

Ergonomi Grund

Grundläggande kunskap om belastningsergonomi, kroppens funktion och hur belastningsskador kan förebyggas.

Omfattning: 2 timmar



Målgrupp

Kursen riktar sig till medarbetare som behöver grundläggande kunskaper i belastningsergonomi. Deltagarna får förståelse för hur kroppen påverkas av olika belastningar i arbetet och hur belastningsskador kan förebyggas.

Förkunskaper

Inga förkunskaper krävs.

Praktisk information

Kursintyg utfärdas efter genomförd kurs. Vid deltagande på distans behöver du ha en fungerande kamera och mikrofon.

Kursbeskrivning

Kursinnehåll

- Grundläggande ergonomi och belastningsergonomi
- Kroppens uppbyggnad och funktion
- Belastningsergonomisk riskbedömning
- Roller och ansvar på arbetsplatsen
 - Chefens ansvar

- Skyddsombudets roll
- Medarbetarens ansvar
- Hur belastningsskador kan förebyggas
- Praktiska exempel på ergonomiska risker och åtgärder

Kursmål

Efter genomförd kurs ska deltagaren ha grundläggande kunskap om belastningsergonomi, förstå hur kroppen påverkas av olika belastningar i arbetet och känna till hur belastningsskador kan förebyggas.