

# ERGONOMIE - Noțiuni de bază



**Durata: 1 zi**

**Certificat:**

eliberat de Sc Calitop Srl

**Preț:**

pentru detalii vă rugăm să ne contactați pe adresa [dan.daniela@calitop.ro](mailto:dan.daniela@calitop.ro)

*Ergonomia este disciplina științifică ce studiază interacțiunea dintre oameni și alte elemente ale unui sistem, precum și profesia care aplică teorii, principii, informații și metode de design pentru optimizarea activității omului și performanțele sistemului din care acesta face parte.*

## OBIECTIVE

La finalul acestui curs de prezentare a noțiunilor de bază referitoare la Ergonomie, participanții vor fi capabili să:

- Înțeleagă principiile ergonomice și aplicarea acestora la locul de muncă
- Cunoască efectele nerespectării principiilor ergonomice specifice muncii și locului de muncă
- Implementeze măsuri de control adecvate și să își desfășoare activitățile în condiții de siguranță

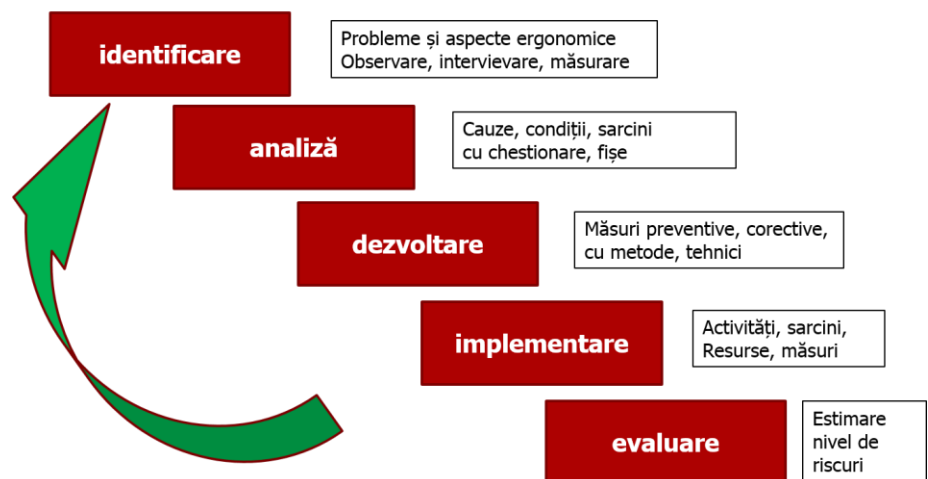
## CUI SE ADRESEAZĂ

- Reprezentanților managementului
- Conducătorilor locurilor de muncă
- Responsabililor SSM
- Tuturor persoanelor interesate de aplicarea principiilor ergonomice la locul de muncă

## CUNOȘTINȚE PREALABILE

- Nu sunt necesare

Etapele procesului ergonomic



# ECHIPA CALITOP VĂ STĂ LA DISPOZIȚIE!

## Tipul instruirii:

**IN-HOUSE** – cursul se desfășoară la sediul clientului

**și/sau**

**OPEN** – cursul se desfășoară la sediul Calitop

**Limba de predare –**  
română

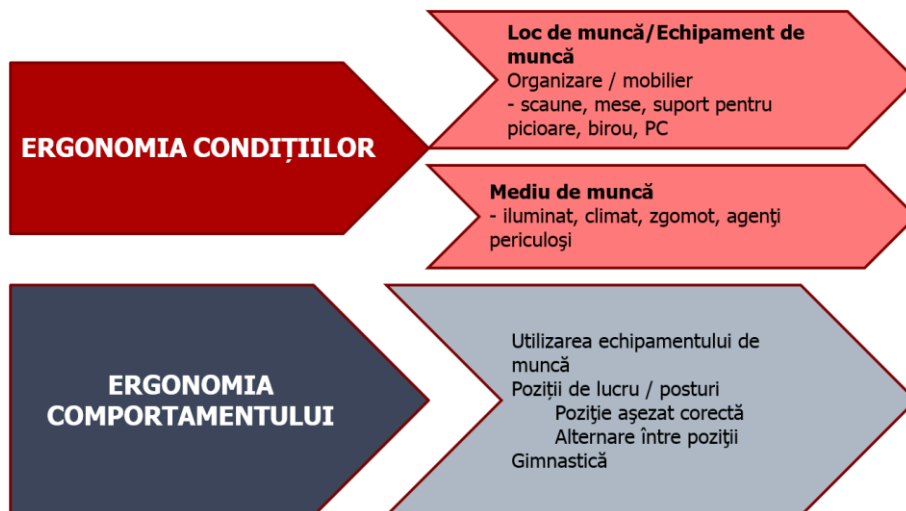


## AGENDA CURSULUI

### Ziua 1

- Introducere și prezentarea generală a cursului
- Definiții
- Factori ergonomici
- Ramuri și domenii
- Principii ergonomice
- Linii directoare
- Clasificare
- Afecțiuni musculo-scheletice
- Măsuri SSM
- Procesul de ergonomie
- Statistici
- Exerciții fizice - recomandări

## SĂNĂTATEA, STAREA DE BINE ȘI CAPACITATEA DE MUNCĂ



## CONTACT

### Adresa:

Str. Roșiori, Nr.4,  
400139 Cluj-Napoca

### Telefon:

+40264 437584

### Website:

[www.calitop.ro](http://www.calitop.ro)

### E-mail:

[office@calitop.ro](mailto:office@calitop.ro)

## CARACTERUL PRACTIC AL INSTRUIRII:

Formatorul utilizează tehnici de instruire moderne și o varietate de metode de formare, pentru a oferi tuturor participanților cele mai bune oportunități de învățare, inclusiv:

- Discuții în grup
- Exerciții individuale sau în grup
- Formulare și instrumente