



Ergonomie am Arbeitsplatz

Kursbeschreibung

Ergonomie ist ein sehr wichtiger, aber leider dennoch oft vernachlässigter Aspekt eines gesunden Arbeitsalltags. In diesem Online-Training erfahren Sie, warum Sie sich mit diesem Thema näher auseinandersetzen sollten.

Dieser Kurs bietet Ihnen eine grundlegende Einführung in den Bereich Ergonomie und wird Sie mit dem Thema Ergonomie am Büroarbeitsplatz vertraut machen. Sie lernen gesetzliche Regelungen kennen und erfahren zusätzlich, wie Sie sich während eines langen Arbeitstages zwischendurch entspannen können.

Zielgruppe

Alle Mitarbeiter eines Unternehmens

Lernzeit

ca. 40 Minuten

Die Inhalte

- Einführung
- Ergonomie in Theorie und Praxis
- Der Arbeitsplatz unter der Lupe
- Pausen und Auflockerungsübungen
- Zusammenfassung und Wissenstest



→ Austria

bit media e-solutions GmbH

Kaerntner Strasse 337
A-8054 Graz
Tel.: +43 316 28 66 60
Fax: +43 316 28 66 60-50
E-Mail: office@bitmedia.at
www.bitmedia.at



→ Germany

M.I.T e-Solutions GmbH

Am Houiller Platz 4c
D-61381 Friedrichsdorf
Tel.: +49 6172 7100 0
Fax: +49 6172 7100 10
E-Mail: info@mit.de
www.mit.de



→ Switzerland

bit media Schweiz AG

Bederstrasse 33
CH-8002 Zürich
Tel.: +41 44 586 2004
E-Mail: info@bitmedia.ch
www.bitmedia.ch



→ Albania

bit albania

Kompleksi Halili Rr. Dibrës
Nd. 64, H.6, Ap. 36, P.O.
Box 1017 Tirana
Tel.: +355 69 / 70 77770
E-Mail: office@bitalbania.com
www.bitalbania.com



→ Kosovo

bit Kosova j.s.c.

Object F & A Ingeeniering,
Entrance B-1/6
Str. Xheladin Hana, Prishtinë
10 000, Kosova
Tel: +381 38 / 22 12 02
E-Mail: support@bit-kosova.com
www.bit-kosova.com

