

**PATTO D'AULA BREAK FORMATIVO****ARGOMENTO DEL BREAK**

Postura al videoterminale

**OBIETTIVO**

Al termine del Break Formativo i partecipanti saranno in grado di conoscere i rischi derivanti dall'assunzione di una postura non corretta mentre lavorano al videoterminale e di saper riordinare la propria postazione per migliorarne l'ergonomia.

**CONTENUTI**

- Introduzione
- Break formativi
- Videoterminale
- Postura ed ergonomia
- Disturbi per postura errata
- Individuazione degli errori
- Attività di correzione degli errori

**METODOLOGIA**

I discenti si ritrovano alla postazione VDT in reception.

Insieme si visionano delle slide dove sinteticamente si descrive la parte teorica

Si visionano delle fotografie delle postazioni al VDT dei discenti ed in base alla parte teorica vista viene chiesto di individuare gli errori nelle posture o sulle postazioni.

Insieme si sistema la postazione e si individuano le correzioni da effettuare sulla postura durante l'attività lavorativa.

**MATERIALE**

Slide e fotografie in formato digitale