



PREVENCIÓN DE RISCOS PSICOSOCIAIS E ERGONÓMICOS NO COMERCIO DE PROXIMIDADE

Formación 100% gratuíta



Modalidades formativas:
teleformación e Aula Virtual
(a consultar en cada curso)



Para profesionais do sector
do comercio galego de
proximidade



Titulación:
Diploma de
Aproveitamento

Imparte: **FEDERACION
GALEGA de
COMERCIO**

Coa financiación de:

 **XUNTA
DE GALICIA**

PROXECTO DE PREVENCIÓN DE RISCOS PSICOSOCIAIS E ERGONÓMICOS NO COMERCIO DE PROXIMIDADE

ACCIÓNS FORMATIVAS

ACCIÓN 1: Curso de Prevención de Riscos Psicosociais no Sector Comercio

Duración: 53 horas. **Modalidade:** Teleformación e Aula Virtual.

ACCIÓN 2: Curso de Prevención de Riscos Laborais: Ergonomía no Sector Comercio

Duración: 14 horas. **Modalidade:** Aula Virtual.

OBXECTIVOS

Obxectivos Xerais de todo o proxecto:

- Sensibilizar en materia preventiva a empresarios, empresarias, traballadores e traballadoras do comercio de proximidade.
- Introducir ós novos traballadores e traballadoras na cultura da empresa en PRL, de maneira que poidan coñecer os principais riscos ligados a súa actividade, e adecuar as súas actitudes e comportamentos conforme a pautas de acción seguras e saudables.
- Diminuír a sinistralidade laboral no sector do comercio, e máis concretamente no comercio de proximidade.

Obxectivos Específicos de cada acción no comercio de proximidade:

- Identificar os principais riscos psicosociais ós que están expostos os traballadores e traballadoras do comercio de proximidade en Galicia.
- Identificar os principais riscos ergonómicos que sofren os traballadores e traballadoras do comercio de proximidade en Galicia.
- Evitar, ou polo menos diminuír, os problemas laborais, tanto accidentes como enfermidades profesionais, derivados dos riscos psicosociais e/ou ergonómicos previamente identificados.
- Fomentar uns hábitos de vida saudables.
- Reforzar as medidas preventivas establecidas pola Lei, tendo en conta as peculiaridades do sector do comercio de proximidade (novos riscos ergonómicos e riscos psicosociais) e o perfil dos traballadores e traballadoras.



CURSO DE PREVENCIÓN DE RISCOS PSICOSOCIAIS NO SECTOR COMERCIO

CONTIDOS

1. Introducción aos riscos psicosociais

- 1.1. Definición e tipos de riscos psicosociais
- 1.2. Marco normativo
- 1.3. Factores de risco psicosociais

2. Estrés laboral

- 2.1. Definición e tipos
- 2.2. Consecuencias
- 2.3. Medidas preventivas e intervención psicosocial

3. Mobbing

- 3.1. Definición e tipos de mobbing
- 3.2. Consecuencias
- 3.3. Avaliación
- 3.4. Medidas preventivas e intervención psicosocial

4. Acoso sexual e acoso por razón de sexo no lugar de traballo

- 4.1. Definición e tipos
- 4.2. Consecuencias
- 4.3. Marco normativo
- 4.4. Medidas preventivas e intervención psicosocial

5. Burnout: síndrome do burnout

- 5.1. Definición e tipos de burnout
- 5.2. Fases do burnout
- 5.3. Síntomas e consecuencias
- 5.4. Medidas preventivas e intervención psicosocial

6. Estrés tecnolóxico

- 6.1. Definición e tipos de tecnoestrés
- 6.2. Consecuencias
- 6.3. Avaliación
- 6.4. Medidas preventivas e intervención psicosocial

7. Medidas preventivas no sector do comercio de proximidade galego

- 7.1. Identificación por tipo de comercio de proximidade
- 7.2. Medidas preventivas

A person wearing a grey button-down shirt is holding a tablet in their right hand and two cardboard boxes in their left arm. They are standing in a warehouse or storage area with metal shelving units in the background.

CURSO DE **PREVENCIÓN** DE RISCOS LABORAIS: **ERGONOMÍA** NO SECTOR COMERCIO

CONTIDOS

1. Riscos xerais e específicos.
2. Ergonomía no comercio de proximidade.
3. Prevención dos riscos ergonómicos.





SESIÓNS E UBICACIÓN

A dimensión territorial da programación da actividade é autonómica ao poder asistir participantes de localidades das 4 provincias galegas.

ACCIÓN 1 – CURSO PREVENCIÓN DE RISCOS PSICOSOCIAIS NO SECTOR COMERCIO

Deste curso realizaranse **3 edicións**, previstas nos meses de setembro e outubro, e poderán asistir participantes de calquera municipio do territorio galego ao ser en **modalidade mixta (teleformación e aula virtual)**.

Inicio: 23/09. **Fin:** 29/10.
Aula Virtual: martes 28/09
en horario de 19:00 a 22:00.

Inicio: 23/09. **Fin:** 29/10.
Aula Virtual: mércores 29/09
en horario de 19:00 a 22:00.

Inicio: 23/09. **Fin:** 29/10.
Aula Virtual: xoves 30/09
en horario de 19:00 a 22:00.

ACCIÓN 2 – CURSO PREVENCIÓN DE RISCOS LABORAIS: ERGONOMÍA NO SECTOR COMERCIO:

Deste curso realizarase **2 edicións**, previstas nos meses de setembro e outubro, e poderán asistir participantes de calquera municipio do territorio galego ao ser en **modalidade aula virtual**.

Inicio: 23/09. **Fin:** 14/10.
Horario: de luns a venres
de 21:00 a 22:00.

Inicio: 24/09. **Fin:** 26/10.
Horario: luns, mércores e
venres de 19:45 a 20:45.

Imparte:



Coa financiación de:



O proxecto PREVENCIÓN DE RISCOS PSICOSOCIAIS E ERGONÓMICOS NO COMERCIO DE PROXIMIDADE está impulsado pola Federación Galega de Comercio (FGC) e financiado pola Xunta de Galicia. **Cursos con prazas limitadas.** É necesario dispoñer de computador e de conexión a internet fluída, para a realización destes cursos.



Prazas limitadas!

Podes inscribirte en
www.cursosfemxa.es/fgc-prl

Tes dúbidas? Contacta con nós:

 **900 100 957**

 **619 926 324**

 **atencionalumno@femxa.com**