



RØD

Travlhed

Er jeres forflytningspraksis robust, så den holder ved i travle perioder?

Gode vaner

Hvordan holder I fast i de gode vaner?

Hjælpemidler

Kender du jeres hjælpemidler og er de lette at finde?

GRØN

Risikovurdering

Hvilken proces bruger du til at vurdere risici?

Kroppen

Hvordan hjælper I hinanden med at passe på kroppen?

LILLA

Praksis

Hvordan hjælper I hinanden med at udvikle jeres praksis - og hvordan?

Forflytning

Hvordan kan du sætte fokus på forflytning igen og igen?

Organisation

Hvordan er dine muligheder for at sige fra? Hvem går du til?

ORANGE

TEMA: FORFLYT MED OMTANKE

SÅDAN BRUGER DU DIN "FLIP-FLAP":

Flip-flappen kan bruges til at sætte en dialog i gang om dit arbejde og jeres arbejdsmiljø, ud fra nogle anerkendende spørgsmål.

Lad flip-flappen ligge fremme og brug den sammen med de andre øvelser fra BrancheFællesskabet for arbejdsmiljø for Velfærd og Offentlig administration.



FOLDEVEJLEDNING

1. Læg flip-flappen med bagsiden (denne side) op.
2. Fold de fire hjørner ind mod midten, så de mødes.
3. Vend flip-flappen om, så de otte spørgsmål er synlige.
4. Fold igen de fire hjørner ind mod midten.
5. Fold nu flip-flappen på midten, så den bliver til et lille rektangel.
6. Stik fingrene ind i de fire "lommer" på flip-flappen.
7. Du er nu klar til at bruge flip-flappen.

Find flere øvelser på

godtarbejdsmiljø.dk/forflytmedomtanke

SPILLEVEJLEDNING

1. Hold flip-flappen lukket, så man kun kan se de fire store, farvede felter.
2. Bed din kollega om at vælge en farve.
3. Flip-flap nu så mange gange, som antallet af bogstaver i farven.
4. Bed derefter din kollega om at vælge et af de synlige ord inde i flip-flappen.
5. Flip-flap igen – svarende til antallet af bogstaver i ordet.
6. Bed nu kollegaen vælge et ord – for sidste gang.
7. Løft flappen – og stil det spørgsmål, der står under det valgte ord.

BFA

**Branche
Fællesskab
Arbejdsmiljø**

Velfærd og Offentlig administration