

## Proposta Corsi **Friest** srl dal 1.09.2023

	TITOLO CORSO	N. Ore	DESCRIZIONE
GEN	<b>Formazione GENERALE</b> di base lavoratori	4	Dal pericolo al rischio, la valutazione del rischio, compiti ed obblighi delle diverse figure della prevenzione, obblighi del lavoratore art.20, DPI, Organismi di Vigilanza, la gestione delle emergenze
SPEC.B.U.	<b>Formazione SPECIFICA</b> lavoratori <b>Rischio BASSO</b> <b>Uffici</b>	4	Competenze legate alla corretta percezione del rischio e le condizioni per il riconoscimento dei pericoli Astenopia accomodativa: prevenzione all'affaticamento visivo con analisi di alcune postazioni di lavoro inadeguate Competenze cognitive, percettive e fisiche necessarie per una consapevolezza posturale Posture corrette e scorrette nei luoghi di lavoro di ufficio con uso di videotermini. Esercizi specifici per compensare l'affaticamento posturale e visivo.
SPEC.B.I.	<b>Formazione SPECIFICA</b> lavoratori <b>Rischio BASSO</b> <b>Industria e Commercio</b>	4	Le condizioni per il riconoscimento dei pericoli e le competenze legate alla corretta percezione del rischio Accenni allo stress da lavoro correlato Le posture corrette e scorrette nei luoghi di lavoro La movimentazione manuale dei carichi e l'indice NIOSH I movimenti ripetitivi e l'indice OCRA
SPEC.M.I	<b>Formazione SPECIFICA</b> lavoratori <b>Rischio MEDIO</b> <b>Industria e Commercio</b>	4	Le condizioni per il riconoscimento dei pericoli e le competenze legate alla corretta percezione del rischio. <b>SEGUITO DA:</b> - Rischi psicosociali e stress da lavoro correlato <b>OPPURE</b> - Igiene del lavoro, DPI, rischio biologico e l'esposizione ad agenti chimici
		4	Le posture corrette e scorrette nei luoghi di lavoro La movimentazione manuale dei carichi e l'indice NIOSH I movimenti ripetitivi e l'indice OCRA
SPEC.M.S	<b>Formazione SPECIFICA</b> lavoratori <b>Rischio MEDIO</b> <b>Istruzione (Scuole/Coop)</b>	4	Le condizioni per il riconoscimento dei pericoli e le competenze legate alla corretta percezione del rischio. Rischi psicosociali e stress da lavoro correlato
		4	Le posture corrette e scorrette L'affaticamento visivo Il rumore collegato ad un uso scorretto della voce La gestione delle emergenze Rischio chimico ed elettrico per collab.scol.
SPEC.A.	<b>Formazione SPECIFICA</b> lavoratori <b>Rischio ALTO</b> <b>Industria e Sanità</b>	4	Le condizioni per il riconoscimento dei pericoli e le competenze legate alla corretta percezione del rischio. Sorveglianza Sanitaria. Igiene del lavoro, rischio biologico e l'esposizione ad agenti chimici + dpi
		4	Le posture corrette e scorrette nei luoghi di lavoro. La movimentazione manuale dei carichi e l'indice NIOSH I movimenti ripetitivi e l'indice OCRA
		4	La sicurezza delle macchine e della movimentazione meccanica Il rischio elettrico Rumore e vibrazioni e relativi dpi Rischio incendio e gestione emergenza
			Competenze trasversali in comunicazione, il sistema di segnalazione La consapevolezza situazionale e la percezione dei rischi Stress da lavoro correlato e rischi psicosociali. Lo Stress in una situazione di pandemia: Covid e Technostress

AGG.LAV	<b>AGGIORNAMENTO</b> <b>Formazione SPECIFICA</b> <b>Lavoratori</b>	3 +	<p>La gestione del Rischio residuo            La gestione dei DPI, degli infortuni e delle malattie professionali (casi studio con lavoro di gruppo) lo strumento della Vigilanza condivisa.            Analisi casi specifici su DPI e rapporti con i soggetti del sistema di prevenzione.</p>
			<p>Le condizioni per il riconoscimento dei pericoli e le competenze legate alla corretta percezione del rischio. Sorveglianza Sanitaria.            Igiene del lavoro, rischio biologico e l'esposizione ad agenti chimici + dpi</p>
			<p>Ergonomia e consapevolezza posturale: analisi di fattori di rischio come le posture incongrue ed il sovraccarico biomeccanico degli arti per pesi eccessivi o movimenti ripetitivi.            Indicazioni operative ed esercizi compensativi.</p>
			<p>La sicurezza delle macchine e della movimentazione meccanica            Il rischio elettrico            Rumore e vibrazioni e relativi dpi            Rischio incendio e gestione emergenza</p>
			<p>Le basi per una gestione dei conflitti e possibili aggressioni.            La definizione di conflitto e le diverse tipologie. Le cause dei conflitti aziendali.            Le strategie per affrontare i conflitti.            La gestione dei conflitti: azioni e responsabilità tipiche dei diversi ruoli aziendali. Esempi di comunicazione assertiva nella gestione dei conflitti. Buone prassi per la prevenzione e la gestione a livello individuale e aziendale di comportamenti violenti.</p>
			<p>L'influenza degli stereotipi di genere sul lavoro. Le molestie nei luoghi di lavoro.            Aspetti normativi tra cui D.Lgs n° 4 del 15 gennaio 2021. Convenzione OIL n°190            Il fenomeno dello stalking occupazionale.            Una riflessione sui possibili stati mentali della vittima, dei testimoni e di chi commette gli atti violenti.            Fattori di rischio e potenziali conseguenze sul lavoro (per il singolo e per l'azienda).            Buone pratiche per prevenire molestie e violenza sul lavoro: il codice aziendale.            Come reagire alle molestie in ambito lavorativo.</p>
PREP. B.	<b>Formazione SPECIFICA</b> <b>Preposti</b>	4	<p>Le basi normative in materia di sicurezza, il D.Lgs 81/08. Impostazione generale del D.Lgs 81/2008. Le modifiche del dicembre 2021.            I soggetti del sistema di prevenzione aziendale: compiti, obblighi e responsabilità dei diversi soggetti.            Analisi dal punto di vista tecnico-giuridico dell'art. 19 e di quanto ad esso collegato con analisi di sentenze di condanna o meno di preposti in altri luoghi di lavoro.</p>
			<p>Il sistema pubblico della prevenzione: vigilanza, controllo, le prescrizioni e le sanzioni            La gestione del Rischio residuo            La gestione dei DPI, degli infortuni e delle malattie professionali (casi studio con lavoro di gruppo)            Informazione e formazione dei lavoratori. La consapevolezza situazionale e la percezione dei rischi con esemplificazione gestione di una Riunione Periodica e rapporti con i soggetti del sistema di prevenzione (Analisi casi)</p>
AGG.PREP.	<b>AGGIORNAMENTO</b> <b>Formazione SPECIFICA</b> <b>Preposti</b>	3	<p>Le modifiche del dicembre 2021.            Analisi dal punto di vista tecnico-giuridico dell'art. 19 e di quanto ad esso collegato con analisi di sentenze di condanna o meno di preposti in altri luoghi di lavoro.</p>
			<p>La gestione del Rischio residuo            La gestione dei DPI, degli infortuni e delle malattie professionali (casi studio con lavoro di gruppo)            La Vigilanza condivisa            Gestione di alcuni casi specifici su DPI e rapporti con i soggetti del sistema di prevenzione.</p> <p><b>OPPURE</b></p> <p>Comunicazione efficace nelle emergenze.            Differenze e caratteristiche delle emergenze e delle urgenze.            Elementi di comunicazione in emergenza.            Difficoltà nella percezione dei rischi.            Importanza della consapevolezza situazionale nella gestione della crisi.</p>

			Aspetti e tecniche per migliorare la comunicazione e la gestione di alcune crisi relativamente al proprio ruolo.
AGG.RLS	<b>AGGIORNAMENTO</b> <b>Formazione SPECIFICA</b> <b>RLS</b>	4	Competenze trasversali in comunicazione, il sistema di segnalazione. La consapevolezza situazionale e la percezione dei rischi. Stress da lavoro correlato e rischi psicosociali. Lo Stress in una situazione di pandemia: Covid e Technostress
			La gestione del Rischio residuo La gestione dei DPI, degli infortuni e delle malattie professionali (casi studio con lavoro di gruppo) lo strumento della Vigilanza condivisa. Analisi casi specifici su DPI e rapporti con i soggetti del sistema di prevenzione.
			Le condizioni per il riconoscimento dei pericoli e le competenze legate alla corretta percezione del rischio. Sorveglianza Sanitaria. Igiene del lavoro, rischio biologico e l'esposizione ad agenti chimici + dpi
			Ergonomia e consapevolezza posturale: analisi di fattori di rischio come le posture incongrue ed il sovraccarico biomeccanico degli arti per pesi eccessivi o movimenti ripetitivi. Indicazioni operative ed esercizi compensativi.
			La sicurezza delle macchine e della movimentazione meccanica ed il rischio elettrico Rumore e vibrazioni e relativi dpi Rischio incendio e gestione emergenza
			Le basi per una gestione dei conflitti e possibili aggressioni. La definizione di conflitto e le diverse tipologie. Le cause dei conflitti aziendali. Le strategie per affrontare i conflitti. La gestione dei conflitti: azioni e responsabilità tipiche dei diversi ruoli aziendali. Esempi di comunicazione assertiva nella gestione dei conflitti. Buone prassi per la prevenzione e la gestione a livello individuale e aziendale di comportamenti violenti.
			L'influenza degli stereotipi di genere sul lavoro. Le molestie nei luoghi di lavoro. Aspetti normativi tra cui D.Lgs n° 4 del 15 gennaio 2021. Il fenomeno dello stalking occupazionale. Una riflessione sui possibili stati mentali della vittima, dei testimoni e di chi commette gli atti violenti. Fattori di rischio e potenziali conseguenze sul lavoro (per il singolo e per l'azienda). Buone pratiche per prevenire molestie e violenza sul lavoro: il codice aziendale. Come reagire alle molestie sul lavoro.
			Le basi per una comunicazione efficace per lavorare in sicurezza. I 5 assiomi della comunicazione umana con relativi esempi. I diversi stili comunicativi. Come usare il linguaggio del corpo come strumento comunicativo. Cosa e come migliorare la comunicazione sul lavoro. Comunicazione ed emozioni. Modelli e strumenti comunicativi per lavorare in sicurezza.
			Competenze trasversali in comunicazione, il sistema di segnalazione La consapevolezza situazionale e la percezione dei rischi Stress da lavoro correlato e rischi psicosociali. Lo Stress in una situazione di pandemia: Covid e Technostress
P.SOCC.B.	<b>Formazione BASE</b> <b>Addetti Primo Soccorso</b> <b>Aziende di tipo A</b>	1	Allerta soccorsi. Riconoscere un'emergenza sanitaria. Accertamento funzioni vitali, respirazione e battito cardiaco. Nozioni di anatomia-fisiologia apparati cardiovascolare e respiratorio. Tecniche di autoprotezione. Sostenimento delle funzioni vitali: posizionamento infortunato, respirazione artificiale, massaggio cardiaco. Conoscenze generali su: lussazioni, fratture, traumi cranici, della colonna e addominali. Conoscenze generali patologie da ambiente lavoro: lesioni da freddo, caldo, incidenti con corrente elettrica o con agenti chimici; intossicazioni, ferite ed emorragie. Traumi in ambienti di lavoro specifici.
		6	Tecniche di primo soccorso in sindromi cerebrali acute, insufficienza respiratoria acuta, rianimazione cardiopolmonare, sollevamento, spostamento e trasporto del traumatizzato. Tecniche di primo soccorso per esposizione ad agenti chimici e biologici. Esercitazione pratica su manovre di disostruzione e rianimazione sia sui bambini che sugli adulti. Test verifica apprendimento. Tecniche di autoprotezione del personale addetto al Primo Soccorso
P.SOCC.B.	<b>Formazione BASE</b> <b>Addetti Primo Soccorso</b> <b>Aziende di tipo B e C</b>	8	Allerta soccorsi. Riconoscere un'emergenza sanitaria. Accertamento funzioni vitali, respirazione e battito cardiaco. Nozioni di anatomia-fisiologia apparati cardiovascolare e respiratorio. Tecniche di autoprotezione. Sostenimento delle funzioni vitali: posizionamento infortunato, respirazione artificiale, massaggio cardiaco. Conoscenze generali su: lussazioni, fratture, traumi cranici, della colonna e addominali. Conoscenze generali patologie da ambiente lavoro: lesioni da freddo, caldo, incidenti con corrente elettrica o con agenti chimici; intossicazioni, ferite ed emorragie.
		4	Tecniche di primo soccorso in sindromi cerebrali acute, insufficienza respiratoria acuta, rianimazione cardiopolmonare, sollevamento, spostamento e trasporto del traumatizzato. Tecniche di primo soccorso per esposizione ad agenti chimici e biologici. Esercitazione pratica su manovre di disostruzione e rianimazione sia sui bambini che sugli adulti. Test verifica apprendimento.

AGG.P.SOCC.A	<b>AGGIORNAMENTO</b> <b>Addetti Primo Soccorso</b> <b>Aziende di tipo A</b>	6	Tecniche di primo soccorso in sindromi cerebrali acute, insufficienza respiratoria acuta, rianimazione cardiopolmonare, sollevamento, spostamento e trasporto del traumatizzato. Tecniche di primo soccorso per esposizione ad agenti chimici e biologici. Esercitazione pratica su manovre di disostruzione e rianimazione sia sui bambini che sugli adulti. Tecniche di autoprotezione del personale addetto al Primo Soccorso Test verifica apprendimento.
AGG.P.SOCC.B	<b>AGGIORNAMENTO</b> <b>Addetti Primo Soccorso</b> <b>Aziende di tipo B e C</b>	4	Tecniche di primo soccorso in sindromi cerebrali acute, insufficienza respiratoria acuta, rianimazione cardiopolmonare, sollevamento, spostamento e trasporto del traumatizzato. Tecniche di primo soccorso per esposizione ad agenti chimici e biologici. Esercitazione pratica su manovre di disostruzione e rianimazione sia sui bambini che sugli adulti. Test verifica apprendimento.
ANTINC.L.1	<b>Formazione BASE</b> <b>Addetti Antincendio</b> <b>(Rischio BASSO)</b> <b>Attività di Livello 1</b>	2	Principi della combustione e prodotti della stessa. Sostanze estinguenti in relazione al tipo di incendio. Effetti dell'incendio sull'uomo Misure comportamentali in caso di incendio Evacuazione in caso di incendio e chiamata dei soccorsi
		2	Esercitazione pratica con uso di estintore portatile su diverse tipologie di combustibile.
ANTINC.L.2	<b>Formazione BASE</b> <b>Addetti Antincendio</b> <b>(Rischio MEDIO)</b> <b>Attività di Livello 2</b>	4	L'INCENDIO E LA PREVENZIONE INCENDI: Principi sulla combustione e l'incendio – Le sostanze estinguenti – Triangolo della combustione – Le principali cause di un incendio – Rischi alle persone in caso di incendio – Principali accorgimenti e misure per prevenire gli incendi. LA PROTEZIONE ANTINCENDIO E LE PROCEDURE DA ATTUARE IN CASO DI INCENDIO: Le principali misure di protezione contro gli incendi – Vie di esodo – Procedure da adottare quando si scopre un incendio o in caso di allarme – Procedure per l'evacuazione – Rapporti con i vigili del fuoco – Attrezzature ed impianti di estinzione – Sistemi di allarme – Segnaletica di sicurezza – Illuminazione di emergenza
		4	ESERCITAZIONI PRATICHE: Presa visione e chiarimenti sui mezzi di estinzione più diffusi – Presa visione e chiarimenti sulle attrezzature di protezione individuale. Esercitazione pratica con uso di estintore portatile su diverse tipologie di combustibile.
AGG. ANTINC.1	<b>AGGIORNAMENTO</b> <b>Addetti Antincendio</b> <b>(Rischio BASSO)</b> <b>Attività di Livello 1</b>	2	ESERCITAZIONI PRATICHE: Presa visione e chiarimenti sui mezzi di estinzione più diffusi – Presa visione e chiarimenti sulle attrezzature di protezione individuale. Esercitazione pratica con uso di estintore portatile su diverse tipologie di combustibile.
AGG. ANTINC.2	<b>AGGIORNAMENTO</b> <b>Addetti Antincendio</b> <b>(Rischio MEDIO)</b> <b>Attività di Livello 2</b>	2	Le principali misure di protezione contro gli incendi – Vie di esodo – Procedure da adottare quando si scopre un incendio o in caso di allarme – Procedure per l'evacuazione – Rapporti con i vigili del fuoco – Attrezzature ed impianti di estinzione
		3	Presenza visione e chiarimenti sui mezzi di estinzione più diffusi – Presa visione e chiarimenti sulle attrezzature di protezione individuale. Esercitazione pratica con uso di estintore portatile su diverse tipologie di combustibile. Modalità d'uso di nastri ed idranti
HACCP	<b>Formazione BASE HACCP</b> <b>Addetti Manipolazione</b> <b>Alimenti</b>	4	Igiene e sicurezza dei prodotti destinati all'alimentazione: la qualità degli alimenti, malattie a trasmissione alimentare, cenni di microbiologia degli alimenti, contaminazione degli alimenti, norme di buona prassi igienica, pulizia degli ambienti di lavoro e igiene del personale, metodi di conservazione degli alimenti. Il sistema HACCP, il sistema di monitoraggio del processo, applicazioni pratiche della documentazione del piano HACCP, le verifiche ispettive. La sicurezza alimentare: aspetti normativi, il controllo analitico, il controllo ufficiale e la certificazione di qualità, la rintracciabilità. Le varie tappe del processo produttivo: potenziali rischi biologici, chimici e fisici dall'acquisto e/o fornitura alla somministrazione, l'importanza delle temperature.
AGG.HACCP	<b>AGGIORNAMENTO HACCP</b> <b>Addetti Manipolazione</b> <b>Alimenti</b>	2	Cenni di microbiologia degli alimenti, contaminazione degli alimenti, norme di buona prassi igienica, pulizia degli ambienti di lavoro e igiene del personale, metodi di conservazione degli alimenti. Il sistema di monitoraggio del processo, applicazioni pratiche della documentazione del piano HACCP, le verifiche ispettive. La sicurezza alimentare: aspetti normativi, il controllo analitico e ufficiale, la rintracciabilità. Le varie tappe del processo produttivo: potenziali rischi biologici, chimici e fisici dall'acquisto e/o fornitura alla somministrazione, l'importanza delle temperature.
BLS-D	<b>Formazione BASE</b> <b>DAE - BLS</b>	5	Valutazione dello stato di coscienza, dell'attività respiratoria e circolatoria intesa come presenza e Qualità - Attivazione del sistema di emergenza sanitaria con esempi di comunicazione con la centrale operativa 118 - Posizionamento della vittima - Rendere pervie le vie aeree mediante - Utilizzo dei mezzi aggiuntivi per la espirazione assistita cannula orofaringea, maschera, pallone autoespandibile - Esecuzione del massaggio cardiaco con compressioni toraciche alternate a insufflazioni d'aria - Tecniche effettuate a uno e a due soccorritori differenze e problematiche.- Conoscere ed eseguire il posizionamento laterale di sicurezza - Riconoscimento dell'ostruzione acuta

			delle vie aeree( inalazione di corpo estraneo ) ed esecuzione delle manovre per la liberazione delle stesse - Utilizzo del defibrillatore semiautomatico esterno – DAE - Protocolli utilizzo DAE
AGG. BLS-D	<b>Aggiornamento</b> <b>DAE - BLS</b>	3	Esercitazione pratica sulle singole manovre di BLS su manichini che simulano realisticamente la corretta fisiologia respiratoria e circolatoria. - Lavoro piccoli gruppi e discussione su casi clinici con produzione di rapporto finale da discutere con l'istruttore. - Valutazione attenta dei parametri vitali nell'adulto. - Rianimazione cardiopolmonare di base nell'adulto su linee guida AHA (American Heart Association) - Utilizzo del defibrillatore automatico esterno algoritmi e problematiche secondo linee guida AHA