det kan være samtaler om emner som alkohol, stress eller ”jeg synes du er lidt træls for tiden”-samtalen. Du lærer at forberede dig til de svære samtaler, og får redskaber til at lykkes med at gennemføre dem.

Lær at takle et misbrug

Misbrug i form af alkohol og lovlige/ulovlige stoffer findes på mange arbejdspladser. Nogle gange har ingen kendskab til det, og andre gange har kolleger eller leder måske en fornemmelse. Men for de fleste er det et emne, der er tabu, og ofte kan det være svært og grænseoverskridende at tale om. På kurset lærer du, hvordan du takler et eventuelt misbrug på arbejdspladsen, så du får modet til at håndtere det på en god måde.

På forkant med trivslen

Dette er et grundlæggende kursus om psykisk arbejdsmiljø. Her lærer du at spotte mistrivsel og sætte ind med den rette handling. På kurset får du indblik i, hvilke faktorer der skaber god trivsel og samtidig produktive medarbejdere og ledere.

Stressforebyggelse målrettet arbejdsmiljørepræsentanter

Stress rammer den enkelte, men skal altid håndteres i fællesskab på arbejdspladsen. At skabe et godt psykisk arbejdsmiljø og forebygge stress tager tid og kræver vedvarende fokus i hele virksomheden. Selvom alle på arbejdspladsen ønsker at forebygge stress, så lykkes det alligevel ikke altid. På denne kursusdag sætter vi fokus på, hvilken rolle du som arbejdsmiljørepræsentant kan spille, når det kommer til at forebygge, opspore og håndtere stress på arbejdspladsen.

Forandringer

På dette kursus får du indblik i, hvorfor kun ca. 1/3 af alle organisatoriske forandringer lykkes, og du vil få værktøjer og metoder til at arbejde med den modstand, der ofte opstår, når forandringerne skyller ind over medarbejdere og ledere. Vi vil arbejde med metoder, der kan optimere trivslen for hele teamet eller en større gruppe i virksomheden.

Konfliktløsning for medarbejdere

Konflikter og uenigheder er en del af livet – og altså også arbejdslivet. Hvis der opstår konflikter mellem kolleger, vil det ofte påvirke det psykiske arbejdsmiljø. På dette kursus får du viden, redskaber og træning i at håndtere konflikter blandt kolleger, så de ikke kommer til at fylde så meget på arbejdspladsen, og i stedet bliver løst. Kurset er målrettet medarbejdere med rollen som arbejdsmiljø- eller tillidsrepræsentant.

Konfliktløsning for ledere

Oplever du også, at konflikter mellem medarbejdere slider på alle involverede – både dem i konflikt, kollegerne udenom og ikke mindst på dig som leder? Og drømmer du om, at konflikter fylder mindre på arbejdspladsen, fordi de er blevet løst? På dette kursus får du som leder viden, redskaber og træning til at lykkes med at løse konflikter mellem medarbejdere – således at du bliver mere sikker og tryk ved opgaven.

Krænkende handlinger

Lær at forebygge og håndtere krænkende handlinger på arbejdspladsen, så du undgår, at nogen føler sig krænket - også selvom det ikke var meningen. Hvis vi kommer i den situation, at vi kommer til at overskride hinandens grænser, eller kommer til at krænke hinanden, er det vigtigt at vide, hvordan man skal handle som arbejdsplads.

Søvn og trivsel

På dette kursus får du viden om, hvorfor søvnen også er en faktor, vi skal tænke på, når vi arbejder med at forbedre trivslen og det psykiske arbejdsmiljø. Hver tredje dansker sover dårligt – og det har konsekvenser for trivslen på arbejdet. Den gode nyhed er, at det er muligt at forbedre kvaliteten af søvnen, hvis man har den nødvendige viden og de rigtige redskaber.

Mindfulness

Mindfulness er evnen til at være opmærksom i nuet, og på dette kursus kan alle, der har lyst til at investere tid i sig selv, få redskaber og teknikker, så de kan bruge mindfulness til at håndtere dagligdagen. Kurset er sansebaseret og vil veksle mellem teori, øvelser og refleksion, og formålet er at give dig indsigt i mindfulness, så du efterfølgende selv kan benytte metoden.

Ledelse uden stress

At levere høj kvalitet, have stor indflydelse på det man laver og arbejde fleksibelt virker motiverende, men det kan samtidig være en udfordring, når man som leder vedvarende skal balancere effektivitet og trivsel. Kurset henvender sig til alle ledere med personaleansvar og fokuserer målrettet på at ruste deltagerne til bedst muligt at forebygge og håndtere stress. Der fokuseres både på trivsel hos medarbejdere og på lederens egen trivsel.

Lederuddannelse i psykisk arbejdsmiljø

Denne uddannelse er målrettet ledere, der ved, at psykisk arbejdsmiljø er en kompliceret størrelse og ønsker at øge deres kompetencer i at forebygge, håndtere og skabe læring på området. På uddannelsens fire dage lærer du, hvordan du skaber en arbejdsplads, hvor medarbejdere trives og bruger energi på kerneopgaven i stedet for frustrationer, konflikter og mistrivsel.

Læs mere og tilmeld dig vores kurser på www.CRECEA.dk

Har du spørgsmål?

Du er altid velkommen til at kontakte os på tlf. 70 10 86 00.

