

Movimenti Ripetitivi e MMC: prevenzione problematiche muscolo-articolari attraverso lo stretching ed esercizi posturali

OBIETTIVI

Il corso ha lo scopo di fornire gli strumenti per: dare una risposta concreta alle richieste di intervento indicate nel DVR; aumentare le conoscenze relativamente ai rischi biomeccanici dovuti a movimenti ripetitivi; fornire strumenti utili e facilmente applicabili nel contesto lavorativo e nella vita privata.

CONTENUTI

- Insorgenza delle problematiche muscolo-articolari derivanti da movimenti ripetitivi indotti dal lavoro
- Descrizione delle patologie dell'arto superiore più comuni: discopatie, rizoartrosi, tunnel carpale, epicondilita, periartrite scapolo-omerale, discopatie ed altre problematiche della colonna vertebrale
- Esercizi pratici e buone pratiche per contrastare, alleviare e risolvere gli effetti dei movimenti ripetitivi

DESTINATARI

Responsabili del personale, RSPP, ASPP Imprenditori.

IL CORSO HA VALIDITA' COME AGGIORNAMENTO OBBLIGATORIO DEL MODULO 'B', COME AGGIORNAMENTO RSPP DL E COME AGGIORNAMENTO DIRIGENTI.

DURATA

4 ore

DATE DI SVOLGIMENTO

1 Ottobre 2024 (9.00-13.00)

QUOTA DI PARTECIPAZIONE

€ 200,00+ iva per aziende associate Confimi Romagna

€ 244,00+ iva per aziende non associate Confimi Romagna

INFO

Simona Facchini – sfacchini@sviluppopmi.com Tel. 0544/280.280

IL CORSO SI SVOLGERA' SOLO IN PRESENZA