# Sundhed for erhvervschaufførere




## Fag: Sundhed for erhvervschaufførere

| | |
|---|---|
| **Fagnummer:**<br>45870 | **Varighed:**<br>1 dag |
| **Pris for ikke højtuddannet ansat:**<br>DKK 208,00 | **Pris for ledig eller højtuddannet ansat:**<br>DKK 900,75 |

**Målgruppe:** Chauffører, som fører erhvervskøretøjer, og som er interesseret i at vedligeholde og forbedre deres sundhed.

**Beskrivelse:** Efter gennemført uddannelse har deltageren viden om:
- Kost
- Sundhed
- Alkohol/tobak/Stimilis betydning
- Stress
- Søvn
- Livskvalitet
- Ergonomi
- Motion

Deltageren kan på baggrund af denne viden:
- Vurdere egen sundhedstilstand
- Forebygge stress
- Forebygge chauffør relateret sygdom
- Arbejde ergonomisk korrekt
- Forbedre livskvaliteten
- Forbedre trafiksikkerheden

Deltageren kan agere korrekt som chauffør inden for den offentlige servicetrafik.

## Kontakt

Find kontakt via hjemmesiden

## Kursuspris

**Pris for ikke højtuddannet ansat:**
DKK 208,00

**Pris for ledig eller højtuddannet ansat:**
DKK 900,75

## Tilmelding