

Platforma e-learningowa ze szkoleniami z zakresu ergonomii stanowiska pracy oraz przepisów BHP. Program szkoleń posiada aprobatę: Centralnego Instytutu Ochrony Pracy (CIOP), Polskiego Towarzystwa Ergonomicznego (PTE) i Krajowej Izby Fizjoterapeutów (KIF).






## NAZWA SZKOLENIA

# Praca zdalna w domu. O czym warto pamiętać?




 5 modułów  01 h 20 min  certyfikat

Szkolenie obejmuje zagadnienia związane z tzw. dobrymi praktykami stosowanymi podczas pracy zdalnej oraz wymogami ergonomii w zakresie domowego stanowiska pracy.

## KORZYŚCI DLA PRACODAWCY

-  zwiększenie świadomości wśród pracowników w zakresie ergonomii miejsca pracy
-  zmniejszenie ilości absencji chorobowych w przedsiębiorstwie
-  wzrost wydajności pracy i produktywności pracowników pracujących zdalnie
-  pogłębienie wiedzy z zakresu zagrożeń dla zdrowia w wyniku nieergonomicznej pracy
-  dostęp do platformy szkoleniowej przez 24 godziny na dobę

## KORZYŚCI DLA PRACOWNIKA

-  możliwość nabycia wiedzy w dogodnym czasie i miejscu
-  możliwość zdobycia cennego certyfikatu świadczącego o wiedzy i umiejętnościach
-  dostęp do platformy szkoleniowej przez 24 godziny na dobę

## ZAGADNIENIA

### 1 Wprowadzenie

Zagadnienia związane z aspektami prawnymi oraz przepisami BHP, zagrożeniami dla organizmu człowieka w wyniku nieergonomicznej pracy w trybie siedzącym oraz problemami natury psychosomatycznej na tle pracy zdalnej.

### 2 Krzesło i biurko

Tematyka modułu obejmuje zagadnienia związane z profilaktyką poprawnej postawy w pozycji siedzącej oraz konfiguracją fotela / krzesła i biurka w oparciu o standardy ergonomii, przy uwzględnieniu najważniejszych elementów składowych środowiska pracy.

### 3 Twój komputer

W tym module szkoleniowym poruszono zagadnienia związane z efektywnością i komfortem pracy wynikające z konfiguracji sprzętu komputerowego z naciskiem na wymogi ergonomii przy stanowisku wyposażonym w monitor ekranowy.

### 4 Środowisko pracy

Czy wiesz jakie parametry otoczenia wpływają na bezpieczeństwo i komfort pracy? W tym module szkoleniowym przybliżone zostały zagadnienia i aspekty związane ze środowiskiem pracy, organizacją pracy oraz zagrożeniami zewnętrznymi.

### 5 Podsumowanie

Krótkie podsumowanie najważniejszych zagrożeń dla zdrowia wynikających z nieergonomicznej pracy zdalnej ze szczególnym uwzględnieniem profilaktyki prozdrowotnej oraz standardów ergonomii, a także bezpieczeństwa i higieny pracy.



KOD QR SZKOLENIA



SZKOLENIA.ERGOTEST.PL

## DANE KONTAKTOWE

 +48 880 522 791  SZKOLENIA@ERGOTEST.PL



Znajdź nas w mediach społecznościowych

ERGOTEST Program partnerski Fellows Polska SA · Copyright © 2022