# ERGONOMIA DEL POSTO DI LAVORO: LA PREVENZIONE INIZIA DALLA TUA POSTURA

| | |
|---|---|
| Tipologia | **Corsi on demand** |
| Temi | **Risorse Umane** |
| Tipologia e-Learning | **Ipertesto, Multimediale** |
| In sintesi | Corso dedicato ai principi ergonomici del lavoro d'ufficio. |
| Target | Tutti i lavoratori, per la formazione specifica o aggiornamento quinquennale, compresi i preposti a complemento della formazione specifica aggiuntiva. |
| Durata | 1 ora e 30 minuti |

## PRESENTAZIONE

Il corso analizza le problematiche ergonomiche del lavoro d'ufficio e le relazioni con i fattori di rischio per la salute (vista, postura). Un approfondimento è dedicato al corretto utilizzo di dispositivi mobili e portatili, con suggerimenti ed esercizi di base per un'azione di prevenzione individuale.

## REQUISITI TECNICI

- Cuffie o altoparlanti
- Risoluzione minima: 1024x768 pixel
- Connessione a internet: ADSL o superiore

**HTML5**

**Windows**: Microsoft Edge (versione corrente), Google Chrome (versione corrente), Firefox (versione corrente)
**Mac**: Safari (versione corrente), Google Chrome (versione corrente), Firefox (versione corrente)
**Mobile**: Safari e Google Chrome per iOS 10 o superiore, Google Chrome per Android 4.4 o superiore

## METODOLOGIA DIDATTICA

Strutturato in micro risorse, alterna momenti di studio a momenti di riflessione ed autovalutazione.

## CONTENUTI

- Introduzione
- Il lavoro d'ufficio e la salute
- Principi ergonomici per il lavoro d'ufficio
- Lo stress lavoro-correlato
- Cosa dice la normativa?
- Facciamo sintesi
- Test finale

## CONTATTI

Per informazioni

gestioneclienti@abiservizi.it

06.6767.640

Copyright © 2022 ABISERVIZI SpA. Tutti i diritti riservati.
E' proibita la riproduzione, anche parziale, in qualsiasi forma senza espresso permesso scritto di ABISERVIZI SpA.