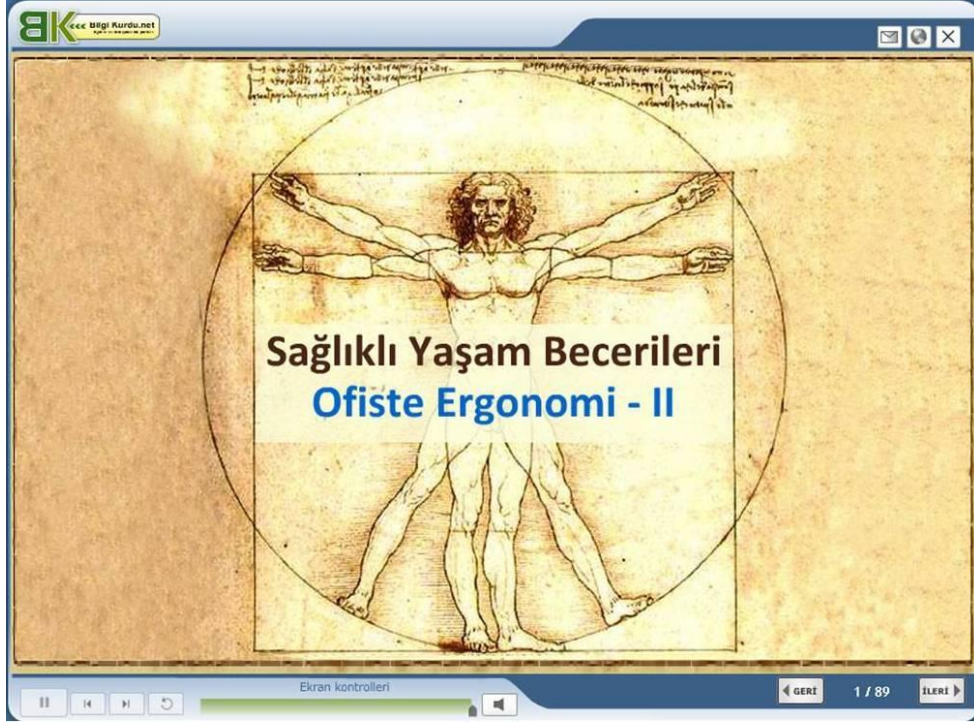


## SAĞLIKLI YAŞAM BECERİLERİ EĞİTİM SERİSİ OFİSTE ERGONOMİ 2 EĞİTİMİ



**Eğitimin Amacı:** Sağlıklı Yaşam Becerileri Eğitimleri serisinin ikinci halkasını oluşturan Ofiste Ergonomi 2 eğitimi, ofis çalışanlarının ergonomik ve sağlıklı iş ortamıyla ilgili bilmesi gereken temel noktaları, ipuçlarını ve pratik tavsiyeleri paylaşmak için tasarlanmıştır.

Özellikle çalışma ortamıyla ilgili bilinmesi gereken risk noktaları ile bunlara uygun çözüm yöntemleri paylaşılmıştır.

**Hedef Kitle:** Tüm ofis çalışanları, tüm yöneticiler, öğrenciler, bilgisayar başında uzun zaman geçirenler

### İçerik:

- Ofis hastalıkları ve riskleri
- Sağlıklı ofis ortamı için havalandırma
- Sağlıklı ofis ortamı için ısı ve nem
- Elektro manyetik kuvvetlerden korunma yöntemleri
- Masa başında doğru vücut pozisyonları ile çalışma

**Eğitim Süresi:** 3 saat