PuntoSicuro

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 23 - numero 4847 di Martedì 12 gennaio 2021

Appunti in salute: come promuovere la salute nei luoghi di lavoro

Un nuovo corso in e-learning per diffondere comportamenti idonei a favorire la salute psico-fisica dei lavoratori: stili di vita, alimentazione, attività fisica, fumo e alcol, ginnastica per la mente, prevenzione e invecchiamento.

La **salute**, come definita dall'Organizzazione Mondiale della Sanità, non è solo assenza di malattie o infermità, ma è anche uno stato di **benessere fisico, sociale e mentale**, uno stato di benessere che può essere favorito attraverso un'adeguata promozione della salute.

Gli **ambienti di lavoro**, in cui le persone passano una gran parte della propria vita, rappresentano contesti molto importanti ed efficaci per promuovere la salute. Intervenire con azioni di **promozione della salute nei luoghi di lavoro** significa migliorare il **benessere organizzativo**, ossia la capacità che ogni organizzazione ha di promuovere e mantenere il benessere dei lavoratori a tutti i livelli e per tutti i ruoli.

Se i luoghi di lavoro sono contesti favorevoli per la realizzazione di azioni tese alla modifica di abitudini e comportamenti a rischio è poi lo stesso D.Lgs. 81/2008 - Testo Unico in materia di tutela della salute e della sicurezza nei luoghi di lavoro ? a indicare, tra i compiti e responsabilità? del medico competente, la collaborazione "*alla attuazione e alla valorizzazione di programmi volontari di promozione della salute secondo i principi della responsabilità? sociale*".

Esistono dei corsi online per la promozione della salute nei luoghi di lavoro? Ci sono percorsi formativi in modalità e-learning che possono favorire l'assunzione di comportamenti positivi per la salute psico-fisica e promuovere ambienti di lavoro più responsabili?

I nuovi corsi in modalità e-Learning per la promozione della salute

Appunti in salute: obiettivi e contenuti del corso

Appunti in salute: il programma e la qualità del percorso formativo

Pubblicità
<#? QUI-PUBBLICITA-SCORM1-[EL0560] ?#>

I nuovi corsi in modalità e-Learning per la promozione della salute

Per offrire strumenti formativi adeguati ed efficaci per la promozione della salute nei luoghi di lavoro, la società **Mega Italia Media**, con un'esperienza trentennale nella formazione alla sicurezza e nello sviluppo di applicazioni tecnologicamente avanzate per la formazione, ha elaborato il nuovo corso online " **Appunti in salute**" della durata di 4 ore, volto a favorire l'assunzione di comportamenti positivi per la salute psico-fisica dei lavoratori.

In alternativa al corso completo, è anche possibile usufruire singolarmente di uno o più dei seguenti moduli:

- Stili di vita sani - 30 minuti
- Alimentazione sana - 30 minuti
- Movimento utile - 30 minuti
- Fumo e salute - 30 minuti
- Alcol e salute - 30 minuti
- Ginnastica per la mente - 30 minuti
- Vivere di più e lavorare meglio - 30 minuti
- Appunti in salute - Stili di vita sani - 2 ore
- Appunti in salute - Vivere di più e lavorare meglio - 2 ore

Il corso completo e i singoli moduli sono validi come quota dell'aggiornamento quinquennale obbligatorio sulla sicurezza sul lavoro.

Appunti in salute: obiettivi e contenuti del corso

I contenuti del corso approfondiscono il tema della **promozione della salute** secondo i principi della **responsabilità sociale** con l'obiettivo di fornire nuovi strumenti al lavoratore per ampliare le sue capacità di farsi parte attiva e soggetto promotore nella tutela della salute e sicurezza sia nei luoghi di lavoro, anche quelli non aziendali, sia nella vita extralavorativa.

Il corso fornisce al lavoratore elementi teorici e pratici, per una applicazione efficace delle indicazioni di tutela della salute per salvaguardare sia sé stesso sia gli altri, e permette di:

- **migliorare la capacità lavorativa dei lavoratori** favorendo l'assunzione di comportamenti positivi per la loro salute psico-fisica, fornendo contenuti attenti al genere e all'età;
- **promuovere ambienti di lavoro più responsabili** dove l'obbligo normativo e la sicurezza si sposano con una corresponsabile promozione della salute da parte di tutti;
- promuovere per tutti un **invecchiamento attivo** al lavoro;
- **diminuire i rischi** per i lavoratori più anziani di contrarre malattie croniche.

Appunti in salute: il programma e la qualità del percorso formativo

Per favorire un'adeguata promozione della salute nei luoghi di lavoro è stato dunque predisposto il corso in modalità e-learning " **Appunti in salute**" di 4 ore.

Questo il programma del corso completo:

- **Stili di vita sani** (Stili di vita sani/ Prevenire ad ogni età)
- **Alimentazione sana** (Cibo e salute/ Nutrirsi di salute)
- **Movimento utile** (Movimento utile/ Muoversi al lavoro si può/ Ad ogni età il suo movimento)

- **Fumo e salute** (Liberi di respirare/ Una vita senza tabacco)
- **Alcol e salute** (Alcol, meno è sempre meglio/ Falsi miti sull'alcol)
- **Ginnastica per la mente** (Ginnastica per la mente/ Cervello in forma)
- **Vivere di più e lavorare meglio** (Invecchiare al lavoro/ Perdite e guadagni)
- *Approfondimenti opzionali* (Aggiornamenti dal Medico competente/ Nuovi e meno nuovi rischi al lavoro)

Link per avere ulteriori informazioni su "Appunti in salute".

Come tutti i corsi erogati da Mega Italia Media in modalità e-Learning, anche questi corsi basano la loro efficacia non solo sulla **qualità del percorso formativo** e sulla competenza dei docenti, ma anche sul rispetto di alcuni rilevanti fattori:

- multimedialità e interattività dei corsi
- monitoraggio continuo dell'attività e del livello di apprendimento,
- qualità e chiarezza dei contenuti
- rigore didattico.

Ricordiamo, infine, che, come per tutti i corsi di formazione online di Mega Italia Media, è possibile richiedere l'attivazione di una demo gratuita per testare la qualità del corso.

Per **informazioni** sui corsi online di Mega Italia Media è possibile visitare il sito internet https://www.megaitaliamedia.com/it/ o contattare Mega Italia Media S.p.A. - Via Roncadelle 70A, 25030 Castel Mella ? Brescia - Tel. +39.030.5531800 - info@megaitaliamedia.it

Questo articolo è pubblicato sotto una Licenza Creative Commons.

---

www.puntosicuro.it