

PARZIALE 2 ORE

in conformità al D.Lgs. 81/2008 e Conferenza permanente per i rapporti tra Stato, Regioni e Province Autonome del 17 aprile 2025

Nella presente scheda sono riportati i diversi moduli che costituiscono il corso di aggiornamento parziale per i lavoratori valido per tutte le classi di rischio.

La scheda è individuale e deve essere compilata separatamente per ciascun partecipante, in modo da garantire ad ognuno un percorso formativo lineare e coerente con la mansione svolta.

Si richiede pertanto di selezionare gli argomenti ritenuti maggiormente pertinenti rispetto all'attività lavorativa dell'iscritto e ai rischi ad essa correlati, fino al raggiungimento di un monte ore complessivo pari a 2 ore.

NOME/I _____	COGNOME _____
CODICE FISCALE _____	PROFILO PROFESSIONALE _____

	DURATA	TITOLO E ARGOMENTI
<input type="checkbox"/>	1h	BENESSERE ALIMENTARE
<input type="checkbox"/>	1h	COMUNICAZIONE EFFICACE VIA E-MAIL
<input type="checkbox"/>	1h	D.LGS. 231 DEL 2001 E LA SUA APPLICAZIONE
<input type="checkbox"/>	2h	DISPOSITIVI DI PROTEZIONE INDIVIDUALE
<input type="checkbox"/>	1h	ERGONOMIA AI TEMPI DEI ROBOT
<input type="checkbox"/>	2h	FATTORI TRASVERSALI DI RISCHIO
<input type="checkbox"/>	1h	GESTIONE DEI CLIENTI
<input type="checkbox"/>	1h	GESTIONE DEI RIFIUTI
<input type="checkbox"/>	1h	GESTIONE DEI SOGGETTI AGGRESSIVI
<input type="checkbox"/>	1h	GESTIONE DEL TEMPO
<input type="checkbox"/>	2h	GESTIONE DELLE EMERGENZE
<input type="checkbox"/>	1h	GREEN JOBS E SICUREZZA SUL LAVORO
<input type="checkbox"/>	1h	I PRINCIPI DELLA COMUNICAZIONE
<input type="checkbox"/>	1h	IL RISCHIO BIOLOGICO: ESCHERICHIA COLI, GUANO DI VOLATILI, LEGIONELLA
<input type="checkbox"/>	1h	INFORMATION OVERLOAD
<input type="checkbox"/>	1h	INFORTUNI ED INCIDENTI MANCATI
<input type="checkbox"/>	1h	INTELLIGENZA EMOTIVA
<input type="checkbox"/>	1h	LA COMUNICAZIONE ASSERTIVA
<input type="checkbox"/>	1h	LA NORMA ISO 45001:2023
<input type="checkbox"/>	1h	LA PROTEZIONE DEI DATI AZIENDALI: CONCETTI INTRODUTTIVI DI CYBERSECURITY
<input type="checkbox"/>	1h	LA PROTEZIONE SANITARIA DEL DIPENDENTE IN VIAGGIO ALL'ESTERO
<input type="checkbox"/>	1h	LA SICUREZZA DEL CARICO NEL TRASPORTO STRADALE
<input type="checkbox"/>	1h	LAVORO NOTTURNO
<input type="checkbox"/>	1h	LE DIPENDENZE: ALCOL, DROGA E LUDOPATIA
<input type="checkbox"/>	1h	MOVIMENTAZIONE MANUALE DEI CARICHI

<input type="checkbox"/>	1h	MOVIMENTAZIONE MANUALE DEI PAZIENTI
<input type="checkbox"/>	2h	NORMATIVA SULL'AMIANTO
<input type="checkbox"/>	1h	PARITÀ DI GENERE
<input type="checkbox"/>	1h	POSTURA ED IGIENE VERTEBRALE
<input type="checkbox"/>	1h	PRESENTAZIONI EFFICACI
<input type="checkbox"/>	1h	REGOLAMENTO UE 2016/679 - TRATTAMENTO DATI PERSONALI
<input type="checkbox"/>	2h	RISCHI FISICI
<input type="checkbox"/>	1h	RISCHI IGIENICO - AMBIENTALI
<input type="checkbox"/>	1h	RISCHI INFORTUNISTICI
<input type="checkbox"/>	2h	RISCHI PER LA SALUTE
<input type="checkbox"/>	1h	RISCHIO AGGRESSIONE VIOLENTA
<input type="checkbox"/>	2h	RISCHIO ELETTRICO
<input type="checkbox"/>	1h	RISCHIO RAPINA IN ATTIVITÀ COMMERCIALI
<input type="checkbox"/>	1h	RISCHIO SISMICO
<input type="checkbox"/>	1h	SANIFICAZIONE
<input type="checkbox"/>	2h	SICUREZZA AL VOLANTE
<input type="checkbox"/>	1h	SICUREZZA DELLE BATTERIE AL LITIO
<input type="checkbox"/>	1h	SMART WORKING
<input type="checkbox"/>	2h	SMART WORKING
<input type="checkbox"/>	1h	SOSTENIBILITÀ
<input type="checkbox"/>	1h	STRESS LAVORO CORRELATO
<input type="checkbox"/>	1h	UMANA PERCEZIONE DEL RISCHIO
<input type="checkbox"/>	1h	VIDEOTERMINALE
<input type="checkbox"/>	1h	VIOLENZA E MOLESTIE
<input type="checkbox"/>	1h	WELFARE AZIENDALE



Nelle pagine seguenti vengono brevemente presentati gli argomenti trattati in ciascun modulo.

ARGOMENTI

BENESSERE ALIMENTARE | 1h

- **Sani si diventa:** Alimentazione e salute - Fabbisogni - Macronutrienti - Proteine / Glucidi / Fibre / Lipidi / Colesterolo - La giornata alimentare - Obesità - Fame e sazietà
 - **Allergeni ed intolleranze:** Allergie - Intolleranze - Morbo celiaco
-

COMUNICAZIONE EFFICACE VIA E-MAIL | 1h

- **Introduzione:** Come comunichiamo
 - **E-mail efficaci:** Gli elementi base delle e-mail - Il saluto e l'incipit - Parole pericolose e parole magiche - Come rendere semplice e chiaro il testo - Lunghezza, ortografia e formattazione - Conclusione e saluti
-

D.LGS. 231 DEL 2001 E LA SUA APPLICAZIONE | 1h

- **Il D.Lgs. 231 del 2001 e la sua applicazione pratica:** Introduzione - Il D.Lgs. 231 e la sicurezza sul lavoro - Il Codice penale e le sanzioni per l'ente previste dal D.Lgs. 231 - Il "Modello 231": fasi di costruzione, contenuti e vantaggi - Il caso Thyssenkrupp - Piano di formazione e comunicazione - L'istituto per la segnalazione di illeciti
-

DISPOSITIVI DI PROTEZIONE INDIVIDUALE | 2h

- **Introduzione al corso:** Presentazione del corso
 - **Requisiti dei DPI DPI e DPC:** Le 3 categorie di classificazione dei DPI - Procedure di certificazione CE - DPI ed ergonomia - Scelta e scadenza DPI
 - **Tipologie di DPI prima parte:** Elenco delle protezioni previste dai DPI - Protezione della testa, dell'udito, degli occhi e del viso, delle vie respiratorie, delle mani e delle braccia
 - **Tipologie di DPI seconda parte:** Elenco delle protezioni previste dai DPI dei piedi e delle gambe, della pelle, del tronco e dell'addome, dell'intero corpo Indumenti di protezione
 - **DPI di III:** categoria DPI di categoria III ed addestramento - Inventario dei rischi
 - **Obblighi normativi:** Obblighi per datore di lavoro, dirigente, preposto e lavoratore
-

ERGONOMIA AI TEMPI DEI ROBOT | 1h

- **Introduzione**
 - **L'ergonomia dalla fabbrica fordista al robot:** L'ergonomia dalla fabbrica fordista al robot - La user experience
 - **La nuova rivoluzione industriale:** L'infrastruttura è un algoritmo - Il dualismo del sistema produttivo
 - **Uomini e robot: la nocività nel lavoro industriale:** Robot fatality - La blockchain - Gli esoscheletri - L'internet of things - I rischi organizzativi - L'iperconnettività
-

FATTORI TRASVERSALI DI RISCHIO | 2h

- **La matrice del rischio:** Cos'è una matrice? - I concetti di pericolo, danno, probabilità e rischio - La formula di calcolo e la redazione di una matrice - Come leggere e costruire le matrici di rischio
 - **Fattori trasversali di rischio:** L'idea di genere - L'età - La provenienza da altri paesi - I contratti di lavoro - Lo stress lavoro correlato - L'Accordo europeo
 - **La tutela delle lavoratrici madri:** La tutela della lavoratrice - La valutazione dei rischi - Gli obblighi del datore di lavoro e della lavoratrice
 - **Fattori trasversali di rischio:** lavoratori stranieri - Dati relativi ad infortuni e malattie professionali che coinvolgono i lavoratori migranti in Italia - Cause della maggiore "vulnerabilità" dei lavoratori migranti - La valutazione del rischio connesso alla provenienza da altri Paesi: esperienze di valutazione e possibili aree di intervento
 - **Fattori trasversali di rischio:** rischi contrattuali - Contratti di lavoro atipici e sicurezza nei luoghi di lavoro - La tutela dei lavoratori atipici del D.lgs. 81/08 - La Valutazione dei Rischi connessa alla tipologia contrattuale - La Valutazione dei Rischi connessa alla tipologia contrattuale: profili metodologici applicativi - La Valutazione dei Rischi connessa alla tipologia contrattuale: apprendisti minori - La Valutazione dei Rischi connessa alla tipologia contrattuale: stress lavoro correlato e lavoratrici
-

GESTIONE DEI CLIENTI | 1h

- **La relazione con il cliente:** Conoscenza del cliente - Incarico - Gestione Criticità - Compenso economico - La fidelizzazione del cliente
 - **La comunicazione con il cliente:** Strategie di relazione con il cliente - La comunicazione efficace - Come comunicare attraverso i social
 - **Gli strumenti della gestione emotiva del cliente:** La persuasione - L'intelligenza emotiva
 - **I clienti difficili:** Le tipologie di clienti - Come gestire i clienti difficili - Consigli pratici - Assenza di feedback nella comunicazione - Il reclamo - Situazioni oggettivamente difficili - Richieste impossibili - Il ritardo nei pagamenti - Troppi referenti - Il rispetto del tempo del professionista - Le richieste extra
-

GESTIONE DEI RIFIUTI | 1h

- **Il processo della gestione dei rifiuti:** Principi per la gestione dei rifiuti - La gerarchia dei rifiuti I riferimenti normativi
- **La gestione amministrativa e documentale** Classificazione dei rifiuti - I codici EER Rifiuti pericolosi La sicurezza dei trasporti L'ADR
- **Il processo operativo della gestione dei rifiuti** La gestione dei rifiuti in magazzino - Rifiuti contaminati dai POPs -Organizzazione, imballaggio ed etichettamento dei rifiuti RSPP e gestione dei rifiuti in magazzino - La normativa SEVESO - Il conferimento dei

rifiuti - La verifica del trasportatore - La verifica degli impianti di destinazione - La verifica degli intermediari - La tracciabilità dei rifiuti - Il registro di carico e scarico - Il formulario di identificazione - Modello unico di dichiarazione ambientale - MUD Gestione dei rifiuti urbani - Scenari futuri nella gestione dei rifiuti - Il RENTRI - Riciclo e principio di responsabilità estesa del produttore - I green jobs

GESTIONE DEI SOGGETTI AGGRESSIVI | 1h

- **La gestione dei soggetti aggressivi:** Elementi giuridici essenziali - La paura e l'aggressività - La prossemica - Cenni teorici cognitivo comportamentali - Ciclo dell'aggressione - La fase trigger - Profilo dell'aggressore - La de-escalation - Possibili danni per la vittima - Gestire la folla
-

GESTIONE DEL TEMPO | 1h

- **Il tempo:** Tempo come gestirlo - Paradossi sulla gestione del tempo - Il time management - Consigli pratici di time management
 - **Strumenti per la gestione del tempo:** Cambia il punto di vista - Programmare la semplicità - Strumenti per la gestione del tempo
-

GESTIONE DELLE EMERGENZE | 2h

- **Addetti alle emergenze:** Le emergenze nella sicurezza - Gli addetti antincendio - Attività degli addetti antincendio - Intervento dei vigili del fuoco - Formazione - Gli addetti al primo soccorso - In caso di infortunio - La squadra emergenze - Il coordinatore dell'emergenza
 - **Il piano delle emergenze:** Emergenza - Le principali cause delle emergenze - Il piano di emergenza e di evacuazione - Contenuti nel piano di emergenza - I soggetti coinvolti - Il coordinatore dell'emergenza - Gli addetti interni - La comunicazione e le emergenze - Procedure in caso di emergenza - I fattori psicologici nelle emergenze - Le vie di uscita
 - in caso di incendio - Indicazioni tecniche - L'allarme - Le procedure di allarme - L'evacuazione - Le esercitazioni antincendio
 - **Il rischio incendio:** Il fuoco - L'incendio - Il triangolo del fuoco - Classi di fuoco - Le sostanze estinguenti - I prodotti della combustione - Le fasi di un incendio - conseguenze sulla salute - Le misure di protezione - La classificazione delle aziende - Controllo e manutenzione - Formazione
 - **Primo soccorso:** Primo soccorso - Gli incaricati al primo soccorso - I presidi aziendali - La chiamata di emergenza - Le circostanze dell'intervento - In caso di infortunio
-

GESTIONE DELLE EMERGENZE | 2h

- **Addetti alle emergenze:** Le emergenze nella sicurezza - Gli addetti antincendio - Attività degli addetti antincendio - Intervento dei vigili del fuoco - Formazione - Gli addetti al primo soccorso - In caso di infortunio - La squadra emergenze - Il coordinatore dell'emergenza

- **Il piano delle emergenze:** Emergenza - Le principali cause delle emergenze - Il piano di emergenza e di evacuazione - Contenuti nel piano di emergenza - I soggetti coinvolti - Il coordinatore dell'emergenza - Gli addetti interni - La comunicazione e le emergenze - Procedure in caso di emergenza - I fattori psicologici nelle emergenze - Le vie di uscita in caso di incendio - Indicazioni tecniche - L'allarme - Le procedure di allarme - L'evacuazione - Le esercitazioni antincendio
 - **Il rischio incendio:** Il fuoco - L'incendio - Il triangolo del fuoco - Classi di fuoco - Le sostanze estinguenti - I prodotti della combustione - Le fasi di un incendio - Conseguenze sulla salute - Le misure di protezione - La classificazione delle aziende - Controllo e manutenzione - Formazione
 - **Primo soccorso:** Primo soccorso - Gli incaricati al primo soccorso - I presidi aziendali - La chiamata di emergenza - Le circostanze dell'intervento - In caso di infortunio
-

GREEN JOBS E SICUREZZA SUL LAVORO | 1h

- **Introduzione:** green economy e green jobs - Analisi socio-economica del contesto - Green economy e transizione
 - **Nuove competenze, nuove tecnologie, nuovi fattori di rischio, nuova formazione:** Green economy e mercato del lavoro - Green jobs: fra sicurezza e ambiente
 - **Green jobs: come valutare l'impatto sui "vecchi" rischi e valutare i rischi nuovi od emergenti:** Gestione dei rifiuti - Mobilità sostenibile Energie rinnovabili
-

I PRINCIPI DELLA COMUNICAZIONE | 1h

- **Comunicazione:** Che cos'è la comunicazione - La struttura della comunicazione - I livelli della comunicazione - Gli assiomi della comunicazione - La comunicazione interna all'azienda
 - **Dinamiche di gruppo:** Definizioni di gruppo - La dinamica di gruppo - L'action-research - Lo schema di Johari
 - **Leadership:** Fasi di un gruppo - Classificazioni di potere - Leadership e fenomeni di gruppo
-

IL RISCHIO BIOLOGICO: ESCHERICHIA COLI, GUANO DI VOLATILI, LEGIONELLA | 1h

- **Agenti biologici:** I microrganismi - Gli agenti biologici nel D. Lgs. n. 81/2008
 - **Rischi biologici specifici:** escherichia coli, guano di volatili, legionella - Escherichia coli - Guano di volatili - Legionella
-

INFORMATION OVERLOAD | 1h

- **In che era siamo:** Cadere nella rete Culture digitali a confronto L'info sfera La quarta rivoluzione L'iperstoria L'etica digitale
- **Dal bisogno al desiderio di informazioni:** Too many news, bad news! AllenaMenti - dieta di notizie

- **Troppe informazioni, troppe decisioni:** Too much information effect - Quando il fattore umano va in CRASH - Lavorare nell'era digitale - Digital detox e diritto alla disconnessione - Non si tratta più di "saper smanettare sul computer"- Multitasking, Flow e Felicità Mindfulness e "presto che è tardi"- Una vita online: strategie per essere felici - Lessi s more allenaMENTI # 1 - DIETA DA NEWS allenaMENTI # 2 - POSTA ELETTRONICA allenaMENTI # 3 - SOCIAL NETWORK allenaMENTI # 4 - RIPRENDI LA BARRA DEL TIMONE allenaMENTI #5 - NON FARE ORA CIÒ CHE PUOI FARE DOPO allenaMENTI # 6 - CREA IL TUO SPAZIO MINDFUL DENTRO FUORI
-

INFORTUNI ED INCIDENTI MANCATI | 1h

- **Dati INAIL:** Differenze tra infortunio e malattia professionale -Statistiche INAIL - Riflessioni Prevenzione
 - **Incidenti ed infortuni mancati:** Valutazione del rischio - Near Miss - Comportamenti sicuri - La cultura della sicurezza
 - **Infortuni in itinere:** La causa violenta in occasione di lavoro - La risarcibilità dell'infortunio - Il percorso casa-lavoro - L'uso della bicicletta - L'uso del mezzo privato - Il codice della strada
-

INTELLIGENZA EMOTIVA | 1h

- **L'intelligenza emotiva:** Le emozioni e l'intelligenza emotiva - Le soft skills e la competenza emotiva - Consapevolezza di sé - Autoregolazione e padronanza di sé - Motivazione - Empatia - Abilità - Sociali
-

LA COMUNICAZIONE ASSERTIVA | 1h

- **La comunicazione assertiva:** L'assertività - La personalità - Il comportamento - La comunicazione - Tecniche di comunicazione assertiva - La comunicazione assertiva come strumento di prevenzione - L'assertività come condizione interiore
-

LA NORMA ISO 45001:2023 | 1h

- **LA NORMA UNI EN ISO 45001:2023** Introduzione - Le novità principali della ISO 45001:2023 - La struttura HLS della norma - Nuovo strumento di interpretazione - I punti della norma UNI EN ISO 45001:2023 con le principali novità rispetto alla OHSAS 18001:2007 - Le regole di applicazione e la migrazione dalla 18001:2007 alla 45001:2023 - Il riconoscimento legislativo della norma UNI EN ISO 45001
-

LA PROTEZIONE DEI DATI AZIENDALI: CONCETTI INTRODUTTIVI DI CYBERSECURITY | 1h

- **La protezione dei dati aziendali:** concetti introduttivi di cybersecurity - Protezione dei dati e dei sistemi IT: concetti base, vulnerabilità e metodi di protezione - Disaster recovery, Business continuity, leggi e norme specifiche - Il cloud computing: problemi e opportunità per la sicurezza - La cybersecurity e lo smart working
-

LA PROTEZIONE SANITARIA DEL DIPENDENTE IN VIAGGIO ALL'ESTERO | 1h

- **La protezione sanitaria del dipendente in viaggio all'estero:** Gli aspetti normativi - Prima della partenza - I documenti di viaggio Il kit di medicazione - Il viaggio in aereo - Le raccomandazioni afferenti all'alimentazione - La gestione del rischio legato a malattie contagiose - Le emergenze sanitarie ambientali - Abuso di alcool ed uso di stupefacenti - L'attività sessuale - Al rientro
-

LA SICUREZZA DEL CARICO NEL TRASPORTO STRADALE | 1h

- **L'applicazione delle norme:** Un po' di storia - L'importanza del nuovo decreto - La direttiva europea - La filiera del trasporto - Prescrizioni generali - Limiti di massa - Il carico - L'esigenza di un carico sicuro - Le numerose norme nell'autotrasporto
 - **Un po' di fisica:** Le forze in un veicolo in movimento - Cosa dice la normativa europea - Massa e forza peso - Unità di misura della forza peso - Il decanewton applicato al carico - Forze di inerzia - Forze di stacco - Forza centrifuga - Forza di attrito - Baricentro - Diagramma di distribuzione del carico - Scarico parziale - Pericolo di ribaltamento
 - **Le unità di trasporto:** Struttura del veicolo - Le norme di riferimento - Veicoli idonei al trasporto - Le tipologie dei veicoli
 - **Il fissaggio del carico:** Strumenti di riempimento e bloccaggio - Tappetini antiscivolo - Punti di ancoraggio - Tipologie di ancoraggio - La perizia del caricatore sulle attrezzature di fissaggio
 - **Metodi di fissaggio:** Valutazione: calcolo dei fissaggi - Le tipologie di fissaggio - Metodi di fissaggio del carico
 - **Verifica del carico:** Metodi di controllo e valutazione delle carenze - Classificazione delle carenze - Principali verifiche su strada - Una corretta check list Informazioni del conducente - Controlli tecnici su strada
 - **Controlli e sanzioni:** Organi di controllo - Principali sanzioni - Verifiche degli organi accertatori - Controlli tecnici su strada
-

LAVORO NOTTURNO | 1h

- **Il lavoro notturno:** L'orario di lavoro - Riferimenti normativi - Definizioni Obblighi del datore di lavoro - Il sonno e i ritmi biologici e sociali - I rischi da lavoro notturno - Le misure preventive - Sorveglianza sanitaria
-

LE DIPENDENZE: ALCOL, DROGA E LUDOPATIA | 1h

- **Alcool:** Le bevande alcoliche - Alcol e lavoro - D. Lgs. 81/08 Alcolemia
 - **Sostanze stupefacenti:** Droghe - Tipologie di droghe - Lavoratori tossicodipendenti - La cautela conservativa - Misurare l'assunzione di droghe
 - **Il gioco d'azzardo patologico:** Gioco d'azzardo - Tipologie di giocatori - Strategie preventive
-

MOVIMENTAZIONE MANUALE DEI CARICHI | 1h

- **La movimentazione manuale dei carichi:** La movimentazione manuale dei carichi è ovunque! - La movimentazione ripetuta degli arti superiori - La spinta e il traino - Il sollevamento e il trasporto - La valutazione del rischio e riferimenti normativi - I danni provocati dalla movimentazione manuale dei carichi - Le misure di prevenzione nella movimentazione manuale dei carichi
-

MOVIMENTAZIONE MANUALE DEI PAZIENTI | 1h

- **Movimentazione manuale dei pazienti e attrezzature:** I disturbi muscolo scheletrici - Cenni di biomeccanica del disco intervertebrale - L'uso corretto del rachide in stazione eretta - Dati INAIL: alcuni esempi di infortuni sul lavoro - La movimentazione manuale dei pazienti - Gli obiettivi della valutazione del rischio - Le misure per migliorare la movimentazione - La formazione e l'addestramento degli operatori - La valutazione del rischio nel D.Lgs. n. 81 del 2008 - La valutazione del rischio da movimentazione dei pazienti: il metodo MAPO - Gli ausili alla movimentazione dei pazienti - Come movimentare un paziente?
-

NORMATIVA SULL'AMIANTO | 2h

- **Decreto ministeriale prima parte:** Amianto La legge n. 257 del 1992 - Il decreto dell'8 agosto 1994 - Formazione sulla tutela da amianto
 - **Decreto ministeriale seconda parte:** il Decreto ministeriale del 6 settembre 1994 - La certificazione - La bonifica dell'Eternit
 - **D. Lgs. 81/2008:** Il D. Lgs. 81/2008 - La valutazione dei rischi e la notifica - La formazione dei lavoratori
 - **DPI contro le fibre di amianto:** DPI adeguati - Protezione del corpo e degli arti - Protezione delle vie respiratorie
-

PARITÀ DI GENERE | 1h

- **Legislazione e strumenti di promozione per la parità di genere:** Opportunità equivalenti per generi diversi - Gli interventi attuati in Italia - Parità di genere e pnrr
 - **La certificazione della parità di genere alle imprese:** La certificazione e la prassi di riferimento - I vantaggi
 - **La parità di genere nel mondo del lavoro:** Parità di genere e sicurezza sul lavoro - Parità di genere e medicina - Parità di genere e cultura
 - **Sicurezza, salute e parità di genere:** La valutazione del rischio - Rischi psicosociali - Misure di prevenzione - La medicina di genere
 - **Come contrastare disuguaglianze e discriminazioni nel mondo del lavoro:** I condizionamenti culturali - I bias - Meccanismi ostili al cambiamento - Il principio di simpatia - I meccanismi distorsivi - Lavoro e cura della famiglia - Prevenzione di discriminazioni, molestie o violenze
-

POSTURA ED IGIENE VERTEBRALE | 1h

- **Conoscere la colonna vertebrale:** La back school - Algie vertebrali - Il rachide e le sue funzioni
 - **Educazione posturale:** Educazione posturale ed esercizi antalgici - Postura e VDT - Educazione posturale in stazione eretta - Cervicalgia ed educazione posturale
 - **Respirazione e tecniche di rilassamento:** Ansia - Stress cronico - Rilassamento
-

PRESENTAZIONI EFFICACI | 1h

- **La formazione nell'adulto:** La formazione nell'adulto - La figura del formatore
 - **Il metodo formativo:** La cura dell'aula - Il patto formativo - Metodologie formative - Il tutor d'aula
 - **Comunicazione:** Teoria della comunicazione - Fasi della comunicazione - Comunicazione in aula - Proseminaria - Importanza della comunicazione non verbale
 - **Progettare una presentazione:** La classicità della presentazione - Caratteristiche principali da tenere conto nella creazione di una presentazione efficace - Tipologie di presentazione - Il design
 - **Presentare una presentazione:** Strumenti di presentazione - Power Point - Apple Keynote - Prezzi - Altri strumenti presentativi
-

REGOLAMENTO UE 2016/679 - TRATTAMENTO DATI PERSONALI | 1h

- **Introduzione al corso privacy** Definizione "Il dato personale" - Definizione "Dati generici" - Definizione "Dati biometrici" - Definizione "Dati relativi alla salute" - Categorie particolari Storia normativa Il codice della privacy
 - **Regolamento UE 679/2016:** Principi applicabili - Ruoli e responsabilità RDP e DPO - Il quadro sanzionatorio - Codici di condotta e certificazioni - Sicurezza del trattamento - Violazioni - Accountability - Gli aggiornamenti - L'interessato e i suoi diritti - L'informativa - Il consenso - Il registro dei trattamenti - Gli addetti e le nomine - Trasferimenti verso paesi extra europei - Valutazione d'impatto sulla protezione dei dati - Approccio al rischio e valutazione d'impatto - Il servizio di prevenzione e protezione - I trattamenti - Il servizio esterno
 - **La protezione dai dati e l'informatica:** La protezione dei personal computer aziendali - Le caratteristiche dei servizi cloud.
-

RISCHI FISICI | 2h

- **Rischi fisici:** Rumore - Vibrazioni - Campi elettromagnetici - Radiazioni ottiche artificiali - Radiazioni ionizzanti
-

RISCHI IGIENICO - AMBIENTALI | 1h

- **Rischi Chimici:** Gli agenti chimici - Protezione dagli agenti chimici - Rischi associati alle sostanze chimiche

- **Rischi da polveri:** Le polveri Meccanismi di difesa - Protezione dalle polveri
 - **Etichettatura:** Sostanze pericolose - Etichetta e pittogrammi - Preparati pericolosi - Fasi di rischio e di prudenza - Scheda di sicurezza
 - **Rischi cancerogeni:** Agenti cancerogeni - Le sostanze cancerogene - Valutazione del rischio
 - **Rischio biologico:** Definizione di rischio biologico - Il rischio biologico negli ambienti lavorativi
 - **Rischio vibrazioni:** Le vibrazioni - Esposizione al rischio vibrazione - Valutazione del rischio - Patologie legate alle vibrazioni meccaniche
 - **Rischio radiazioni:** Radiazioni ottiche - Rischi da esposizione a radiazioni
-

RISCHI INFORTUNISTICI| 1h

- **Rischi meccanici Generali:** Esposizione al rischio - Principali rischi meccanici - Come ridurre il rischio
 - **Rischio elettrico:** Il rischio elettrico - Effetti della corrente elettrica sul corpo umano
 - **Macchine:** Formazione e abilitazione - Attrezzature e tutela dei lavoratori - La "Direttiva macchine" - Obblighi e responsabilità - Manutenzione e verifiche periodiche
 - **Cadute dall'alto:** Il lavoro in quota - Le scale - Come prevenire le cadute - I trabattelli - Le piattaforme di lavoro elevabili
-

RISCHI PER LA SALUTE| 2h

- **Rischi per la salute:** Rischio biologico - Rischio chimico e cancerogeno - Etichettatura delle sostanze pericolose
-

RISCHI AGGRESSIONE VIOLENTA | 1h

- **Il rischio di aggressione violenta:** Contesto di applicazione delle aggressioni nel mondo del lavoro - Distinguere la situazione - Consapevolezza delle proprie vulnerabilità - Lesioni personali derivanti dall'aggressione - Reato di lesioni volontarie - Vulnerabilità apparente - Livello di allerta - Reazioni fisiologiche all'aggressione - Comportamento generale in caso di aggressione e autodifesa - Alcuni consigli relativi a circostanze al di fuori del luogo di lavoro - La protezione mediante spray al peperoncino
-

RISCHIO ELETTRICO | 2h

- **Introduzione al corso:** Presentazione del corso
- **Gli effetti della corrente elettrica sul corpo umano:** Il rischio elettrico - Effetti della corrente elettrica sul corpo umano -Soccorsi ai colpiti da corrente elettrica
- **Protezione contatti diretti:** Il contatto elettrico - Arco elettrico
- **Protezione contatti indiretti:** Contatti indiretti - La messa a terra - Luoghi conduttori ristretti - Norme di comportamento

- **La normativa:** La normativa - Conformità degli impianti e dei prodotti elettrici - La progettazione degli impianti elettrici - Valutazione e prevenzione dai rischi
-

RISCHIO RAPINA IN ATTIVITÀ COMMERCIALI | 1h

- **Rischio rapina nelle attività commerciali:** Gli aspetti normativi - La peculiarità delle rapine nelle attività commerciali - La dinamica della rapina - I rischi potenziali - La prevenzione del rischio rapina - La reazione e la difesa - Il comportamento in caso di rapina - Cosa fare dopo la rapina
-

RISCHIO SISMICO | 1h

- **Introduzione al corso:** Il rischio sismico in Italia
 - **Il terremoto:** Cos'è? - Come si misura
 - **Rischio sismico e piani di emergenza:** I piani di emergenza locali - Il piano di emergenza aziendale - Aggiornamento del piano di emergenza - Procedura per il rientro nel fabbricato
 - **Gli aspetti psicologici:** Le emozioni che possono scaturire - Gestione dello stress - Informazione
-

SANIFICAZIONE | 1h

- **La sanificazione:** Alcuni concetti di microbiologia - Alcune definizioni - Che tipo di pulizia? Quando? Come? - L'identificazione delle fasi - I prodotti e altri sistemi di intervento - I controlli, le verifiche e i campionamenti
-

SICUREZZA AL VOLANTE | 2h

- **Comportamenti sulla strada:** Alcuni dati sul numero degli incidenti stradali - Le tipologie degli incidenti stradali - I fattori di rischio
- **Alcol, droghe e farmaci:** Alcol Droghe e farmaci
- **Postura e posizione di guida:** La sicurezza attiva e la sicurezza passiva - La regolazione del posto di guida - L'impugnatura e l'uso del volante
- **Sicurezza passiva:** Le cinture di sicurezza - Le cinture di sicurezza e la normativa - Le cinture di sicurezza: a cosa servono? - Gli airbag - I seggiolini per bambini
- **Controllo del veicolo:** I controlli preliminari - La visibilità - I freni - Gli ammortizzatori - Lo sterzo - Il carico dei bagagli
- **Pneumatici:** Le marcature - Il battistrada - L'aquaplaning - I controlli - L'età - I pneumatici invernali
- **Guida e ambiente:** Gli effetti delle emissioni di anidride carbonica - Gli standard europei sulle emissioni - Il particolato - La guida eco-compatibile - Sei consigli per risparmiare carburante - La tecnologia ibrida
- **La frenata:** La frenata modulata - La frenata di emergenza: regole generali - La frenata di emergenza senza ABS - La frenata di emergenza con ABS - La distanza di sicurezza e lo spazio di arresto - La distanza di frenata

- **Tecniche di sterzata e percorrenza di curva:** La sincronia tra volante e acceleratore - Come affrontare una curva - La perdita di aderenza
 - **Sistemi di ausilio alla guida:** ABS - Anti Blocking System ESP - Electronic Stability Program ASR - Acceleration Skid Control BAS - Brake Assist System Brake Control: frenata assistita
-

SICUREZZA DELLE BATTERIE AL LITIO | 1h

- **Le batterie al litio:** Definizione - Come funziona la batteria al litio - Tipologie e formati - I sistemi di sicurezza attivi e passivi
 - **Sicurezza e prevenzione dei rischi:** Il contesto normativo - Lo stoccaggio - Invecchiamento, fine vita e second life - I rischi - La prevenzione dei rischi - I veicoli elettrici
-

SMART WORKING | 1h

- **In principio fu il telelavoro**
 - **Il lavoro agile:** Caratteristiche e legislazione - COVID-19: un'opportunità di sviluppo - La postazione di lavoro in Smart Working
 - **Smart worker Smart working:** un modo diverso di percepire il lavoro - I benefici dello smart working - I "contro" dello smart working - Aspetti applicativi dello smart working - Essere uno smart worker - Salute e sicurezza in smart working - Smart working e infortuni
-

SMART WORKING | 2h

- **In principio fu il telelavoro**
 - **Il lavoro agile:** Caratteristiche e legislazione - COVID-19: un'opportunità di sviluppo - La postazione di lavoro in Smart Working
 - **Esempi di accordi:** Dal telelavoro allo smart working - Accordo n.1 - tour operator - Accordo n.2 - industria farmaceutica - Accordo n.3 - azienda it - Accordo n.4 - industria farmaceutica estera
 - **Dalla fabbrica al mobile worker:** Smart working: un nuovo modello di cultura organizzativa - Nuove modalità di intendere il rapporto di lavoro - Dentro la rivoluzione digitale - Una sfida per l'ergonomia - Vantaggi dello smart
-

SOSTENIBILITÀ | 1h

- **Introduzione allo sviluppo sostenibile:** Il concetto di sviluppo sostenibile - L'agenda globale per lo sviluppo sostenibile delle Nazioni Unite - Gli obiettivi di sviluppo
- **Sfida dello sviluppo sostenibile:** La sfida dello sviluppo sostenibile e il ruolo delle imprese - Il global compact: le origini - Il global compact - Gli obiettivi - I 10 principi del global compact - Il contributo allo sviluppo - Il global compact oggi - La sostenibilità d'impresa: i driver - Il contesto operativo - Il contesto istituzionale - Le pressioni

esterne - Dinamiche competitive - Gli approcci - La sostenibilità d'impresa in pratica -
La consapevolezza delle aziende

- **Promuovere lo sviluppo sostenibile:** Salute e sicurezza nei luoghi di lavoro a supporto degli SDGS
 - **Sostenibilità d'impresa e salute:** Sostenibilità d'impresa e salute e sicurezza nei luoghi di lavoro
-

STRESS LAVORO CORRELATO |1h

- **Rischi psicosociali:** Rischi psicosociali Stress, mobbing e burn-out - Conseguenze - Prevenzione - Questionario multidimensionale
 - **Stress:** Definizione di stress - Stress positivo e stress negativo - Tipi di stress - Stress lavoro correlato - Principali cause dello stress lavoro correlato
 - **Mobbing:** Definizione di mobbing - Dati statistici - Modalità e tipi di mobbing - Cosa è mobbing e cosa non lo è - Come difendersi
 - **Burnout:** Il burn-out e le sue tre dimensioni - Soggetti esposti - Fattori di rischio - Sintomi per gli operatori - Prevenzione
-

UMANA PERCEZIONE DEL RISCHIO |1h

- **Umana percezione del rischio:** La rappresentazione della realtà - La percezione - La memoria - La percezione del rischio - La propensione al rischio - L'errore umano - Le euristiche
-

VIDEOTERMINALE |1h

- **Ambiente di lavoro:** Ambiente di lavoro - Obbligo del datore di lavoro - Sicurezza di elementi strutturali e arredi - La corretta gestione dell'ambiente di lavoro - Le attrezzature di lavoro
 - **Videoterminali:** Normativa e definizioni - Il lavoratore - Il posto di lavoro - Schermo - Sedile di lavoro - Piano di lavoro - Attrezzature
 - **Patologie d'ufficio:** Principali patologie - Disturbi oculo-visivi - Esercizi oculari - Disturbi muscolo scheletrici - Rischi in ufficio - Rischio posturale - Buone prassi - Sindrome del tunnel carpale - Tendinite e tenosinovite - Cervicalgia - Cervicobrachialgia - Esercizi posturali
-

VIOLENZA E MOLESTIE |1h

- **La convenzione n.190 del 2019 dell'OIL:** L'obiettivo della convenzione - Il campo di applicazione - Elementi innovativi - Il recepimento della convenzione
- **Norma ISO 45003:2021 e definizioni**
- **Le diverse tipologie di violenze e molestie:** Le violenze e le molestie verbali - Le violenze psicologiche - Le violenze e le molestie fisiche generiche - Le molestie connesse specificamente al sesso o al genere di appartenenza

- **Come contrastare le violenze e le molestie:** Il miglioramento del clima organizzativo - Il contrasto alla violenza e alle molestie - Il ruolo delle figure apicali - La formazione - Il consulente aziendale
 - **Gli obblighi del datore di lavoro:** Gli obblighi del datore di lavoro - Il ruolo delle politiche nazionale
 - **Il processo di gestione del rischio di violenze e molestie:** La valutazione del rischio - Gli interventi di gestione del rischio
-

WELFARE AZIENDALE |1h

- **Il welfare aziendale:** Definizione - L'inquadramento normativo - In cosa consiste? - Esempi di benefit di welfare aziendale - Analisi di alcuni benefit
 - **Fringe benefit:** Esempi - L'efficacia dei benefit - Fringe benefit e digitalizzazione
 - **Flexible benefit:** Cosa sono? - Differenza tra fringe benefit e flexible benefit - I vantaggi per le aziende - Cosa prevede la normativa fiscale
 - **Welfare e smart working:** vantaggi e svantaggi: Smart working come benefit aziendale - I vantaggi - Gli svantaggi
 - **Casi studio:** Esempi di welfare nelle grandi aziende
 - **I benefit più desiderati:** Benefit più apprezzati - Definizione di benefici fiscali
 - **Manutenzione del programma welfare**
-