



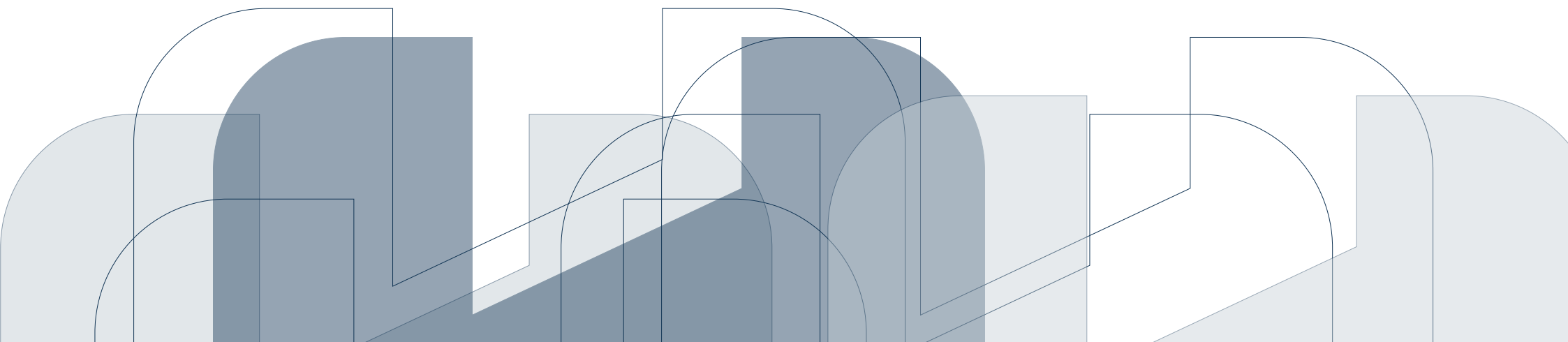
2017

# PLANIFICACIÓ GENERAL DE FORMACIÓ

---

CATALUNYA

---



# SUMARI

3 PLANIFICACIÓ GENERAL DE FORMACIÓ

13 FORMACIÓ ESPECÍFICA

16 FORMACIÓ ESPECÍFICA GENERAL. BONIFICADA

36 FORMACIÓ ÀREA DE VIGILÀNCIA DE LA SALUT

37 FORMACIÓ ONLINE

## PRESENTACIÓ

Unimat Prevenció oferta a les seves empreses clients la programació general de formació per a l'any 2017.

Ací trobaran una àmplia relació de les accions formatives que impartim, des de formació bàsica fins a cursos específics per a diferents sectors i llocs de treball, així com informació detallada de cadascun d'ells: programes, localitats, horaris i condicions de realització.

Els oferim la possibilitat de formar-se en modalitat presencial o en modalitat on line, amb més de 900 cursos per a triar (consulte en [www.unimatprevencion.es](http://www.unimatprevencion.es))

A més consulte les condicions de bonificació dels cursos, fins al 100% del crèdit a través de la Fundació Tripartita per a la formació en l'ocupació.

A Unimat Prevenció entenem la formació com un factor clau per a reduir la sinistralitat a les empreses i esperem que aquest manual els resulti d'utilitat.

Si necessiten més informació poden contactar amb nosaltres a:

**Departament de Formació**  
**Unimat Prevenció**

T. 96 424 31 20

F. 96 421 80 76

E-MAIL: [formacion@unimat.es](mailto:formacion@unimat.es)



## NIVELL BÀSIC DE PREVENCIÓ DE RISCOS LABORALS

**Objectiu:** formar els treballadors en les funcions de nivell bàsic segons l'art.35 Reglament 39/1997 dels Serveis de Prevenció.

**Dirigit a:** treballadors designats, recursos preventius, delegats de prevenció, membres del comitè de seguretat i salut.

**Horari:** de 15 a 20 hores. Modalitat semi-presencial.

Curs gratuït per a les empreses clients que tinguin contractat el concert de SPA amb Unimat Prevenció.

### PROGRAMA

#### 1. Marc normatiu

- 1.1. Llei de Prevenció de Riscos Laborals
- 1.2. Organismes públics relacionats amb la seguretat i salut en el treball
- 1.3. Modalitat d'organització de l'activitat preventiva
- 1.4. Figures preventives per a la gestió de la prevenció. Delegat designat i recurs preventiu
- 1.5. Coordinació d'activitats empresarials
- 1.6. Marc normatiu bàsic en matèria de prevenció de riscos laborals. Drets i deures bàsics en aquesta matèria
- 1.7. Prevenció integrada
- 1.8. Avaluació de riscos
- 1.9. Auditories
- 1.10. Responsabilitats

#### 2. Conceptes bàsics sobre seguretat i salut en el treball

- 2.1. El treball i la salut: els riscos professionals. Factors de risc
- 2.2. Teoria de la causalitat
- 2.3. Accident i malaltia
- 2.4. Disciplines preventives
- 2.5. Riscos lligats al mediambient de treball
  - 2.5.1. Riscos higiènics
  - 2.5.2. Il·luminació
  - 2.5.3. Soroll
  - 2.5.4. Productes tòxics

#### 3. Riscos lligats a les condicions de seguretat

- 3.1. Llocs de treball
- 3.4. Manutenció
- 3.5. Carretons elevadors
- 3.6. Emmagatzematge
- 3.7. Màquines i equips de treball
- 3.8. Eines manuals
- 3.9. EPI
- 3.10. Risc elèctric
- 3.11. Incendis i emergències
- 3.12. Investigació d'accidents

#### 4. Gestió de la prevenció de riscos laborals

- 4.1. Documentació per a la gestió de la prevenció de riscos laborals
- 4.2. Pla de prevenció
- 4.3. Organització de la prevenció
- 4.4. Avaluació de riscos
  - 4.4.1. Identificació
  - 4.4.2. Avaluació
  - 4.4.3. Pla d'acció
- 4.5. Seguiment del pla
- 4.6. Treballadors d'especial significació
- 4.7. Formació de treballadors
- 4.8. Informació de treballadors
- 4.9. Control de la maquinària, equips i instal·lacions, registres i manteniment

#### Calendari:

**ABRIL**

**BARCELONA:** 3,4,5,19

**NOVEMBRE**

**BANYOLES:** 27,28,29 i 13 Des.  
(horari 14:30-19:30 h)

**OCTUBRE**

**BARCELONA:** 23,24,25 i 8 Nov.

## FORMACIÓ GENERAL DE SEGURETAT I SALUT LABORAL

**Objectiu:** formar als treballadors en prevenció de riscos laborals.

**Dirigit a:** tots treballadors de l'empresa segons el seu lloc de treball.

**Horari:** de 9 a 13 hores (M) o 15 a 19 hores (T). Modalitat presencial.

Curs gratuït per a les empreses clients que tinguin contractat el concert de SPA amb Unimat Prevenció.

### PROGRAMA

#### 1. Introducció

- 1.1. Treball i salut
- 1.2. Ordre i neteja
- 1.3. Marc normatiu
- 1.4. Drets i obligacions

#### 2. Riscos

- 2.1. Origen i factors de risc
- 2.2. Factor humà
- 2.3. Factor d'equips detreball
- 2.4. Factor organitzacional
- 2.5. Factor ambiental

#### 3. Riscos derivats del lloc de treball

- 3.1. R.D.486/1997
- 3.2. Escales portàtils
- 3.3. Il.luminació del lloc detreball

#### 4. Màquines ieines

- 4.1. Certificat CE
- 4.2. Adequacions de màquines R. D.1215/1997
- 4.3. Resguards i dispositius

#### 5. Manipulació de carregues

- 5.1. Manual
- 5.2. Mecànic
- 5.3. Transpaletes
- 5.4. Carretons elevadors

#### 6. Equips i instal.lacions

- 6.1. Aire comprimit
- 6.2. Riscos elèctrics de la inhalació; ús de mànegues i allargadors

#### 7. Equips de protecció individual

- 7.1. Equips de protecció auditiva
- 7.2. Equips de protecció respiratoria

#### 8. Emergències

- 8.1. Incendis
- 8.2. Procediment d'actuació en cas d'accident o emergència
- 8.3. P.A.S.

#### 9. Soroll

- 9.1. R. D.286/2006

#### 10. Productes tòxics

- 10.1. Parts d'una etiqueta
- 10.2. Pictogrames

#### 11. Conclusió

**Calendari:** M (matí); T (tarda)

#### GENER

BARCELONA: 26 T

#### FEBRER

BARCELONA: 16 M

#### MARÇ

BANYOLES: 2 T  
BARCELONA: 16 T

#### ABRIL

SANT CELONI: 6 M  
SABADELL: 10 T  
BARCELONA: 26 M

#### MAIG

BARCELONA: 10 T  
TARRAGONA: 23 M

#### JUNY

BARCELONA: 13 M  
L'ESCALA: 30 M

#### JULIOL

BARCELONA: 7 M

#### SETEMBRE

BARCELONA: 20 T  
TARRAGONA: 18 T

#### OCTUBRE

SANT CELONI: 9 M  
BARCELONA: 18 M  
SABADELL: 20 M

#### NOVEMBRE

BANYOLES: 2 T  
GIRONA: 13 T  
BARCELONA: 15 M

#### DESEMBRE

BARCELONA: 14 T

## MESURES D'EMERGÈNCIA

**Objectiu:** formar els treballadors en prevenció de riscos laborals.

**Dirigit a:** equips d'intervenció i equips d'evacuació.

**Horari:** de 9 a 12 hores (M) o 16 a 19 hores (T). Modalitat presencial.

Curs gratuït per a les empreses clients que tinguin contractat el concert de SPA amb Unimat Prevenció.

### PROGRAMA

#### 1. Seqüències d'actuació en cas de:

- 1.1. Accident
- 1.2. Incendi
- 1.3. Evacuació
- 1.4. Vessament de productes
- 1.5. Emergència externa

#### 2. Extinció d'incendis

- 2.1. El foc: generalitats
- 2.2. Extinció d'incendis
- 2.3. Agents extintors d'incendis
- 2.4. Prevenció d'incendis

#### 3. Recomanacions en manipulació d'extintors

#### 4. Recomanacions en la manipulació de mànegues, BIE ...

#### 5. Recomanacions en una evacuació

#### 6. Consells a seguir amb una persona accidentada

**Calendari:** M (matí); T (tarda)

**MARÇ**

**BARCELONA:** 10 M

**MAIG**

**BANYOLES:** 24 T

**JUNY**

**BARCELONA:** 8 T

**SETEMBRE**

**BANYOLES:** 13 M

**NOVEMBRE**

**BARCELONA:** 7 T

## SEGURETAT EN L'HOSTALERIA

**Objectiu:** formar els treballadors en prevenció de riscos laborals.

**Dirigit a:** tots treballadors de l'empresa segons el seu lloc de treball.

**Horari:** de 9 a 11 (M) o 16 a 18 hores (T). Modalitat presencial.

Curs gratuït per a les empreses clients que tinguin contractat el concert de SPA amb Unimat Prevenció.

### PROGRAMA

#### 1. Introducció

- 1.1. Treball i salut
- 1.2. Organització de la prevenció en l'empresa
- 1.3. Origen i factors de risc
- 1.4. Drets i obligacions

#### 2. Lloc de treball i emmagatzematge

- 2.1. R.D.486/97
- 2.2. Escala portàtil
- 2.3. Ordre i neteja
- 2.4. Emmagatzematge: altells golfes i prestatgeries

#### 3. Màquines ièines

- 3.1. Factors de risc
- 3.2. Riscos en maquinestalladores i batedores
- 3.3. Eines manuals: ganivets
- 3.4. Causes d'accidents amb eines

#### 4. EPI's

- 4.1. Elecció de l'equip adequat
  - 4.1.1. EPI's detall
  - 4.1.2. Tèrmics
  - 4.1.3. Químics
- 4.2. Categories de protecció

**Calendari:** M (matí); T (tarda)

**FEBRER**

**BARCELONA:** 2 M

**MARÇ**

**BARCELONA:** 29 M

**MAIG**

**BARCELONA:** 9 T  
**BANYOLES:** 12 M  
**BLANES:** 17 M

**JUNY**

**BARCELONA:** 14 M  
**BLANES:** 12 M  
**PALAMÓS:** 29 M

**SETEMBRE**

**BARCELONA:** 15 M

**OCTUBRE**

**BARCELONA:** 16 M

**NOVEMBRE**

**BARCELONA:** 16 T

**DESEMBRE**

**BARCELONA:** 11 M

#### 5. Electricitat

- 5.1. Llei de ohm
- 5.2. Contactes directes i indirectes
- 5.3. Comportament segur
- 5.4. Actuació en cas d'accident elèctric

#### 6. Productes químics (desinfecció i neteja)

- 6.1. Riscos de la manipulació
- 6.2. Etiqueta i fitxa de seguretat
- 6.3. Emmagatzematge

#### 7. Senyalització

- 7.1. Obligació
- 7.2. Prohibició
- 7.3. Advertència
- 7.4. Salvament
- 7.5. Incendis

#### 8. Manipulació manual de càrregues

#### 9. Incendis

- 9.1. Triangle delfoc
- 9.2. Tipus d'extintors
- 9.3. Ús de l'extintor
- 9.4. Organització d'una situació d'emergència

#### 10. Actuació en cas d'accident

- 10.1. Procediment PAS

## SEGURETAT VIAL I TRANSPORT

**Objectiu:** formar els treballadors en prevenció de riscos laborals.

**Dirigit a:** tots treballadors de l'empresa segons el seu lloc de treball.

**Horari:** de 9 a 11 hores\* (M); 16 a 18 hores\*\* (T). Modalitat presencial.

Curs gratuït per a les empreses clients que tinguin contractat el concert de SPA amb Unimat Prevenció.

### PROGRAMA

#### 1. Factors de risc

- 1.1. Entorn
- 1.2. Vehicle
- 1.3. Conductor

#### 2. Conductor

- 2.1. Velocitat
- 2.2. Distància de seguretat
- 2.3. Distracció
- 2.4. Alcohol
- 2.5. Medicaments
- 2.6. Apnea

#### 3. Vehicle

- 3.1. Seguretat activa
- 3.2. Seguretat passiva

#### 4. Vianant

#### 5. Actuació en cas d'accident

**Calendari:** M (matí); T (tarda)

**FEBRER**

**MARÇ**

**ABRIL**

**GIRONA:** 22 M  
(10-12 h)

**BARCELONA:** 22 T\*\*

**BARCELONA:** 20 T  
**BANYOLES:** 27 T

**SETEMBRE**

**NOVEMBRE**

**DECEMBRE**

**BARCELONA:** 22M\*

**BARCELONA:** 8 T

**BANYOLES:** 14 T

\* Comercials de 9:00-11:00 h

\*\* Comercials de 16:00-18:00 h

## RESIDÈNCIES DE GENT GRAN

**Objectiu:** formar els treballadors en prevenció de riscos laborals.

**Dirigit a:** tots treballadors de l'empresa segons el seu lloc de treball.

**Horari:** de 10 a 12 hores (M); 16 a 18 hores (T). Modalitat presencial.

Curs gratuït per a les empreses clients que tinguin contractat el concert de SPA amb Unimat Prevenció.

### PROGRAMA

#### 1. Presentació de la prevenció i normativa bàsica

- 1.1. Breu resum de la llei i normes bàsiques

#### 2. Localització de riscos

- 2.1. Què és una avaluació de riscos?

#### 3. Mesures preventives i coneixement de neteja

- 3.1. Sòls-passadissos-lavabos-cristalls-centre de consultes habitacions-zones comuns

#### 4. Normes de seguretat

- 4.1. Proteccions personals
- 4.2. Manipulació de càrregues i persones
- 4.3. Manipulació de productes químics
- 4.4. Manipulació de màquines
- 4.5. Manipulació d'eines i estris (eines)
- 4.6. Risc elèctric
- 4.7. Treballen alada (escales)
- 4.8. Conducció de vehicles

#### 5. Incendis i emergències

- 5.1. Pla d'emergència
- 5.2. Extintors

**Calendari:** M (matí); T (tarda)

**MAIG**

**BANYOLES:** 25 M

**SETEMBRE**

**BARCELONA:** 19 T

## SECTOR NETEJA

**Objectiu:** formar els treballadors en prevenció de riscos laborals.

**Dirigit a:** tots treballadors de l'empresa segons el seu lloc de treball.

**Horari:** de 10 a 12 hores (M) o 16 a 18 hores (T). Modalitat presencial.

Curs gratuït per a les empreses clients que tinguin contractat el concert de SPA amb Unimat Prevenció.

### PROGRAMA

1. Introducció
2. Factors de risc
  - 2.1. Lloc de treball
  - 2.2. Factors personals
  - 2.3. Factors organitzacionals
  - 2.4. Factors d'equips de treball
3. Conceptes generals de seguretat
  - 3.1. Ordre i neteja
4. Escales portàtils
5. Manipulació de càrregues i moviments repetitius
6. Riscos elèctrics
7. Equips de protecció individual
8. Productes tòxics
  - 8.1. Riscos de la manipulació de productes de neteja
  - 8.2. Etiqueta
  - 8.3. Manipulació segura i emmagatzematge
9. Incendis
10. Conclusió

**Calendari:** M (matí); T (tarda)

**ABRIL**

**BARCELONA:** 7 M

**JULIOL**

**BARCELONA:** 10 M

**NOVEMBRE**

**BARCELONA:** 22 T

## MONITORS ESCOLARS

**Objectiu:** formar els treballadors en prevenció de riscos laborals.

**Dirigit a:** tots treballadors de l'empresa segons el seu lloc de treball.

**Horari:** de 8:30 a 10:30 hores. Modalitat presencial.

Curs gratuït per a les empreses clients que tinguin contractat el concert de SPA amb Unimat Prevenció.

### PROGRAMA

- |   |   |
|---|---|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Conceptes bàsics sobre seguretat i salut al treball</li> <li>2. El treball i la salut: els riscos professionals. Factors de risc</li> <li>3. Danys derivats del treball. Els accidents de treball i les malalties professionals. Altres patologies derivades del treball</li> <li>4. Marc normatiu bàsic en matèria de prevenció de riscos laborals. Drets i deures bàsics en aquesta matèria</li> <li>5. Riscos generals monitors escolars</li> <li>6. Llocs de treball. Ordre i neteja</li> <li>7. Riscos ergonòmics</li> <li>8. Riscos lligats a la manipulació manual de càrregues</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>9. Seguretat contra riscos elèctrics</li> <li>10. Riscos higiènics. Físics, químics i biològics</li> <li>11. Vies d'entrada</li> <li>12. Manipulació segura de productes de neteja</li> <li>13. Riscos psicosocials</li> <li>14. Senyalització a centres de treball</li> <li>15. Plans d'emergència i evacuació</li> <li>16. Consells d'actuació davant d'emergències</li> <li>17. Seguretat vial</li> </ol> |
|---|---|

**Calendari:**

**FEBRER**

**BARCELONA:** 3

**MAIG**

**BARCELONA:** 5

**OCTUBRE**

**BARCELONA:** 11

## SECTOR PERRUQUERIA I ESTÈTICA

**Objectiu:** formar els treballadors en prevenció de riscos laborals.

**Dirigit a:** tots treballadors de l'empresa segons el seu lloc de treball.

**Horari:** de 10 a 12 hores. Modalitat presencial.

Curs gratuït per a les empreses clients que tinguin contractat el concert de SPA amb Unimat Prevenció.

### PROGRAMA

#### 1. Introducció

- 1.1. Què és la prevenció?
- 1.2. Origen i factors de risc
- 1.3. Tècniques preventives
- 1.4. Pèrdues desalut. Accident de treball i malaltia professional

#### 2. Conceptes generals de seguretat

- 2.1. Ordre i neteja

#### 3. Riscos ergonòmics. Càrrega física i mental

- 3.1. Bipedestació. Treballar de peu durant llargs períodes de temps
- 3.2. Mobiliari de treball no ergonòmic al sector de perruqueries i estètica
- 3.3. Manipulació de càrregues
- 3.4. Postures forçades o inadequades. (flexió, torsió, extensió detronc; postures inadequades mà - canell, etc.)
- 3.5. Moviments repetitius (mà - canell i postural)
- 3.6. Riscos psicosocials. Síndrome de burnout

#### Calendari:

**FEBRER**

**BARCELONA: 20**

**MAIG**

**BARCELONA: 8**

**OCTUBRE**

**BARCELONA: 30**

#### 4. Màquines en el sector de perruqueria i estètica

#### 5. Contactes tèrmics amb equips de treball del sector

#### 6. Risc elèctric

#### 7. Escala de mà

#### 8. Equips de protecció individual. Guants de protecció, calçat, etc.

#### 9. Incendis

#### 10. Il.luminació

#### 11. Manipulació de productes químics del sector de perruqueries. Tints, permanents, decolorants, etc.

- 11.1. Fitxes de dades de seguretat

#### 12. Riscos biològics

## RISCOS BIOLÒGICS

**Objectiu:** formar els treballadors en prevenció de riscos laborals.

**Dirigit a:** tots treballadors de l'empresa segons el seu lloc de treball.

**Horari:** de 10 a 12 hores. Modalitat presencial.

Curs gratuït per a les empreses clients que tinguin contractat el concert de SPA amb Unimat Prevenció.

### PROGRAMA

#### 1. Definició de risc biològic

#### 2. Legislació

#### 3. Conseqüències de l'exposició: accident- malaltia

#### 4. Estadístiques. Situació actual

#### 5. Exemples de contaminants biològics

#### 6. Vies d'entrada: respiratòria, digestiva i sanguínea

#### 7. Relació malalties-activitat pròpies de tractaments a plantes residuals

#### 8. Contacte directe-indirecte

#### 9. Actuacions preventives: control ambiental i personal

#### 10. Gestió de residus biològics

#### Calendari:

**OCTUBRE**

**BARCELONA: 10**



## SEGURETAT EN OFICINES

**Objectiu:** formar els treballadors en prevenció de riscos laborals.

**Dirigit a:** equips d'intervenció i equips d'evacuació.

**Horari:** de 9 a 12 hores (M) o 16 a 19 hores (T). Modalitat presencial.

Curs gratuït per a les empreses clients que tinguin contractat el concert de SPA amb Unimat Prevenció.

### PROGRAMA

#### 1. Introducció

- 1.1. Treball i salut
- 1.2. Ordre i neteja
- 1.3. Marc normatiu
- 1.4. Drets i obligacions

#### 2. Riscos principals de l'activitat

#### 3. Origen i factors de risc

#### 4. Riscos derivats del lloc de treball

- 4.1. R. D.486/1997
- 4.2. Ordre i neteja
- 4.3. Caigudes al mateix i diferent nivell
- 4.4. Escales manuals
- 4.5. Caigudes de material
- 4.6. Ambient tèrmic
- 4.7. Il.luminació del lloc de treball

#### 5. Risc de contacte elèctric

- 5.1. Efectes
- 5.2. Mesures preventives

#### 6. Estris de treball i màquines

- 6.1. Exemples pràctics: cuter, trituradora...

#### 7. Productes tòxics

#### 8. Disseny del lloc de treball

- 8.1. Pantalla
- 8.2. Teclat
- 8.3. Cadira
- 8.4. Taula

#### 9. Postures de treball

- 9.1. L'esquena
- 9.2. Els canells

#### 10. Emergències

- 10.1. Incendis
- 10.2. Procediment d'actuació en cas d'accident o emergència
- 10.3. P.A.S.

#### 11. Conclusió

**Calendari:** M (matí); T (tarda)

#### GENER

BARCELONA: 27 M

#### FEBRER

BARCELONA: 23 T

#### MARÇ

BARCELONA: 21 T  
SANT CELONI: 31 M

#### ABRIL

BARCELONA: 28 M

#### MAIG

BARCELONA: 18 T

#### JUNY

BARCELONA: 7 M  
BANYOLES: 10 M

#### JULIOL

BARCELONA: 6 M  
BARCELONA: 13 M

#### SETEMBRE

BARCELONA: 12 T

#### OCTUBRE

BARCELONA: 5 M  
BARCELONA: 27 M

#### NOVEMBRE

GIRONA: 17 M  
BARCELONA: 23 T

#### DESEMBRE

BARCELONA: 1 M

## SEGURETAT I SALUT EN EL TALLER

**Objectiu:** formar els treballadors en prevenció de riscos laborals.

**Dirigit a:** tots treballadors de l'empresa segons el seu lloc de treball.

**Horari:** de 15 a 17 hores. Modalitat presencial.

Curs gratuït per a les empreses clients que tinguin contractat el concert de SPA amb Unimat Prevenció.

### PROGRAMA

1. Conceptes bàsics sobre seguretat i salut en el treball
2. El treball i la salut: els riscos professionals. Factors de risc
3. Danys derivats del treball. Els accidents de treball i les malalties professionals. Altres patologies derivades del treball
4. Marc normatiu bàsic en matèria de prevenció de riscos laborals. Drets i deures bàsics en aquesta matèria
5. Llocs de treball. Ordre i neteja
6. Riscos lligats a la manipulació manual de càrregues
7. Seguretat contra riscos elèctrics
8. Màquines, eines manuals i elèctriques
9. Us d'escapes portàtils
10. Normes de conducta a seguir en treballs de taller
11. Senyalització de seguretat
12. Soroll
13. Equips de protecció individual
14. Riscos higiènics
15. Productes químics. Etiquetes, envasos, senyalització i etiquetatge
16. Consells d'actuació davant emergències
17. Seguretat viària

Calendari:

**JUNY**

**BANYOLES:** 22

## TREBALLS SANITARIS

**Objectiu:** formar els treballadors en prevenció de riscos laborals.

**Dirigit a:** tots treballadors de l'empresa segons el seu lloc de treball.

**Horari:** de 10 a 12 hores. Modalitat presencial.

Curs gratuït per a les empreses clients que tinguin contractat el concert de SPA amb Unimat Prevenció.

### PROGRAMA

1. Introducció
2. Legislació en matèria de prevenció de riscos laborals
3. Drets i obligacions dels treballadors
4. Principis generals de l'activitat preventiva
5. Riscos laborals i mesures preventives en el sector sanitari
6. Riscos de seguretat (atrapaments, cops, caigudes)
7. Risc de contacte elèctric
8. Incendis i explosions
9. Riscos higiènics
10. Residus tòxics i perillosos
11. Riscos físics
12. Riscos biològics
13. Riscos ergonòmics (postures i moviments repetitius)
14. Manipulació de càrregues
15. Treballs amb pantalles de visualització de dades
16. Equips de protecció individual
17. Riscos psicosocials
18. Violència física i/ o verbal
19. Actuació en cas d'emergència

Calendari:

**SETEMBRE**

**BARCELONA:** 29

## SECTOR COMERÇ

**Objectiu:** formar els treballadors en prevenció de riscos laborals.

**Dirigit a:** tots treballadors de l'empresa segons el seu lloc de treball.

**Horari:** de 9 a 11 hores (M) o 16 a 18 hores (T). Modalitat presencial.

Curs gratuït per a les empreses clients que tinguin contractat el concert de SPA amb Unimat Prevenció.

### PROGRAMA

1. **Introducció**
  - 1.1. Conceptes generals de prevenció
2. **Riscos lligats al lloc de treball**
  - 2.1. **R.D. 486/1997**
    - 2.2. Emmagatzematge
    - 2.3. Ordre i neteja
    - 2.4. Escales
    - 2.5. Senyalització
3. **Màquines i eines**
  - 3.1. R. D.1215/1997
  - 3.2. CE
4. **Risc elèctric**
5. **Manipulació manual de càrregues**
6. **EPI**
7. **Productes químics**
  - 7.1. Riscos
  - 7.2. Vies d'entrada
  - 7.3. L'etiqueta
  - 7.4. Emmagatzematge
8. **Incendi**

**Calendari:** M (matí); T (tarda)

<b>FEBRER</b> BARCELONA: 15 M	<b>MARÇ</b> BARCELONA: 23 M
<b>MAIG</b> BARCELONA: 11 M	<b>JUNY</b> BARCELONA: 26 T
<b>OCTUBRE</b> BARCELONA: 17 T	<b>NOVEMBRE</b> BARCELONA: 20 M

## SEGURETAT I SALUT VIGILANTS

**Objectiu:** formar els treballadors en prevenció de riscos laborals.

**Dirigit a:** tots treballadors de l'empresa segons el seu lloc de treball.

**Horari:** de 12 a 14 hores (M) o de 16 a 18 hores (T). Modalitat presencial.

Curs gratuït per a les empreses clients que tinguin contractat el concert de SPA amb Unimat Prevenció.

### PROGRAMA

1. **Conceptes bàsics sobre seguretat i salut en el treball**
  - 1.1. El treball i la salut : els riscos professionals. Factors de risc.
  - 1.2. Danys derivats del treball. Els accidents de treball i les enfermetats professionals. Altres patologies derivades del treball.
  - 1.3. Marc normatiu bàsic en matèria de prevenció de riscos laborals. Drets i deures bàsics en aquesta matèria
2. **Riscos i la seva prevenció**
3. **Riscos lligats als llocs de treball**
  - 3.1. Ordre i neteja
  - 3.2. Condicions termohigromètriques
  - 3.3. Caigudes
  - 3.4. Cops
4. **Seguretat front l'electricitat**
5. **Ergonomia**
  - 5.1. Postures forçades
  - 5.2. Treball en posició de en peus
6. **Factors psicosocials**
  - 6.1. Carga mental. Factors de treball, organització, individuals i entorn
  - 6.2. Prevenció front les agressions i episodis de violència
  - 6.3. Treballs d'atenció al públic
7. **Senyalització de seguretat en els centres de treball**
8. **Mesures d'emergència i evacuació.**
9. **Consells d'actuació front emergències**
10. **Accidents in itinere i en desplaçament**

**Calendari:** M (matí); T (tarda)

<b>ABRIL</b> BARCELONA: 24 M	<b>NOVEMBRE</b> BARCELONA: 21 T
---------------------------------	------------------------------------

## CONSTRUCCIÓ I SECTOR METALL EN OBRES DE CONSTRUCCIÓ (PRIMER CICLE – AULA PERMANENT)

**Objectiu:** formar els treballadors en prevenció de riscos laborals. Adquirir la formació per accedir a la targeta professional de la construcció.

**Dirigit a:** tots elstreballadors que entrin en l'obra.

**Horari:** de 9 a 13 hores i de 14:30 a 18:30 hores. Modalitat presencial.

Curs gratuït per a les empreses clients que tinguin contractat el concert de SPA amb Unimat Prevenció.

### PROGRAMA

#### 1. Conceptes bàsics sobre seguretat i salut

- 1.1. El treball i la salut. Els riscos professionals. Factors de risc
- 1.2. Danys derivats del treball. Els accidents de treball i les malalties professionals. Altres patologies derivades del treball
- 1.3. Marc formatiu bàsic en materia de prevenció de riscos laborals. Deures i obligacions bàsics en aquesta materia

#### 2. Riscos generals i la seva prevenció

- 2.1. Riscos lligats a les condicions de seguretat
- 2.2. Riscos lligats al mediambient de treball
- 2.3. La càrrega de treball, la fatiga i la insatisfacció laboral
- 2.4. Sistemes elementals de control de riscos. Mitjans de protecció col·lectiva i equips de protecció individual
- 2.5. Plans d'emergència i evacuació
- 2.6. El control de la salut dels treballadors

#### 3. Riscos específics i la seva prevenció en el sector de la construcció

- 3.1. Diferents fases d'obra i les seves proteccions corresponents (xarxes, baranes, bastides, plataformes de treball, escales, etc.)
- 3.2. Implantació d'obra. Locals higienicosanitaris, instal·lacions provisionals, etc.

#### 4. Elements bàsics de gestió de la prevenció de riscos

- 4.1. Organismes públics relacionats amb la seguretat i salut en el treball
- 4.2. Organització preventiva del treball: "rutines bàsiques"
- 4.3. Documentació: recollida, elaboració i arxiu
- 4.4. Representació dels treballadors. Drets i obligacions (delegats de prevenció, comitè de seguretat i salut, treballadors designats, etc.)

#### 5. Primers auxilis

- 5.1. Procediments generals
- 5.2. Pla d'actuació

#### Calendari:

**MARÇ**

**BARCELONA: 28**

**ABRIL**

**BANYOLES: 18**

**JUNY**

**BARCELONA: 15**

**SETEMBRE**

**BARCELONA: 21**

**NOVEMBRE**

**BANYOLES: 30**  
**BARCELONA: 14**

## NIVELL BÀSIC DE PREVENCIÓ DE RISCOS LABORALS (60 H)

**Objectiu:** formar els treballadors en les funcions de nivell bàsic segons l'art.35 Reglament 39/1997 dels Serveis de Prevenció.

**Dirigit a:** treballadors designats, delegats de prevenció, membres del comitè de seguretat i salut, recurs preventiu.

**Horari:** de 15 a 20 hores. 60 hores. Modalitat semi-presencial.

### PROGRAMA

#### 1. Conceptes bàsics sobre seguretat i salut

- 1.1. El treball i la salut. Els riscos professionals. Factors de risc
- 1.2. Danys derivats del treball. Els accidents de treball i les malalties professionals. Altres patologies derivades del treball
- 1.3. Mòdul formatiu bàsic en matèria de prevenció de riscos laborals. Deures i obligacions bàsiques en aquesta matèria

#### 2. Riscos generals i la seva prevenció

- 2.1. Riscos lligats a les condicions de treball
- 2.2. Riscos relacionats amb el medi ambient de treball
- 2.3. La càrrega de treball, la fatiga i la insatisfacció laboral
- 2.4. Sistemes elementals de control de riscos. Mitjans de protecció col·lectiva i equips de protecció individual
- 2.5. Plans d'emergència i evacuació
- 2.6. El control de la salut dels treballadors

#### 3. Riscos específics i la seva prevenció en el sector de la construcció

- 3.1. Diferents fases d'obra i les seves proteccions corresponents (xarxes, baranes, bastides, plataformes de treball, escales, etc.)
- 3.2. Implantació d'obra. Locals higiènic-sanitaris, instal·lacions provisionals, etc.

#### 4. Elements bàsics de gestió de la prevenció de riscos

- 4.1. Organismes públics relacionats amb la seguretat i salut en el treball
- 4.2. Organització preventiva de treball: "rutines bàsiques"
- 4.3. Documentació: recollida, elaboració i arxiu
- 4.4. Representació dels treballadors. Drets i obligacions (delegats de prevenció, comitè de seguretat i salut, treballadors designats, etc.)

#### 5. Primers auxilis

- 5.1. Procediments generals
- 5.2. Pla d'actuació

### Calendari:

**MARÇ**

**BARCELONA:** 6,7,8,30

**SETEMBRE**

**BANYOLES:** 26,27,28,31  
(14:30-19:30 hores)

**OCTUBRE**

**BARCELONA:** 2,3,4,26

## ESCOLA D'ESQUENA

**Objectiu:** formar els treballadors en prevenció de riscos laborals.

**Dirigit a:** tots treballadors de l'empresa segons el seu lloc de treball.

**Horari:** de 9:00-13:00 hores. Modalitat presencial.

### PROGRAMA

Primera sessió

#### 1. Introducció

- 1.1. Descripció anatòmica
- 1.2. Funcionament
- 1.3. Fisiologia
- 1.4. Patologia
- 1.5. Normes d'higiene postural i ergonomia

Segona sessió

#### 2. Mobilitzacions

- 2.1. Exercicis abdominals
- 2.2. Exercicis cervico-dorsals
- 2.3. Exercicis dors-lumbars
- 2.4. Exercicis de membres inferiors

### Calendari:

**MAIG**

**BARCELONA:** 19

Cursos bonificables per la Fundació Estatal per a la Formació en l'Ocupació (Fundació Tripartita). Per a inscriure's en esta programació consulte condicions, és requisit indispensable per a inscriure's complir les condicions dels dits cursos. Consultar Departament de Formació. Tel: 96 424 31 20

## PRIMERS AUXILIS

**Objectiu:** formar els treballadors en prevenció de riscos laborals.

**Dirigit a:** tots treballadors de l'empresa segons el seu lloc de treball.

**Horari:** de 15:00-19:00 hores. Modalitat presencial.

### PROGRAMA

#### 1. RCP bàsica en adults (reanimació cardiopulmonar bàsica)

- 1.1. Introducció
- 1.2. Víctima conscient
  - 1.2.1. Hemorràgies
    - 1.2.1.1. Definició
    - 1.2.1.2. Classificació
    - 1.2.1.3. Primers auxilis
  - 1.2.2. Ennuegaments
  - 1.2.3. Definició
  - 1.2.4. Primers auxilis
- 1.3. Víctima inconscient
  - 1.3.1. Petició d'ajuda
  - 1.3.2. Comprovació de la permeabilitat de la via aèria
  - 1.3.3. Comprovació disignes de respiració
  - 1.3.4. Comprovació disignes de circulació

#### 2. Casos especials

- 2.1. Traumatisme(lesions)
- 2.2. Ofegament
- 2.3. Asfíxia
- 2.4. Intoxicació per drogues o alcohol
- 2.5. Nens o nadons

### Calendari:

**MARÇ**

**BARCELONA: 15**

**OCTUBRE**

**BARCELONA: 19**

## MANIPULACIÓ D'ALIMENTS

**Objectiu:** formar els treballadors prevenció de riscos laborals.

**Dirigit a:** designats de prevenció, delegats de prevenció, comitè de seguretat i salut laboral, recurs preventiu.

**Horari:** de 9 a 12 hores. Modalitat presencial.

### PROGRAMA

1. Introducció
2. Higiene alimentària
3. El manipulador d'aliments
4. Alteració dels aliments
5. Contaminació dels aliments. Tipus. Factors implicats
6. Contaminació creuada
7. Portadorsà
8. Toxiinfeccions alimentàries.  
Generalitats. Principals toxiinfeccions: símptomes, aliments implicats i mesures preventives
9. Emmagatzematge i conservació d'aliments
10. Higiene personal i estat de salut del manipulador
11. Neteja i desinfecció
12. Desinfecció i desratització
13. Envasament, etiquetatge traçabilitat
14. Transport
15. APPCC: sistemes d'anàlisi de perills i punts de control crític
16. Legislació general
17. Autoavaluació
18. Els sistemes appcc en el sector hortofructícola.  
Macro legal
19. Etapes del procés: pràctiques correctes

### Calendari:

**JUNY**

**BARCELONA: 1**

## GESTIÓ D'AL·LÈRGENS EN L'ÀMBIT DE L'ALIMENTACIÓ

**Objectiu:** formar els treballadors prevenció de riscos laborals.

**Dirigit a:** tots treballadors de l'empresa segons el seu lloc de treball.

**Horari:** de 9 a 11 hores. Modalitat presencial.

### PROGRAMA

#### 1. Alergies i intoleràncies alimentàries

#### 2. Legislació

2.1. Reglament UE núm. 1169/2011, en relació a la informació alimentària facilitada al consumidor

2.2. R.D. 126/2015, norma general relativa a la informació alimentària dels aliments que es presenten sense envasar per a la venda al consumidor final i a les col·lectivitats, dels envasaments en els llocs de venda a petició del comprador, i dels envasaments pels titulars del comerç al detall

#### 3. Al·lèrgens de declaració obligatòria

#### 4. Gestió i maneig dels aliments potencialment al·lèrgics

### Calendari:

MAIG

BARCELONA: 26

NOVEMBRE

BARCELONA: 6

Cursos bonificables per la Fundació Estatal per a la Formació en l'Ocupació (Fundació Tripartita). Per a inscriure's en esta programació consulte condicions, és requisit indispensable per a inscriure's complir les condicions dels dits cursos. Consultar Departament de Formació. Tel: 96 424 31 20



Consultar modalitats d'impartició: presencial o on-line, així com preus i condicions de bonificació, fins al 100% amb el crèdit que tenen les empreses a través de la Fundació Estatal per a la Formació en l'ocupació (Fundació Tripartita).

Unimat Prevenció facilita els tràmits necessaris per a fer efectives aquestes bonificacions com a entitat organitzadora.

## Cursos

1. Seguretat i salut laboral en tallers de vehicles
2. Recurs preventiu i tasques d'especial perillositat
3. Seguretat en dúmper
4. Seguretat i salut: mecànic inspector
5. Manipulació de aliments: curs de formació inicial en higiene alimentària: sector horto-frutícola
6. Manipulació d'aliments: curs de formació continuada en higiene alimentària: sector horto-frutícola
7. Moviments repetitius
8. Seguretat en pales carregadores
9. Seguretat en productes químics
10. Seguretat en màquines: sector metall
11. Seguretat en màquines de cartonatge
12. Riscos generals i específics dels llocs de treball: sector ceràmic
13. Seguridad i salut laboral: palista sector cerámico
14. Seguretat i salut: fabricació de frites i esmalts
15. Seguretat i salut: manteniment maquinària ceràmica
16. Seguretat i salut: sector docència. Conservatori
17. Seguretat i salut: comerç
18. Riscos psicosocials: burnout
19. Riscos generals i específics dels llocs de treballs. Mesures d'emergència. Sector indústria hortofrutícola
20. Riscos generals i específics dels llocs de treballs. Mesures d'emergència. Sector collita.
21. Seguretat i salut: sector tèxtil

## Cursos construcció. Sector metall en obres de construcció. Sector del vidre i retolació. Sector de la fusta i el moble

22. Responsables d'obra i tècnics d'execució
23. Comandaments intermedis
24. Administratius
25. Ferrallat
26. Cantería
27. Paviments i enrajolats
28. Operadors d'equips manuals
29. Fontaneria i instal·lacions de climatització
30. Instal·lació d'ascensors
31. Instal·lador de finestres i envidraments
32. Instal·lador de rètols
33. Instal·lador delements de fusteria i moble
34. Muntador de estructures de fusta
35. Execució de túnels i sosteniment de les excavacions subterrànies i dels talussos
36. Col·locació de materials de cobriment
37. Conservació i explotació de carreteres
38. Fonamentacions especials, sondejos i perforacions
39. Operari de taller de materials: pedres industrials, tractament o transformació de materials, picapedres i similars
40. Treballs de xarxes de proveïment i sanejament i pous
41. Treballs daïllament e impermeabilització
42. Treballs de construcció i manteniment de vies fèrries
43. Treballs de muntatge d'estructures tubulars
44. Treballs de muntatge de prefabricats de formigó d'obra
45. Treballs marítims



## 1 **SEGURETAT I SALUT: TALLERS DE VEHICLES**

1. Introducció
  - 1.1. Marc normatiu
  - 1.2. Tipus de màquines
2. Riscos
  - 2.1. Origen i factors de risc
  - 2.2. Causes dels accidents amb màquines i equips
    - 2.2.1. Atrapaments
    - 2.2.2. Talls i amputacions
    - 2.2.3. Cremades
    - 2.2.4. Projecció de fragments o partícules
    - 2.2.5. Contactes elèctrics
3. Mesures preventives
  - 3.1. R. D.1215/1997
  - 3.2. Resguards

## 2 **RECURS PREVENTIU I TASQUES D'ESPECIAL PERILLOSITAT**

1. Coordinació d'activitats empresariaIs
  - 1.1. Marc normatiu
2. Recurs preventiu
  - 2.1. Marc normatiu
  - 2.2. Funcions i responsabilitats
3. Espais confinats
  - 3.1. Definició d'espai confinat
  - 3.2. Causes freqüents d'accidents
  - 3.3. Accés a l'espai confinat
  - 3.4. Asfíxia
  - 3.5. Atmosfera explosiva
  - 3.6. Permisos detreball
  - 3.7. Procediments detreball
  - 3.8. Mesura d'oxigen
4. Treballs en alçada
  - 4.1. Escales de mà
  - 4.2. Treballs en cobertes lleugeres
  - 4.3 Treballs en teulades

## 3 **SEGURETAT EN DÚMPER**

1. Descripció de dúmper
2. Responsabilitats
3. Riscos i mesures preventives
  - 3.1. Caiguda del conductor
  - 3.2. Caiguda del material transportat
  - 3.3. Caiguda o basculament del dúmper
  - 3.4. Circulació en rampes o pendents
  - 3.5. Estabilitat de la càrrega
  - 3.6. Col.lisions, cops i atropellaments
  - 3.7. Manteniment preventiu
  - 3.8. Estacionament
  - 3.9. Transport de persones
  - 3.10. Exposició a cops i vibracions
  - 3.11. Climatologia
  - 3.12. Contactes amb òrgans mòbils del dúmper
  - 3.13. Incendis i explosions
  - 3.15. Contaminació atmosfèrica
  - 3.16. EPI
4. Recomanacions generals
  - 4.1. Abans d'usar
  - 4.2. Durant el seu ús
  - 4.3. Durant la manipulació de càrregues
  - 4.4. Després d'usar

## 4 **SEGURETAT I SALUT: MECÀNIC INSPECTOR**

1. Introducció
2. Riscos ergonòmics i psicosocials
  - 2.1. Manipulació manual de càrregues
3. Riscos i mesures preventives del lloc de mecànic inspector
  - 3.1. Màquines
  - 3.2. Riscos higiènics: soroll i contaminants químics
  - 3.3. Eines manuals
  - 3.4. Risc elèctric
4. Mesures d'emergència
5. Primers auxilis

5

## MANIPULACIÓ DE ALIMENTOS: CURS DE FORMACIÓ INICIAL EN HIGIENE ALIMENTÀRIA. SECTOR HORTO-FRUTÍCOLA

### Part presencial

1. Introducció
2. Els sistemes pack en el sector hortofructícola. Marc legal
3. Etapes del procés: pràctiques correctes

### Part a distància

1. Introducció
2. Higiene alimentària
3. El manipulador d'aliments
4. Alteració dels aliments
5. Contaminació dels aliments. Tipus. Factors implicats
6. Contaminació creuada
7. Portador sà
8. Toxiinfeccions alimentàries. Generalitats. Principals toxiinfeccions: símptomes, aliments implicats i mesures preventives
9. Emmagatzematge i conservació d'aliments
10. Higiene personal i estat de salut del manipulador
11. Neteja i desinfecció
12. Desinsectació i desratització
13. Envasament, etiquetatge i traçabilitat
14. Transport
15. APPCC: sistemes d'anàlisi de perills i punts de control crític
16. Legislació general
17. Autoavaluació

6

## MANIPULACIÓ D'ALIMENTS: CURS DE FORMACIÓ CONTINUADA EN HIGIENE ALIMENTÀRIA. SECTOR HORTO-FRUTÍCOLA

### Part presencial

1. Introducció. Importància de la higiene com a mesura de prevenció
2. L'hostaler com a causa de toxiinfeccions. Higiene personal. Revisió de casos de toxiinfeccions relacionats el sector. Marc legal. R.D.202/2000. R.D.3484/2000. Integració del nou marc legal en el sistema APPCC. Reglament 852/2004 Pla de formació i control de manipuladors. Decret 73/2001
3. Autorització sanitària
4. Característiques i higiene de les instal·lacions i equips. Pràctiques correctes d'higiene de les instal·lacions i equips del sector. Rgth. Plagues com a vectors de contaminació. Reglament. Condicions dels establiments del sector. Condicions en empreses de catering. Condicions de les màquines expenedores de menjar preparat
5. Contaminació creuada. Mesures preventives. Revisió de brots

### Part a distància

1. Introducció
2. Higiene alimentària
3. El manipulador d'aliments
4. Alteració dels aliments
5. Contaminació dels aliments. Tipus. Factors implicats
6. Contaminació creuada
7. Portador sà
8. Toxiinfeccions alimentàries. Generalitats. Principals toxiinfeccions: símptomes, aliments implicats i mesures preventives
9. Emmagatzematge i conservació d'aliments
10. Higiene personal i estat de salut del manipulador
11. Neteja i desinfecció
12. Desinfecció i desratització
13. Envasament, etiquetatge i traçabilitat
14. Transport
15. APPCC: sistemes d'anàlisi de perills i punts de control crític
16. Legislació general
17. Autoavaluació

7

## MOVIMENTS REPETITUS

1. Introducció
2. Conceptes
  - 2.1. Càrrega física del treball
  - 2.2. Analogies i diferències entre manipulació de càrregues, postures forçades i moviments repetitius
3. Identificació i valoració del risc per moviments repetitius
  - 3.1. Dades analítiques
  - 3.2. Postures de braços, coll i mà-canell
  - 3.3. Repetitivitat dels moviments de braços i mans
  - 3.4. Flexió / pronació / rotació de canells
  - 3.5. Intensitat de l'esforç; realitzat amb les mans
  - 3.6. Temps d'exposició a diferents activitats
4. Efectes sobre la salut: lesions per moviments repetitius
  - 4.1. Mecanisme d'acció
  - 4.2. Tipus de lesions, símptomes i causes que les provoquen
5. Factors generals del risc de moviments repetitius
  - 5.1. Laborals
  - 5.2. Extralaborals
  - 5.3. Altres
6. Mesures preventives i correctores
  - 6.1. Pautes d'un treball segur
    - 6.1.1. Recomanacions pel que fa a la posició del cos
    - 6.1.2. Recomanacions pel que fa a les eines de treball
    - 6.1.3. Organització del treball
    - 6.1.4. Exercicis de relaxació muscular
7. Vigilància de la salut
  - 7.1. Protocols de vigilància sanitària específica
8. Legislació de referència

8

## SEGURETAT EN PALES CARREGADORES

1. Màquina
  - 1.1. Característiques generals
2. Riscos més comuns i mesures preventives
  - 2.1. Atropellament
  - 2.2. Boleada de la màquina
  - 2.3. Xocs contra màquines
  - 2.4. Electrocutió
  - 2.5. Explosió
  - 2.6. Incendi
  - 2.7. Atrapament
  - 2.8. Projecció de partícules
  - 2.9. Caiguda de persones
  - 2.10. Soroll
  - 2.11. Vibracions
  - 2.12. Neumioconiosos
  - 2.13. Contactes amb productes químics
  - 2.14. Cremades
3. Precaucions abans de començar el treball
4. Equips de protecció individual

9

## SEGURETAT EN PRODUCTES QUÍMICS

1. Definició
2. Toxicitat, concentració i temps d'exposició
3. Etiqueta
  - 3.1. Composició i parts d'una etiqueta
  - 3.2. Exemples d'etiqueta
  - 3.3. Pictogrames
4. Fitxa de seguretat
  - 4.1. Descripció dels productes químics
5. Emmagatzematge de productes tòxics
  - 5.1. Recomanacions d'emmagatzematge
  - 5.2. Incompatibilitats d'emmagatzematge
6. Sostralls
7. Vies d'entrada
  - 7.1. Dèrmica
  - 7.2. Parenteral
  - 7.3. Respiratòria
  - 7.4. Digestiva
8. Prevenció
  - 8.1. Foc
  - 8.2. Mig
  - 8.3. Persona
9. Recomanacions generals

10

## SEGURETAT EN MÀQUINES: SECTOR METALL

1. Introducció
  - 1.1. Marc normatiu
  - 1.2. Tipus de màquines
2. Riscos
  - 2.1. Origen i factors de risc
  - 2.2. Causes dels accidents amb màquines i equips
    - 2.2.1. Atrapaments
    - 2.2.2. Talls i amputacions
    - 2.2.3. Cremades
    - 2.2.4. Projecció de fragments o partícules
    - 2.2.5. Contactes elèctrics
3. Mesures preventives
  - 3.1. R. D.1215/1997
  - 3.2. Resguards
  - 3.3. Dispositius
4. Actuació en cas d'accident amb màquines

11

## SEGURETAT EN MÀQUINES DE CARTONATGE

1. Introducció
  - 1.1. More normatiu
  - 1.2. Tipus de màquines
2. Riscos
  - 2.1. Origen i factors de risc
  - 2.2. Causes dels accidents amb màquines
    - 2.2.1. Atrapament
    - 2.2.2. Amputacions
    - 2.2.3. Cremades
    - 2.2.4. Contactes elèctrics
    - 2.2.5. Incendi
3. Mesures preventives
  - 3.1. Resguards
  - 3.2. Dispositius
4. Actuació en cas d'accident amb màquines

12

**RISCOS GENERALS I ESPECÍFICS  
DELS LLOCS DE TREBALL:  
SECTOR CERÀMIC**

1. Introducció, treball i salut: organització de la prevenció en l'empresa
2. Riscos; origen i factors de risc
3. Conceptes generals de seguretat: ordre i neteja
4. Manipulació de càrregues
  - 4.1. Manual
  - 4.2. Mecànic
5. Carretons elevadors
6. Eines manuals i portàtils
  - 6.1. Manuals
  - 6.2. Portàtils
7. Equips i instal·lacions
8. Màquines
9. Riscos típics del sector ceràmic
10. Equips de protecció individual
11. Incendis
12. Soroll
13. Productes tòxics
14. Seguretat vial
15. Conclusió

13

**SEGURETAT I SALUT:  
PALISTA SECTOR CERÀMIC**

1. Introducció
  - 1.1. Treball i salut
2. Marc normatiu
  - 2.1. Organització de la prevenció en l'empresa
3. Riscos
  - 3.1. Origen i factors de risc
4. Caigudes al mateix nivell. Ordre i neteja
5. Electricitat
6. Accidents de treball. Tipus d'accidents en la manipulació de la maquinària
7. Maquinària emprada en el moviment de terres i riscos associats:
  - 7.1. Camions
  - 7.2. Estivació. Riscos en talussos, excavacions, etc.
  - 7.3. Retroexcavadora. Instruccions d'ús
  - 7.4. Maquinària
  - 7.5. Pala carregadora
  - 7.6. Senyalització
  - 7.7. Rampes d'accés
8. Senyalització
9. Proteccions col·lectives
10. Soroll i vibracions
11. Condicions termoigromètriques. Cop de calor
12. Contaminants químics. Pols ambiental
13. Equips de protecció individuals (EPI's)

14

**SEGURETAT I SALUT: FABRICACIÓ  
DE FRITES I ESMALTS**

1. Introducció al curs
  - a) Definició de salut
  - b) Definició d'accident i malaltia professional
  - c) Drets i obligacions dels treballadors
  - d) Factors de risc
  - e) Avaluació de riscos i planificació d'accions correctives
2. Contaminants químics
  - 2.1. Introducció als productes químics
    - a) Què és un producte tòxic?
    - b) Tipus d'intoxicacions
    - c) Vies d'entrada
    - d) Etapes d'un contaminant químic
    - e) Etiquetes i fitxes de seguretat
  - 2.2. Contaminants químics més habituals a l'empresa
    - a) Pols i sílice cristal·lina respirables
    - b) Metalls pesants: plom, zirconi, zinc, etc.
    - c) Altres: vehicles serigràfics, defloculants, etc.
    - d) Mesures ambientals realitzades.
  - 2.3. Etiquetatge i fitxes de seguretat
  - 2.4. Mesures de prevenció
    - a) Usos de EPI.
    - b) Mesures tècniques per reduir l'exposició
3. Riscos ergonòmics
  - 3.1. Lesions més comuns
  - 3.2. L'esquena
  - 3.3. Maneig manual de càrregues
  - 3.4. Moviments repetitius
  - 3.5. Postures forçades
4. Riscos associats a les màquines utilitzades en l'empresa
  - 4.1. Caigudes a diferent nivell
  - 4.2. Atrapaments, aixafaments i cops
  - 4.3. Altres: cremades, soroll, etc.
  - 4.4. Mesures de prevenció
  - 4.5. Bones pràctiques en l'ús de maquinària

15

**SEGURETAT I SALUT: MANTENIMENT  
MAQUINÀRIA CERÀMICA**

1. Introducció
2. Integració de la prevenció en l'empresa
3. Funcions i responsabilitats en matèria preventiva
4. Incendis
5. Manipulació de càrregues
6. Escales de mà
7. Riscos en oficines
8. Talls i atrapaments en l'ús de maquinària
9. Riscos derivats de l'ús de portes contrapesades de dues fulles
10. Primers auxilis
11. Projeccions
12. Riscos elèctrics
13. Riscos derivats de l'ús de carretons elevadors
14. Riscos derivats de l'ús de ponts grua
15. Ús de EPI
16. Coordinació d'activitats empresarials

16

**SEGURETAT I SALUT: SECTOR  
DOCÈNCIA. CONSERVATORI**

1. Introducció
  - 1.1 . Treball i salut
2. Marc normatiu
  - 2.1 . Organització de la prevenció a l'empresa
3. Riscos
  - 3.1 . Origen i factors de risc
4. Motivació
  - 4.1 . Actituds cap a la prevenció
5. Conceptes generals de seguretat
  - 5.1 . Ordre i neteja
6. Ergonomia : postures inadequades
7. Risc elèctric
8. Incendis
  - 8.1 . Organització d'equips
  - 8.2 . Actuació en cas d'incendi
9. Riscos psicosocials o organitzacionals
  - 9.1 . Burnout i mobbing, estrès...
10. La veu i el treball
  - 10.1 . Que és la veu?
  - 10.2 . Per què s'altera la veu?
  - 10.3 . Prevenció de trastorns de la veu
11. Conclusió

17

**SEGURETAT I SALUT: COMERÇ**

1. Introducció
  - 1.1 . Conceptes generals de prevenció
2. Riscos lligats al lloc de treball
  - 2.1 . R.D.486 / 1997
  - 2.2 . Emmagatzematge
  - 2.3 . Ordre i neteja
  - 2.4 . escales
  - 2.5 . senyalització
3. Màquines i eines
  - 3.1 . R.D.1215 / 1997
  - 3.2 . CE
4. Risc elèctric
5. Maneig manual de càrregues
6. EPI
7. Productes químics
  - 7.1 . Riscos
  - 7.2 . Vies d'entrada
  - 7.3 . L'etiqueta
  - 7.4 . Emmagatzematge
8. Incendi

18

**RISCOS PSICOSOCIALS: BURNOUT**

1. Introducció a la Psicosociologia
  - 1.1. Factors psicosocials i estructura organitzacional
    - 1.1.1. Factors psicosocials i riscos psicosocials.
    - 1.1.2. Psicologia de la Salut Ocupacional
    - 1.1.3. Concepte d'organització
    - 1.1.4. Aproximacions teòriques a l'estudi de la conducta organitzacional
    - 1.1.5. Estructura organitzacional: dimensions i configuracions
    - 1.1.6. Processos organitzacionals
    - 1.1.7. Tasques i llocs
    - 1.1.8. La conducta en les organitzacions
  - 1.2. Estrès laboral: Conseqüències dels factors psicosocials
    - 1.2.1. Delimitació conceptual de l'estrès laboral
    - 1.2.2. Antecedents de l'estrès laboral: riscos psicosocials
    - 1.2.3. Estratègies d'afrontament
    - 1.2.4. Algunes conseqüències de l'estrès laboral
2. Burnout segons NTP 704-705
  - 2.1. Definició i procés de generació
  - 2.2. Antecedents en l'estudi del SQT
  - 2.3. Definició de "Síndrome de cremar-se pel treball"
  - 2.4. Model explicatiu i context organitzatiu propici al desenvolupament del SQT
  - 2.5. Causes o desencadenants del procés de SQT
  - 2.6. Fases del procés de burnout
  - 2.7. Conseqüències de SQT per a l'organització i per al treballador
  - 2.8. Avaluació, instruments de mesura i metodologia
  - 2.9. Marc legal i jurisprudència
  - 2.10. Mesures preventives davant el burnout
  - 2.11. Estratègies d'intervenció davant l'existència d'un SQT
3. Estudi empíric hospital 2008
  - 3.1. Introducció
  - 3.2. Material i mètode
  - 3.3. Resultats
4. Exercicis MBI, BM, CBB

19

**RISCOS GENERALS I ESPECÍFICS DELS LLOCS DE TREBALLS. MESURES D'EMERGÈNCIA. SECTOR INDÚSTRIA HORTOFRUTÍCOLA**

1. Introducció i Marc Normatiu
  - 1.1. Treball i Salut
  - 1.2. Organització de la prevenció a l'empresa
  - 1.3. Drets i obligacions en matèria preventiva
  - 1.4. Especialitats de la prevenció
  - 1.5. Principis generals de l'acció preventiva
  - 1.6. Motivació cap a la prevenció
2. Riesgos i mesures preventives en el sector hortofructícola
3. Riesgos associats a llocs de treball
  - 3.1. Ordre i neteja
  - 3.2. Espais de treball
  - 3.3. Escales portàtils
  - 3.4. Senyalització de seguretat
4. Derivados l'ús d'eines manuals i portàtils
  - 4.1. Associats a l'ús de maquinària
  - 4.2. Equips i instal·lacions:
    - 4.2.1. Riesgo elèctric
    - 4.2.2. Aire comprimit
    - 4.2.3. Combustibles líquids i gasosos
5. Seguretat en conducció de carretons elevadors i transpaletes
6. Riesgos de naturalesa ergonòmica
  - 6.1. Maneig manual de càrregues
  - 6.2. Moviments repetitius i postures forçades a la feina: tria i encaixat
7. Riesgos de naturalesa higiènica
  - 7.1. Soroll, vibracions, radiacions i il·luminació
  - 7.2. Substàncies i preparats químics
  - 7.3. Agents biològics
8. Equipos de protecció individual
9. Riesgo d'incendi
  - 9.1. Conceptes bàsics: triangle del foc
  - 9.2. Agents extintors: tipus
  - 9.3. Ús d'extintors
10. Medidas d'emergència
  - 10.1. Definicions
  - 10.2. Organització davant d'una emergència
  - 10.3. Consignes d'actuació
11. Conclusiones

## 20

### RISCOS GENERALS I ESPECÍFICS DELS LLOCS DE TREBALLS. MESURES D'EMERGÈNCIA. SECTOR COLLITA.

1. Introducció i marc normatiu
  - 1.1. Treball i salut
  - 1.2. Organització de la prevenció a l'empresa
  - 1.3. Drets i obligacions en matèria preventiva
  - 1.4. Principis generals de l'acció preventiva
  - 1.5. Motivació cap a la prevenció
2. Riscos i mesures preventives en el sector de recol·lecció de cítrics
  - 2.1. Riscos associats a llocs de treball
    - 2.1.1. Llocs de treball
    - 2.1.2. escales portàtils
  - 2.2. Derivats de l'ús d'eines manuals ; tisores de poda
  - 2.3. Associats a l'ús de maquinària i vehicles ; tractors i remolcs
3. Riscos de naturalesa ergonòmica
  - 3.1. Maneig manual de càrregues
  - 3.2. Moviments repetitius i postures forçades a la feina
4. Riscos de higiènics
5. Equips de protecció individual
6. Mesures d'emergència en el camp
  - 6.1. Organització davant d'una emergència
  - 6.2. Consignes d'actuació
    - 6.2.1. Procediment P.A.S.
7. Conclusions

## 21

### SEGURETAT I SALUT: SECTOR TÈXTIL

1. Introducció
  - 1.1. Llei 31/95
2. Factors de risc
  - 2.1. Lloc de treball
  - 2.2. Factors personals
  - 2.3. Factors organitzacionals
  - 2.4. Factors d'equips de treball
3. Conceptes generals de seguretat
  - 3.1. Ordre i neteja
4. Risc derivats del lloc de treball
  - 4.1. RD. 486/97
  - 4.2. Caigudes a mateix i diferent lloc
  - 4.3. Riscos de les instal·lacions. Risc elèctric
5. Maneig de càrregues i moviments repetitius
6. Màquines i eines
  - 6.1. Riscos associats a l'ús d'equips de treball
  - 6.2. Condicions de seguretat dels equips.
    - 6.2.1. Marcat CE
    - 6.2.2. Adequació RD 1215/97
  - 6.3. Ús segur. Dispositius i resguards
  - 6.4. Manteniment preventiu
7. Productes químics.
  - 7.1. Riscos associats a l'ús de productes químics. (tints, solvents, blanquejants, etc.)
  - 7.2. Maneig i emmagatzematge segur
8. Equips de protecció individual
9. Soroll
  - 9.1. RD.286 / 2006
  - 9.2. Mesures preventives
10. Risc d'incendi i mesures d'emergència
11. Seguretat viària
  - 11.1. Riscos in itinere
  - 11.2. Vehicles de manutenció
12. Conclusió

## 22

### RESPONSABLES D'OBRA I TÈCNICS D'EXECUCIÓ

1. Prevenció de riscos. Els cinc blocs de riscos en obres
  - 1.1 Anàlisi dels riscos i de les proteccions més usuals en el sector de la construcció
2. Tècniques preventives
  - 2.1 Seguretat, higiene, ergonomia, medicina, psicopsicologia i formació
3. Estudis i plans de seguretat
  - 3.1 Continguts exigibles
  - 3.2 Documents d'obra: llibre d'incidències, certificats exigibles, altres documents
4. Calendaris i fases d'actuacions preventives
  - 4.1 Detecció del risc
  - 4.2 Anàlisis estadístiques d'accident, índexs estadístics
  - 4.3 Anàlisi de les proteccions més usuals en l'edificació (xarxes, baranes, mitjans auxiliars, etc.)
  - 4.4 Modalitats preventives (servei de prevenció propi, mancomunat, aliè, treballador designat)
5. Òrgans i figures participatives
  - 5.1 Inspeccions de seguretat
  - 5.2 Coordinador en matèria de seguretat i salut
  - 5.3 Treballador designat
  - 5.4 Delegat de prevenció.
  - 5.5 Investigació d'accidents i notificacions a l'autoritat laboral competent
  - 5.6 Administracions autonòmiques
  - 5.7 Competències, obligacions i responsabilitats de cadascun dels anteriors
6. Drets i obligacions dels treballadors
  - 6.1 Comitè de seguretat i salut
  - 6.2 La importància de la formació i informació dels treballadors
  - 6.3 Foment de la presa de consciència sobre la importància d'involucrar en la prevenció de riscos laborals
7. Legislació i normativa bàsica de prevenció
  - 7.1 Introducció a l'àmbit jurídic
  - 7.2 Legislació bàsica i de desenvolupament

## 23

### COMANDAMENTS INTERMEDIIS

1. Integració de la prevenció en la producció
  - 1.1 Els riscos en les diferents fases de l'obra
  - 1.2 Avaluació i tractament. Organització de la prevenció
2. Els cinc blocs de riscos. Ordres de treball
  - 2.1 Comunicació de les ordres de treball
  - 2.2 Detecció i avaluació bàsica de riscos
3. Tipologia de riscos. Tècniques preventives
  - 3.1 Riscos en la construcció
  - 3.2 Anàlisi de les proteccions més usuals en el sector de la construcció
4. Pla de seguretat i salut
  - 4.1 Continguts exigibles del pla de seguretat i salut
  - 4.2 Documents d'obra (llibre d'incidències, documents exigibles, etc.)
5. Zones de riscos greus i amb perillositat específica
  - 5.1 Riscos específics (demolicions, excavacions, estructura, obra, etc.)
6. Coordinació de les subcontractes
  - 6.1 Interferències entre activitats.
  - 6.2 Planificació.
7. Primers auxilis i mesures d'emergència
  - 7.1 Coneixements bàsics, objectius i funcions.
8. Òrgans i figures participatives
  - 8.1 Inspeccions de seguretat.
  - 8.2 Coordinador en matèria de seguretat i salut
  - 8.3 Treballador designat
  - 8.4 Delegat de prevenció
  - 8.5 Investigació d'accidents i notificacions a l'autoritat laboral competent
  - 8.6 Administracions autonòmiques
  - 8.7 Competències, obligacions i responsabilitats de cada un d'ells

## 24

### ADMINISTRATIUS

1. Definició dels treballs
  - 1.1. Tasca del secretari el comitè de seguretat i salut o altres òrgans conjunts de coordinació
  - 1.2. Coneixement documental. Els seus procediments
  - 1.3. Control documental (avis previ, obertura de centre de treball, documentació a aportar pels subcontractistes, seguiment de la vigilància de la salut, etc.)
2. Tècniques preventives
  - 2.1. Coneixements bàsics sobre els mitjans de protecció col·lectiva i els equips de protecció individual
  - 2.2. Pantalles de visualització
  - 2.3. Mesures d'emergència. Coneixements bàsics
  - 2.4. Primers auxilis, manteniment de farmaciola, etc.
3. Mitjans auxiliars, equips i eines
  - 3.1. Mobiliari adequat enfront dels riscos posturals i ergonòmics, etc.
4. Verificació, identificació i vigilància del lloc de treball i el seu entorn
  - 4.1. Observar i conèixer els riscos i les mesures preventives necessàries
  - 4.2. Coneixement de l'entorn del lloc de treball, il·luminació, ambient de treball
  - 4.3. Documentació necessària i manteniment del panell informatiu d'obra
5. Interferències entre activitats
  - 5.1. Activitats simultànies o successives
  - 5.2. Tècniques de comunicació
  - 5.3. Tècniques de treball en equip
  - 5.4. Anàlisi de problemes i presa de decisions
6. Drets i obligacions
  - 6.1. Marc formatiu general i específic
  - 6.2. Divulgació i participació



25

## FERRALLAT

1. Definició dels treballs
  - 1.1. Ferralla armada en taller o en obra. Aplec
  - 1.2. Armat i muntatge en forjats, murs, trinxeres, bigues, pilars, escales, rampes, etc.
2. Tècniques preventives específiques
  - 2.1. Aplicació del pla de seguretat i salut en la tasca concreta. Avaluació de riscos en el cas que no existeixi el pla
  - 2.2. Proteccions col·lectives (col·locació, usos i obligacions i manteniment)
  - 2.3. Proteccions individuals (col·locació, usos i obligacions i manteniment)
3. Mitjans auxiliars, equips i eines
  - 3.1. Equips de tall i doblat
  - 3.2. Eines, petit material, etc.
4. Verificació, identificació i vigilància del lloc de treball i el seu entorn
  - 4.1. Riscos i mesures preventives necessàries
  - 4.2. Coneixement de l'entorn del lloc de treball. Planificació de les tasques des d'un punt de vista preventiu
  - 4.3. Manipulació de productes químics. Fitxa de dades de seguretat. Simbologia
5. Interferències entre activitats
  - 5.1. Activitats simultànies o successives
6. Marc normatiu general i específic
  - 6.1. Organització de la prevenció
7. Foment de la presa de consciència sobre la importància d'involucrar en la prevenció de riscos laborals
  - 7.1. Participació, informació, consulta i propostes

26

## CANTERÍA

1. Definició dels treballs
  - 1.1. Xapats i revestiments
  - 1.2. Escales
  - 1.3. Façanes ventilades
  - 1.4. Estructures auxiliars
2. Tècniques preventives específiques
  - 2.1. Consideracions prèvies. Ambient pulvígen
  - 2.2. Aplicació del pla de seguretat i salut en la tasca concreta. Avaluació de riscos en el cas que no existeixi pla
  - 2.3. Proteccions col·lectives (col·locació, usos i obligacions i manteniment)
  - 2.4. Proteccions individuals (col·locació, usos i obligacions i manteniment)
3. Mitjans auxiliars, equips i eines
  - 3.1. Maquinària i equips de tall fixos
  - 3.2. Equips portàtils i eines
  - 3.3. Petit material
4. Verificació, identificació i vigilància del lloc de treball i el seu entorn
  - 4.1. Riscos i mesures preventives necessàries
  - 4.2. Coneixement de l'entorn del lloc de treball i del trànsit pel mateix. Planificació de les tasques des d'un punt de vista preventiu
5. Interferències entre activitats
  - 5.1. Activitats simultànies o successives
  - 5.2. Estructures auxiliars
6. Drets i obligacions
  - 6.1. Marc normatiu general i específic
  - 6.2. Organització de la prevenció
  - 6.3. Foment de la presa de consciència sobre la importància de involucrar-se en la prevenció de riscos laborals
  - 6.4. Participació, informació, consulta i propostes

27

## PAVIMENTS I ENRAJOLATS

1. Definició dels treballs
  - 1.1. Col·locació de revestiments exteriors i interiors
  - 1.2. Enrajolats de grans dimensions
  - 1.3. Revestiments continus
  - 1.4. Paviments especials
2. Tècniques preventives específiques
  - 2.1. Aplicació del pla de seguretat i salut en la tasca concreta. Avaluació de riscos en el cas que no existeixi pla
  - 2.2. Proteccions col·lectives (col·locació, usos i obligacions i manteniment)
  - 2.3. Proteccions individuals (col·locació, usos i obligacions i manteniment)
3. Mitjans auxiliars, equips i eines
  - 3.1. Màquines de tall
  - 3.2. Equips portàtils i eines
  - 3.3. Petit material
4. Verificació, identificació i vigilància del lloc de treball i el seu entorn
  - 4.1. Riscos i mesures preventives necessàries
  - 4.2. Coneixement de l'entorn del lloc de treball i del trànsit pel mateix
  - 4.3. Planificació de les tasques des d'un punt de vista preventiu
  - 4.4. Manipulació de productes químics. Fitxa de dades de seguretat. Simbologia
5. Interferències entre activitats
  - 5.1. Activitats simultànies o successives
6. Drets i obligacions
  - 6.1. Marc normatiu general i específic
  - 6.2. Organització de la prevenció
  - 6.3. Foment de la presa de consciència sobre la importància de involucrar-se en la prevenció de riscos laborals
  - 6.4. Participació, informació, consulta i propostes

28

## OPERADORS D'EQUIPS MANUALS

1. Definició dels treballs
  - 1.1. Tipus d'equips. Tronzadora, talladora de taula (fusta i material ceràmic), radial, guillotina, polidora, martells pneumàtics etc.
  - 1.2. Procediments de treball
2. Tècniques preventives específiques
  - 2.1. Aplicació del pla de seguretat i salut en l'ús de l'equip de treball concret. Avaluació de riscos en el cas que no existeixi pla
  - 2.2. Proteccions col·lectives (col·locació, usos i obligacions i manteniment)
  - 2.3. Proteccions individuals (col·locació, usos i obligacions i manteniment)
  - 2.4. Formació específica de l'operador. Autorització d'ús
  - 2.5. Senyalització
  - 2.6. Connexions elèctriques o mecàniques
3. Mitjans auxiliars, equips i eines
  - 3.1. Útils de l'equip de treball.
  - 3.2. Manteniment i verificacions, manual del fabricant, característiques dels principals elements, dispositius de seguretat, documentació, sistemes d'elevació, etc.
4. Verificació, identificació i vigilància del lloc de treball i el seu entorn
  - 4.1. Riscos i mesures preventives necessàries.
  - 4.2. Coneixement de l'entorn del lloc de treball (ubicació d'apilaments i material de rebuig, proximitat de connexions). Planificació de les tasques des d'un punt de vista preventiu.
  - 4.3. Trànsit per l'obra (rases, desnivells).
  - 4.4. Implantació en el lloc de treball (prevenció de caigudes de persones a diferent nivell, danys a tercers, etc.
5. Interferències entre activitats
  - 5.1. Activitats simultànies o successives.
  - 5.2. Ventilació del lloc de treball. Sorolls
  - 5.3. Senyalització i trànsit
6. Drets i obligacions
  - 6.1. Marc normatiu general i específic
  - 6.2. Organització de la prevenció
  - 6.3. Foment de la presa de consciència sobre la importància de involucrar-se en la prevenció de riscos laborals
  - 6.4. Participació, informació, consulta i propostes

29

## FONTANERIA I INSTAL·LACIONS DE CLIMATITZACIÓ

1. Definició dels treballs
  - 1.1. Instal·lacions provisionals d'obra
  - 1.2. Baixants
  - 1.3. Instal·lació penjada
  - 1.4. Instal·lacions en locals (serveis, cuines, banys, etc.)
  - 1.5. Urbanitzacions, pous, arquetes, etc.
2. Tècniques preventives específiques
  - 2.1. Aplicació del pla de seguretat i salut en la tasca concreta. Avaluació de riscos en el cas que no existeixi el pla
  - 2.2. Proteccions col·lectives (col·locació, usos i obligacions i manteniment)
  - 2.3. Proteccions individuals (col·locació, usos i obligacions i manteniment)
3. Mitjans auxiliars, equips i eines
  - 3.1. Equips portàtils i eines
  - 3.2. Equips de soldadura
  - 3.3. Bastides
  - 3.4. Petit material, etc.
4. Verificació, identificació i vigilància del lloc de treball i el seu entorn
  - 4.1. Riscos i mesures preventives necessàries
  - 4.2. Coneixement de l'entorn del lloc de treball i del trànsit pel mateix. Planificació de les tasques des d'un punt de vista preventiu
5. Interferències entre activitats
  - 5.1. Activitats simultànies o successives
6. Drets i obligacions
  - 6.1. Marc Formatiu general i específic
  - 6.2. Organització de la prevenció
  - 6.3. Foment de la presa de consciència sobre la importància de involucrar-se en la prevenció de riscos laborals
  - 6.4. Participació, informació, consulta i propostes

30

## INSTAL·LACIÓ D'APARELLS ELEVADORS

1. Definició dels treballs
  - 1.1. Aparells elevadors subjectes a reglament d'ascensors
  - 1.2. Components principals de l'ascensor
  - 1.3. Operacions en el manteniment d'ascensors
2. Tècniques preventives específiques
  - 2.1. Aplicació del pla de seguretat i salut en la tasca concreta
  - 2.2. Proteccions col·lectives
  - 2.3. Equips de protecció individual
  - 2.4. Equips de protecció individual per a treballs en alçada
  - 2.5. Senyalització
3. Medios auxiliars, equips i eines
  - 3.1. Operacions i útils emprats en el muntatge d'ascensors
  - 3.2. Escales manuals
  - 3.3. Eines manuals i portàtils
4. Verificació, identificació i vigilància del lloc de treball i el seu entorn
  - 4.1. Riscos i mesures preventives necessàries
  - 4.2. Coneixement de l'entorn del lloc de treball i del trànsit pel mateix.  
Planificació de les tasques des d'un punt de vista preventiu
5. Interferències entre activitats
  - 5.1. Activitats simultànies o successives
6. Primeros auxilis i mesures d'emergència
  - 6.1. Coneixements específics bàsics
7. Derechos i obligacions
  - 7.1. Marc formatiu general i específic
  - 7.2. Organització de la prevenció
  - 7.3. Foment de la presa de consciència sobre la importància d'involucrar en la prevenció de riscos laborals
  - 7.4. Participació, informació, consulta i propostes

31

## INSTAL·LADOR DE FINESTRES I ENVIDRAMENTS

1. Marc normatiu bàsic en matèria de prevenció de riscos laborals
2. Els riscos professionals. Factors de risc
3. Tècniques preventives elementals sobre riscos genèrics
  - 3.1. Caigudes a diferent nivell, manipulació de càrregues, mitjans de protecció col·lectiva, equips de protecció individual, etc.
  - 3.2. Senyalització
  - 3.3. Manipulació de productes tòxics i perillous
  - 3.4. Simbologia dels productes i materials utilitzats en obres de construcció
4. Primers auxilis i mesures d'emergència
  - 4.1. Procediments generals
  - 4.2. Pla d'actuació
5. Drets i obligacions
  - 5.1. Participació, informació, consulta i propostes
6. Definició dels treballs
  - 6.1. Sistema de col·locació de vidre en façanes
  - 6.2. Vidre com envans interiors
  - 6.3. Panells
  - 6.4. Finestres i finestrals
  - 6.5. Procediments de treball
7. Verificació, identificació i vigilància del lloc de treball i el seu entorn
  - 7.1. Riscos i mesures preventives necessàries
  - 7.2. Coneixement de l'entorn del lloc de treball i del trànsit pel mateix
  - 7.3. Planificació de les tasques des d'un punt de vista preventiu
8. Tècniques preventives específiques
  - 8.1. Aplicació del pla de seguretat i salut en la tasca concreta. Avaluació de riscos en el cas que no existeixi pla
  - 8.2. Proteccions col·lectives. Col·locació, usos i obligacions i manteniment
  - 8.3. Sistemes provisionals de protecció de vora. Requisits
  - 8.4. Proteccions individuals. Col·locació, usos, obligacions i manteniment
9. Mitjans auxiliars, equips i eines
  - 9.1. Equips portàtils i eines
  - 9.2. Escales de mà. Requisits
  - 9.3. Arnés-ancoratges
  - 9.4. Maneig manual de càrregues
  - 9.5. Maneig de càrregues amb mitjans mecànics i càrregues suspeses
  - 9.6. Bastides. Bastides tubulars. Bastides sobre arbre. Bastides suspeses. Plataformes elevadores
10. Interferències entre activitats. Activitats simultànies o successives

32

## INSTAL·LADOR DE RÈTOLS

1. Marc normatiu bàsic en matèria de prevenció de riscos laborals
2. Els riscos professionals. Factors de risc
3. Tècniques preventives elementals sobre riscos genèrics
  - 3.1. Caigudes a diferent nivell, manipulació de càrregues, mitjans de protecció col·lectiva, equips de protecció individual, etc.
  - 3.2. Senyalització
  - 3.3. Manipulació de productes tòxics i perillosos
  - 3.4. Simbologia dels productes i materials utilitzats en obres de construcció
4. Primers auxilis i mesures d'emergència
  - 4.1. Procediments generals
  - 4.2. Pla d'actuació
5. Drets i obligacions
  - 5.1. Participació, informació, consulta i propostes
6. Definició dels treballs
  - 6.1. Sistema de col·locació de rètols
  - 6.2. Procediment de treball
7. Verificació, identificació i vigilància del lloc de treball i el seu entorn
  - 7.1. Riscos i mesures preventives necessàries
  - 7.2. Coneixement de l'entorn del lloc de treball i del trànsit pel mateix
  - 7.3. Planificació de les tasques des d'un punt de vista preventiu
8. Mesures preventives
  - 8.1. Aplicació del pla de seguretat i salut en la tasca concreta. Avaluació de riscos en el cas que no existeixi pla
  - 8.2. Proteccions col·lectives. Col·locació, usos i obligacions i manteniment
  - 8.3. Sistemes provisionals de protecció de vora. Requisits
  - 8.4. Proteccions individuals. Col·locació, usos, obligacions i manteniment
9. Mitjans auxiliars, equips i eines
  - 9.1. Equips portàtils i eines
  - 9.2. Escales de mà. Requisits
  - 9.3. Operacions de soldadura
  - 9.4. Manipulació de productes tòxics i / o nocius
  - 9.5. Maneig manual de càrregues
  - 9.6. Maneig de càrregues amb mitjans mecànics
  - 9.7. Bastides. Bastides tubulars. Plataformes elevadores
10. Interferències entre activitats. Activitats simultànies o successives

33

## INSTAL·LADOR DELEMENTS DE FUSTERIA I MOBLE

1. Verificació, identificació i vigilància del lloc de treball i el seu entorn
  - 1.1. Riscos i mesures preventives necessàries
  - 1.2. Coneixement de l'entorn del lloc de treball. Planificació de les tasques des d'un punt de vista preventiu
  - 1.3. Riscos higiènic i la seva prevenció
  - 1.4. Aplec de materials
  - 1.5. Ordre i neteja
  - 1.6. Manipulació de productes químics. Fitxa de dades de seguretat. Simbologia
2. Interferències entre activitats
  - 2.1. Activitats simultànies o successives
  - 2.2. Protocolos d'actuació
3. Drets i obligacions
  - 3.1. Marco normatiu general i específic
  - 3.2. Organització de la prevenció
  - 3.3. Fomento de la presa de consciència sobre la importància d'involucrar en la prevenció de riscos laborals
  - 3.4. Participació, informació, consulta i propostes.
4. Definició dels treballs:
  - 4.1. Revestimientos exteriors i interiors, instal·lació de finestres i portes, col·locació de paviments (tarima, parquet), etc.
  - 4.2. Tipos de fusta. Presentació (contraxapats, aglomerats, enllistonats, etc.), característiques i aplicacions
  - 4.3. Procedimientos i tècniques de manipulació dels materials
  - 4.4. Tècniques d'execució dels treballs. Preparació de superfícies, pràctiques de tall, muntatge, segellat, fixació i tasques d'acabat (poliment, envernissat, etc.)
  - 4.5. Muebles. Característiques i components
  - 4.6. Tècniques de muntatge i desmuntatge. Elements d'unió i de fixació
5. Tècniques preventives específiques
  - 5.1. Aplicación del pla de seguretat i salut en la tasca concreta. Avaluació de riscos en el cas que no existeixi pla
  - 5.2. Protecciones col·lectives (col·locació, usos i obligacions i manteniments)
6. Mitjans auxiliars, equips i eines específics
  - 6.1. Equipos de tall, fregadores, rebajadoras, etc. Equips portàtils, petit material, eines, etc.
  - 6.2. Andamios, plataformas, escalas, etc
  - 6.3. Mantenimiento i verificaciones, manual del fabricante, característiques dels principals elements, dispositius de seguretat, etc. dels estris, eines i equips de treball emprats

## MUNTADOR DE ESTRUCTURES DE FUSTA

1. Verificació, identificació i vigilància del lloc de treball i el seu entorn
  - 1.1. Riscos i mesures preventives necessàries
  - 1.2. Coneixement de l'entorn del lloc de treball. Planificació de les tasques des d'un punt de vista preventiu
  - 1.3. Riscos higiènics i la seva prevenció
  - 1.4. Aplec de materials
  - 1.5. Ordre i neteja
  - 1.6. Manipulació de productes químics. Fitxa de dades de seguretat. Simbologia
2. Interferències entre activitats
  - 2.1. Activitats simultànies o successives
  - 2.2. Protocols d'actuació
3. Drets i obligacions
  - 3.1. Marc normatiu general i específic
  - 3.2. Organització de la prevenció
  - 3.3. Foment de la presa de consciència sobre la importància de involucrar-se en la prevenció de riscos laborals
  - 3.4. Participació, informació, consulta i propostes.
4. Definició dels treballs
  - 4.1. Revestiments exteriors i interiors, instal·lació de finestres i portes, col·locació de paviments (tarima, parquet), etc.
  - 4.2. Tipus de fusta. Presentació (contraxapats, aglomerats, enllistonats, etc.), característiques i aplicacions
  - 4.3. Procediments i tècniques de manipulació dels materials
  - 4.4. Tècniques d'execució dels treballs. Preparació de superfícies, pràctiques de tall, muntatge, segellat, fixació i tasques d'acabat (poliment, envernissat, etc.)
  - 4.5. Mobles. Característiques i components
  - 4.6. Tècniques de muntatge i desmuntatge. Elements d'unió i de fixació
5. Definició dels treballs
  - 5.1. Estructures de fusta (edificis, cobertes, porxos, pèrgoles, ponts, passarel·les, etc.) Característiques i components.
  - 5.2. Tipus de fusta. Presentació (laminada, taulers, xapes, llistons, rodons, etc.) Característiques i aplicacions
  - 5.3. Procediments i tècniques de manipulació dels materials.
  - 5.4. Tècniques de muntatge i desmuntatge. Elements d'unió i de fixació
6. Tècniques preventives específiques:
  - 6.1. Aplicació del pla de seguretat i salut en la tasca concreta. Avaluació de riscos en el cas que no existeixi pla.
  - 6.2. Proteccions col·lectives (col·locació, usos i obligacions i manteniment)
  - 6.3. Proteccions individuals (col·locació, usos i obligacions i manteniment)
7. Mitjans auxiliars, equips i eines
  - 7.1. Equips per a l'elevació de càrregues
  - 7.2. Equips de tall, fregadores, rebajadoras, etc.
  - 7.3. Equips portàtils, petit material, eines, etc.
  - 7.4. Bastides, plataformes, escales, etc.
  - 7.5. Manteniment i verificacions, manual del fabricant, característiques dels principals elements, dispositius de seguretat, etc. dels estris, eines i equips de treball emprats

35

## EXECUCIÓ DE TÚNELS I SOSTENIMENT DE LES EXCAVACIONS SUBTERRÀNIES I DELS TALUSSOS

1. Definició dels treballs
  - 1.1. Tècniques d'excavació (mecàniques, mineres, voladures, etc.)
  - 1.2. Tipus de terrenys. Característiques i comportament
  - 1.3. Sistemes de sosteniment o estabilització (apuntalament, gunitat, bulonat, etc.)
  - 1.4. Maquinària emprada (excavadores, tuneladores, regatadores, ensanchadoras, perforadores, gunitadoras, etc.)
2. Tècniques preventives específiques
  - 2.1. Aplicació del pla de seguretat i salut en la tasca concreta. Avaluació de riscos en el cas que no existeixi pla
  - 2.2. Riscos específics (sepultament, asfíxia, intoxicació, incendi, explosió, etc.) i mesures preventives
  - 2.3. Proteccions col·lectives (col·locació, usos, obligacions i manteniment)
  - 2.4. Proteccions individuals (col·locació, usos, obligacions i manteniment)
3. Mitjans auxiliars, equips i eines
  - 3.1. Equips, eines de treball i eines
  - 3.2. Manteniment i verificacions de la maquinària emprada, manual del fabricant, característiques dels principals elements, dispositius de seguretat, etc.
4. Verificació, identificació i vigilància del lloc de treball i el seu entorn
  - 4.1. Riscos i mesures preventives necessàries
  - 4.2. Coneixement de l'entorn del lloc de treball (característiques i comportament del terreny, presència de línies aèries o canalitzacions subterrànies, zones confrontants, etc.) Planificació de les tasques des d'un punt de vista preventiu
  - 4.3. Manipulació de productes químics. Fitxa de dades de seguretat. Simbologia
5. Interferències entre activitats
  - 5.1. Activitats simultànies o successives
  - 5.2. Protocols d'actuació
6. Drets i obligacions
  - 6.1. Marc normatiu general i específic
  - 6.2. Organització de la prevenció
  - 6.3. Foment de la presa de consciència sobre la importància de involucrar-se en la prevenció de riscos laborals
  - 6.4. Participació, informació, consulta i propostes

36

## COL·LOCACIÓ DE MATERIALS DE COBRIMENT

1. Definició dels treballs
  - 1.1. Tipus de cobertes
  - 1.2. Materials de cobriment: teules, peces de pissarra, xapes o panells d'acer o d'aliatges lleugers, plaques de material sintètic, etc.
  - 1.3. Sistemes de col·locació i subjecció
2. Tècniques preventives específiques
  - 2.1. Aplicació del pla de seguretat i salut en la tasca concreta. Avaluació de riscos en el cas que no existeixi pla
  - 2.2. Riscos específics i mesures preventives
  - 2.3. Proteccions col·lectives (col·locació, usos, obligacions i manteniment)
  - 2.4. Proteccions individuals (col·locació, usos, obligacions i manteniment)
3. Equips de treball: mitjans auxiliars i eines
  - 3.1. Equips de treball específics per a la realització de treballs temporals en altura
  - 3.2. Equips específics per a l'elevació de càrregues
  - 3.3. Equips portàtils, eines i petit material
4. Verificació, identificació i vigilància del lloc de treball i el seu entorn
  - 4.1. Riscos i mesures preventives necessàries
  - 4.2. Coneixement de l'entorn del lloc de treball. Planificació de les tasques des d'un punt de vista preventiu
  - 4.3. Emmagatzematge i apilament de materials .Ordre i neteja
  - 4.4. Manipulació de productes químics. Fitxa de dades de seguretat. Simbologia
5. Interferències entre activitats
  - 5.1. Activitats simultànies o successives
  - 5.2. Protocols d'actuació
6. Drets i obligacions.
  - 6.1. Marc normatiu general i específic
  - 6.2. Organització de la prevenció
  - 6.3. Foment de la presa de consciència sobre la importància de involucrar-se en la prevenció de riscos laborals
  - 6.4. Participació, informació, consulta i propostes

37

## CONSERVACIÓ I EXPLOTACIÓ DE CARRETERES

1. Definició dels treballs
  - 1.1. Conceptes bàsics sobre carreteres. Trams especials (túnel, viaductes, etc.)  
Equipament i instal·lacions
  - 1.2. Aspectes generals de conservació i explotació. Operacions i activitats
  - 1.3. Vialitat. Actuació enfront d'emergències i incidències
  - 1.4. Seguretat viària. Senyalització i abalisament. Enllumenat
  - 1.5. Vialitat hivernal
  - 1.6. Maquinària i equips de conservació. Descripció i característiques
2. Tècniques preventives específiques
  - 2.1. Aplicació del pla de seguretat i salut en la tasca concreta. Avaluació de riscos en el cas que no existeixi pla
  - 2.2. Riscos específics i mesures preventives
  - 2.3. Proteccions col·lectives (col·locació, usos, obligacions i manteniment.)
  - 2.4. Proteccions individuals (col·locació, usos, obligacions i manteniment)
  - 2.5. Senyalització. Instal·lació i retirada
3. Equips de treball: mitjans auxiliars i eines
  - 3.1. Maquinària. Estris i dispositius de seguretat
  - 3.2. Vehicles de transport
  - 3.3. Equips de treball específics per a la realització de treballs temporals en altura
  - 3.4. Equips portàtils, eines i petit material
4. Verificació, identificació i vigilància del lloc de treball i el seu entorn
  - 4.1. Afecció a la circulació de les vies públiques. Senyalització d'obres
  - 4.2. Riscos i mesures preventives necessàries
  - 4.3. Coneixement de l'entorn del lloc de treball. Planificació de les tasques des d'un punt de vista preventiu
  - 4.4. Emmagatzematge i apilament de materials .Ordre i neteja
  - 4.5. Manipulació de productes químics. Fitxa de dades de seguretat. Simbologia
5. Interferències entre activitats
  - 5.1. Activitats simultànies o successives
  - 5.2. Protocols d'actuació
6. Drets i obligacions
  - 6.1. Marc normatiu general i específic
  - 6.2. Organització de la prevenció
  - 6.3. Foment de la presa de consciència sobre la importància de involucrar-se en la prevenció de riscos laborals
  - 6.4. Participació, informació, consulta i propostes

38

## FONAMENTACIONS ESPECIALS, SONDEJOS I PERFORACIONS

1. Definició dels treballs
  - 1.1. Fonaments especials (pilots i micropilots, murs pantalla, ancoratges, consolidacions, injeccions, etc.) Tècniques d'execució
  - 1.2. Sondejors i perforacions. Tècniques (percussió, rotació, rotopercussió, etc.)
  - 1.3. Tipus de terrenys. Característiques i comportament
  - 1.4. Sistemes de sosteniment o estabilització (apuntament, gunitat, bulonat, etc.)
  - 1.5. Maquinària emprada .Característiques, components principals i funcionament
2. Tècniques preventives específiques
  - 2.1. Aplicació del pla de seguretat i salut en la tasca concreta. Avaluació de riscos en el cas que no existeixi pla
  - 2.2. Riscos específics i mesures preventives
  - 2.3. Proteccions col·lectives (col·locació, usos, obligacions i manteniment)
  - 2.4. Proteccions individuals (col·locació, usos, obligacions i manteniment)
3. Mitjans auxiliars, equips i eines
  - 3.1. Útils de les màquines
  - 3.2. Equips portàtils, eines i petit material
  - 3.3. Equips de treball específics per a la realització de treballs temporals en altura
  - 3.4. Manteniment i verificacions, manual del fabricant, dispositius de seguretat, etc.
4. Verificació, identificació i vigilància del lloc de treball i el seu entorn
  - 4.1. Riscos i mesures preventives necessàries
  - 4.2. Coneixement de l'entorn del lloc de treball (característiques i comportament del terreny, presència de línies aèries o canalitzacions subterrànies, construccions confrontants, etc.) Planificació de les tasques des d'un punt de vista preventiu
  - 4.3. Emmagatzematge i apilament de materials. Ordre i neteja
  - 4.4. Manipulació de productes químics. Fitxa de dades de seguretat. Simbologia
5. Interferències entre activitats
  - 5.1. Activitats simultànies o successives
6. Drets i obligacions
  - 6.1. Marc normatiu general i específic
  - 6.2. Organització de la prevenció
  - 6.3. Foment de la presa de consciència sobre la importància de involucrar-se en la prevenció de riscos laborals
  - 6.4. Participació, informació, consulta i propostes

39

**OPERARI DE TALLER DE MATERIALS: PEDRES INDUSTRIALS, TRACTAMENT O TRANSFORMACIÓ DE MATERIALS, PICAPEDRES I SIMILARS**

1. Definició dels treballs
  - 1.1. Tipus de pedres industrials i naturals. Aplicacions (obres de carreus, aplacats, paviments i empedrats, decoració, etc.)
  - 1.2. Operacions de tractament i transformació (tall, llaura, polit, etc.)
2. Tècniques preventives específiques
  - 2.1. Aplicació del pla de seguretat i salut en la tasca concreta. Avaluació de riscos en el cas que no existeixi pla
  - 2.2. Riscos específics i mesures preventives
  - 2.3. Proteccions col·lectives (col·locació, usos, obligacions i manteniment)
  - 2.4. Proteccions individuals (col·locació, usos, obligacions i manteniment)
  - 2.5. Formació específica de l'operador. Autorització d'ús
3. Equips de treball: mitjans auxiliars i eines
  - 3.1. Equips i útils d'elevació de càrregues
  - 3.2. Equips d'accionament mecanitzat per al tractament i la transformació de materials
  - 3.3. Equips portàtils, eines i petit material
  - 3.4. Verificació, identificació i vigilància del lloc de treball i el seu entorn
4. Riscos i mesures preventives necessàries
5. Coneixement de l'entorn del lloc de treball. Planificació de les tasques des d'un punt de vista preventiu
6. Emmagatzematge i apilament de materials. Ordre i neteja
7. Manipulació de productes químics. Fitxa de dades de seguretat .Simbologia
8. Interferències entre activitats
  - 8.1. Activitats simultànies o successives
  - 8.2. Interferències amb altres instal·lacions
9. Drets i obligacions
  - 9.1. Marc normatiu general i específica
  - 9.2. Organització de la prevenció
  - 9.3. Foment de la presa de consciència sobre la importància de involucrar-se en la prevenció de riscos laborals
  - 9.4. Participació, informació, consulta i propostes

40

**TREBALLS DE XARXES DE PROVEÏMENT I SANEJAMENT I POUS**

1. Definició dels treballs
  - 1.1. Tipus de xarxes de proveïment i sanejament
  - 1.2. Tipus de terrenys. Característiques i comportament
  - 1.3. Processos d'execució (perforació, obertura de rases, estrebats, muntatge i unió d'elements, farcit de rasa, compactació, etc.)
  - 1.4. Treballs de manteniment, reparació, rehabilitació i renovació de xarxes
  - 1.5. Equips de treball més comuns
2. Tècniques preventives específiques
  - 2.1. Aplicació del pla de seguretat i salut en la tasca concreta. Avaluació de riscos en el cas que no existeixi pla
  - 2.2. Riscos específics i mesures preventives
  - 2.3. Proteccions col·lectives (col·locació, usos, obligacions i manteniment)
  - 2.4. Proteccions individuals (col·locació, usos, obligacions i manteniment)
  - 2.5. Estibacions i sistemes de sosteniment
3. Mitjans auxiliars, equips i eines
  - 3.1. Accessoris d'elevació i de eslingat i útils de càrrega
  - 3.2. Torres d'accés, escales de mà, Pugeu fixes de servei i passarel·les
  - 3.3. Cintes transportadores
  - 3.4. Equips portàtils, eines i petit material
  - 3.5. Altres equips de treball (compactador manual, equips de soldadura, cabrestant o grueta, etc.)
4. Verificació, identificació i vigilància del lloc de treball i el seu entorn
  - 4.1. Riscos i mesures preventives necessàries
  - 4.2. Coneixement de l'entorn del lloc de treball (característiques i comportament de terreny, espais confinats, serveis afectats, construccions confrontants, etc.). Planificació de les tasques des d'un punt de vista preventiu
  - 4.3. Emmagatzematge i apilament de materials. Ordre i neteja
  - 4.4. Manipulació de productes químics. Fitxa de dades de seguretat. Simbologia
5. Interferències entre activitats
  - 5.1. Activitats simultànies o successives
  - 5.2. Protocols d'actuació
6. Drets i obligacions
  - 6.1. Marc normatiu general i específic
  - 6.2. Organització de la prevenció
  - 6.3. Foment de la presa de consciència sobre la importància de involucrar-se en la prevenció de riscos laborals
  - 6.4. Participació, informació, consulta i propostes



41

## TREBALLS DAÏLLAMENT E IMPERMEABILITZACIÓ

1. Definició dels treballs
  - 1.1. Conceptes i principis bàsics
  - 1.2. Materials aïllants. Característiques i formes de presentació
  - 1.3. Productes d'impermeabilització. Tipus i característiques
  - 1.4. Tècniques i procediments d'instal·lació o aplicació del material aïllant (tancaments verticals, cobertes, divisions interiors, sostres, terres, conduccions, etc.)
  - 1.5. Tècniques d'impermeabilització (cobertes, tancaments verticals, elements soterrats, dipòsits, etc.)
2. Tècniques preventives específiques
  - 2.1. Aplicació del pla de seguretat i salut en la tasca concreta. Avaluació de riscos en el cas que no existeixi pla
  - 2.2. Riscos específics i mesures preventives
  - 2.3. Proteccions col·lectives (col·locació, usos, obligacions i manteniment)
  - 2.4. Proteccions individuals (col·locació, usos, obligacions i manteniment)
3. Mitjans auxiliars, equips i eines
  - 3.1. Equips de projecció o d'injecció
  - 3.2. Mescladores mecàniques
  - 3.3. Enrajoladors i bufadors
  - 3.4. Equips de treball específics per a la realització de treballs temporals en altura
  - 3.5. Equips portàtils, eines i petit material
4. Verificació, identificació i vigilància del lloc de treball i el seu entorn
  - 4.1. Riscos i mesures preventives necessàries
  - 4.2. Coneixement de l'entorn del lloc de treball. Planificació de les tasques des d'un punt de vista preventiu
  - 4.3. Emmagatzematge i apilament de materials .Ordre i neteja
  - 4.4. Manipulació de productes químics. Fitxa de dades de seguretat. Simbologia
5. Interferències entre activitats
  - 5.1. Activitats simultànies o successives
6. Drets i obligacions
  - 6.1. Marc normatiu general i específic
  - 6.2. Organització de la prevenció
  - 6.3. Foment de la presa de consciència sobre l'importància de involucrar-se en la prevenció de riscos laborals
  - 6.4. Participació, informació, consulta i propostes

42

## TREBALLS DE CONSTRUCCIÓ I MANTENIMENT DE VIES FÈRRIES

1. Definició dels treballs
  - 1.1. Activitats ferroviàries (treballs previs; posada en obra de balast, travesses i carrils; batuda, alineació, perfilat i desguarnit de la via; muntatge de catenària, electrificació i instal·lacions de seguretat i comunicacions, etc.)
  - 1.2. Tipus de màquines i equips (dresina, perfiladora, batedora, estabilitzador dinàmic, desguarnecedora, tren de renovació ràpida, pòrtics, maquinària bivial, castellet de catenària, entenedora de balast, maquinària lleugera de via)
2. Tècniques preventives específiques
  - 2.1. Aplicació del pla de seguretat i salut en la tasca concreta. Avaluació de riscos en el cas que no existeixi pla
  - 2.2. Riscos específics i mesures preventives
  - 2.3. Proteccions col·lectives (col·locació, usos, obligacions i manteniment)
  - 2.4. Proteccions individuals (col·locació, usos, obligacions i manteniment)
  - 2.5. Senyalització específica.
  - 2.6. Autorització i ús de la maquinària.
3. Mitjans auxiliars, equips i eines.
  - 3.1. Plataformes sobre diptors
  - 3.2. Accessoris d'elevació i estris de treball per a la manipulació de càrregues
  - 3.3. Equips de soldadura
  - 3.4. Equips portàtils, eines i petit material
4. Verificació, identificació i vigilància del lloc de treball i el seu entorn
  - 4.1. Riscos i mesures preventives necessàries (atropellament i atropellament, contacte elèctric, exposició al soroll)
  - 4.2. Coneixement de l'entorn del lloc de treball .Planificació de les tasques des d'un punt de vista preventiu (control d'accessos, desplaçament per la via, les condicions meteorològiques adverses, treballs nocturns, etc.)
  - 4.3. Emmagatzematge i apilament de materials. Ordre i neteja
  - 4.4. Control i vigilància dels treballs. Pilot de seguretat
5. Interferències entre activitats
  - 5.1. Activitats simultànies o successives (treballs amb circulació ferroviària, interferències amb carreteres, etc.)
6. Drets i obligacions
  - 6.1. Marc normatiu general i específic
  - 6.2. Organització de la prevenció
  - 6.3. Foment de la presa de consciència sobre la importància de involucrar-se en la prevenció de riscos laborals
  - 6.4. Participació, informació, consulta i propostes

43

## TREBALLS DE MUNTATGE D'ESTRUCTURES TUBULARS

1. Definició dels treballs
  - 1.1. Tipus d'estructures tubulars i les seves característiques (bastides, torres, cintres, apuntaments, etc.)
  - 1.2. Processos de muntatge, desmuntatge i modificació
2. Tècniques preventives específiques
  - 2.1. Aplicació del pla de seguretat i salut en la tasca concreta. Avaluació de riscos en el cas que no existeixi pla
  - 2.2. Instruccions de muntatge i desmuntatge
  - 2.3. Condicions de resistència i estabilitat (càrregues admissibles, suports, traves, estabilitzadors, etc.)
  - 2.4. Riscos específics (caigudes de persones i d'objectes des d'altura, etc.) i mesures preventives
  - 2.5. Mesures de seguretat davant les condicions meteorològiques adverses
  - 2.6. Proteccions col·lectives (col·locació, usos, obligacions i manteniment)
  - 2.7. Proteccions individuals (col·locació, usos, obligacions i manteniment)
  - 2.8. Utilització d'equips de protecció individual anticaigudes
3. Mitjans auxiliars, equips i eines
  - 3.1. Equips i útils d'elevació de càrregues
  - 3.2. Equips portàtils, eines i petit material
  - 3.3. Dispositius de seguretat i de protecció associats a l'estructura tubular
4. Verificació, identificació i vigilància del lloc de treball i el seu entorn
  - 4.1. Riscos i mesures preventives necessàries
  - 4.2. Coneixement de l'entorn del lloc de treball. Planificació de les tasques des d'un punt de vista preventiu
  - 4.3. Emmagatzematge i apilament de materials .Ordre i neteja
5. Interferències entre activitats
  - 5.1. Activitats simultànies o successives d'actuació
6. Drets i obligacions.
  - 6.1. Marc normatiu general i específic
  - 6.2. Organització de la prevenció
  - 6.3. Foment de la presa de consciència sobre la importància de involucrar-se en la prevenció de riscos laborals
  - 6.4. Participació, informació, consulta i propostes

44

## TREBALLS DE MUNTATGE DE PREFABRICATS DE FORMIGÓ D'OBRA

1. Definició dels treballs
  - 1.1. Elements prefabricats de formigó .Tipos (pilars, bigues, plaques, pòrtics, dovelles, voltes, murs, panells, etc.)
  - 1.2. Procediments i tècniques de posada en obra (manipulació, col·locació, subjecció o unió)
2. Tècniques preventives específiques
  - 2.1. Aplicació del pla de seguretat i salut en la tasca concreta. Avaluació de riscos en el cas que no existeixi pla
  - 2.2. Riscos específics i mesures preventives
  - 2.3. Proteccions col·lectives (col·locació, usos, obligacions i manteniment)
  - 2.4. Proteccions individuals (col·locació, usos, obligacions i manteniment)
3. Mitjans auxiliars, equips i eines
  - 3.1. Equips i útils d'elevació
  - 3.2. Mitjans auxiliars d'apuntament i sosteniment
  - 3.3. Equips de treball específics per a la realització de treballs temporals en altura
  - 3.4. Equips portàtils, eines i petit material
4. Verificació, identificació i vigilància del lloc de treball i el seu entorn
  - 4.1. Riscos i mesures preventives necessàries
  - 4.2. Coneixement de l'entorn del lloc de treball. Planificació de les tasques des d'un punt de vista preventiu
  - 4.3. Emmagatzematge i apilament de materials. Ordre i neteja
  - 4.4. Manipulació de productes químics. Fitxa de dades de seguretat .Simbologia
5. Interferències entre activitats
  - 5.1. Activitats simultànies o successives
  - 5.2. Protocols d'actuació
6. Drets i obligacions.
  - 6.1. Marc normatiu general i específic
  - 6.2. Organització de la prevenció
  - 6.3. Foment de la presa de consciència sobre la importància de involucrar-se en la prevenció de riscos laborals
  - 6.4. Participació, informació, consulta i propostes

45

## TREBALLS MARÍTIMS

1. Definició dels treballs
  - 1.1. Obres marítimes (construcció i reparació de molls, dics, aiguamolls, emissaris submarins, regeneració de platges, etc.). Treballs i procés d'execució (treballs preliminars, dragatges, voladures submarines, tractaments de millora de fons, farcits, fabricació i transport de calaixos, execució de espigons, lloses, bigues cantil, etc.)
  - 1.2. Activitats subaquàtiques
  - 1.3. Maquinària emprada (equips de precàrrega, vibració profunda, compactació dinàmica, injecció o instal·lació de drens, dragues, gànguils, pontones, càbries, cajoneros, etc.). Descripció, característiques i funcionament
2. Tècniques preventives específiques
  - 2.1. Aplicació del pla de seguretat i salut en la tasca concreta. Avaluació de riscos en el cas que no existeixi pla
  - 2.2. Riscos específics i mesures preventives
  - 2.3. Proteccions col·lectives (col·locació, usos, obligacions i manteniment)
  - 2.4. Proteccions individuals (col·locació, usos, obligacions i manteniment)
  - 2.5. Salvament marítim
3. Mitjans auxiliars, equips i eines
  - 3.1. Equips i plataformes flotants
  - 3.2. Equips de soldadura subaquàtica
  - 3.3. Equips portàtils, eines i petit material
4. Verificació, identificació i vigilància del lloc de treball i el seu entorn
  - 4.1. Riscos i mesures preventives necessàries (atropellament i atropellament, contacte elèctric, exposició al soroll ...)
  - 4.2. Coneixement de l'entorn del lloc de treball (condicions meteorològiques i de la mar: cent, boira, marea, onatge, corrents marins, etc.) .Planificació de les tasques des d'un punt de vista preventiu
  - 4.3. Emmagatzematge i apilament de materials. Ordre i neteja
  - 4.4. Manipulació de productes químics. Fitxa de dades de seguretat. Simbologia
5. Interferències entre activitats
  - 5.1. Activitats simultànies o successives. Navegació marítima
  - 5.2. Protocols d'actuació
6. Drets i obligacions
  - 6.1. Marc normatiu general i específic
  - 6.2. Organització de la prevenció
  - 6.3. Foment de la presa de consciència sobre la importància de involucrar-se en la prevenció de riscos laborals
  - 6.4. Participació, informació, consulta i propostes



## LA VEU I EL TREBALL

1. Introducció
2. Què és la veu?
3. Com s'explora la veu?
4. Per què s'altera la veu? Lesions més freqüents
5. Prevenció de trastorns de la veu
  - 5.1. Consideracions generals
  - 5.2. Normes per a la cura de la veu
  - 5.3. Síntomes d'un desordre de la veu
6. Consells per a la cura de la veu professional
7. Rehabilitació de la veu

## CONTROLA EL TEU ESTRÈS

1. Creences comuns sobre l'estrès
2. Conceptualització de l'estrès
3. Concepte d'estrès laboral
4. El procés de generació l'estrès
5. Condicions ambientals generadores d'estrès
6. Característiques de personalitat i la seva relació amb l'estrès i la salut
7. Fonts d'estrès en l'àmbit natural i en l'àmbit laboral
8. Els components de la resposta d'estrès
9. Conseqüències de l'estrès
10. Patologies associades
11. Recomanacions per evitar els efectes negatius de la resposta d'estrès

## ENCARA FUMES?

1. La inèrcia d'una epidèmia silenciosa
2. El tabaquisme. Més que una malaltia
  - 2.1. 1 de cada 2 mor i l'altre ...
  - 2.2. Malalties que produeix. Diferències entre no fumadors i exfumadors
  - 2.3. Més inconvenients
3. Tu motivació per deixar-ho: una paradoxa
  - 3.1. El gran error sobre el plaer de fumar
  - 3.2. Els motius d'aquesta paradoxa
    - 3.2.1. Vam aprendre a fumar
    - 3.2.2. La subtileta de la publicitat
    - 3.2.3. És una droga. ¿Què té el tabac? Els dos corrents de fum
4. El cost del tabac
5. Per què genera addicció?: El poder de la nicotina
6. El sistema de recompensa del cervell humà
7. La síndrome d'abstinència a la nicotina
8. La batalla de la dependència: ¿física, psicològica o social?
9. L'augment d'exfumadors. Quants aconseguen deixar de fumar?
10. I a tu: què t'agradaria?
11. Si deixo de fumar ... en dos dies, en dues setmanes, en dos mesos, en un any, en 5 i quinze anys ....
12. Avantatges palpables de deixar de fumar a curt, mitjà i llarg termini
13. El tractament del programa Encara fumes?
14. Dos de cada 3 persones no fumen i 1 de cada 6 és ja un exfumador

## MANIPULACIÓ DE PACIENTS

1. Introducció
2. Recomanacions generals per al maneig manual de càrregues
3. Hàbits nous
4. L'esquena
5. Visionar les imatges en el maneig d'usuaris
6. Anàlisi de les tasques del lloc de treball de cuidador
  - 6.1. Practica i discussió
7. Condicions a complir en l'aixecament d'usuaris
  - 7.1. Practica i discussió
8. Ús de la utilització de mitjans auxiliars
  - 8.1. Practica i discussió
9. Recomanacions a implantar i conclusions

## SALUT CARDIOVASCULAR

1. Situació actual del risc cardiovascular
  - 1.1. Món
  - 1.2. Europa
  - 1.3. Espanya
    - 1.3.1. Les diferents comunitats autònomes
2. Definició de risc cardiovascular
  - 2.1. La societat del benestar
  - 2.2. Factors de risc cardiovascular
  - 2.3. Què hem de fer?
3. Missatges per millorar el nostre estil de vida
4. Alimentació i salut laboral

## DIETÈTICA I NUTRICIÓ

1. Introducció
  - 1.1. Alimentació i dietètica
2. Balanç energètic
3. Recomanacions nutricionals i ingestes diàries recomanades i guies dietètiques
4. Alimentació de l'adult sa: mètode de les racions, distribució energètica diària i dieta mediterrània
5. Problemes associats a la dieta
6. Activitat física i dieta

**Unimat Prevenció** ofereix als seus clients més de 900 cursos en modalitat on - line.

Consulti els cursos disponibles en [www.unimatprevencion.es](http://www.unimatprevencion.es) així com les condicions de realització al telèfon 96 424 31 20 o per e-mail: [formacion@unimat.es](mailto:formacion@unimat.es)



The image displays two screenshots of the Unimat Prevenció website. The left screenshot shows a 'DEMOSTRACIÓN DE CURSOS' page with a navigation menu on the left and a grid of course thumbnails. The right screenshot shows the main website interface with a search bar, navigation menu, and a 'FORMACIÓN ONLINE' section. The navigation menu includes: CONÓZCANOS, PARTICULARES, AUTÓNOMOS, EMPRESAS, COLABORADORES, SERVICIOS, FORMACIÓN, CENTROS. The 'FORMACIÓN ONLINE' section highlights 'LÍDERES EN FORMACIÓN' and 'FORMACIÓN ONLINE' with a call to action: 'ACCEDA A NUESTRA PLATAFORMA ONLINE'.

Si necessiten més informació poden contactar amb nosaltres a:

**Departament de Formació  
Unimat Prevenció**

T. 96 424 31 20

F. 96 421 80 76

E-MAIL: [formacion@unimat.es](mailto:formacion@unimat.es)

Per assistir a un curs s'haurà d'enviar la sol·licitud d'inscripció al Departament de Formació.

Email: formacion@unimat.es

Aquest confirmarà telefònicament la data, horari i emplaçament del curs, així com, si escau, l'existència de places disponibles.

En cas de que al realitzar la inscripció a un curs gratuït estiguera l'aforament complet el Departament de Formació li facilitarà dates alternatives al curs sol·licitat.

Les dates poden variar per la celebració de festes locals sense confirmar a l'elaborar aquesta informació o per qualsevol incidència que considere el Departament de Formació.

Consultar formació a mida i complementària al Departament de Formació.

Tel.: 96 424 31 20 – 93 322 80 00

Places sotmeses a la prèvia formalització de la fitxa d'inscripció i la confirmació pel Departament de Formació.

#### SOL·LICITUT D'INSCRIPCIÓ A:

Tipus de curs: .....

Empresa: .....

NISS (CCC): .....

Telèfon de contacte: .....

Persona de contacte: .....

Sr./Sra: .....

En nom de l' empresa .....

En qualitat de .....

de la mateixa, inscriu els següents treballadors que pertanyen a la plantilla de l'esmentada empresa:

Sr./Sra: .....

D.N.I. ....

Sr./Sra: .....

D.N.I. ....

Sr./Sra: .....

D.N.I. ....

a l'activitat formativa que se celebrarà a:

Lloc: .....

Data: .....

Horari: .....

A ..... a ..... de ..... de 201 .....

Signat

 **nimat**  
preven*ci*ó

---