

THUISWERKEN E-LEARNING

NEO
FORMA

Fellowes

OBJECTIEVEN E-LEARNING



- Het bestuderen en voorkomen van de risico's van het ontstaan van ziekten, dus beroepsongevallen en verwondingen.
- Bestudering en toepassing van de principes van de ergonomie op de werkplekken
- Verbetering van de arbeidsomstandigheden en de kwaliteit van het leven thuis
- Kies voor een gezonde levensstijl

E-LEARNING PROGRAMMA



- Inleiding tot musculoskeletale aandoeningen (MSD) en inventarisatie van pathologieën
- Noties van anatomie en biomechanica en werkpathologieën
- Indeling van de thuiswerkplek (ergonomie, sfeer ...)
- Juiste houding om aan te nemen
- Gebaren van het dagelijks leven: de gezondheidszorg moet worden voortgezet op het werk
- Tips voor een gezonde levenswijze en fysieke fitheid
- Voeding en de link met lichaamspijn
- Zicht
- Geluid

METHODE

- Interactieve module
- Quiz / Certificaat



WERKING

Op Neo Forma LMS platform



DOELGROEP

Geschikt voor iedereen die (wel eens) thuis werkt.

DUUR



30 min



CERTIFICAAT

Validatie quiz en afgifte van een individueel trainingscertificaat