

UTBILDNING

Ergonomi

Bakgrund

Antalet arbetsskador ökar från år till år i Sverige. Sjukskrivningar för belastningsrelaterade besvär är fortsatt hög, både hos kvinnor och män. En del i detta kan vara bristande kunskap i ergonomi. Ergonomi är "samspel mellan människa och arbetsmiljö".

Kursen genomförs med fördel ute på företag och då med bilder och exempel från den egna arbetsplatsen.

Innehåll i kursen

- Arbetsplatsens utformning (till exempel höjder, vikter, utrymme)
- Faktorer som påverkar ergonomi
- Belastning på kropp vid olika positioner
- Fysisk aktivitet – för- eller nackdel?
- Användning av hjälpmedel
- Genomgång av skyddsutrustning
- Ergonomiska riskbedömningar

Målgrupp

Utbildningen går att anpassa till alla arbetsplatser och alla olika arbeten. Den vanligaste gruppen är dock kollektivanställda, ofta inom industri, vård eller liknande. Chefer och arbetsledare rekommenderas alltid att delta på kursen.

Tidsåtgång

2,5 timmar.