



# Ergonomiutbildning

Den här utbildningen kan hjälpa er att minska belastningen på arbetet! För visst vore det bra om prestationsförmågan kan ökas genom förändrad ergonomi och på så sätt även produktivitet och kvalitet i er verksamhet?

Utbildningen syftar till att öka kunskapen om grundläggande belastningsergonomi och arbetsplatsanpassad arbetsteknik för att öka hälsan på arbetsplatsen och minska risken för arbetsskador/sjukdom samt tillbud.

## Innehåll

Under en ergonomiutbildning får ni exempelvis hjälp att besvara:

- Hur kan vi minska och förebygga hälsofarliga och onödigt tröttande fysiska och psykiska belastningar?
- Kan min arbetsteknik, fysiska förmåga och olika typer av återhämtning påverka belastningsrelaterade besvär?
- Behöver vi mer variation under arbetsdagen och i så fall på vilket sätt?
- Hur kan vi hitta de moment och arbetssätt hos oss som är mer belastande och åtgärda dem?
- Vad händer vid stillasittande och vad kan man göra för att minska det?

**Upplägg:** Timmes/halvdags/heldagsutbildning i grupp. Vi utgår från er specifika arbetsplats och arbetsmoment – och skräddarsyr en utbildning som passar era behov.

**Pris:** Enligt offert

## För mer information om utbildningen:

Kontakta Åsa Bjerdén, Operativ chef. Ring 0771-35 43 30 eller maila på [asa.bjerdén@halsobolaget.se](mailto:asa.bjerdén@halsobolaget.se)

**Välkommen!**

