



# Time Management: Benessere psicofisico, aumento di produttività, prevenzione dallo Stress.”

**Corso rivolto RSPP, ASPP, Formatori della sicurezza**

*Valido come 6 ore di aggiornamento per RSPP e ASPP*

*Valido come 6 ore di aggiornamento per formatori Qualificati terza area tematica*

<b>Date</b>	12/12/2018
<b>Orari</b>	9.00-18.00
<b>Durata</b>	8 ore in presenza
<b>Sede del corso</b>	Direzionale Eur- Via del Poggio Laurentino 108
<b>C.F.A. (sede amministrativa del R.P.F.)</b>	TREND Solutions Srl Sede Legale – Via Antonio Salandra, 18 00187 Roma Sede Operativa – Via Artemisia Mammucari, 26 int. 1 00049 Velletri (RM) Tel.-Fax. +39 06 72633028/+ 39 06 72675644 info@trendsolutions.it www.trendsolutions.it www.trendsolutions.eu
<b>Direzione scientifica</b>	AiFOS Via Branze n. 45, 25123 Brescia – c/o CSMT, Università degli studi di Brescia Tel. 030 6595031 Fax 030 6595040 formarsi@aifos.it
<b>Obiettivi e Finalità del corso</b>	<p>Il corso fa riferimento a quanto evidenziato in materia di stress lavoro correlato in merito al potenziale nocivo degli stimoli ambientali e psicosociali e alla vasta gamma di sintomatologie che compaiono quando i processi di coping falliscono.</p> <p>Nello specifico intende intervenire su due specifiche aree oggetto di valutazione ( modello Ispesl – approccio integrato secondo il Modello Management Standard HSE): Area Contesto (sub-area Relazioni interpersonali sul lavoro) ed Area Contenuto (sub-area Carico e ritmo di lavoro).</p> <p>Il corso ha l’obiettivo di attivare tra i partecipanti un processo di autovalutazione individuale sulle proprie strategie di gestione del tempo, sul rapporto esistente tra gestione del tempo e insorgenza di sintomi da stress, sulla gestione del tempo in relazione al diverso ruolo assunto nell’Organizzazione. Infine verrà fornito un toolkit di strumenti pratici per la gestione del tempo e di conseguenza dello stress ad esso connesso.</p>
<b>Riferimenti Legislativi</b>	D.Lgs 81/2008 e s.m.i.; Accordo Stato Regioni del 07/07/2016; Decreto Interministeriale 6 marzo 2013.
<b>Destinatari</b>	Formatori alla Sicurezza, ASPP- RSPP
<b>Requisiti Minimi</b>	Numero massimo partecipanti: 20 unità

CODICE	REVISIONE	DATA	PAGINA
MOD20	03	01/12/2016	1/3





## ARGOMENTI DEL CORSO

### MODULO 1

*Valido come 6 ore di aggiornamento per RSPP e ASPP*

*Valido come 6 ore di aggiornamento per formatori Qualificati terza area tematica*

**12 DICEMBRE 2018**  
**ORE 9:00 – 18:00**

- Setting e Patto d'aula
- Tempo e stress
- Tempo assoluto e tempo relativo: dalla scienza alla coscienza
- Tempo come obiettivo e tempo come processo
- Tempi personali e tempi organizzativi
- Le relazioni verticali e orizzontali come variabili funzionali o disfunzionali alla gestione del tempo
- Modelli e strumenti di pianificazione e di gestione del tempo
- Test di verifica finale
- Questionario di gradimento

### ASPETTI METODOLOGICI ED ORGANIZZATIVI

<b>Corso Qualificato AiFOS</b>	Il corso è stato progettato e strutturato con docenti e formatori qualificati e competenti in materia. La Direzione Nazionale AiFOS ha validato la progettazione del corso. I corsi qualificati da AiFOS rappresentano la messa in pratica di nuovi modelli didattici ed organizzativi nell'ambito della formazione alla sicurezza sul lavoro la cui finalità è l'efficacia della formazione stessa che deve essere sostanziale e partecipativa e non puramente formale nell'osservanza normativa.
<b>Crediti formativi</b>	La <i>mission</i> di AiFOS è favorire la formazione continua. In coerenza con l'obiettivo associativo e come previsto dall'Accordo Stato-Regioni del 7 luglio 2016 questo corso è valido come n. 6 ore di crediti formativi per RSPP e ASPP in base all'Accordo Stato-Regioni del 07/07/2016, n. 6 ore di aggiornamento per formatori prima area tematica e 6 ore terza area tematica ai sensi del D.l. 06/03/2013.
<b>Risultati attesi</b>	Aumentare la prevenzione dei rischi psicosociali nei luoghi di lavoro. Migliorare il benessere psicofisico proprio e di eventuali collaboratori. Massimizzare l'efficacia, l'efficienza e la produttività
<b>Metodologia didattica</b>	Il corso prevede una stretta correlazione tra sapere e azione, competenze e conoscenze. I partecipanti saranno invitati a sperimentare, mettersi in gioco, lavorare insieme, creare dei presupposti di cambiamento prima individuale e poi organizzativo. I docenti, in tale contesto, svolgeranno un ruolo di facilitatori. Il corso sarà tenuto da psicologhe esperte in processi organizzativi, valutazione e gestione dello stress lavoro correlato, dinamiche intergruppi.
<b>Docenti e/o istruttori</b>	Tutti i docenti del corso sono qualificati sulla base delle conoscenze, competenze, abilità ed esperienze, in relazione alle tematiche trattate durante il corso e ai moduli teorici e pratici.
<b>Materiali didattici</b>	Verrà fornito ai partecipanti il materiale didattico utilizzato durante il corso insieme ad altro materiale di approfondimento e bibliografia.
<b>Registro</b>	E' stato predisposto un Registro delle presenze per ogni lezione del corso sul quale ogni partecipante apporrà

CODICE	REVISIONE	DATA	PAGINA
MOD20	03	01/12/2016	2/3





la propria firma all'inizio e alla fine di ogni lezione.

<b>Verifica finale</b>	Al termine del corso verrà effettuato il test di verifica finale tramite questionario a scelta multipla.
<b>Frequenza al corso</b>	L'attestato di partecipazione verrà rilasciato a fronte della frequenza del 100% delle ore totali, fatto salvo la verifica delle conoscenze acquisite.
<b>Attestato relativo al corso</b>	Al termine del corso verrà consegnato ad ogni partecipante l'Attestato individuale rilasciato da AiFOS, ed inserito nel registro nazionale della formazione. Tale documento sarà autenticato da un numero univoco e dal QR Code automaticamente generato dal sistema Ge.co. L'Attestato di formazione e di frequenza, redatto sulla base del superamento del test di verifica finale, è firmato dal Responsabile del Progetto Formativo che ne rilascia l'originale ad ogni partecipante.
<b>Archivio documenti</b>	Tutti i documenti del corso, programma, registro firmato dai partecipanti, materiali e test di verifica saranno conservati nei termini previsti dalla legge presso la sede amministrativa del corso, sotto la responsabilità dell'RPF.
<b>AiFOS Soggetto Formatore nazionale</b>	Il corso è svolto direttamente dall'AiFOS associazione di categoria nazionale aderente a Confcommercio-Imprese per l'Italia e soggetto formatore ope legis per l'organizzazione di corsi di formazione in materia di salute e sicurezza sul lavoro ai sensi del D. Lgs. n. 81/08 e s.m.i., nonché ai sensi degli accordi Stato-Regioni, il cui legale rappresentante indica per l'organizzazione un "Responsabile del Progetto Formativo".
<b>Responsabile del Progetto Formativo</b>	Il "Responsabile del Progetto Formativo" è un socio nominato dal Legale Rappresentante di AiFOS soggetto formatore; egli garantisce che la didattica risponda al progetto formativo predisposto da AiFOS, accerta l'apprendimento dei partecipanti e ne convalida il giudizio finale, firmando in originale gli attestati della formazione.

**Per informazioni:  
TREND Solutions Srl**

Sede Legale – Via Antonio Salandra, 18 00187 Roma

Sede Operativa – Via Artemisia Mammucari, 26 int. 1 00049 Velletri (RM)

Tel.-Fax. +39 06 72633028/+ 39 06 72675644

info@trendsolutions.it www.trendsolutions.it www.trendsolutions.eu

CODICE	REVISIONE	DATA	PAGINA
MOD20	03	01/12/2016	3/3

