

Ente proponente il progetto:

LEGA NAZIONALE DELLE COOPERATIVE E MUTUE

Via A. Guattani, 9 – 00161 Roma
Tel. 06/84439327-341 / Fax 06/84439387
e.mail: servizio.civile@legacoop.coop
Sito: <http://serviziocivile.legacoop.coop>
Pec: serviziocivile.legacoop@pec.it

oo

LEGA REGIONALE COOP. E MUTUE DELL'UMBRIA

STR. S. LUCIA N° 8 – 06125 PERUGIA
TEL. 075/44643 FAX 075/5848468
E mail: serviziocivile@coopserviziumbria.it
Sito: www.legacoopumbria.coop
Pec: legacoopumbria@pec.legacoopumbria.coop

Ente attuatore

Polis Società Cooperativa Sociale
Via G.B. Pontani 47, 06128 – Perugia
Tel. 075 5055945
Fax. 075 5156018
Email: segreteria@polisociale.it
www.polisociale.it
Resp.le progetto: Francesca Agabitini

Titolo del progetto:

CON CURA

Settore ed area di intervento del progetto

Assistenza Adulti e terza età in condizioni di disagio

Durata del progetto:

12 mesi

La Cooperativa POLIS gestisce in Umbria n° 3 strutture per anziani di diverse tipologie e caratteristiche. Le Residenze per Anziani gestite dalla Cooperativa Polis sono nate per rispondere a dei bisogni emergenti nei territori di riferimento e hanno come obiettivo migliorare la qualità della vita delle persone anziane e delle loro famiglie, ponendo all'associazione la "persona" nella sua globalità e nel rispetto dei suoi diritti e dei suoi bisogni, favorendo una rete sociale per facilitare all'individuo, la partecipazione alla vita quotidiana e sociale in tutte le sue peculiarità.

La costante attività di progettazione, programmazione e verifica, tratto distintivo di Polis, garantisce l'adesione all'evoluzione dei bisogni dell'utente, l'apertura al cambiamento e l'innovazione del servizio, in un costante rapporto di dialogo con gli utenti, gli enti finanziatori (Comuni e Azienda USL) con le associazioni e con le altre realtà sociali del territorio.

Il progetto **“CON CURA”** coinvolge tre Residenze Protette per anziani *“Creusa Brizzi Bittoni”*, *“Zeffirino Rinaldi”* e *“Veralli Cortesi”*.

La RESIDENZA PROTETTA è un servizio residenziale che eroga prestazioni sanitarie, socio-assistenziali e riabilitative, rivolto ad anziani non autosufficienti e quindi, non più in grado, per vari motivi, di rimanere al proprio domicilio.

I principali obiettivi di una RESIDENZA PROTETTA sono:

- assicurare un buon livello assistenziale agli ospiti
- favorire un buon grado di relazionalità e socializzazione con gli ospiti
- garantire un buon radicamento della struttura sul territorio

Il progetto **“CON CURA”** vuole promuovere la cultura del servizio civile volontario all'interno delle sedi ove esso si realizza: nella **Residenza Protetta “Creusa Brizzi Bittoni”** di Città della Pieve, nella **Residenza Protetta “Casa Serena Zeffirino Rinaldi”** di Magione e nella **Residenza Protetta Veralli Cortesi”** di Todi.

In tali strutture gli obiettivi prioritari che si cerca di perseguire sono:

- recuperare e mantenere la salute, l'autonomia personale e l'interesse alla vita dell'anziano;
- superare l'isolamento sociale;
- aiutare la famiglia in difficoltà nell'assistenza dell'anziano congiunto in maniera continuativa o attraverso ricoveri di sollievo temporanei;
- prevenire il rischio di solitudine ed esclusione sociale della persona anziana, attraverso l'inserimento della stessa in un contesto di socializzazione che favorisca la creazione di relazioni amicali.

Il modello organizzativo si basa sul lavoro di equipe, costituita dai vari professionisti che operano all'interno della struttura, l'approccio metodologico fa riferimento alla presa in carico individuale attraverso la valutazione multidimensionale dell'ospite e la conseguente definizione di un Piano Assistenziale Individualizzato che definisce le azioni necessarie a soddisfare i bisogni di ogni singolo anziano e favorire un adeguato livello di qualità della vita.

Le Strutture per Anziani gestite dalla cooperativa POLIS, pur essendo una concreta risorsa per il territorio e offrendo risposte agli anziani, ai familiari e alla comunità, presentano comunque alcuni aspetti che devono essere potenziati. Il progetto **“CON CURA”** può essere un valido strumento per far sperimentare soluzioni innovative e far crescere la qualità del servizio. Attualmente, i tempi per la realizzazione dei progetti di animazione e di attività di socializzazione nei confronti degli ospiti, pur rispettando i parametri regionali, sono di fatto in proporzione minore rispetto ai tempi rivolti alla realizzazione delle attività di assistenza di base, così come la presenza, prevalentemente mattutina della figura del fisioterapista, non consente uno sviluppo continuativo delle attività motorie. In ogni struttura sono presenti attività diversificate di socializzazione, animazione, stimolazione motoria e cognitiva ma sarebbe auspicabile poterle implementare.

Con il presente progetto si intende fornire un'utile azione di supporto e sostegno agli utenti inseriti all'interno delle strutture investendo concretamente sulla possibilità di aumentare le occasioni di animazione, socializzazione e integrazione sociale.

Il progetto **“CON CURA”** nasce con l'intenzione di rendere più incisive queste attività con l'inserimento di volontari che possono configurarsi come una risorsa giovane e motivata nell'offrire nuovi stimoli.

Gli obiettivi del progetto pertanto sono indirizzati ad offrire occasioni di socializzazione e per arginare le situazioni di disagio e fragilità e si orientano sostanzialmente verso:

- l'implementazione delle attività riabilitative e di animazione;
- lo sviluppo delle attività di socializzazione degli ospiti;
- il disbrigo di piccole pratiche.

Le attività da potenziare tramite l'attuazione del progetto **“CON CURA”** al fine di garantire il raggiungimento della migliore qualità di vita per gli ospiti residenti presso le tre strutture coinvolte nel progetto.

Nello specifico le attività delle quali potranno beneficiare i 30 ospiti residenti presso la Residenza Protetta Casa Serena Zeffirino Rinaldi sono:

- sostegno alla vita quotidiana,
- attività ludiche
- rapporti con l'esterno e gite
- cineforum
- giardinaggio

Le attività che vedranno invece coinvolti i 53 ospiti della Residenza Protetta Creusa Brizi Bittoni saranno:

- sostegno alla quotidianità
- ginnastica dolce
- rapporti con l'esterno e gite progetto ENKAP

I 75 ospiti della Residenza Protetta Veralli Cortesi saranno coinvolti in attività di:

- sostegno alla quotidianità
- attività ludiche

- rapporti con l'esterno e gite Cineforum.

I progetti che accomunano le tre strutture, "Sostegno alla quotidianità" e "Rapporti con l'esterno e gite", nascono in risposta a due bisogni fondamentali dell'uomo che sono la necessità di poter gestire la propria quotidianità e la necessità di relazionarsi con il contesto sociale di riferimento. L'attivazione di questi progetti vuole offrire agli utenti presenti nelle strutture la possibilità di fruire in maniera autonoma, degli spazi della struttura negli ambienti che gli anziani amano frequentare in base alle loro abitudini ed esigenze con l'auspicio di fare della Residenza una "Casa".

I progetti che differenziano le tre strutture sono legati sia alle condizioni fisiche degli anziani residenti che ai loro interessi: gli ospiti residenti presso le **Residenza Protetta Zeffirino Rinaldi** e **Veralli Cortesi** risultano mediamente compromessi dal punto di vista cognitivo e molto interessati ad attività di cineforum e ludico ricreative.

Il ruolo del volontario rispetto al progetto di "**supporto alla vita quotidiana**" sarà quello di aiutare l'anziano a fare cose che ne favoriscano la socializzazione e la promozione dell'autonomia (passeggiare, leggere un libro, giocare la schedina, prendere un caffè al bar ecc.). Non è possibile definirle in assoluto in anticipo poiché sono strettamente legate al vissuto personale dell'ospite e alle sue abilità residue motorie e cognitive, che si modificano continuamente.

Per quanto riguarda "**l'attività ludica**" il volontario sarà coinvolto sia come protagonista nello svolgimento dello stesso (giocare a carte, a dama, a scacchi, cruciverba, saltinmente ecc.) che come supporto all'anziano durante il gioco (per esempio aiutare l'ospite durante il gioco della tombola).

Nel progetto "**rapporti con l'esterno e gite**" il volontario si occuperà di supportare l'animatrice nell'organizzazione di feste all'interno della struttura e di accompagnare gli ospiti durante le gite per facilitarne la partecipazione e favorire anche il coinvolgimento di un numero di ospiti maggiore. Al bisogno guidare gli automezzi messi a disposizione dalla Cooperativa.

Nel progetto "**cineforum**" sarà coinvolto come promotore e conduttore dell'attività utilizzando gli strumenti messi a disposizione dalla struttura.

Il volontario nel progetto "**ginnastica dolce**" avrà il ruolo di affiancare il fisioterapista e gli operatori/educatori durante lo svolgimento dello stesso e di supportare l'anziano per favorirne la partecipazione.

Il volontario nel progetto "**giardinaggio**" avrà il compito di supportare l'anziano quotidianamente durante lo svolgimento dell'attività (cura delle piante ecc).

Il volontario nel progetto "**ENKAP**" avrà il compito di condurre l'attività individualizzata utilizzando lo strumento specifico messo a disposizione.

Qualora gli orari di presenza in struttura comprendano anche il momento del pranzo lo stesso verrà garantito agli operatori presenti in struttura che potranno così condividere con gli anziani anche il momento della consumazione del pasto.

Nell'ambito della progettazione sociale e di animazione verranno organizzate anche uscite esterne che prevedono il coinvolgimento dei volontari. Se necessario potrà essere previsto il loro temporaneo trasferimento su sedi esterne alla residenza, al fine di realizzare progetti specifici con gli anziani per favorire la socialità con i territori in particolare con quelli di origine fino ad un massimo di 30 giorni

Numero degli operatori volontari da impiegare nel progetto: (*

6

Numero posti con solo vitto:

6

Numero ore di servizio degli operatori volontari, monte ore annuo:

1145 ore

Giorni di servizio settimanali degli operatori volontari

6

Eventuali particolari obblighi degli operatori volontari durante il periodo di servizio:

- Disponibilità al trasferimento temporaneo e/o a svolgere attività anche su sedi temporanee per massimo di 30 giorni
- Disponibilità a partecipare agli incontri di autoformazione e verifica del servizio che potranno tenersi durante l'anno.
- Disponibilità a partecipare a progetti specifici che prevedono anche il disbrigo di piccole commissioni finalizzate alla realizzazione del progetto.
- Puntualità, flessibilità oraria, senso di responsabilità nell'affrontare gli impegni previsti dal progetto, privacy, rispetto delle persone, della segretezza riguardo le informazioni sensibili con cui si viene a contatto.
- Partecipazione obbligatoria alla formazione quindi, nelle giornate di formazione non è possibile usufruire dei giorni di permesso

Il volontario è tenuto a svolgere la propria attività con diligenza e riservatezza seguendo il principio della collaborazione con ogni altro operatore, ufficio struttura con cui venga a contatto per ragioni di servizio. Deve inoltre tenere una condotta irreprensibile nei confronti degli utenti. Il volontario dovrà quindi mantenere la riservatezza su fatti e circostanze riguardanti il servizio e delle quali abbia avuto notizie durante l'espletamento o comunque in funzione delle stesse. Deve garantire il rispetto della legge sulla privacy.

La formazione è obbligatoria, quindi, nelle giornate di formazione non è possibile usufruire dei giorni di permesso

Il progetto prevede per i volontari una *flessibilità oraria e turnazione anche nei giorni festivi*. Inoltre sarà richiesta al bisogno la Disponibilità alla guida degli automezzi messi a disposizione dalla Cooperativa nel rispetto del programma concordato

Sedi di attuazione del progetto, Operatori Locali di Progetto e Responsabili Locali di Ente Accreditato

N.	Sede di attuazione del progetto	Comune	Indirizzo	Cod. ident. sede	N. vol. per sede	Telef. sede	Fax sede	Nominativi degli Operatori Locali di Progetto			Nominativi dei Responsabili Locali di Ente Accreditati			Tipologia servizi volontari (V- vitto; VA- vitto)
								Cognome e Nome	Data di nascita	Cod. Fisc.	Cognome e nome	Data di nascita	Cod. Fisc.	
1	Polis soc. Coop. Sociale ONLUS Casa Serena Zeffirino Rinaldi	MAGIONE (PG)	Via XX Settembre 52	Scn 94923 Scu 146686	2	075/ 8472122	075/ 8478581	Ricci Daniela	25/05/1969	RCCDNL 96E69G 478U	Radicchi Andrea	07/04/ 1978	RDCN DR78 D07D7 86P	V
2	Polis soc. Coop. Sociale ONLUS Residenza Protetta Brizi Bittoni	CITTA' DELLA PIEVE (PG)	Viale Cappuccini 42	Scn 94919 SCU 146690	2	0578/2 98051	0578/ 298340	Marzucchi Donatella	31/03/1962	MRZDTL 62C 71A461A	Radicchi Andrea	07/04/ 1978	RDCN DR78 D07D7 86P	V
3	Polis soc. Coop. Sociale ONLUS Residenza Protetta Veralli Cortesi	TODI (PG)	Via Tiberina 11	Scn 113674 SCU 146683	2	075/ 8942362	348 1702651	Maria Grazia Curcio	16-05-1979	CRCMG R79E56 D122G	Radicchi Andrea	07/04/ 1978	RDCN DR78 D07D7 86P	V

Eventuali requisiti richiesti ai candidati per la partecipazione al progetto oltre quelli richiesti dal decreto legislativo n. 40 del 6/3/2017:

Nessuno

Eventuali crediti formativi riconosciuti:

I Comitati Coordinatori del CdS in Scienze dell'educazione e in Consulenza Pedagogica e coordinamento di interventi formativi – Dipartimento di Filosofia, Scienze Sociali, Umane e della Formazione – Università degli studi di Perugia - riconoscono **12 CFU** (crediti formativi universitari) agli allievi che svolgeranno Servizio Civile nel presente progetto.

Eventuali tirocini riconosciuti:

I Comitati Coordinatori del CdS in Scienze dell'educazione e in Consulenza Pedagogica e coordinamento di interventi formativi – Dipartimento di Filosofia, Scienze Sociali, Umane e della Formazione – Università degli studi di Perugia - riconoscono **attività di tirocinio** agli allievi che svolgeranno Servizio Civile nel presente progetto.

Attestazione delle competenze acquisite in relazione alle attività svolte durante l'espletamento del servizio, utili ai fini del curriculum vitae:

Attestato specifico rilasciato da ente terzo: Attestazione delle competenze

Formazione generale degli operatori volontari

Sede di realizzazione:

Legacoop territoriale: Legacoop Umbria – Str. S. Lucia, 8 – Perugia

Contenuti della formazione:

1. Valori e identità del Servizio Civile

1.1: L'identità del gruppo in formazione e patto formativo:

- Accoglienza, Illustrazione del percorso formativo e degli obiettivi, definizione del Patto formativo. Presentazione e conoscenza dei partecipanti
- Motivazioni, Aspettative, paure e diario di bordo
- Analisi delle competenze in entrata del singolo e del gruppo
- Definizione del profilo del volontario

1.2: Dall'obiezione di coscienza al Servizio civile

- Evoluzione storica dall'obiezione di coscienza al servizio civile a partire dalla legge n. 772/72, passando per la legge di riforma n. 230/98, fino ad arrivare alla sua attuale configurazione così come delineata dal legislatore nel 2001

1.3: Il dovere di difesa della Patria – Difesa civile non armata e non violenta

- Il concetto di difesa della patria attraverso i temi dell'etica, dei principi, dei valori dello Stato democratico. Pace e diritti umani alla luce della Costituzione Italiana, delle sentenze della Corte Costituzionale, della Corte Europea e degli ordinamenti delle Nazioni Unite
- Gestione e trasformazione non violenta dei conflitti, prevenzione della guerra, concetti di peacekeeping, peace-enforcing e peacebuilding.

1.4. La normativa vigente e la carta d'impegno etico

- Le norme legislative che regolano il sistema del servizio civile, nonché quelle di applicazione riguardanti l'ordinamento e le attività del servizio civile
- La carta di impegno etico

2: *La cittadinanza attiva***2.1: La formazione Civica**

- Dichiarazione Universale dei Diritti dell'Uomo e della Carta Costituzionale (regole, diritti e doveri, ecc...). Funzione e ruolo degli organi costituzionali, organizzazione delle camere e iter di formazione delle leggi.

2.2: Le forme di cittadinanza

- Forme di Partecipazione civile: il volontariato, la Cooperazione Sociale, l'impegno politico e sociale, la democrazia partecipata, la partecipazione democratica alle elezioni e ai referendum, i bilanci partecipati

2.3: La Protezione Civile

- Protezione civile e difesa dell'ambiente e del territorio. Prevenzione tutela ambientale e legalità. Norme di comportamento nella gestione delle emergenze

2.4.: La rappresentanza dei volontari nel Servizio Civile

- Elezioni dei rappresentanti regionali e Nazionali del Servizio Civile. Partecipazione di ex volontari e/o rappresentanti in carica.

3: “ *Il giovane volontario nel Sistema del Servizio Civile*”**3.1.: Presentazione dell'Ente**

- La Legacoop (storia, valori, codice etico, ecc...)
- Breve percorso storico dell'esperienza e della struttura di gestione del servizio civile all'interno della Legacoop – struttura organizzativa
- La cooperazione sociale
- Lavorare nel sociale, Ambiente e Cultura
- La cooperativa come strumento di autoimprenditorialità

3.2.: Il lavoro per Progetti

- Il progetto di servizio civile: analisi e lettura esemplificata di un progetto, focalizzazione sul linguaggio, sugli aspetti critici delle competenze, delle mansioni richieste

3.3. : L'organizzazione del Servizio Civile e le sue figure

- Presentazione delle figure che operano all'interno del Progetto di Servizio Civile (OLP, RLEA, altri volontari) e all'interno dell'Ente.

3.4.: Disciplina dei rapporti tra enti e volontari del Servizio Civile

- Prontuario disciplina dei rapporti tra enti e volontario (DM 22/04/2015 e successive modifiche)

3.5.: Comunicazione interpersonale e gestione dei conflitti

- La comunicazione: il contesto, l'emittente, il messaggio, il canale comunicativo, il destinatario e la ricezione del messaggio da parte di quest'ultimo
- Elementi sulla non violenza e sulla mediazione dei conflitti

4: *“Rielaborazione dei contenuti della formazione generale in funzione dell'esperienza vissuta”*

- 1° Incontro di rielaborazione dei contenuti del percorso formativo alla luce dell'esperienza nello svolgimento del Servizio in relazione ai punti precedenti ed in particolare sui moduli “Il dovere di difesa della Patria, difesa civile non armata e nonviolenta” e “La cittadinanza attiva.
- 2° Incontro di rielaborazione dei contenuti del percorso formativo alla luce dell'esperienza nello svolgimento del Servizio in relazione ai punti precedenti, nonché sul bilancio di competenze e raffronto con le competenze in entrata sia individuali che di gruppo valutate all'inizio del percorso.

Durata:

La durata della Formazione Generale è di 41 ore

Formazione specifica (relativa al singolo progetto) degli operatori volontari**Sede di realizzazione:**

POLIS Società Cooperativa Sociale, Via G.B.Pontani n°47 — 06128
Perugia

Contenuti della formazione:**MODULO N. 1**

CONTENUTI DEL MODULO: Accoglienza descrizione del progetto di servizio (mission, attività, destinatari, personale). Il ruolo del volontario all'interno del progetto di Servizio Civile Naz.le. Il “gruppo” di Servizio Civile (compiti, ruoli e responsabilità). Conoscenza degli OLP ed eventuale ulteriore referente. Visita del servizio

MODULO N. 2

CONTENUTO DEL MODULO: Formazione/informazione sui rischi connessi all'impiego dei volontari nei progetti di servizio civile:

Concetti di rischio – Danno – Prevenzione – Protezione – Organizzazione della prevenzione aziendale – Diritti, doveri e sanzioni per i vari soggetti aziendali, organi di vigilanza, controllo e assistenza

L'obiettivo di questo modulo è quello di fornire ai volontari in scn tutti gli elementi fondamentali e necessari per realizzare le attività previste nel progetto di servizio civile nel rispetto di quanto previsto dalla normativa vigente in materia di sicurezza nei luoghi di lavoro.

Nello specifico l'obiettivo principale è la conoscenza di base della sicurezza nei luoghi di lavoro, dei principali rischi legati all'attività svolta dai volontari, della modalità di valutazione dei rischi, della figura dell'addetto alla sicurezza in azienda, nonché dell'addetto alla lotta antincendio e al primo soccorso.

Più nel dettaglio saranno trattati i seguenti contenuti:

Contenuti di sistema: formazione/informazione su principi generali d.lgs. 81/08 - concetti di rischio – danno – prevenzione – protezione – organizzazione della prevenzione aziendale – diritti, doveri e sanzioni per i vari soggetti aziendali, organi di vigilanza, controllo e assistenza.

Contenuti specifici: si procederà quindi a trattare i temi relativi ai rischi connessi all'impiego di volontari di servizio civile nelle sedi di attuazione progetto riguardo al settore e all'area di intervento del progetto (punti 5 e 8.3 del formulario).

D. Lgs. 81/08 "sicurezza nei luoghi di lavoro" (sedi di attuazione progetto):

- Le figure preposte all'emergenza
- Il sistema di prevenzione e protezione
- La segnaletica di sicurezza
- La gestione delle emergenze
- Previsione dei pericoli evidenti e di quelli probabili
- Agenti estinguenti e loro utilizzo
- Piano prevenzione incendi e presa visione degli estintori portatili e modalità di utilizzo
- Procedure di evacuazione (in base al piano di evacuazione)

Assistenza

- Normativa di riferimento
- Documento di valutazione dei rischi redatto dall'azienda
- Fattori di rischio connessi all'attività svolta ed al target di riferimento del progetto: *disagio adulto e giovanile*
- Riconoscere un'emergenza sanitaria
- Previsione dei pericoli evidenti e di quelli probabili
- tecniche di auto protezione specifiche ed esercitazione
- movimentazione manuale dei carichi (se previsto), contatti con l'utenza
- tecniche di comunicazione con il sistema emergenza
- riconoscimento e limiti d'intervento di primo soccorso: crisi asmatica, reazioni allergiche, crisi convulsive, emorragie esterne post-traumatiche, shock, ecc..

tecniche di primo soccorso in casi di esposizione accidentale ad a

MODULO N. 3 le norme volontarie di riferimento

CONTENUTI DEL MODULO: Cenni in merito al panorama legislativo che regola i servizi agli anziani a livello nazionale e regionale. Presentazione dei percorsi intrapresi da Polis per la certificazione della qualità, ISO EN 9001 e Accreditamento rete PAM, consorzio Nazionale CGM, verranno approfondite in maniera specifiche le check list riferite ai percorsi di Accreditamento ed il codice etico di Polis

MODULO N. 4 modello organizzativo servizi residenziali per anziani

CONTENUTI DEL MODULO: Descrizione del modello organizzativo adottato all'interno delle Residenze gestite da Polis – standard qualitativi-organizzazione delle risorse, con particolare riferimento alle normative regionali e nazionali ad ol momento vigenti.

MODULO N. 5 progetto socio assistenziale-sanitario adottato da Polis

CONTENUTI DEL MODULO: Presentazione del progetto Socio Assistenziale sanitario , tecniche assistenziali, obiettivi e strumenti messi in atto dagli operatori di Polis nelle Residenze, con particolare riferimento agli strumenti di valutazione multidimensionale e loro applicazione.

MODULO N. 6 lavoro di équipe e comunicazione efficace

CONTENUTI DEL MODULO: Descrizione della metodologia di lavoro in equipe e degli elementi di base per una comunicazione efficace con tutti soggetti che si interfacciano nel servizio, la globalità dei linguaggi sarà l'argomento maggiormente approfondito insieme ad alcuni modelli di riferimenti che favoriscano l'acquisizione delle competenze emotive minime di base

MODULO N. 7 Tecniche di ANIMAZIONE e costruzione dei laboratori

CONTENUTI DEL MODULO: valore e modalità di effettuazione dei laboratori manuali . Tecniche di animazione e di socializzazione rivolte agli anziani, diverse metodologie e tipologie di approccio, verranno trattate in maniera specifica le metodologie inerenti le terapie non farmacologiche,

MODULO N. 8 Visite di alcune sedi operative

CONTENUTI DEL MODULO: conoscenza e partecipazione al alcuni momenti significativi che si svolgono internamente alle residenze oggetto del progetto

La durata della formazione specifica è: 75 ore