



CORSO DI AGGIORNAMENTO PER PREPOSTI e CAPI REPARTO

Il corso della durata di 6 ore, aggiorna i preposti ed i capi reparto riguardo l' utilizzo delle tecniche di controllo e di prevenzione rischi previsti dalla normativa in materia di sicurezza e salute.

E' rivolto a tutti i lavoratori che svolgono il ruolo di preposto e di capo reparto nelle aziende previo ottenimento della formazione sulla sicurezza aziendale e della formazione generale dei lavoratori

La partecipazione al corso include l'attestato di frequenza, dispense e materiali didattici.

CONTENUTI

I partecipanti ricevono una formazione specifica per promuovere efficaci strategie individuali per ridurre l'impatto negativo dei potenziali stressor quotidiani sul benessere psico-fisico del lavoratore.

Benessere ed era digitale

- Il benessere organizzativo
- Il fattore umano nei modelli di gestione
- L'era digitale
- Il rischio digitale e le possibili patologie correlate
- Gli strumenti di auto prevenzione: la respirazione

La mente e il carico emotivo

- Emozioni, pensieri e benessere psicologico
- Le risposte della mente: la regolazione delle emozioni ed il sistema di pensieri auto vincolanti

La mente e il carico emotivo

- Utilizzo delle nuove tecnologie e rischi posturali
- Una possibile risposta ai rischi posturali: le tecniche di massaggio

Esercizi pratici

- Esercizi pratici di automassaggio
- Tecniche di massaggio

VALUTAZIONE FINALE

- Briefing e discussione
- Test di verifica e test di gradimento

Il corso si tiene all'interno delle strutture attrezzate del centro di formazione Cepi Engineering di Ardea (RM) - Via Della Pescarella 42/a o presso la sede di Pomezia Via Solforata km 10,750.

Su richiesta Cepi Engineering attiva i corsi direttamente presso le aziende clienti.

CEPI ENGINEERING s.r.l.

00071 Pomezia (RM) – Via Solforata, km 10.750 Tel. 06.911497.450

CENTRO DI FORMAZIONE E ADDESTRAMENTO:

00071 Ardea (RM) – Via della Pescarella, 42/a Tel. 06.9147233