

Objetivo

Disponibilizar dicas e práticas de ergonomia que podem ser aplicadas em qualquer local, para um home office mais eficiente.

Plataforma CEAF Virtual

Certificado Sim

curso a distância • carga horária 1 hora e 30 minutos

Home office com conforto

Conteúdo programático

1. Novo local de trabalho.
2. Aplicar a ergonomia ao home office.
3. É preciso mudar a mentalidade.
4. Otimize o seu bem-estar.