

# ATTESTATO DI FREQUENZA

CON VERIFICA FINALE DELL'APPRENDIMENTO

## Sicurezza sul Lavoro: il Lavoratore in Ufficio (formazione Generale e Specifica)

art. 37 D.lgs. 81/08 e ASR 21/12/2011 E ASR 07/07/2016

Corso svolto dal 02/10/2024 al 03/10/2024

Modalità: E-Learning

Durata: 8 ore

Rilasciato a

***MASSIMILIANO DEMIRI***

Nato a Terni (TR) il 11/12/1999 C.F. **DMRMSM99T11L117H**  
Mansione: Macrosettore: ATECO J Settore: 63

**PIAZZA  
COPERNICO**

Soggetto formatore

Daniela Pellegrini



Il Responsabile del Progetto Formativo  
e Coordinatore Didattico

Protocollo: 1241003\_216454\_23153\_Q

Data rilascio: 3 Ottobre 2024

**Argomenti del corso:**

**FORMAZIONE GENERALE 4 ore**

**MODULO 1 - La sicurezza sul lavoro: prevenzione e protezione**

- Le novità e le caratteristiche generali
- La valutazione dei rischi
- Le misure generali di tutela, la formazione e la sorveglianza sanitaria
- Il contratto di appalto e la documentazione tecnico-amministrativa
- La gestione delle emergenze

Test formativo

**MODULO 2 - Gli attori coinvolti e i loro compiti**

- Il sistema istituzionale
- Gli attori della sicurezza: soggetti obbligati
- Gli attori della sicurezza: altri soggetti
- Le sanzioni e le disposizioni in materia penale e civile

Test formativo

**FORMAZIONE SPECIFICA 4 ore**

**MODULO 3 - Il luogo di lavoro e la valutazione dei rischi**

- Ambiente di lavoro
- Il microclima sfavorevole
- L'illuminazione inadeguata o eccessiva
- La segnaletica
- L'uso dei videoterminali
- Utilizzo del software

Test formativo

**MODULO 4 - Rischi connessi al lavoro in ufficio**

- La postazione di lavoro
- La movimentazione manuale dei carichi
- I requisiti dell'ambiente e dell'interfaccia elaboratore/uomo
- Lo svolgimento dell'attività lavorativa
- Esercizi Fisici
- Lo stress lavoro correlato - la normativa in vigore
- Lo stress lavoro correlato - abitudini ed effetti dello stress
- Lavoro al pubblico
- Oggetto della mansione
- Guida nel traffico
- Intensità dei ritmi di lavoro (lavoro a turni)
- Solitudine e monotonia
- Il rischio Incendio
- I pericoli derivanti dal rischio incendio (Rischio Elettrico)
- Altri rischi connessi all'attività in ufficio

Test formativo

Verifica finale dell'apprendimento