



Ergonomie – am Arbeitsplatz

Kursbeschreibung:

Eine ergonomisch sinnvolle Umgebung zu gestalten ist schon mal gut, sie richtig zu nutzen ist besser. Deshalb bieten wir als ideale Ergänzung auch Tipps und Informationen. Die Teilnehmenden können Arbeitsplätze und Arbeitsmittel in Bezug auf die wichtigsten Gestaltungskriterien beurteilen und gestalten.

Kursinhalt:

Wie funktioniert der Mensch: Anatomie und Physiologie
Korrekte Einstellungen für Stuhl, Tisch und Monitor
Ergonomie in der Fahrerkabine
Manuelles Heben und Tragen von Lasten
Umgebungsfaktoren, Licht, Beleuchtung, Raumklima, Lärm und Vibrationen
Informationen zu den Themen Pausenmanagement und Sinnvolle Übungen für zwischendurch

Zielgruppe:

Personen, die an der Optimierung von Arbeitsabläufen und – Prozessen interessiert sind.

Ausbildungsnachweis:

Der Kurs wird mit einer Lernerfolgskontrolle abgeschlossen

Anforderungen:

Gute Deutschkenntnisse (Lesen und Verstehen), gutes Auffassungsvermögen. Mindestalter 18 Jahre

Teilnehmende:

Mindestens 6 bis maximal 16 Teilnehmende pro Kurs

Kursdauer:

2.5 Std.

Kursort

In Ihrem Betrieb

Im Kurspreis inbegriffen:

Kursunterlagen, Teilnahmebestätigung, Ausweis

