

Facoltà di Farmacia e Medicina

ANNO ACCADEMICO 2015 /2016

BANDO PER L'AMMISSIONE AL CORSO DI FORMAZIONE

in

“METODOLOGIE ANTI-AGING E ANTI-STRESS:

Psicofisiologia, efficaci tecniche pratiche e rimedi naturali d'avanguardia per incrementare la performance e prolungare il senso di giovinezza corpo-mente”

DIRETTORE: Prof.ssa Lucia Martinoli

Coordinatore: Prof. Alessandro Gelli

codice di iscrizione infostud : 26221

1 - Finalità

L'obiettivo del Corso di Formazione è di fornire in tempi brevi (9 mesi) elementi fondamentali circa: Perché la gestione dello Stress è il primo pilastro dei un serio sistema “Anti-Aging”.

Definizioni e concetti di “Anti-Aging”, “Pro-Aging” Anti-Stress e “Pro-Stress”, i numerosissimi tipi di Stressors, Eustress, Distress e le diverse possibili risposte risposte Psico-Neuro-Endocrine in base al concetto di bio-tipizzazione psico-morfologica e le diverse potenziali risposte individuali.

Possibili protocolli ed indicazioni di base circa principali categorie di soggetti ai vari tipi di Stress e relativo invecchiamento precoce.

La differenza tra la “medicina estetica” e le strategie globali “AntiAging-AntiStress” (“Aging and Stress Management”), tra serietà scientifica e business. L'azione globale; alimentazione equilibrata, rimedi naturali (se necessari) e metodologie per contrastare efficacemente e per quanto possibile, i danni bio-chimici e neuro-endocrini dello Stress non gestito.

Concetti d' educazione alimentare in condizioni di salute ed in caso di patologie metaboliche e psico-metaboliche (Sindrome metabolica, Diabete Mellito) sempre più frequenti della popolazione; alimentazione bio-tipizzata, uso razionale e non commerciale dell'integrazione alimentare mediante l'utilizzo di vitamine, vitamino-sinergici, fitoestratti, minerali, macronutrienti e micronutrienti, aminoacidi.

Nozioni e possibili applicazioni pratiche dei concetti di “Nutrigenomica”, “Epigenetica” e relativa motivazione psicologica sul “potersi migliorare”; la nuova concezione dell'Epigenomica; educazione alla corretta attività fisica; cause e gestione dello stress in modo naturale, pratico e semplice, attraverso una migliore conoscenza di sé e dei meccanismi fisio-patologici che sono alla base dello Stress stesso.

L'alimentazione “Aging and Stress Management”, molecole presenti negli alimenti e loro influenza sul Sistema nervoso. Trattazioni su come ottimizzare la “farmacologia endogena” potendo relativamente ottimizzare i livelli di Cortisolo, Insulina, 5HT(Serotonina), Adrenalina, Nor-Adrenalina.

Trattazione del Network Psico-Neuro-Endocrino e spiegazioni scientifiche circa l'azione delle varie strategie, metodologie e la loro influenza sul Network stesso.

Trattazione di tecniche pratiche di respirazione e di rilassamento per favorire la calma, pratiche fisiche per lo scarico delle tensioni e nervosismi accumulati durante la vita quotidiana.

Differenze tra utenti "particolari" (campioni sportivi, astronauti, reparti militari operativi-corpi speciali) e l'utenza media, con genetica e capacità "medie" con le possibili difficoltà a gestire il normale Stress quotidiano.

Lo Stress come reazione vitale, concetti di Adattamento, e come ogni efficace strategia-metodologia pratica possa tecnicamente aiutare a contrastare l'Invecchiamento precoce. Strategie Anti-Stress per l'utenza media di facile applicazione come pilastro di un serio e scientifico "Anti-Aging".

Il fenomeno dell'Accumulo da Stress cronico non gestito.

Differenze tra Stress Acuto, grave ma palese e ben riconoscibile e lo Stress medio-lieve quotidiano di routine con relativo fenomeno di accumulo progressivo: prevenzione, metodi di riconoscimento dei primi sintomi e efficaci rimedi personalizzabili.

Concetti di variabilità soggettiva, diverse risposte psico-neuro-endocrine con esercitazioni e simulazioni tecnico-pratiche.

Trattazione degli errori più comunemente commessi nei cosiddetti corsi "yoga" di gruppo dove non infrequentemente si uniscono utenti con disturbi che necessitano di tecniche molto diverse tra loro e necessitano di strategie idonee da valutare caso per caso; cenni su il rischio potenziale di aggravare patologie pre-esistenti fisiche e psico-fisiologiche: trattazione di casi tipici: errori e rimedi.

Trattazione circa la differenza tra la cultura e la struttura fisica orientale con quella occidentale e perché è stato necessario adattare, modificare le numerose pratiche orientali per una concreta ed operativa applicazione per l'utenza occidentale.

Cenni di teoria e pratica di psico-fisiologia del suono e musico-terapia e relativa influenza sul sistema nervoso; concetto di personalizzazione, variabilità e risposta soggettiva psico-neuro-endocrina ai diversi generi musicali in base allo specifico gusto e vissuto del soggetto.

Studio delle diverse reazioni soggettive mediante strumentazioni Bio-feedback, oscilloscopio, generatori di sinusoidi ed altri strumenti in grado di dimostrare la capacità del soggetto a rilassarsi, estraniarsi o ad innervosirsi.

La voce e come varia in base ai diversi stati emotivi. Analisi della voce tramite oscilloscopio e studio delle onde e delle armoniche vocali.

I suoni come mezzo terapeutico o, al contrario, come disturbo.

Il sonno e la qualità del riposo come pilastro rigeneratore "Aging and Stress Management", indicazioni alimentari, molecole naturali e tecniche pratiche per favorire l'indispensabile sonno "rigeneratore".

Trattazione dello Stress da onde ELF, campi elettromagnetici naturali ed artificiali e possibili influenze psico-fisiologici su soggetti sensibili.

Cenni dei fenomeni bio-elettrici del corpo umano, bio-elettro-magnetismo, attività solare e influenza dei cambi stagionali, in particolare quello primaverile e come contrastare alcuni tipici disturbi di alcuni soggetti sensibili.

L'anti-Aging al "femminile" strategie e rimedi naturali dedicati e mirati per le donne, a partire dalla "Sindrome Pre-Mestruale".

Cenni di tecniche di derivazione orientale utili per la sfera "Sessualità ed Anti-AGING" per l'uomo e la donna di oggi.

Il fine del corso è quello di fornire gli strumenti adeguati per poter affrontare e gestire in modo consapevole, costruttivo ed efficiente, le proprie risorse personali, anche mediante il supporto di

sostanze naturali ed infine di rendere più produttiva, serena e ricca di benessere la propria vita, basandosi anche sulle più recenti ipotesi e scoperte nel campo epigenetico.

Esso inoltre fornirà le conoscenze base per eventuali successivi approfondimenti opportunamente mirati alle varie categorie del lavoro e del professionismo.

Il corso di Corso di Formazione è rivolto a soggetti interessati a sviluppare una concreta professionalità nel campo Anti-Aging, gestione dello stress, vitaminologia, fitoterapia (piante ed estratti ad azione "adattogena"), aminoacidi e derivati, apprendimento di tecniche respiratorie, fisiche e psico-fisiologiche per aiutare il controllo emotivo nella vita pratica di tutti i giorni, contrastando le ripercussioni biochimiche e neuro-ormonali che lo stress cronico non gestito induce.

2 - Requisiti di ammissione

Possono partecipare al Corso di formazione coloro che sono in possesso del diploma di scuola secondaria superiore.

Possono accedere al Corso di Formazione studenti in possesso di titoli di studio rilasciati da scuole straniere, presentando diploma corredato di traduzione ufficiale in lingua italiana con legalizzazione e di dichiarazione di valore.

3 - Numero dei posti disponibili

Il corso verrà attivato se si raggiunge il numero minimo di 6 iscritti. Il numero massimo di iscritti è 30. Nel caso in cui le domande pervenute siano superiori al numero di posti disponibili si procederà a stilare una graduatoria degli ammessi.

4 – Durata e organizzazione attività formative

Il Corso di Formazione dura 9 mesi

Le lezioni inizieranno nel mese di Marzo 2016 e si concluderanno nel mese di Dicembre 2016

L'attività formativa è pari a 63 ore di impegno complessivo, di cui almeno 43 ore dedicate all'attività di didattica frontale.

Le didattica frontale teorica si svolgerà presso le strutture della Sapienza Università di Roma, Dipartimento di Fisiologia e Farmacologia, la didattica frontale con svolgimento di esperienze pratiche e tecniche, sarà svolta presso Centro esterno che fornirà locali a norma in comodato d'uso gratuito.

L'Accademia delle Scienze U.R.A.N.U.S Italia Salute e Benessere Globale, collabora alla realizzazione di questo corso mettendo a disposizione numerose strumentazioni scientifiche (strumenti per il bio-feedback, milli-voltmetri, Micro-galvanometri, impianto per la riproduzione di frequenze sub-soniche, rilevatore di onde elettro-magnetiche, generatore di sinusoidi).

Tali strumentazioni sono concesse in comodato d'uso gratuito al Coordinatore Scientifico del C.A.F "Metodologie Anti Aging ed Anti-Stress", Prof. Alessandro Gelli, Accademico e Responsabile della sezione Strumenti e Tecnologie dell'Accademia suddetta.

Tali strumentazioni permetteranno ai corsisti di poter valutare in tempo reale la capacità di gestire Stress ed emozioni durante le esperienze pratiche con relative simulazioni e stimoli stressanti didattici.

Altri strumenti permetteranno ai corsisti di poter osservare la forma d'onda della loro voce i rapidi cambiamenti in base alle fluttuazioni emotive simulate, come particolari impianti audio,



permetteranno di fare esperienze pratiche sulle percezioni di onde sub-soniche oltre a quelle udibili.

Le strumentazioni e le relative misurazioni permettono quindi un maggior sviluppo di consapevolezza e coinvolgimento da parte dei corsisti nonché una quantificazione dei fenomeni studiati in quel momento.

| SSD | ATTIVITA' FORMATIVE | CFU |
|-------|---|-----------------------------|
| | | Attività Didattica Frontale |
| BIO09 | Modulo 1 Anti-Aging. Etiologia, psico-fisiologia e gestione dello stress. Epigenetica Contenuti: teorie ed eziopatogenesi dei processi di invecchiamento, cenni di genetica ed epigenetica. Come conquistare e preservare la longevità. Abolizione dello stile di vita scorretto (alimentazione, sedentarietà, fumo, uso di sostanze illecite, ecc..). Anti-Aging materno-fetale: l'invecchiamento e la predisposizione alle malattie inizia in ambiente uterino. Cause, fisiologia, biochimica e fisiopatologia dello stress. Approccio globale operativo alla gestione dello stress con tecniche di derivazione orientale ma adattate alla fisiologia e mentalità occidentale. Alimentazione, integrazione e attività fisica anti-stress. Tecniche di respirazione ed esercizi anti-stress con effetto rapido per il controllo dell'ansia, attacchi di panico, depressione di derivazione orientale ma adattate alla psico-fisiologia occidentale. Epigenetica e interazioni con l'ambiente, lo stress e invecchiamento. | 1 |
| BIO09 | Modulo 2 I biotipi morfologici e biotipi derivati. Attività fisica biotipizzata e allenamento metabolico Contenuti: I biotipi morfologici e biotipi derivati: storia della biotipizzazione fino alla moderna biotipizzazione psico-morfo-endocrinologica. Semeiotica della biotipizzazione. Differenze biotipologiche e specifici approcci alimentari, integrativi e d'allenamento, mirati sulla psico-bio-costituzione e specifico metabolismo soggettivo. Esempi pratici di bio-tipi misti. Fisiologia dell'allenamento, tipologie di allenamento, corretta prescrizione dell'allenamento per l'aumento della massa muscolare, dimagrimento, cura della Sindrome Metabolica, Diabete Mellito, Anoressia e Bulimia, allenamento per il mantenimento dello stato di benessere. | 1 |
| BIO09 | Modulo 3 Dismetabolismi, Nutrigenomica e Alimenti Funzionali Contenuti: Sindrome Metabolica, Diabete Mellito: approccio nutrigenomico per la correzione delle alterazioni metaboliche-ormonali, correzione delle errate abitudini alimentari e rieducazione agli alimenti. Aspetti | 1 |



| | | |
|-------------------|--|--------------------------|
| | psicologici e strategie pratiche per affrontarli. Interazione fra alimenti e DNA, come gli alimenti influenzano l'espressione genica e possono essere fattori di malattie o salute. Chimica degli alimenti funzionali e loro uso farmacologico per il benessere psico-fisico. Fisiologia dell'apparato digerente e microambiente intestinale. | |
| BIO09 | Modulo 4 Integrazione vitaminica nella dieta ed I minerali nella dieta, I vitamino-sinergici, fitoestratti specifici per l'anti-aging, aminoacidi e macro e micro nutrienti. Terapia ormonale sostitutiva nell' Anti-Aging Contenuti: Integrazione vitaminica nella dieta : nuovi dosaggi vitaminici per il benessere. Differente fabbisogno vitaminico per le donne, uomini, bambini e in gravidanza. Utilizzo pratico delle vitamine. Cenni di bio-chimica di alcune sostanze naturali e azione fisiologica. Dosaggi utili dei minerali per il benessere e per prevenire e curare patologie come l'ipertensione, la Tachicardia, la Sindrome Premestruale, l'ipertrofia Prostatica. Differente fabbisogno di minerali per le donne, uomini, bambini e in gravidanza. Utilizzo pratico dei minerali. corretto utilizzo per aumentare la performance psico-fisica, ridurre lo stress, ridurre l'adipe in eccesso, combattere l'ansia e la depressione lievi, sviluppo muscolare, definizione muscolare. Differenza tra trattamento sostitutivo ormonale e via stimolativa naturale: l'utilizzo dei fito-estratti naturali e loro potenzialità salutistiche e problematiche da considerare (interazioni farmacologiche e controindicazioni) Utilizzo medico della terapia ormonale sostitutiva nell'anti-aging e relative indicazioni (andropausa, climaterio, ipogonadismi) e controindicazioni (ipertrofia prostatica, situazioni oncologiche , patologie cardiovascolari, dislipidemie). Descrizione dei diversi assetti ormonali ed esempi di terapie sostitutive mediche. | 1 |
| | | Altre attività formative |
| | Formazione professionalizzante | 1 |
| TOTALE CFU | | 5 |

La frequenza del 75% delle attività previste dal Corso di formazione dà diritto all'attestato di frequenza e permette l'eventuale riconoscimento di 5 Crediti formativi universitari all'interno di un percorso di Master, purché coerente con i contenuti del corso stesso. In caso di mancata frequenza, o di altri comportamenti comunque censurabili, il Direttore può decidere di non rilasciare l'attestato di frequenza del Corso di Formazione. In tal caso le quote di iscrizione versate non saranno rimborsate.

Per informazioni sulla didattica contattare:

Docenti di riferimento:

Prof. Lucia Martinoli

Prof. Alessandro Gelli

Segreteria Corso di formazione: **METODOLOGIE ANTI-AGING E ANTI-STRESS:**

Psicofisiologia, efficaci tecniche pratiche e rimedi naturali d'avanguardia per incrementare la performance e prolungare il senso di giovinezza corpo-mente

Indirizzo: Dipartimento di Fisiologia e Farmacologia, Piazzale Aldo Moro n.5, 00185 Roma

Recapiti telefonici: 06 49912313 , 3385926100

E-mail: lucia.martinoli@uniroma1.it; profalessandrogelli@gmail.com, sermissori@libero.it.

5.1 Presentazione della domanda di ammissione

Per iscriversi ai Corsi di Formazione i candidati dovranno osservare le seguenti modalità:

1 – Registrarsi al sistema informativo dell'Università (Infostud) seguendo le istruzioni indicate al link:

<https://stud.infostud.uniroma1.it/Sest/registrazioneStudenti/initRegistrazione.do>

Al termine della registrazione il sistema rilascerà un numero di matricola e la password per accedere al sistema Infostud. Il numero di matricola dovrà essere inserito nella domanda di ammissione al corso di formazione.

ATTENZIONE: è importante inserire nei recapiti un indirizzo mail valido, perché la procedura di recupero della password avviene tramite mail.

Se il candidato è stato già studente della Sapienza non deve registrarsi, in quanto è già in possesso del numero di matricola. Se non ricorda la matricola o la password può seguire la procedura automatica di recupero: <https://stud.infostud.uniroma1.it/Sest/ModPwd2/reset.jsp>.

Se la procedura non riesce contattare l'ufficio Affari Generali Borse di Studio e Progetti al numero 0649912122.

Per eventuali informazioni sulle modalità di registrazione è possibile contattare il CIAO:

Sede P.le Aldo Moro, 5 - palazzo del Rettorato (retro Aula Magna)

Apertura dal lunedì al venerdì dalle 9.30 alle 17.00

Fax (+39) 0649910032

email ciao@uniroma1.it

Sito web <http://www.uniroma1.it/didattica/sportelli/ciao>

2 – Compilare la domanda di ammissione al Corso di formazione , in carta semplice, utilizzando il modulo allegato al presente bando (Allegato 1).

Alla domanda di ammissione devono essere obbligatoriamente allegati:

- Fotocopia di un documento d'identità valido, debitamente sottoscritto e leggibile (Carta d'Identità/Patente Auto/ Passaporto);
- Autocertificazione del titolo universitario conseguito;
- Fotocopia della "Dichiarazione di Valore" (per coloro che hanno conseguito il titolo universitario all'estero);
- Dichiarazione di consenso per il trattamento dei dati personali (Allegato 2);

La domanda di ammissione, **sottoscritta dal candidato** e corredata dagli allegati, deve pervenire **entro e non oltre il 18/02/2016** secondo le seguenti modalità:

- mediante invio della domanda corredata di tutti gli allegati scansionali al seguente indirizzo di posta elettronica: lucia.martinoli@uniroma1.it e sermissori@libero.it

Non verranno accettate le domande presentate in data successiva al termine di scadenza.

5.2 Graduatoria degli ammessi

La segreteria del Corso di Formazione provvede alla verifica dei requisiti di ammissione e pubblica un elenco/graduatoria dei partecipanti al corso di Formazione entro il 29/02/2016. Successivamente alla pubblicazione della graduatoria è possibile iscriversi al Corso tramite il sistema Infostud e pagare la tassa di iscrizione.

6 – Quota di iscrizione al corso di Formazione

La partecipazione al Corso di Formazione prevede un importo di € 900,00 da versare secondo le modalità del punto 7.1 e 7.2 **entro e non oltre il 05/03/2016.**

La quota di iscrizione potrà essere rimborsata solo ed esclusivamente nel caso in cui il corso non venga attivato. In tal caso lo studente, per ottenere il rimborso, dovrà presentare un'istanza al Direttore del Corso di Formazione.

7.1 – Modalità di pagamento della quota di iscrizione al Corso di Formazione

Lo studente ammesso al corso deve entrare in Infostud (<https://stud.infostud.uniroma1.it/Sest/Log/>) e cliccare su "tasse", poi su "alta formazione/formazione", inserire il codice del corso indicato sul bando e fare clic su "avanti" e poi "stampa".

Il pagamento della quota di iscrizione deve avvenire entro la data di scadenza prevista dal presente bando (cfr. punto 6), presentando il bollettino scaricato da Infostud presso una qualunque filiale del Gruppo UniCredit - Banca ubicata su tutto il territorio nazionale e potrà essere effettuato:

- in contanti;
- on line, mediante carta di credito, sul sito Unicredit attraverso il [form per il pagamento on line](#)
- con assegno di conto corrente bancario, di importo esattamente corrispondente alla quota da pagare e riportata nel cedolino stampato da Infostud, intestato a Gruppo UniCredit - Banca qualora il partecipante sia correntista presso la stessa Banca o presso una qualunque altra banca ubicata sul territorio nazionale;
- con assegno di conto corrente bancario, di importo esattamente corrispondente alla quota da pagare e riportata nel cedolino stampato da Infostud, emesso da una terza persona correntista presso una qualsiasi banca, in favore del vincitore.

La quota di iscrizione non può essere in alcun modo rimborsata. Lo studente può presentare istanza di rimborso soltanto nel caso in cui il corso non venga attivato.

7.2 – Modalità per il pagamento delle quote di iscrizione al Corso di Formazione da parte di un Ente/Azienda

Per finanziare l'iscrizione di una persona o più persone ad un corso di formazione è necessario che i beneficiari del finanziamento si registrino su Infostud e ottengano il bollettino come descritto al punto 7.1, e successivamente compiere i seguenti passaggi:

1 - l'azienda finanziatrice deve fare un bonifico pari all'importo indicato nel bollettino scaricato dal beneficiario sul seguente IBAN:

Cod. IBAN: IT71I 02008 05227 000400014148

Codice Ente: 9001778

Tesoreria Universitaria Unicredit – Agenzia 30660

Nella causale è necessario indicare:

"FORM (codice corso) matr. (matricola studente)".

Questa indicazione è indispensabile per abbinare il pagamento al beneficiario al corso.

Se ci sono più beneficiari, modificare di conseguenza l'importo totale del bonifico e la causale con l'indicazione delle matricole di tutti i beneficiari.

2 - dopo aver effettuato il bonifico inviare una mail con i propri riferimenti (nome azienda, partita iva/codice fiscale, recapiti, nome cognome e matricola del/dei beneficiario/beneficiari) all'indirizzo: francesca.bernabei@uniroma1.it; una volta accertato il pagamento, gli uffici della Ragioneria dell'Università provvederanno a rilasciare una ricevuta per l'importo versato, e a inviarlo all'indirizzo indicato nella domanda di iscrizione.

3 - una volta accertato il pagamento, gli uffici della Ragioneria dell'Università provvederanno a rilasciare una fattura per l'importo versato, e a inviarlo all'indirizzo indicato nel form on line.

Allegato 1

DOMANDA DI AMMISSIONE AL CORSO DI FORMAZIONE

.....
Al Direttore del Corso di Formazione

Prof.....

Università degli Studi di Roma "La Sapienza"

Presso.....

Piazzale/Via.....

Cap R O M A

Il/La sottoscritto/a codice fiscale nato/a il nazionalità residente invia C.A.P..... Telefono Fax mobilee-mail Matricola INFOSTUD:Ente Finanziatore (se presente)..... in possesso del seguente titolo universitario: conseguito il giorno presso l'Università/Istituto..... con la seguente votazione chiede di essere ammesso/a al Corso di Formazione in istituito presso la Facoltà/Dipartimento dell'Università degli Studi di Roma "La Sapienza", per l'a.a. 2015/2016.

A tal fine, allega alla presente:

- Fotocopia di un documento d'identità valido, debitamente sottoscritto e leggibile (Carta d'Identità - Patente Auto - Passaporto);
- Autocertificazione del titolo universitario conseguito;
- Fotocopia "Dichiarazione di Valore" (per coloro che hanno conseguito il titolo universitario all'estero);
- Dichiarazione di consenso per il trattamento dei dati personali (Allegato 2);

Il /La sottoscritto/a dichiara di aver letto e di approvare in ogni suo punto il bando di ammissione al Corso di Formazione, di essere in possesso di tutti i requisiti ivi previsti e di essere consapevole che, ai sensi del D.Lgs. 445/2000, il rilascio di dichiarazioni false o incomplete costituisce un reato penale.

Data

Firma autografa del/la candidato/a

Allegato 2

Informativa ai sensi del Decreto Legislativo 196/2003 – Codice in materia di dati personali

Finalità del trattamento

Ai sensi dell'articolo 13 del D.lgs. n.196/2003 i dati da Lei forniti verranno trattati nella misura indispensabile e per le finalità connesse all'iscrizione ed alla frequenza del corso di Alta Formazione.

Modalità del trattamento e soggetti interessati

Il trattamento sarà effettuato con modalità sia manuali che informatizzate. I dati potranno essere comunicati a Istituzioni o Enti pubblici e privati qualora fosse strettamente necessario ai fini dello svolgimento delle attività didattiche del corso.

Natura del conferimento dei dati e conseguenza di un eventuale rifiuto

Il conferimento dei dati è obbligatorio, e l'eventuale rifiuto di fornire tali dati comporta l'impossibilità di dar corso all'iscrizione al corso e alla gestione delle attività procedurali correlate, nonché alle attività didattiche.

Titolare e responsabile del trattamento dei dati

Titolare del trattamento dei dati è l'Università degli Studi di Roma in persona del suo legale rappresentante protempore, il Magnifico Rettore, domiciliato per la carica presso la sede dell'Università. Responsabile del trattamento dei dati è il Direttore del corso di Alta Formazione.

Diritti di cui all'art. 7 del d.lgs. 196/2003 - Diritto di accesso ai dati personali ed altri diritti

L'interessato ha diritto di ottenere la conferma dell'esistenza o meno di dati personali che lo riguardano, anche se non ancora registrati, e la loro comunicazione in forma intelligibile.

L'interessato ha diritto di ottenere l'indicazione:

- a) dell'origine dei dati personali;
- b) delle finalità e modalità del trattamento;
- c) della logica applicata in caso di trattamento effettuato con l'ausilio di strumenti elettronici;
- d) degli estremi identificativi del titolare, dei responsabili e del rappresentante designato ai sensi dell'articolo 5, comma 2;
- e) dei soggetti o delle categorie di soggetti ai quali i dati personali possono essere comunicati o che possono venirne a conoscenza in qualità di rappresentante designato nel territorio dello Stato, di responsabili o incaricati.

- L'interessato ha diritto di ottenere:

- a) l'aggiornamento, la rettificazione ovvero, quando vi ha interesse, l'integrazione dei dati;
- b) la cancellazione, la trasformazione in forma anonima o il blocco dei dati trattati in violazione di legge, compresi quelli di cui non è necessaria la conservazione in relazione agli scopi per i quali i dati sono stati raccolti o successivamente trattati;
- c) l'attestazione che le operazioni di cui alle lettere a) e b) sono state portate a conoscenza, anche per quanto riguarda il loro contenuto, di coloro ai quali i dati sono stati comunicati o diffusi, eccettuato il caso in cui tale adempimento si rivela impossibile o comporta un impiego di mezzi manifestamente sproporzionato rispetto al diritto tutelato.

- L'interessato ha diritto di opporsi, in tutto o in parte:

- a) per motivi legittimi al trattamento dei dati personali che lo riguardano, ancorché pertinenti allo scopo della raccolta;
- b) al trattamento di dati personali che lo riguardano a fini di invio di materiale pubblicitario o di vendita diretta o per il compimento di ricerche di mercato o di comunicazione commerciale.

Firma per accettazione