orientamento
.ch

Operatore per la promozione dell’attività fisica e della salute AFC
Operatrice per la promozione dell’attività fisica e della salute AFC

Sport, promozione della salute | Cura del corpo, estetica | Salute

L’operatore e l’operatrice per la promozione dell'attività fisica e della salute propongono programmi di attività fisica e rilassamento a persone di ogni età, tenendo conto dei loro bisogni, obiettivi e stile di vita. Forniscono consulenza e vendono prestazioni legate alla promozione della salute.

Attività

Accoglienza e valutazione iniziale

- accogliere la clientela e raccogliere informazioni sulle abitudini di vita
- compilare una scheda di anamnesi e completarla con un questionario sulla salute
- eseguire test per la valutazione della condizione fisica
- definire degli obiettivi individuali realistici

Pianificazione e conduzione delle attività

- proporre e personalizzare programmi di allenamento in base agli obiettivi definiti
- istruire all'utilizzo delle attrezzature e delle macchine cardiovascolari, ad esempio vogatore o tapis roulant
- guidare e supervisionare l’esecuzione degli esercizi in palestra
- motivare e accompagnare la clientela monitorando i progressi fisici
- condurre attività di gruppo proponendo esercizi di coordinazione, forza e resistenza, anche a ritmo di musica
- riconoscere situazioni di rischio, adottare misure di prevenzione e intervenire in caso di emergenza

Consulenza e vendita

- fornire consulenza su programmi e prestazioni legate alla promozione della salute
- vendere abbonamenti, prodotti e materiale sportivo, come integratori alimentari, equipaggiamento o abbigliamento sportivo
- informarsi sulle novità e sulle tendenze del settore

Amministrazione

- aggiornare i dossier dei clienti e delle clienti
- gestire l'agenda degli appuntamenti e le comunicazioni telefoniche
- occuparsi della corrispondenza, della fatturazione e delle statistiche
- gestire lo stock, controllare le scorte e ricevere la merce
- raccogliere i feedback e gestire i reclami

Manutenzione

- controllare le attrezzature e garantirne il corretto funzionamento
- mantenere in buono stato i locali e il materiale
- rispettare le norme d'igiene e smaltire i prodotti di pulizia secondo le disposizioni ambientali

Condizioni di lavoro

Gli operatori e le operatrici per la promozione dell’attività fisica e della salute svolgono la loro attività tra area di accoglienza e spazi dedicati all’attività fisica, come palestre e sale per corsi. Il lavoro comprende una parte commerciale e organizzativa e una parte pratica legata all’esercizio fisico; per questo indossano abbigliamento adatto all’attività sportiva. Gli orari di lavoro possono includere il lavoro serale e nei fine settimana.

Gli operatori e le operatrici per la promozione dell’attività fisica e della salute lavorano principalmente presso centri fitness e benessere, alberghi o strutture termali con zona fitness, centri per il tempo libero, club di vacanze, associazioni sportive o istituti pubblici. Le possibilità d’impiego sono concentrate soprattutto nelle città e nelle regioni turistiche. Con l’esperienza è possibile assumere la responsabilità di un centro fitness o mettersi in proprio, dopo aver acquisito competenze nella gestione aziendale.

Attitudini e interessi

Attitudini

- Buona coordinazione motoria
- Resistenza fisica
- Attitudini pedagogiche
- Capacità di mettere a proprio agio gli altri
- Capacità di adattarsi a orari irregolari e notturni
- Senso dell'igiene e della pulizia
- Senso commerciale
- Senso dell'accoglienza

Interessi

- Fare attività fisica
- Aiutare e prendersi cura degli altri
- Consigliare
- Essere in contatto con altre persone
- Informare e sensibilizzare

Formazione

Questa formazione si svolge tramite un tirocinio in azienda.

Azienda

Formazione pratica in un centro fitness o un centro benessere: 3-4 giorni a settimana

Scuola

Formazione teorica alla Scuola medico tecnica (SMT) presso il Centro professionale sociosanitario medico-tecnico (CPS) di Lugano: 2 giorni a settimana il 1° e il 2° anno, 1 giorno il 3° anno.

Corsi interaziendali

15 giorni su 3 anni

Durata

3 anni

Condizioni di ammissione

Aver terminato la scuola dell'obbligo.

Maturità professionale

In caso di buoni risultati scolastici è possibile conseguire la maturità professionale dopo la formazione professionale di base.

Titolo

Attestato federale di capacità (AFC) di operatore o operatrice per la promozione dell'attività fisica e della salute

Formazione continua

Attestato professionale federale

- **Specialista per la promozione dell'attività fisica e della salute APF** (https://orientamento.ch/it/professioni/specialista-per-la-promozione-dellattivita-fisica-e-della-salute-apf)
- **Allenatore di sport di prestazione APF** (https://orientamento.ch/it/professioni/allenatore-trice-di-sport-di-prestazione-apf)

Diploma federale

- Esperto/a per la promozione dell'attività fisica e della salute EPS

Scuola universitaria professionale

- Bachelor SUP in **scienze dello sport** (https://orientamento.ch/it/indirizzi-di-studio/sport-scienze-dello-sport)
- Bachelor SUP in **fisioterapia** (https://orientamento.ch/it/indirizzi-di-studio/fisioterapia)
- Bachelor SUP in **nutrizione e dietetica** (https://orientamento.ch/it/indirizzi-di-studio/nutrizione-e-dietetica)

Le condizioni di ammissione variano a seconda della scuola universitaria.

Professioni simili

Professione

Operatore/trice sociosanitario/a AFC

https://orientamento.ch/it/professioni/operatore-trice-sociosanitario-a-afc

---

Ulteriori informazioni

Numero Swissdoc

0.721.39.0

Link utili

Centro professionale sociosanitario medico-tecnico Lugano (CPS) (http://www.cpslugano.ti.ch)
Oml salute e movimento (https://www.bewegung-und-gesundheit.ch)
Federazione Svizzera dei Centri Fitness e di Salute (FSCF/SFGV) (http://www.sfgv.ch)
Basi legali (https://www.becc.admin.ch/becc/public/bvz/beruf/show/85701?lang=it)