

# ACTIVITATS FORMATIVES SEGURETAT EN EL TREBALL

**Seguretat Industrial  
Higiene Industrial  
Ergonomia i Psicosociologia  
Consultoria i Auditories en SST**



699022827

[jserra@hse360graus.com](mailto:jserra@hse360graus.com)

[www.hse360graus.com](http://www.hse360graus.com)



# INTRODUCCIÓ

La formació en prevenció, és una obligació de l'empresari i un dret del treballador com es defineix a la Llei de Prevenció de Riscos Laborals 31/1995 (LPRL). Degut al compliment i deure de protecció de l'empresari, i per garantir que cada treballador rep una formació teòrica i pràctica, suficient i adequada, en matèria preventiva, s'ofereixen a continuació les ACTIVITATS FORMATIVES.

Per aquest motiu, i amb l'objectiu de poder donar resposta a les necessitats formatives d'empresari i treballador, i així complir amb el definit en l'article 19 de la LPRL, s'ha preparat un catàleg on s'explica la relació dels cursos a poder realitzar, dividint-los en tres blocs: Seguretat i Salut, Emergències i Promoció de la Salut.

La formació que s'imparteix està centrada específicament en el lloc de treball i si és necessari s'adaptarà al treballador, a l'avaluació de riscos o a altres factors i perills a tenir en compte en el moment del curs, per donar un valor afegit en la formació a impartir. Cal tenir clar, que una bona formació es CLAU i VITAL per evitar la sinistralitat laboral i reduir l'accidentabilitat a l'empresa. Cada curs pot adaptar-se a les seves necessitats, gràcies a l'alta qualificació i experiència dels formadors, professors i professionals que treballen amb nosaltres.





# MODALITATS FORMATIVES

## - Formació presencial

La formació presencial promou una comunicació directa entre el formador i els treballadors que serveix per resoldre els dubtes de forma immediata. La interacció entre els propis treballadors del curs i el feedback que reben del propi formador fan que l'aprenentatge sigui molt més enriquidor i complet. Es garanteix una formació basada en les experiències i la participació activa del treballador que dinamitza el formador. Els cursos poden ser per varies empreses, específics per la seva empresa o per grups de persones amb una mateixa inquietud formativa, que es realitzaran on més convingui (dins o fora de l'empresa).

## - Formació semi presencial

Aquesta modalitat de formació s'imparteix de forma combinada. Una part dels continguts es cursa a distància amb el material entregat i amb el suport del tutor del curs, mentre la resta del contingut és de forma presencial a l'empresa o segons preferència del client.

## - Formació a distància

En aquest format de formació els treballadors reben tota la documentació i material necessari per aprendre el contingut del curs i en cas de necessitat es pot contactar amb el tutor via Mail o telèfon. L'examen d'avaluació es realitza presencialment a l'empresa o segons preferència del client.

# ACTIVITATS FORMATIVES SST

- Seguretat en la conducció de carretons elevadors frontals.
- Seguretat en la conducció de càrrega lateral (Retràctils).
- Seguretat en la conducció de tractores d'arrossegament.
- Seguretat en la conducció de apiladors i transpalets elèctrics.
- Seguretat en la conducció de carretó elevador de braç telescòpic.
- Seguretat en la conducció de màquines de gran altura (Piking o Sky).
- Seguretat en l'ús de Plataformes Elevadores Mòbils.
- Seguretat en l'ús de bastides i escales de mà.
- Seguretat en Treballs en Alçada.
- Formació Teòrico-Pràctica de PRL en espais confinats.
- Seguretat en l'ús d'Equips Elevadors amb càrregues suspeses (polipasts i ponts-grúa).
- Curs de Nivell Bàsic en PRL (30h).
- Curs de Recurs preventiu (50h).
- Formació en consignació de màquines.
- Seguretat en Treballs en zones ATEX (atmòsferes explosives).
- Directiva de màquines 2006/42/CE.
- Formació en PVD's i pauses actives.

**TAMBÉ CURSOS AMB  
FORMAT  
SEMI PRESENCIALS  
O A DISTÀNCIA!**



# ACTIVITATS FORMATIVES SST

## Seguretat en la conducció de carretons elevadors frontals

- Donar el coneixement necessari segons el que estableix el RD 1215/1997 sobre equips de treball, la NORMA UNE 58451 sobre equips d'elevació .
- Facilitar a l'operador d'aquest equip de treball els coneixements necessaris de com utilitzar la carretó de manera eficaç i segura.
- Utilitzar aquest equip de treball en els entorns de treball que s'han definit (sense posar en risc la seva pròpia persona, les persones del seu entorn, les càrregues que es mobilitzaran i les instal·lacions).
- El curs consta d'una part pràctica per verificar la perícia de l'alumne en la conducció de l'equip i l'aprofitament de les instruccions de seguretat establertes durant el curs.

### **DURACIÓ DEL CURS:**

8 Hores

(6 h teòriques i hores de formació pràctica en funció del número de participants)





# ACTIVITATS FORMATIVES SST

## Seguretat en la Conducció de Carretons de Càrrega Laterals (RETRÀCTILS)

- Donar el coneixement necessari segons el que estableix el RD 1215/1997 sobre equips de treball, la NORMA UNE 58451 sobre equips d'elevació .
- Facilitar a l'operador d'aquest equip de treball els coneixements necessaris de com utilitzar el carretó de càrrega lateral de manera eficaç i segura.
- Utilitzar aquest equip de treball en els entorns de treball que s'han definit (sense posar en risc la seva pròpia persona, les persones del seu entorn, les càrregues que es mobilitzaran i les instal·lacions).
- El curs consta d'una part pràctica per verificar la perícia de l'alumne en la conducció de l'equip i l'aprofitament de les instruccions de seguretat establertes durant el curs.

### **DURACIÓ DEL CURS:**

8 Hores

(6 h teòriques i hores de formació pràctica en funció del número de participants)



# ACTIVITATS FORMATIVES SST

## Seguretat en la conducció de tractores d'arrosegament

- Donar el coneixement necessari segons el que estableix el RD 1215/1997 sobre equips de treball, la NORMA UNE 58451 sobre conducció de tractores.
- Facilitar a l'operador d'aquest equip de treball els coneixements necessaris de com utilitzar la tractora de manera eficaç i segura.
- Utilitzar aquest equip de treball en els entorns de treball que s'han definit (sense posar en risc la seva pròpia persona, les persones del seu entorn, les càrregues que es mobilitzaran i les instal·lacions).
- El curs consta d'una part pràctica per verificar la perícia de l'alumne en la conducció de l'equip i l'aprofitament de les instruccions de seguretat establertes durant el curs, com bones pràctiques per la manipulació dels carros que s'arrossegueuen.

### **DURACIÓ DEL CURS:**

5 Hores

(4 h teòriques i hores de formació pràctica en funció del número de participants)

# ACTIVITATS FORMATIVES SST

## Seguretat en la conducció de apiladors i transpalets elèctrics

- Donar el coneixement necessari segons el que estableix el RD 1215/1997 sobre equips de treball, la NORMA UNE 58451 sobre equips d'elevació .
- Facilitar a l'operador d'aquest equip de treball els coneixements necessaris de com utilitzar apiladors i transpaletes elèctriques de manera eficaç i segura.
- Utilitzar aquests equips de treball en els entorns de treball que s'han definit (sense posar en risc la seva pròpia persona, les persones del seu entorn, les càrregues que es mobilitzaran i les instal·lacions).
- El curs consta d'una part pràctica per verificar la perícia de l'alumne en la conducció de l'equip i l'aprofitament de les instruccions de seguretat establertes durant el curs.

### **DURACIÓ DEL CURS:**

5 Hores

(4 h teòriques i hores de formació pràctica en funció del número de participants)



# ACTIVITATS FORMATIVES SST

## Seguretat en la conducció de carretó elevador de braç telescòpic

- Donar el coneixement necessari segons el que estableix el RD 1215/1997 sobre equips de treball, la NORMA UNE 58451 sobre equips d'elevació .
- Facilitar a l'operador d'aquest equip de treball els coneixements necessaris de com utilitzar la carretó de manera eficaç i segura.
- Utilitzar aquest equip de treball en els entorns de treball que s'han definit (sense posar en risc la seva pròpia persona, les persones del seu entorn, les càrregues que es mobilitzaran i les instal·lacions).
- El curs consta d'una part pràctica per verificar la perícia de l'alumne en la conducció de l'equip i l'aprofitament de les instruccions de seguretat establertes durant el curs.

### **DURACIÓ DEL CURS:**

8 Hores

(6 h teòriques i hores de formació pràctica en funció del número de participants)



# ACTIVITATS FORMATIVES SST

## Seguretat en la conducció de màquines de gran altura (Piking o Sky)

- Donar el coneixement necessari segons el que estableix el RD 1215/1997 sobre equips de treball, la NORMA UNE 58451 sobre conducció de màquines de gran altura.
- Facilitar a l'operador d'aquest equip de treball els coneixements necessaris de com utilitzar la màquina de manera eficaç i segura.
- Utilitzar aquest equip de treball en els entorns de treball que s'han definit (sense posar en risc la seva pròpia persona, les persones del seu entorn, les càrregues que es mobilitzaran i les instal·lacions).
- El curs consta d'una part pràctica per verificar la perícia de l'alumne en la conducció de l'equip i l'aprofitament de les instruccions de seguretat establertes durant el curs.

### **DURACIÓ DEL CURS:**

8 Hores

(6 h teòriques i hores de formació pràctica en funció del número de participants)





# ACTIVITATS FORMATIVES SST

## Seguretat en l'ús de Plataformes Elevadores Mòbils de Personal

- Donar el coneixement necessari segons el que estableix la NORMA UNE 58923 sobre Plataformes Elevadores mòbils de personal.
- Conscienciar als alumnes sobre els riscos que es produeixen en l'ús de Plataformes Elevadores mòbils i sensibilitzar-los sobre els principals aspectes de seguretat a tenir en consideració.
- Facilitar a l'operador d'aquest equip de treball els coneixements necessaris de com utilitzar la màquina de manera eficaç i segura.
- El curs consta d'una part pràctica per verificar l'aprenentatge de l'alumne en la conducció d'aquests equips i l'aprofitament de les instruccions de seguretat establertes durant el curs.

### **DURACIÓ DEL CURS:**

6 Hores

(4 h teòriques i hores de formació pràctica en funció del número de participants)



# ACTIVITATS FORMATIVES SST

## Seguretat en l'ús de bastides i escales de mà

- Donar el coneixement necessari segons el que estableix la Norma UNE 76-502-90 i la NTP 695.
- Instruir als treballadors de manera que aprengui a identificar els riscos dels treballs en alçada i coneguin les mesures preventives necessàries utilitzant el material adequat per cadascuna de les diferents maniobres que realitza en l'ús de bastides i escales de mà.

### **DURACIÓ DEL CURS:**

15 Hores

(9h teòriques 6 h pràctiques)



# ACTIVITATS FORMATIVES SST

## Seguretat en Treballs en Alçada

- Donar el coneixement necessari segons el que estableix el la NORMA UNE 363, UNE 795 i les específiques dels elements de subjecció RD1215/1997, RD773 /1997 i RD1627/1997 (arnesos, connectors, retractils...).
- Instruir al treballador de manera que aprengui a identificar els riscos dels treballs en alçada i conegui les mesures preventives necessàries utilitzant el material adequat per cadascuna de les diferents maniobres que realitza:
  - instal·lació d'una línia de vida temporal horitzontal
  - progressió per una escala fixa
  - posicionament en una escala fixa
  - instal·lacions de línies de vida
  - polipast per a l'elevació de càrregues.

### DURACIÓ DEL CURS:

6 Hores

(teòric i pràctic)





# ACTIVITATS FORMATIVES SST

## Formació Teòrico-Pràctica de PRL en espais confinats

- L'objectiu del curs és donar una formació completa dels procediments de prevenció i seguretat a totes aquelles persones que, per necessitats de la seva activitat (manteniment, reparació, neteja, instal·lacions, etc.), hagin d'accedir i/o treballar a l'interior d'un espai confinat.
- S'explicarà els elements necessaris per accedir a l'espai confinat de forma segura i la metodologia a seguir en cas de rescat.
- Aquesta formació es pot complementar amb una formació pràctica d'utilització d'equips de respiració autònoms.

### **DURACIÓ DEL CURS:**

4 Hores  
(teòric i pràctic)



# ACTIVITATS FORMATIVES SST

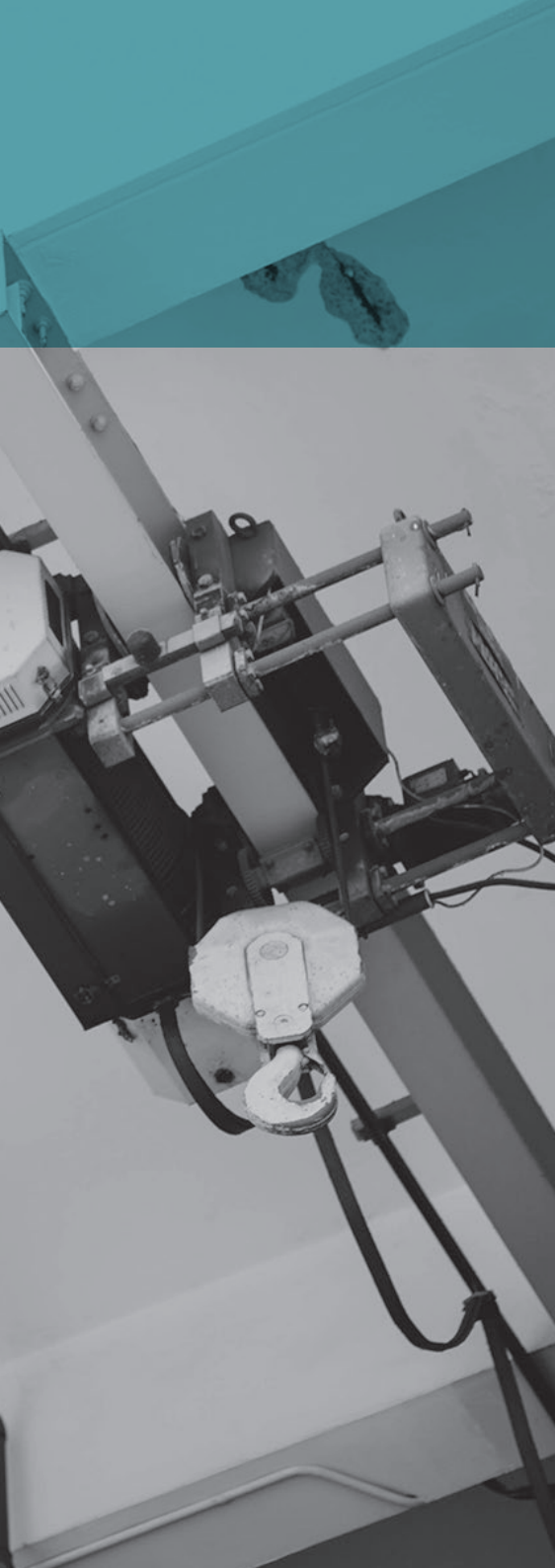
## Seguretat en l'ús d'Equips Elevadors amb càrregues suspeses (polipasts i ponts-grúa)

- Donar el coneixement necessari segons el que estableix el la NORMA UNE 58140-1 i les NTP 736 i 737 sobre operacions amb pont grua i sobre els riscos que comporta la utilització d'aquests equips d'elevació, així com les mesures preventives a tenir en compte per evitar accidents.
- Potenciar una cultura de seguretat en els treballadors, ensenyar comportaments segurs de l'operador, el manteniment dels equips en bon estat i professionalitzar la utilització de maquinària i accessoris d'eslingat.
- El curs consta d'una part pràctica per verificar le habilitats de l'alumne en l'ús d'aquests equips, posar en pràctica tècniques de manipulació i utilització segura dels equips de treball i l'aprofitament de les instruccions de seguretat establertes durant el curs.

### **DURACIÓ DEL CURS:**

6 Hores

(teòric i pràctic)



# ACTIVITATS FORMATIVES SST

Curs de Nivell Bàsic en PRL (30h)

- Donar el coneixement necessari segons el que el Reglament dels Serveis de Prevenció.
- Aquest curs pretén proporcionar els coneixements necessaris i bàsics de les principals disciplines que incideixen en la prevenció de riscos professionals: Seguretat a la Feina, Higiene laboral, Seguretat contra Incendis, Ergonomia...
- Analitzar els factors del treball, les seves causes, les etapes de possible actuació, i els sistemes de gestió de la prevenció i les tècniques preventives de provada eficàcia a implantar per tal d'incrementar el nivell preventiu de l'empresa.

**DURACIÓ DEL CURS:**  
30 Hores



# ACTIVITATS FORMATIVES SST

Curs de Recurs Preventiu (50h-60h)

- Donar el coneixement necessari segons el que el Reglament dels Serveis de Prevenció.
- Aquest curs pretén proporcionar els coneixements necessaris i bàsics de les principals disciplines que incideixen en la prevenció de riscos professionals: Seguretat a la Feina, Higiene laboral, Seguretat contra Incendis, Ergonomia...
- Analitzar els factors del treball, les seves causes, les etapes de possible actuació, i els sistemes de gestió de la prevenció i les tècniques preventives de provada eficàcia a implantar per tal d'incrementar el nivell preventiu de l'empresa.
- Aquesta formació permetrà al treballador poder realitzar les tasques de Recurs Preventiu per l'empresa.

## **DURACIÓ DEL CURS:**

50/60 en funció de les activitats de l'empresa





# ACTIVITATS FORMATIVES SST

## Formació en consignació de màquines

- Aquest curs pretén proporcionar els coneixements necessaris per la correcta consignació de màquines i instal·lacions per evitar accidents greus deguts a atrapaments per posada en marxa intempestives que podrien posar en risc els treballadors que desenvolupen tasques en l'interior durant operacions de manteniment, neteja...
- Es pot realitzar la formació de les instruccions i procediments que l'empresa tingui implantats o desenvolupats.

### DURACIÓ DEL CURS:

A convenir  
(teòric i pràctic)

**SI NO TENS IMPLANTADA  
LA CONSIGNACIÓ DE  
MAQUINES T'HI PODEM  
AJUDAR!**



# ACTIVITATS FORMATIVES SST

## Seguretat en Treballs en zones ATEX (atmòsferes explosives)

- Donar el coneixement necessari segons el que estableix el RD 681/2003.
- Instruir al treballador sobre els procediments de prevenció i seguretat per accedir i/o treballar (producció, manteniment, reparació, neteja, ...) dins d'una zona classificada com a ATEX (atmòsferes Explosives)

**DURACIÓ DEL CURS:**

4 Hores

**SI NO TENS IMPLANTAT EL  
PROTOCOL D'ACTUACIÓ EN  
ZONES ATEX T'HI PODEM  
AJUDAR!**





# ACTIVITATS FORMATIVES SST

Directiva 2006/42/CE (R.D. 1644/2008)

- La base d'aquesta formació es dotar als assistents de la capacitat per entendre i tenir coneixament dels requisits de la Directiva de Màquines 2006/42/CE i de la seva transposició al RD 1644/2008. La formació introdueix l'abast relatiu a la directiva.
- S'instruiran els alumnes per coneixer i garantir el compliment dels Requisits Essencials de Seguretat y Salut. El curs s'adaptarà a les necessitats del client.
- Aquest curs també es pot dirigir a actuals Tècnics en PRL que vulguin ampliar els seus coneixaments respecte a la normativa.

## DURACIÓ DEL CURS:

A convenir  
(teòric)

ET PODEM AJUDAR EN LA  
REVISIÓ I XEQUEIG DE LES  
TEVES MAQUINES



# ACTIVITATS FORMATIVES SST

## Formació en Targeta Professional del Metall

- Aquest curs pretén proporcionar els coneixements necessaris a nivell de PRL que requereix i obliga el conveni del sector metall des de octubre de 2017.
- Es pot realitzar la formació a les pròpies instal·lacions del client adaptant horaris i grups fins a 30 persones com marca el conveni.

### **DURACIÓ DEL CURS:**

DIRECTIUS: 6h

PERSONAL OFICINES: 6h

OPERARIS FORMACIÓ MÍNIMA 20h (12 part comú oficis i 8 específic oficis).

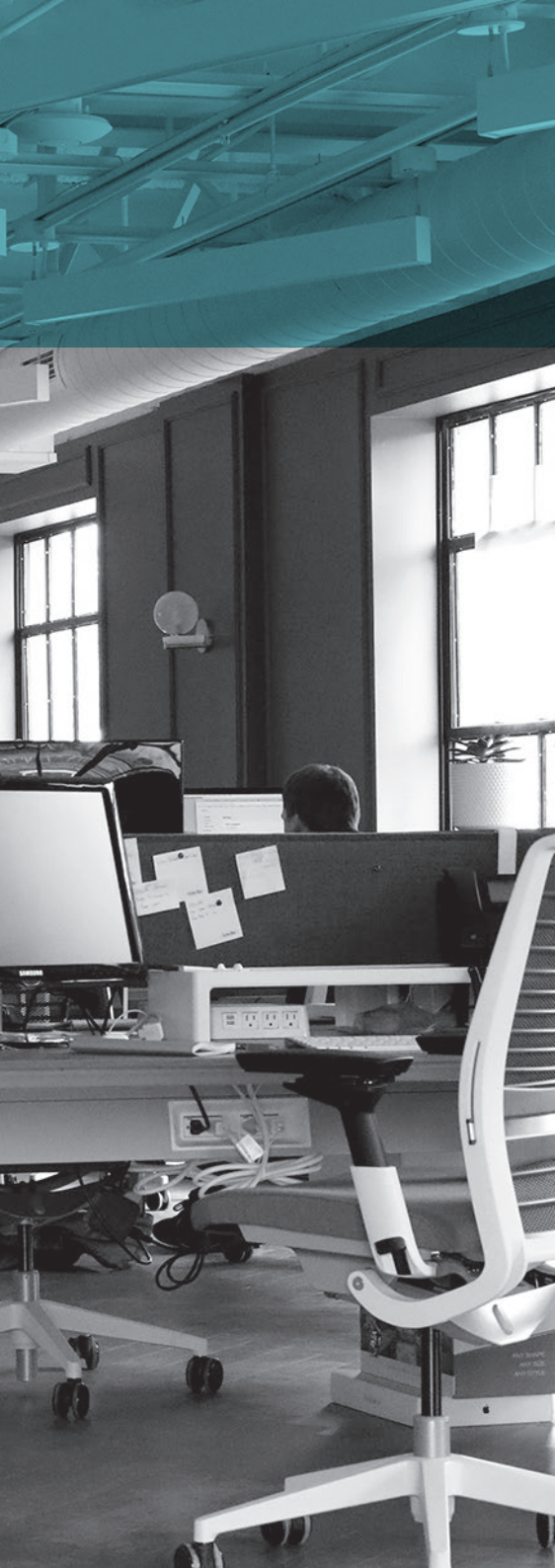
**SI NO TENS IMPLANTADA LA  
TPM, NO DUBTIS MÉS.  
EL PLAÇ JA HA COMENÇAT!  
INFORMA'T**

# ACTIVITATS FORMATIVES SST

## Formació en PVD's i pauses actives

- La directiva 90/270/CEE que regula les disposicions mínimes de seguretat i salut relatives al treball amb equips on s'inclouen les PVD's, apunta als possibles riscos visuals, problemes físics i de càrrega mental als quals estan exposats els treballadors que utilitzen aquests equips. Aquesta directiva que ha estat transposada al RD 448/97, també assenyalen com una de les principals preocupacions l'ergonomia i recalca que cal assegurar que l'equip estigui adaptat a la persona.
- Això implica harmonitzar el disseny dels controls, pantalles, material a utilitzar, el lloc de treball i tasques a les característiques, eficiència i limitacions dels usuaris en un entorn de treball apropiat.
- Per aquest motiu podem formar els treballadors en les condicions de treball en l'ús de PVD's per treballar amb una ergonomia adaptada al lloc, com també ensenyar-los formes de relaxació (pauses actives), per millorar les fatigues derivades del treball amb aquests equips de treball.

ET PODEM AJUDAR EN LA  
MILLORA DELS TEUS LLOCS  
DE TREBALL DE  
PVD's!





Què necessites més?  
**Consulta les solucions que et podem donar!**

699022827

[jserra@hse360graus.com](mailto:jserra@hse360graus.com)

[www.hse360graus.com](http://www.hse360graus.com)

