

23 abril 2020
16:00 – 17:00

● **Sentarse bien,
Sentirse bien.**

Consejos prácticos para evitar malas posturas en el teletrabajo

REGISTRO

Una vez inscrito, recibirá un correo electrónico de confirmación con información para unirse al seminario web.





Sentarse bien, Sentirse bien.

PROGRAMA:

1. Las malas posturas y el excesivo sedentarismo en números
2. Riesgos derivados de malas posturas
3. Pautas para una postura saludable
4. Requisitos de una silla saludable
5. Sencillos consejos para sentarse bien, sentirse bien

Jonatan Molina

Aunque su formación estuvo orientada a trabajar en los departamentos financieros o de RRHH, su carrera profesional ha tenido y tiene una clara vocación comercial.

Amplia experiencia en el sector de equipamiento de mobiliario de oficinas.

Después de 5 años en Haworth como Area Manager, los últimos 10 años desarrolla su carrera en OFITA como Director de la unidad de negocio de Madrid.