

Kursoversikt 2012 – Hjelp24 HMS, Grenland



Velkommen som deltaker

på ett eller flere av våre kurs!

KURS 2012

HMS-kurs for arbeidsgivere og ledere

Vårkurs: 23. mai

Bli en enda bedre HMS-bedrift. Sats på opplæring av nøkkelpersoner som ledere, personalansvarlige, verneombud og tillitsvalgte.

Grunnkurs i arbeidsmiljø

Vårkurs:

1 samling: 05. og 06. mars

2. samling: 12. og 13. april

Hjelp24 avd. Grenland kan i 2012 tilby sine kunder et variert og spennende kursprogram.

Høstkurs:

1 samling: 24. og 25. sept.

2. samling: 25. og 26. okt.

Påmelding skriftlig direkte til kursleder eller til vårt sentralbord på tlf.: 35 56 65 00.

Førstehjelpskurs

Tidspunkt etter avtale

Avmelding må skje skriftlig, pr. e-post senest 1 uke før kursstart. Ved avmelding etter denne fristen vil deltaker / bedrift bli fakturert for hele kursbeløpet.

Økt energi i hverdagen

19. april

Har din bedrift behov for skreddersydde kurs, ta gjerne kontakt!

Stressmestring

«Hverdagen i balanse»

22. nov.

Velkommen!

Har din bedrift behov for skreddersydde kurs, ta kontakt!

Kursoversikt 2012

ANDRE KURS

Vi avholder også bedriftsinterne kurs etter avtale.

Sykefraværsoppfølging

Hjertestarterkurs

Krisehåndtering

Mobbing og
konflikthåndtering

Rusmiddelhåndtering
på arbeidsplassen

Livsstil (kosthold,
fysisk aktivitet og
stress)

Biologisk smittefare

Stress og stress-
mestring

Ergonomi

Risikovurdering

Støy

Kjemikaliehåndtering
(REACH)

Ta kontakt for nærmere
informasjon!

Velkommen til kurs!

Grunnopplæring i arbeidsmiljø/ 40 t. kurs

Kurset går over 2 samlinger. I mellomperioden skal deltakerne bruke en dag til å gjennomføre en praktisk oppgave på arbeidsplassen sin. Denne dagen inngår som en del av kurset og fri må avklares med leder på forhånd. I løpet av kurset vil du få kunnskap om viktige emner knyttet til arbeidsmiljø, verneombudsrollen og HMS.

Målgruppe: verneombud, medlemmer av AMU, tillitsvalgte, HR-sjefer og andre nøkkelpersoner i bedriften.

Sted: Frisklivssenteret 2. etg,
Kjølnes Ring 60, 3918 Porsgrunn

Pris: Kr 5800,- inkl kursmateriell og lunsj. Kurset koster kr 5200,- dersom det er mer enn 2 påmeldte fra samme bedrift. For ikke-kunde: Kr 6500,-.

Påmeldingsfrist: innen 10 dager før kursstart.
Påmelding må skje skriftlig.

Tidspunkt: Alle dager fra kl 08.30 – 15.30

Vårkurs:

1. samling: Mandag 5. + tirsdag 6. mars
2. samling: Torsdag 12. + fredag 13. april

For påmelding og nærmere informasjon kontakt kursleder Ellen Waag, mob; 481 68 508 eller e-post: ellen.waag@hjelp24.no

Høstkurs:

1. samling: Mandag 24. + tirsdag 25. sept.
2. samling: Torsdag 25. + fredag 26. okt.

For påmelding og nærmere informasjon kontakt kursleder Ellen Waag, mob; 481 68 508 eller e-post: ellen.waag@hjelp24.no

Forbehold: Minimum 10 ansatte.

"Økt energi i hverdagen" -livsstilskurs med fokus på sunt kosthold og fysisk aktivitet

Kurset varer i 3 timer. Mål for kurset er å bevisstgjøre den enkelte ansatte i forhold til egen helse og livsstilsvaner. Fokus på hva som gir energi gjennom dagen, og inspirasjon til å gjøre enkle livsstilsendringer!

Sted: Frisklivssenteret
2. etg, Kjølnes Ring 60,
3918 Porsgrunn

Pris: 800,- pr person

Tidspunkt: Torsdag 19. april,
kl 08.30-11.30

Antall: Inntil 25 deltakere

Påmeldingsfrist: Innen 1 uke før kursstart. Påmelding må skje skriftlig.

For nærmere informasjon og påmelding, ta kontakt med Annette Halvorsen, mob.: 913 18 589 eller e-post: annette.halvorsen@hjelp24.no

Stressmestring "Hverdagen i balanse"

Kurset varer i 3 timer. Deltakerne får kunnskap om stress og veiledning i stressreducerende øvelser. Fokus på hva man selv kan gjøre for en positiv forandring og bedre hverdag!

Sted: Frisklivssenteret 2. etg,
Kjølnes Ring 60, 3918 Porsgrunn

Pris: 800,- pr person

Tidspunkt: Torsdag 22. nov.,
kl 14.00-17.00

Antall: Inntil 15 deltakere.

Påmeldingsfrist: Innen 1 uke før kursstart. Påmelding må skje skriftlig.

For nærmere informasjon og påmelding, ta kontakt med Laila Berg, mob.: 481 68 504 eller e-post: laila.berg@hjelp24.no

HMS kurs for arbeidsgivere og ledere

Kurset inneholder sentrale temaer knyttet til lederfunksjon og HMS arbeid. Fra 2006 stiller arbeidsmiljøloven krav om at arbeidsgiver skal gjennomgå opplæring i helse, miljø og sikkerhet.

Målgruppe: Arbeidsgivere og ledere.

Sted: Frisklivssenteret 2 etg., Kjølnes Ring 60, 3918 Porsgrunn

Pris: For kunde av Hjelp24: Kr 1900,- inkl. kursmateriell og lunsj.
For ikke-kunde: Kr 2800,-.

Tidspunkt: Onsdag 23. mai, fra kl 08.30-15.30.

Påmeldingsfrist: Innen 1 uke før kursdato. All påmelding må være skriftlig.

Påmelding og nærmere informasjon rettes til kursleder: Siri Stangeland, mob: 481 68 515 eller e-post: siri.stangeland@hjelp24.no,

Forbehold: Minimum 10 deltakere.

For større virksomheter kan vi også tilby HMS-kurs for ledere som bedriftsinternt kurs.

Førstehjelpskurs

Kurset går over 3 timer med hovedfokus på hjerte-/lungeredning. Teori og praktiske øvelser inkl. opptreden på skadested. I tillegg valgfrie emner som er aktuelle i respektive bedrift.

Målgruppe: Alle som ønsker å lære førstehjelp.

Max 25 deltakere pr. kurs.

Sted: Kurset arrangeres ute i den enkelte bedrift.

Tidspunkt: Avtales med den enkelte bedrift.

Pris: Kr 5800,- inkl. kursmateriell, inntil 10 deltagere med 1 instruktør. kr 8500,- inkl. kursmateriell, inntil 25 deltagere og med 2 instruktører.

Etter kl 16.00 kommer et tillegg i prisen på 30 %.

For nærmere informasjon/bestilling ta kontakt med Martin Holm, mob.: 481 68 510 eller e-post: martin.holm@hjelp24.no.

Velkommen til kurs!

«Der for deg»

