



**Pas på din krop som hundefører**  
**Dialogmateriale til 13 film om forebyggelse af MSB**

# Filmen: Pas på din krop som hundefører

## Spørgsmål

1. Hvad kan belaste kroppen ved løftet søg?
2. Hvilke arbejdsstillinger er mest belastende?
3. Hvad kan I gøre for at mindske tiden med hunden på armen i dit arbejde?
4. Hvad kan I gøre for at forebygge skader ved planlægningen af arbejdet?
5. Hvad kan den enkelte hundefører gøre?
6. Hvor stærk vil du mene, man skal være som hundefører?
7. Hvor ofte og hvor meget fysisk træning er nødvendig for en hundefører?
8. Hvordan kan man som hundefører træne specifikt til løft og bæring af hund?
9. Hvordan kan man som hundefører få tilstrækkeligt med både generel træning og funktionsspecifik træning ind i hverdagen?

# 7 film om arbejdsstillinger ved løftet søg

## Spørgsmål

1. Hvad kan du gøre for at undgå at løfte fra lav højde?
2. Hvordan løfter du fra lav højde uden at overbelaste ryggen?
3. Hvordan bør du stå ved modtagelse af opspringende hund?
4. Hvad kan du og din hund ellers gøre for at mindske belastningen ved opspring?
5. Hvordan sætter du din hund ned uden at overbelaste hverken din eller hundens ryg?
6. Hvordan vil du beskrive en stabil grundposition ved løftet søg?
7. Hvorfor er det vigtigt at have din hund tæt på kroppen?
8. Hvad kan forrykke dit og hundens tyngepunkt ved løftet søg?
9. Hvad kan du gøre for at undgå at bære hunden i yderpositioner?
10. Hvad skal du være særligt opmærksom på ved højt søg?
11. Hvad kan du gøre for at undgå at bøje i ryggen ved lavt søg?

# 5 film om fysisk træning med hund

## Spørgsmål

1. Hvad er fordelene ved at træne med hund som vægt?
2. Hvilke muligheder har du for at træne øvelser som disse til hverdag?
3. I hvilke arbejdssituationer indgår benbøjninger?
4. Hvornår bruger du udfaldsskridt i arbejdet med hund?
5. Hvornår bruger du benløft i arbejdet med hund?
6. Hvornår bruger du skulderløft?
7. Hvad skal du være særligt opmærksom på ved træning af foroverbøjning?
8. Hvilken rolle spiller de små, stabiliserende muskler ved løftet søg?
9. Hvorfor starter betjenten i filmene hver gang øvelserne uden hund?
10. Hvor ofte og hvor meget bør en hundefører som minimum træne øvelser som disse hver dag?