

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

# Agile – szkolenie dla pracowników biurowych




 7 modułów  01 h 20 min  certyfikat

Kurs e-learningowy poświęcony tematyce zdrowej, bezpiecznej i komfortowej "zwinnej" pracy w różnych środowiskach przy założeniu, że praca jest czynnością, którą możemy wykonywać efektywnie niezależnie od miejsca. Kurs uczy jak pracować wygodnie i produktywnie.

## KORZYŚCI DLA PRACODAWCY

-  zwiększenie świadomości wśród pracowników w zakresie pracy w stylu Agile
-  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 Organizacja pracy

Ten moduł szkoleniowy zawiera praktyczne wskazówki w zakresie organizacji miejsca pracy, zwraca uwagę na poprawną postawę podczas siedzenia przy biurku oraz nakreśla typowe problemy zdrowotne wynikające z nieergonomicznej pracy.

### 2 Środowisko pracy

Moduł poświęcony uwarunkowaniom środowiskowym stanowiska pracy, z uwzględnieniem najczęściej występujących zagrożeń i czynników ryzyka zawodowego, które mogą prowadzić do urazów, wypadków, a nawet poważnych dolegliwości zdrowotnych.

### 3 Konfiguracja stanowiska

W tym module szkoleniowym poruszono zagadnienia związane z konfiguracją stanowiska pracy w oparciu o standardy ergonomii – zwrócono uwagę na sposoby pracy na stanowiskach biurowych oraz zagrożenia z nich wynikające.

### 4 Praca mobilna

Praca mobilna nierozzerwalnie związana jest z podwyższonym ryzykiem zawodowym – w tym module szkoleniowym przedstawiono główne aspekty zdrowej, bezpiecznej i komfortowej pracy u klienta, w podróży służbowej czy ulubionej kawiarni.

### 5 Praca zdalna z domu

Moduł poświęcony w całości uwarunkowaniom środowiskowym pracy zdalnej w domowym zaciszu, z uwzględnieniem „dobrych” praktyk ergonomii stanowiska pracy. Moduł zawiera szereg porad w zakresie zdrowej, bezpiecznej i komfortowej pracy zdalnej.

### 6 Ocena stanowiska pracy

Czy wiesz, jak prawidłowo skonfigurować miejsce pracy? Ten moduł szkoleniowy pomaga w ustawieniu biurka, fotela biurowego czy sprzętu komputerowego, aby praca w pozycji siedzącej spełniała standardy ergonomii oraz nie generowała dolegliwości zdrowotnych.

### 7 Podsumowanie

Moduł z podsumowaniem najważniejszych aspektów ergonomii „zwinnej” pracy w różnych uwarunkowaniach środowiskowych.



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