

# EDUCAÇÃO POSTURAL NO CAMPO

Carga horária **16 horas**

Idade mínima **16 anos**

Vagas **16**

Mínimo de pré-inscritos **10 alunos**

Com **Certificado**

## Sobre o Curso

### Conteúdo:

Matéria	Carga horária
Conceitos básicos de ergonomia	1 horas
A segurança do trabalho nas atividades rurais	1 horas
A importância da postura adequada	1 horas
NR31 e suas principais disposições relacionadas à ergonomia	1 horas
Conceito de educação postural e sua aplicação no trabalho no campo	1 horas
Os benefícios da Educação Postural aplicada ao trabalho no campo	1 horas
A má postura no trabalho rural e os danos à saúde	1 horas
A postura corretas nas principais atividades rurais	6 horas
Dicas de cuidados gerais com a saúde e segurança no desenvolvimento de atividades rurais	1 horas
Exercícios de alongamento e relaxamento durante a jornada de trabalho	2 horas

### Objetivo:

**Público Alvo:**

POPULAÇÃO RURAL

**Recurso de Parceiro**

Descrição	Quantidade
-----------	------------

**Agenda:**

Situação do Curso	Município	Período	Entidade Responsável	Telefone
Confirmado	Cristalina	26/01/2026 a 27/01/2026	SIND. RURAL DE CRISTALINA	61 3612-5732