

## ΠΡΟΛΗΨΗ ΜΥΟΣΚΕΛΕΤΙΚΩΝ ΠΑΘΗΣΕΩΝ ΠΑΡΑΓΩΓΗ - ΑΠΟΘΗΚΕΣ

Η Θεματολογία που ακολουθεί προσαρμόζεται ώστε να καλύψει την ανάγκη πρόληψης μυοσκελετικών παθήσεων σε εργαζόμενους στην Παραγωγή και σε Αποθήκες

Σε ποιους απευθύνεται

Σε εργαζομένους και υπεύθυνους τμημάτων που ενέχουν κινδύνους μυοσκελετικής καταπόνησης, τραυματισμών και διαταραχών.

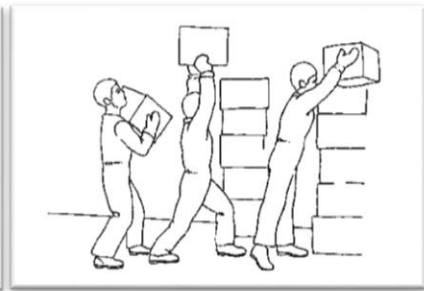
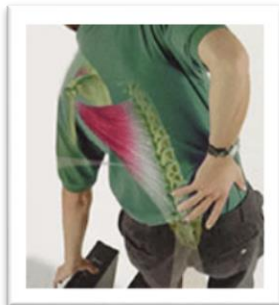
Στόχος

Απόκτηση βασικών γνώσεων για τα αίτια πρόκλησης μυοσκελετικών παθήσεων εργαζομένων, καθώς και τρόπους έγκαιρης αντιμετώπισής τους.

Ενδεικτική Θεματολογία



- Μυοσκελετικές παθήσεις:
  - Επιπτώσεις στην επιχείρηση και στον εργαζόμενο
  - Αιτίες μυοσκελετικών παθήσεων
  - Συμπτώματα μυοσκελετικών παθήσεων
- Πρόληψη μυοσκελετικών παθήσεων:
  - Στάση του σώματος κατά την εργασία
  - Διαμόρφωση θέσης εργασίας
  - Εξοπλισμός για αποφυγή χειρωνακτικής διακίνησης
  - Οργάνωση Εργασίας - διαλείμματα
  - Ασκήσεις
  - Παραδείγματα: καλά και προς αποφυγή.



Εισηγητής

Εξειδικευμένος και έμπειρος Εργονόμος Μηχανικός της Ergonomia

Διάρκεια

2 ώρες

Αρ. Εργαζομένων

15 άτομα max / ομάδα εκπαιδευομένων

Όροι Υλοποίησης

- Ο χώρος και τα απαραίτητα εποπτικά μέσα παρέχονται από τον πελάτη
- Δυνατότητα προσαρμογής στις ανάγκες της επιχείρησης
- Πραγματοποιείται εργάσιμες ημέρες και ώρες
- Επιδοτείται από το πρόγραμμα ΛΑΕΚ 0,24% του ΟΑΕΔ (έτους 2019).