

Numero, data e protocollo della registrazione
Tit./CL./fasc.: 07/01.00115

Oggetto: avviso di selezione interna ed esterna per l'individuazione di personale per lo svolgimento di attività nell'ambito del progetto "Protocolli di allenamento (Polarizzato vs HIIT) e approcci nutrizionali (IER 5:2 vs CER) nel trattamento dell'obesità", resp. sc. prof. Stefano Lazzer

IL DIRETTORE DEL DIPARTIMENTO

VISTO l'art. 7, commi 5 bis, 6 e 6 bis del D.lgs. 165/2001 e ss. mm. e ii.;

VISTO lo Statuto di Autonomia dell'Università degli Studi di Udine, in particolare l'art. 29;

VISTO il Regolamento per l'Amministrazione, la Finanza e la Contabilità emanato con D.R. n. 607 del 17.12.2014, in particolare l'art. 5 "Dipartimenti";

VISTO il Regolamento per l'affidamento di incarichi individuali esterni strumentali alla ricerca e alla didattica e alle attività amministrative e tecniche di supporto emanato con D.R. n. 494 del 17.07.2007;

VISTA la delibera del Consiglio di Amministrazione del 19.12.2014, come integrata dalla delibera del 26.06.2018 sull'approvazione e sottoscrizione di contratti e convenzioni;

VISTA la delibera del Consiglio di Dipartimento di Medicina del 13.10.2025 che attribuisce al Direttore la competenza per l'approvazione di contratti con personale esterno imputabili su fondi di ricerca entro il limite di 30.000,00€ annui;

VISTO il progetto "Protocolli di allenamento (Polarizzato vs HIIT) e approcci nutrizionali (IER 5:2 vs CER) nel trattamento dell'obesità";

VISTA la richiesta con la quale il Responsabile scientifico del progetto di ricerca, prof. Stefano Lazzer, chiede l'autorizzazione all'avvio di una procedura selettiva per il conferimento di un incarico di lavoro autonomo;

TENUTO CONTO che a seguito di specifica indagine condotta all'interno della struttura, risulta impossibile conferire i compiti oggetto dell'incarico a personale dipendente, in quanto trattasi di attività che richiedono alta specializzazione e non vi sono le competenze interne per lo svolgimento dell'incarico;

VISTO che si rende necessario avviare la procedura di selezione rivolta al personale dipendente dell'Università di Udine e, in subordine, al personale esterno;

VISTO che l'importo previsto per l'incarico è pari a € 2.267,17 lordi per un importo complessivo di € 3.000,00 comprensivi degli oneri a carico ente;

TENUTO CONTO che la spesa trova la seguente fonte di copertura: scrittura COAN, esercizio corrente, n. 33649 del 15.01.2026 pari a € 3.000,00 (costo aziendale) progetto RICLIB_LAZZER;



TENUTO CONTO che la spesa di cui al presente incarico **non è soggetta** ai limiti di cui all'art. 9, comma 28, della L. 30.7.2010, n. 122 di conversione in legge del D.L. 31.5.2010, n. 78 in quanto è coperta da finanziamenti specifici aggiuntivi, o da fondi dell'Unione europea ovvero è relativa all'attuazione di progetti di ricerca e di innovazione tecnologica o di progetti finalizzati al miglioramento di servizi anche didattici per gli studenti, e non è a carico del Fondo per il finanziamento ordinario dell'Università;

RENDE NOTO

Quanto segue.

Articolo 1 Oggetto della selezione

È indetta una selezione per *titoli*, rivolta a:

a) personale tecnico amministrativo - di seguito personale interno - in servizio, a tempo pieno, presso l'Università degli Studi di Udine. Tale personale sarà tenuto a svolgere le attività in orario di servizio (con un impegno medio di 2 ore settimanali), senza alcuna forma di compenso;

in subordine

b) personale esterno, per il conferimento di un incarico di lavoro autonomo, presso il Dipartimento di Medicina dell'Università degli Studi di Udine, qualora la ricognizione interna dia esito negativo.

Titolo e ambito del progetto: Protocolli di allenamento (Polarizzato vs HIIT) e approcci nutrizionali (IER 5:2 vs CER) nel trattamento dell'obesità

Lo studio, della durata di 24 settimane, confronta due protocolli di allenamento (polarizzato vs HIIT) e due approcci nutrizionali (IER 5:2 vs restrizione calorica continua) nel trattamento dell'obesità. L'obiettivo principale è valutare gli effetti su VO₂max e sensibilità insulinica (R-QUICKI), verificando anche la possibile superiorità della combinazione POL + IER. Parallelamente, verranno analizzati parametri metabolici, infiammatori e la forza muscolare come esiti secondari. I partecipanti saranno valutati all'inizio (T0), a metà (T12) e al termine (T24) dello studio. Le misure includeranno composizione corporea, test cardiorespiratori, forza degli arti inferiori, questionari alimentari ed esami ematici. Nel complesso, lo studio mira a chiarire il ruolo combinato di esercizio e dieta nella gestione a lungo termine dell'obesità.

Le attività oggetto dell'incarico sono le seguenti:

- Partecipazione all'organizzazione delle attività;
- realizzazione dei prelievi ematici previsti nel progetto, presso il Laboratorio di Scienze Motorie situato nella casa dello studente di Gemona del Friuli (Udine).

Periodo di svolgimento dell'incarico: dal 01.06.2026 al 31.05.2027

Nel caso di individuazione di soggetti esterni, l'incarico sarà espletato personalmente dal prestatore selezionato, in piena autonomia tecnica ed organizzativa, senza vincolo di subordinazione; in particolare sarà escluso qualsiasi potere direttivo organizzativo, e/o disciplinare da parte dell'Amministrazione nei confronti del prestatore.

L'uso del genere maschile per indicare i soggetti destinatari del presente avviso è da intendersi riferito ad entrambi i generi.

Articolo 2 Requisiti di ammissione

Sono ammessi a partecipare alla selezione in oggetto coloro che sono in possesso dei seguenti requisiti:

- 1) possesso di uno dei seguenti titoli di studio: laurea magistrale ai sensi del D.M. 270/2004 nella classe Scienze Infermieristiche ed Ostetriche LM/SNT1, laurea specialistica ai sensi del D.M. 509/1999 nella classe Scienze infermieristiche e ostetriche SNT/01/S.

Sono altresì ammessi i titoli equiparati alle suddette lauree ai fini della partecipazione ai concorsi pubblici in base al Decreto Interministeriale 9 luglio 2009.

Coloro i quali sono in possesso di un titolo di studio straniero possono partecipare alla selezione allegando alla domanda copia del titolo di studio corredato da una traduzione in lingua italiana, certificata conforme al testo straniero, redatta dalla competente rappresentanza diplomatica o consolare ovvero da un traduttore ufficiale.

Saranno ammessi a partecipare i candidati in possesso di titoli di studio dichiarati equipollenti dalla normativa.

Nel caso di possesso di titolo di studio straniero l'accertamento in merito all'equipollenza del medesimo ai titoli di studio richiesti per la selezione, è demandata alla Commissione la quale potrà avvalersi del supporto degli uffici competenti dell'Ateneo.

- 2) Titoli professionali:
 - Abilitazioni / patentini: iscrizione all'Ordine delle Professioni Infermieristiche
 - documentata esperienza professionale come infermiera presso ospedali e/o IRCSS per almeno 5 anni

Articolo 3 Modalità di presentazione della domanda

Si riportano le modalità e i termini di presentazione delle domande:

a) per il personale interno:

La domanda (Mod. 1) redatta in carta semplice in conformità allo schema allegato al presente avviso deve essere indirizzata all'Università degli Studi di Udine – Dipartimento di Medicina e inviata, unitamente ai previsti allegati, all'indirizzo di posta elettronica amce@uniud.it o spedita a mezzo PEC amce@postacert.uniud.it entro il termine perentorio di 7 giorni a decorrere dal giorno successivo a quello della pubblicazione all'Albo on-line di Ateneo, pena l'esclusione dalla selezione.

Se il giorno di scadenza è festivo, la scadenza si intende prorogata al primo giorno utile non festivo.

Si considerano prodotte in tempo utile esclusivamente le domande pervenute entro il termine sopra indicato.

Alla domanda andranno allegati:

- a) curriculum vitae (All. 1);
- b) dichiarazione di conformità all'originale, dei documenti e dei titoli, allegati in copia (All. 2);
- c) nulla osta del Responsabile della struttura di appartenenza.

b) per il personale esterno:

La domanda (Mod. 2), redatta in carta semplice in conformità allo schema allegato al presente avviso deve essere indirizzata all'Università degli Studi di Udine – Dipartimento di Medicina e presentata, unitamente ai previsti allegati, presso l'Ufficio Protocollo dell'Università, via Palladio 8 – Udine (orario: dal lunedì al venerdì dalle ore 9:00 alle ore 11:30) o spedita a mezzo raccomandata che deve pervenire entro il termine di scadenza, o inviata tramite mail all'indirizzo amce@uniud.it o PEC amce@postacert.uniud.it, entro il termine perentorio di 7 giorni a decorrere dal giorno successivo a quello della pubblicazione all'Albo on-line di Ateneo, pena l'esclusione dalla selezione.

Se il giorno di scadenza è festivo, la scadenza si intende prorogata al primo giorno utile non festivo.

Si considerano prodotte in tempo utile esclusivamente le domande pervenute entro il termine sopra indicato.

La domanda e tutti gli allegati, firmati con firma digitale ovvero con firma autografa apposta in originale direttamente su ciascun documento e successivamente scansata e accompagnata da copia del documento di riconoscimento, dovranno essere in formato PDF/A o Adobe PDF.

Saranno escluse le domande non sottoscritte digitalmente o con firma autografa.

Il peso complessivo massimo consentito della PEC è di 20 MB.

L'Amministrazione universitaria non si assume alcuna responsabilità nel caso in cui i file trasmessi tramite PEC non siano leggibili.

L'Amministrazione universitaria non assume alcuna responsabilità per il caso di irreperibilità del destinatario e per dispersione di comunicazioni dipendente da inesatta indicazione del recapito da parte del candidato o da mancata oppure tardiva comunicazione del cambiamento dell'indirizzo indicato nella domanda.

L'Amministrazione universitaria, inoltre, non assume alcuna responsabilità per eventuale mancato oppure tardivo recapito delle comunicazioni relative al

concorso per cause non imputabili con colpa grave all'Amministrazione stessa.

Nella domanda di ammissione, (Mod. 2) il candidato deve dichiarare, sotto la propria responsabilità, pena l'esclusione:

1. il cognome e nome;
2. copia del codice fiscale riportato nella Tessera Sanitaria;
3. la data ed il luogo di nascita;
4. la cittadinanza posseduta;
5. la residenza: indirizzo, Comune, C.A.P.;
6. di essere in possesso dei requisiti di ammissione previsti dal presente avviso;
7. di non aver riportato condanne penali con sentenza passata in giudicato e di non avere in corso procedimenti penali né procedimenti amministrativi per l'applicazione di misure di sicurezza o di prevenzione, nonché precedenti penali a proprio carico iscrivibili nel casellario giudiziale, ai sensi dell'art. 3 del D.P.R. 14.11.2002, n. 313;
8. di non essere stato destituito o dispensato dall'impiego presso una Pubblica Amministrazione per persistente insufficiente rendimento e di non essere stato dichiarato decaduto da altro impiego statale ai sensi dell'art. 127, primo comma, lett. d), del testo unico delle disposizioni concernenti lo statuto degli impiegati civili dello Stato, approvato con D.P.R. 10.1.1957, n. 3;
9. di non essere cessato da una pubblica amministrazione per volontarie dimissioni dal servizio con diritto a pensione anticipata d'anzianità;
10. nel caso di cessazione dal servizio per volontarie dimissioni, di non aver avuto rapporti di lavoro o di impiego con l'Università nei cinque anni precedenti alla data di cessazione;
11. di essere/non essere dipendente di una pubblica amministrazione;
12. di avere una adeguata conoscenza della lingua italiana (solo per i candidati stranieri);
13. di essere in possesso di permesso di soggiorno per motivi di lavoro (se *cittadino straniero e la prestazione viene effettuata in Italia*);
14. il domicilio ed il recapito al quale si vuole che vengano effettuate eventuali comunicazioni con l'impegno a segnalare tempestivamente le variazioni che dovessero intervenire successivamente.

Ai sensi dell'art. 18, comma 1, lettere b) e c) della L. 30.10.20210, n. 240, l'incarico di cui al presente avviso, non può essere conferito a coloro i quali abbiano un grado di parentela o di affinità, fino al quarto grado compreso, con un professore afferente al Dipartimento che attribuisce l'incarico, ovvero con il Rettore, il Direttore Generale o un componente del Consiglio di Amministrazione dell'Ateneo (solo per i soggetti non dipendenti dall'Università di Udine).

Per le verifiche di cui sopra, si rimanda ai seguenti link:

<https://www.uniud.it/it/ateneo-uniud/ateneo-uniud-organizzazione/organizational-ateneo>

<https://www.uniud.it/it/cercapersone>

Alla domanda dovranno essere allegati:

1. curriculum professionale e degli studi, debitamente firmato (All. 1);
2. dichiarazione di conformità all'originale, in caso di documenti allegati in copia (All. 2);
3. documenti attestanti il riconoscimento del titolo di studio (se *straniero e se già in possesso*);

- 4 copia di un documento di riconoscimento;
5. copia del codice fiscale riportato nella Tessera Sanitaria;
- 6 se cittadino straniero e *la prestazione viene effettuata in Italia* allegare permesso di soggiorno per motivi di lavoro, o documenti attestanti l'avvio della procedura per il rilascio del permesso di soggiorno per motivi di lavoro (autonomo o subordinato) ovvero per la conversione del permesso di studio in permesso di soggiorno per motivi di lavoro (autonomo o subordinato).

Si ricorda che ai sensi dell'art. 15 della L. 12.11.2011 n. 183, le pubbliche amministrazioni non possono accettare né richiedere certificati. Nei rapporti con gli organi della pubblica amministrazione e i gestori di pubblici servizi, i certificati sono interamente sostituiti dalle dichiarazioni sostitutive di certificazione o degli atti di notorietà.

L'Amministrazione si riserva di effettuare controlli a campione sulla veridicità delle dichiarazioni sostitutive. Qualora nell'ambito dei controlli emerga la non veridicità del contenuto della dichiarazione, il dichiarante decade dai benefici eventualmente conseguiti in base al provvedimento emanato sulla base della dichiarazione non veritiera oltre alle conseguenze riferite alla rilevanza penale del comportamento tenuto con la produzione di una dichiarazione mendace. Non saranno prese in considerazione le domande che non contengono le dichiarazioni sopraindicate e alle quali non è allegata la prescritta documentazione.

Articolo 4 Modalità di selezione per i soggetti interni

Verranno valutate in primis le domande presentate da soggetti interni.

Le domande presentate saranno valutate dalla Commissione mediante l'esame dei Curricula, coerentemente con le mansioni svolte e secondo la disciplina prevista dall'art. 52 del D.lgs. 165/2001.

In caso di più domande, la Commissione potrà avvalersi di un punteggio numerico pari a 30 (max). La valutazione si intenderà superata con un punteggio pari almeno a 20 punti.

Nel caso di individuazione di soggetti interni, l'Ufficio del personale provvederà a formalizzare l'assegnazione temporanea e il regime di impegno.

Il Dipartimento provvederà a dare comunicazione dell'esito della selezione ai soggetti esterni.

Articolo 5 Modalità di selezione per i soggetti esterni

Nel caso in cui non vi siano domande da parte di soggetti interni ovvero le eventuali domande non ottengano una valutazione positiva, la Commissione procede con la valutazione delle domande presentate da soggetti esterni.

La valutazione dei titoli effettuata dalla Commissione avrà ad oggetto:

1. Curriculum studiorum;
2. Curriculum professionale nell'ambito delle professioni sanitarie;
3. Pubblicazioni;

Ai titoli, presentati dai candidati ed adeguatamente documentati, non potrà essere attribuito un punteggio complessivo superiore a 30 punti.

La selezione si intende superata in caso di conseguimento di un punteggio pari almeno a 20.

In caso di parità di punteggio, verrà preferito il candidato avente minore età anagrafica.

Dell'esito della selezione verrà data comunicazione sul sito all'indirizzo: http://www.uniud.it/ateneo/normativa/albo_ufficiale/

Articolo 6 Commissione

La Commissione che provvederà alla valutazione dei titoli è composta come segue:

Presidente: Stefano Lazzer;
Componente: Maria Parpinel;
Componente: Enrico Rejc;
Segretario: Emanuela Pividore;
Componente supplente: Miriam Isola;
Segretario supplente: Petra De Lotto;

Art. 7 Esito della selezione

Con atto del Direttore sarà reso pubblico mediante pubblicazione all'Albo on-line d'Ateneo l'esito della selezione.

I candidati saranno collocati nella graduatoria di merito in base al punteggio complessivo che è dato dalla valutazione dei titoli.

La graduatoria potrà essere scorsa in caso di rinuncia da parte della vincitrice o del vincitore della selezione.

Art. 8 Forma del contratto e corrispettivo previsto

Con il soggetto esterno individuato sarà stipulato un contratto di lavoro autonomo-collaborazione.

L'importo previsto per l'incarico sarà pari a € 2.267,15 lordi.

Nel caso di assorbimento della prestazione all'attività libero professionale, la copertura previdenziale (rivalsa o cassa) è da intendersi compresa nel corrispettivo sopra indicato; l'IVA si aggiunge al suddetto corrispettivo.

Qualora il soggetto individuato sia dipendente di altra amministrazione pubblica soggetto al regime di autorizzazione di cui all'art. 53 del D.lgs. 165/2001, dovrà presentare l'autorizzazione dell'Amministrazione di appartenenza prima di procedere alla stipula del contratto.

Il soggetto individuato sarà tenuto al rispetto agli obblighi previsti dal Codice etico e di comportamento dell'Università degli Studi di Udine.

Nel caso in cui si svolga attività presso l'Azienda sanitaria universitaria (ASUFC):
La stipula del contratto sarà subordinata all'ottenimento del giudizio di idoneità alla mansione specifica da parte dell'Azienda Sanitaria Universitaria Friuli Centrale (ASU FC), ove previsto.

Art. 9 Trattamento dei dati

Nel rispetto di quanto previsto dal Reg. (UE) 2016/679 (Regolamento Europeo per la protezione dei dati personali), si informa che i dati personali vengono trattati ai fini della gestione della procedura di selezione e dell'eventuale stipulazione del contratto di lavoro e gestione del conseguente rapporto con l'Università e che il Titolare del trattamento è il legale rappresentante dell'Università degli Studi di Udine.

Si rende noto che, ai sensi della disciplina vigente, al candidato viene riconosciuto il diritto a richiedere:

- l'accesso ai propri dati personali (art. 15 GDPR);
- la rettifica dei dati inesatti o l'integrazione di quelli incompleti (art. 16 GDPR);
- la cancellazione dei dati personali che lo riguardano (art. 17 GDPR);
- la limitazione del trattamento dei dati personali (art. 18 GDPR).

Per maggiori informazioni consultare l'informativa completa disponibile al seguente link:

<https://www.uniud.it/it/it/pagine-speciali/guida/privacy> alla voce "[Procedure selettive dipartimenti](#)".

Responsabile del procedimento è la dott.ssa Sonia De Marchi, Responsabile dei Servizi Dipartimentali – tel. 0432 556376 sonia.demarchi@uniud.it

Per informazioni sulla presente selezione è possibile rivolgersi, via e-mail, al seguente indirizzo: elisa.zilio@uniud.it tel. 0432 494905.

Il Direttore del Dipartimento
Prof. Gianluca Tell

Documento informatico firmato digitalmente ai sensi del D.lgs. 82/2005 s.m.i. e norme collegate, il quale sostituisce il documento cartaceo e la firma autografa