



Prevenzione: campagne e proposte 2010

suva

più che un'assicurazione

L'iniziativa personale delle aziende è fondamentale per garantire la sicurezza e tutelare la salute dei lavoratori. La Suva è al vostro fianco in questa missione con una serie di campagne e strategie di prevenzione innovative.

Il presente opuscolo riassume le nostre proposte informative per il 2010. Siamo convinti che vi potrete trovare un argomento di vostro interesse e che questo possa diventare oggetto di una campagna aziendale.

Indice

Sicurezza e salute sul posto di lavoro

MSSL: la ricetta per la sicurezza e la tutela della salute nelle aziende	3
• Il sistema di sicurezza	3
• La nostra offerta informativa per tutte le aziende	4
• Offerta per le piccole imprese con pericoli particolari e meno di 10 dipendenti	5
• Proposte per le aziende con 10 o più collaboratori	6
• Informazioni per i lavoratori	7
Campagne	8
«Visione 250 vite» – nuovi incentivi per la sicurezza sul lavoro	8
• Campagna anticadute	10
• Ponteggi sicuri	12
• Lavoro temporaneo nelle aziende di produzione	14
• STOP alla manipolazione dei dispositivi di protezione	16
• Comportamenti a rischio nelle attività forestali	18
• Presse sicure	20
Pericoli spesso sottovalutati	22
• Amianto: come riconoscerlo e intervenire correttamente	22
• Protezione dell'udito	24
• Protezione della pelle	26
• Obbligo di indossare il casco	27
• La gestione dei pericoli: l'ABC della sicurezza sul lavoro	29
• I nuovi collaboratori	31
• Sicurezza nel servizio esterno	32
• Imbracare correttamente i carichi	33
• «STOP – Pensa, poi solleva»	35
• Stressato? Allora abbiamo qualcosa per Lei!	36
• Alcool e droghe sul lavoro	37
Settore forestale	38
• Sicurezza sul lavoro nei boschi privati	38
Settore legno	39
• Come formulare e applicare regole chiare per tutti	39

Ergonomia	40
• L'ergonomia al videoterminale	40
• L'ergonomia nell'industria e nell'artigianato	41
Promozione della salute	43
• Promozione della salute in azienda: un fattore di successo per ogni impresa	43
La Gestione delle assenze	45
• Ridurre i giorni di assenza: un approccio professionale	45

Sicurezza e salute nel tempo libero

«Occhio alle giunture»	47
• «L'11»	48
• «Sicurezza nei tornei di calcetto»	49
• «Diamoci una mossa»	50
«Check the risk». Prudenza sulle piste e nel fuoripista	52
Campagna casco per bici	54
Campagna di prevenzione: «Proteggi gli occhi anche mentre fai sport»	55
Sicurezza nel tempo libero nelle aziende	56
Il piacere della musica senza danni	58

Proposte su Internet

www.sapros.ch: prodotti per la sicurezza e la tutela della salute	59
www.suva.ch/primosoccorso – le nostre proposte per le aziende che assicuriamo	60
www.suva/corsi – corsi sulla tutela della salute	61
www.suva.ch/waswo-i: chi cerca trova	62

MSSL: la ricetta per la sicurezza e la tutela della salute nelle aziende

Il sistema di sicurezza



Di cosa si tratta?

Un infortunio grave, una malattia professionale può sconvolgere la vita di una persona e provocare problemi in azienda: l'infortunato viene a mancare magari proprio quando serve di più. L'azienda si trova in difficoltà perché non riesce a rispettare le scadenze, i colleghi lavorano sotto stress e l'azienda rischia anche di perdere le commesse. Ciascun giorno di assenza del collaboratore costa all'azienda dai 600 ai 1000 franchi il giorno.

MSSL è la ricetta per prevenire in modo sistematico queste situazioni, e precisamente

- facendo ricorso agli specialisti della sicurezza sul lavoro (MSSL)
- rilevando in modo sistematico i pericoli e pianificando le misure nei luoghi di lavoro
- realizzando un sistema di sicurezza aziendale dove ciò si rivela ragionevole e necessario.

Obiettivo

L'obiettivo concreto è quello di prevenire gli infortuni e le malattie professionali attraverso una procedura sistematica, evitando sofferenze alle persone e risparmiando ore di assenza e costi.

Destinatari

Dal 1° gennaio 2007 è in vigore la nuova direttiva MSSL 6508 della Commissione federale di coordinamento per la sicurezza sul lavoro (CFSL) le cui disposizioni si applicano alle seguenti aziende:

- imprese con «pericoli particolari», ad es. se svolgono mansioni in posti di lavoro mobili (edilizia, installazione, forestali) oppure se i dipendenti lavorano su macchine pericolose
- imprese con 50 o più dipendenti

Diversi modi per applicare la direttiva MSSL

Per applicare le disposizioni MSSL si può ricorrere alle seguenti possibilità:

- soluzioni interaziendali, ad esempio una soluzione settoriale: una soluzione di questo tipo è particolarmente opportuna per le imprese che presentano pericoli identici o simili. Chiedete alla vostra associazione se esiste una soluzione settoriale per la vostra impresa oppure informatevi sul sito **www.cfsl.ch**
- soluzioni individuali: una soluzione individuale è adatta soprattutto a quelle imprese che dispongono delle necessarie conoscenze specialistiche per contrastare i pericoli presenti in azienda, nonché per quelle imprese che intendono acquisire queste conoscenze specifiche facendo ricorso a uno specialista della sicurezza sul lavoro esterno all'azienda.

Per attuare le disposizioni MSSL la Suva propone strumenti specifici

- alle aziende interessate
- alle piccole aziende con pericoli particolari e meno di 10 dipendenti
- alle aziende con più di 10 dipendenti
- informazioni per i lavoratori

La nostra offerta informativa per tutte le aziende

La Suva sostiene le aziende, le associazioni e gli specialisti della sicurezza sul lavoro nell'applicare le disposizioni MSSL con un'ampia gamma di supporti informativi.

Suggerimento: visitate il sito

www.suva.ch/mssl rispondete alle domande e cliccate sui link per cercare le informazioni e i sussidi adatti alla dimensione e alla classe di rischio della vostra azienda.

150 liste di controllo per identificare i rischi e pianificare le misure

Le check list della Suva facilitano il lavoro ai titolari d'impresa, ai superiori e agli addetti alla sicurezza. Le liste di controllo trattano temi come vie di circolazione aziendali, impiego in sicurezza della motosega, pianificazione delle emergenze oppure istruzione dei neoassunti. Accanto a domande sulla individuazione dei rischi, le



liste di controllo indicano possibili soluzioni e opportune misure di sicurezza. Visitate il sito www.suva.ch/liste-di-controllo oppure consultate l'opuscolo «Individuazione dei pericoli e pianificazione delle misure con le liste di controllo» (codice 67000.i) per avere un quadro d'insieme delle liste pubblicate fino ad oggi.

Consulenza

Gli specialisti in sicurezza della Suva saranno lieti di fornirvi la loro consulenza intesa come aiuto a far da sé. A tale scopo potete contattare il vostro consulente di settore.

Formazione per l'attuazione della MSSL

Il sito www.suva.ch/corsi elenca le varie opportunità di formazione proposte dalla Suva. Al sito www.suva.ch/rete-di-formazione troverete invece le proposte di organizzazioni private.

Offerta per le piccole imprese con pericoli particolari e meno di 10 dipendenti

Secondo la direttiva MSSL 6508 queste aziende possono documentare l'attuazione delle disposizioni MSSL «con mezzi semplici». Ad esempio sulla base delle liste di controllo debitamente compilate, documentando le misure attuate oppure tramite informazioni a voce.

Per quanto concerne la sicurezza e la tutela della salute, queste aziende devono rispettare un compito fondamentale che possiamo riassumere in queste parole: *identificare i pericoli – attuare le opportune misure.*

Ecco le nostre proposte:

- **software «Individuazione dei pericoli per le PMI»**

Dopo aver lanciato il software e inserito il settore o la classe di rischio dell'azienda vengono visualizzate alcune liste di controllo e altri sussidi importanti per l'azienda. L'applicazione è disponibile al sito www.suva.ch/individuazione-dei-pericoli oppure su CD-ROM (codice 99072.d/f/i).



- **Opuscolo «Individuazione dei pericoli e pianificazione delle misure con le liste di controllo»**

Lo stampato (codice 67000.i) elenca nella prima parte le liste di controllo pubblicate dalla Suva e dalla CFSL; nella seconda parte contiene una tabella per documentare l'attuazione della MSSL nelle piccole imprese e, nella terza parte, una scheda per le piccole aziende che intendono introdurre un sistema di sicurezza su base volontaria.

Proposte per le aziende con 10 o più collaboratori

La direttiva MSSL 6508.i prevede che le

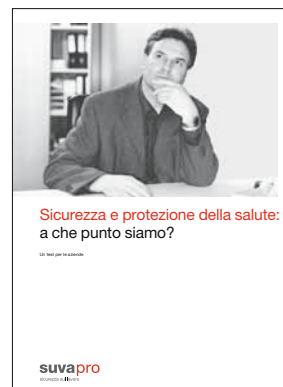
- aziende con pericoli particolari e 10 o più dipendenti
- aziende senza pericoli particolari con 50 o più dipendenti

possano istituire e documentare un sistema di sicurezza.

Anche queste aziende possono impiegare i sussidi per identificare i pericoli e pianificare le misure indicate sopra. Oltre a ciò possono utilizzare anche le seguenti proposte:

«Sicurezza e protezione della salute: a che punto siamo? Un test per le aziende»

L'autovalutazione (codice 88057.i) è uno strumento semplice per verificare fino a che punto si è attuata la sicurezza e la tutela della salute in azienda. Il metodo



adottato per il test lo rende inoltre uno strumento utile anche per chi intende introdurre e documentare un sistema di sicurezza.

**Sito Internet «Il sistema di sicurezza»
all'indirizzo www.suva.ch/mssl**

Il sito riporta numerose informazioni e strumenti utili per costruire e documentare un sistema di sicurezza. Dieci sono i punti fondamentali contemplati:

1. principi guida e obiettivi di sicurezza
2. organizzazione della sicurezza
3. formazione, istruzione, informazione
4. regole di sicurezza
5. individuazione dei pericoli, valutazione dei rischi
6. pianificazione e realizzazione delle misure
7. organizzazione delle emergenze
8. partecipazione
9. tutela della salute
10. controlli, audit

Ciascun tema è corredato di uno o più link a pubblicazioni o sussidi informativi, ad esempio alle liste di controllo.

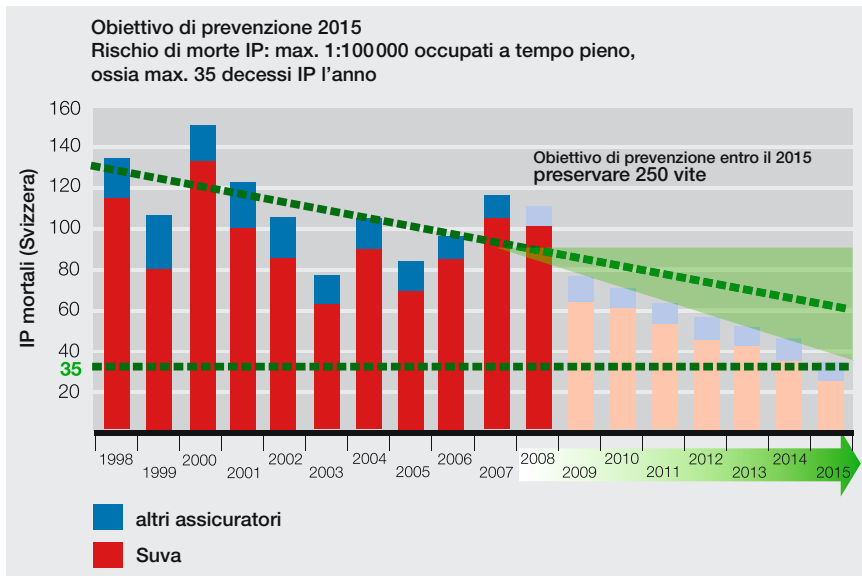
Informazioni per i lavoratori

I lavoratori conoscono per esperienza diretta i pericoli quotidiani sul lavoro. Pertanto è ragionevole coinvolgerli in prima persona (ad esempio nel compilare le liste di controllo) per identificare i pericoli in azienda e pianificare le misure di tutela.

Il sito Internet www.suva.ch/info-lavoratori spiega i diritti e doveri basilari dei lavoratori in tema di MSSL.

Campagne

«Visione 250 vite» – nuovi incentivi per la sicurezza sul lavoro



Servono nuovi stimoli per la sicurezza nel lavoro in Svizzera. Infatti, nel 2008 la Suva ha registrato oltre 180 500 infortuni e malattie professionali, con tendenza al rialzo. Tuttora dobbiamo constatare che un operaio edile su cinque, un ponteggiatore su quattro, un operaio forestale su tre e, persino, un apprendista forestale su due restano vittime di un incidente sul lavoro. Il rischio d'infortunio professionale non accenna a diminuire, mantenendosi stabile a oltre 90 infortuni ogni 1000 occupati a tempo pieno.

Gli infortuni mortali sono particolarmente gravi e drammatici: in media, negli scorsi anni, le aziende hanno lamentato oltre 90 decessi per incidenti sul lavoro. A livello

europeo, nel 2005 la Svizzera si piazza a metà classifica, con 2,3 casi mortali ogni 100 000 occupati a tempo pieno.

Ridurre il rischio di decesso IP

«Visione 250 vite» è la risposta che la Suva dà all'andamento negativo degli infortuni. Entro il 2015 vanno evitati 250 infortuni professionali (IP) con esito mortale (vedi grafico) e altrettanti casi con conseguenze invalidanti. Per fare questo occorre almeno dimezzare il numero degli infortuni gravi, ovvero non devono accadere più di 35 casi mortali l'anno. In questo modo si raggiungerà il primo obiettivo parziale, ossia ridurre il rischio di morte IP a 1:100 000. Questo obiettivo coincide con

la strategia che l'Unione Europea ha adottato per promuovere la sicurezza e la tutela della salute sul lavoro.

Attenzione particolare ai rischi elevati

La Commissione federale di coordinamento per la sicurezza sul lavoro (CFSL) ha incaricato gli organi d'esecuzione di dare concretezza alla visione della Suva che, dal canto suo, propone di intervenire in questo modo:

- rafforzare l'esecuzione con particolare attenzione rivolta ai luoghi di lavoro con rischi elevati
- fare tesoro di quanto evidenziato dall'evento infortunistico grave (analisi della dinamica infortunistica, interventi immediati, misure da adottare nel sistema di sicurezza, banca dati infortuni)
- migliorare la valutazione dei rischi e modificare i comportamenti contrari alla sicurezza

La Suva dedica periodicamente delle campagne di prevenzione a vari argomenti e settori con rischi elevati, destinando mezzi e risorse agli ambiti in cui i rischi e i costi conseguenti sono particolarmente alti. Nelle prossime pagine illustriamo brevemente le campagne di maggiore attualità.

Campagna anticadute



Di cosa si tratta

In Svizzera, un infortunio su quattro è provocato da una caduta in piano. Se ne deduce che inciampare e scivolare sono la causa d'infortunio più frequente. Sul lavoro si contano ogni anno 55 000 infortuni da cadute, e a questi ne vanno aggiunti 100 000 occorsi in ambiente domestico o nel tempo libero. I costi che ne conseguono sono molto elevati: 970 milioni di franchi. Le cifre non svelano però la sofferenza che provocano nelle vittime di una caduta e gli oneri che le aziende devono sopportare in seguito alle assenze dal lavoro. Eppure, la maggior parte di questi infortuni si potrebbero evitare molto facilmente. Per questo motivo, dal marzo 2010 la Suva attua una campagna pluriennale dedicata alla prevenzione delle cadute in piano.

Obiettivi/destinatari

Il numero degli infortuni da caduta aumenta ogni anno del 4 per cento. La campagna anticadute si prefigge di contrastare questo trend

- sensibilizzando quadri dirigenti e lavoratori per renderli consapevoli della gravità del problema
- sollecitando i quadri direttivi a far sì che il tema «inciampi e cadute» diventi un elemento essenziale della cultura della sicurezza in azienda
- motivando i lavoratori a rimuovere le cause di caduta sul lavoro e nel tempo libero o, meglio ancora, a impedire che possano insorgere tali pericoli.

La nostra offerta informativa

Dal marzo 2010 proponiamo un vasto campionario di materiali informativi e promozionali:

- film di sensibilizzazione (che presenta il tema in una prospettiva insolita)
- liste di controllo (per varie tipologie lavorative)
- opuscolo per i lavoratori (con gioco)
- manifesti e cartoline
- istruzioni per organizzare un evento informativo, un'iniziativa e una «caccia alle trappole» in azienda

Informazioni

Troverete tutte le informazioni importanti sulla campagna al microsito:

www.inciampare.ch con elementi interattivi, notizie e link. Se desiderate attuare un'iniziativa per prevenire le cadute in piano nella vostra azienda vi invitiamo a telefonarci allo 041 419 59 24.

Ponteggi sicuri



Di cosa si tratta

Nell'edilizia i ponteggi sono le attrezzature più importanti per svolgere i lavori in altezza. Sono la premessa per operare con efficienza e in sicurezza, ma sono anche una fonte di rischio: 3000 infortuni correlati ai ponteggi in Svizzera – con un numero di casi d'invalidità o decessi superiore alla media – provocano costi annuali pari a 80 milioni di franchi. La Suva ha lanciato la campagna «Ponteggi sicuri» per incidere sugli incidenti e sui costi d'infortunio in continua evoluzione.

Obiettivi

Gli obiettivi della campagna sono: ridurre gli incidenti e i costi d'infortunio. Gli elementi centrali sono gli accertamenti della dinamica infortunistica e i controlli dei ponteggi svolti in modo assiduo. Dal 2007 al 2009 si sono ispezionati oltre 9000 posti di lavoro.

Destinatari

Le cause d'infortunio sono molto varie. Una molto frequente è dovuta allo scarso coor-

dinamento. Perciò ci si rivolge a tutti coloro che hanno a che fare con i ponteggi:

- progettisti, direttori dei lavori
- installatori
- utilizzatori

I messaggi

La progettazione e la preparazione dei lavori diventano sempre più importanti. «*Coordinamento = sicurezza*» è il motto della campagna. Tutti i soggetti devono conoscere i loro compiti essenziali:

- progettisti e direttori di cantiere: «Pre-tendo e accetto di lavorare solo con ponteggi sicuri»
- installatori di ponteggi: «Installo i ponteggi correttamente e secondo le norme di sicurezza»
- utilizzatori di ponteggi: «Lavoro solo su ponteggi sicuri»

La nostra offerta informativa

- **www.suva.ch/ponteggi**: presenta tutte le informazioni sulla campagna.
- **Giornale dedicato alla campagna di prevenzione ponteggi**, nel 2010 uscirà l'ultimo numero (**www.suva.ch/waswo-i/88221**).
- **«Ponteggi per facciate. Pianificazione della sicurezza»** (per i progettisti e direttori dei lavori). Codice 44077.i.
- **«Ponteggi per facciate. Sicurezza nel montaggio e smontaggio»** (per installatori). Codice 44078.i.
- **Lista di controllo «Ponteggi per facciate» (per utilizzatori)**. Codice 67038.i.
- **Film «Buon ponteggio»**: illustra gli obblighi e le mansioni dei soggetti

coinvolti nella costruzione, nel coordinamento e nella manutenzione dei ponteggi. Disponibile in italiano, francese, svizzero tedesco, tedesco e inglese. Codice: DVD 361, gratis.

- **Materiale di formazione** (PowerPoint). Argomenti trattati: situazione di partenza, ponteggi per facciate sicuri, montaggio e smontaggio in sicurezza, un infortunio finisce in tribunale. Download: www.suva.ch/ponteggi.
- **Concorso «Innovazioni nell'installazione di ponteggi»**. Al concorso possono partecipare le persone che desiderano apportare nuove idee per il miglioramento della sicurezza. Requisiti di partecipazione e iscrizione: www.suva.ch/ponteggi.
- **Calendario personalizzato**. Ispirandosi allo slogan «Occhio a non cadere» la Suva e la Società degli imprenditori svizzeri di ponteggi SISP hanno orga-

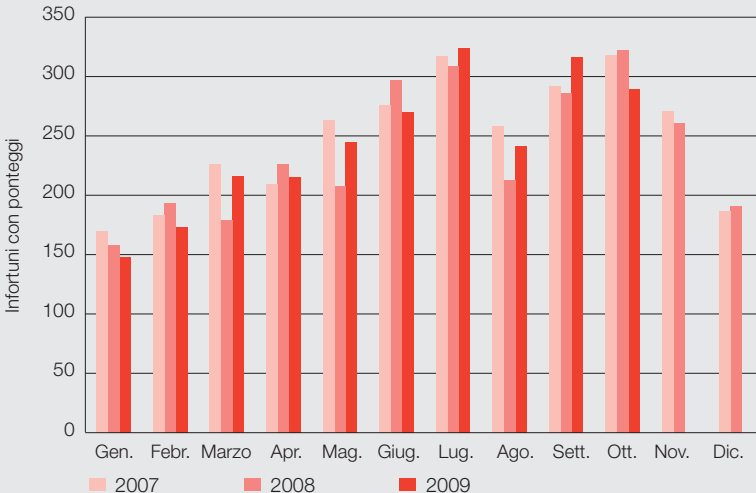
nizzato un concorso di pittura, al quale hanno partecipato oltre 250 classi scolastiche che hanno creato 757 opere d'arte. 30 di queste sono state quindi realizzate come megaposter e le tre migliori sono state premiate da una giuria. Potete creare un calendario personalizzato con i dipinti che più vi piacciono utilizzando il nostro software al sito www.suva.ch/ponteggi.



Informazioni

Per informazioni potete contattare gli specialisti del Settore costruzioni allo 041 419 50 49, e-mail: ponteggi@suva.ch.

Campagna Ponteggi sicuri – andamento infortunistico 2007, 2008 e 2009



Lavoro temporaneo nelle aziende di produzione

Cari imprenditori edili, trovate le 10 differenze.



Non ci sono differenze.

Di cosa si tratta?

I lavoratori temporanei si infortunano troppo spesso. Il loro rischio d'infortunio è infatti notevolmente più elevato di chi ha un'occupazione a tempo determinato nel settore principale dell'edilizia (vedi grafica). Negli ultimi 10 anni è più che raddoppiato (vedi grafico) il numero dei lavoratori a tempo pieno delle imprese fornitrici, e precisamente da 23 400 (1998) a circa 54 000 (2008). Per fare un esempio, il settore principale dell'edilizia conta attualmente 138 000 lavoratori a tempo pieno.

Nel giugno 2009 la Suva ha pertanto promosso una campagna di prevenzione in collaborazione con swissstaffing – l'unione svizzera dei servizi del personale – e i partner sociali. La campagna è rivolta in primo luogo alle aziende che impiegano i lavoratori interinali.

I tre messaggi essenziali della campagna sono:

- il superiore responsabile della ditta utilizzatrice deve garantire la sicurezza e la salute dei lavoratori interinali allo stesso modo che fa per i propri collaboratori;
- i lavoratori interinali, al pari dei neo assunti, non conoscono il posto di lavoro. Quindi occorre prestare la massima attenzione a questo fatto;
- stabilire regole chiare con la ditta fornitrice sui requisiti e i dispositivi di protezione da utilizzare, in modo da garantire la massima sicurezza.

Obiettivi

I lavoratori temporanei non devono essere esposti a un rischio d'infortunio maggiore dei lavoratori assunti a tempo indeterminato nelle aziende utilizzatrici. Queste ulti-

me devono essere consapevoli della responsabilità che hanno nei confronti dei lavoratori temporanei e agire con coerenza.

Destinatari

Aziende di produzione che impiegano lavoratori interinali e gli stessi lavoratori temporanei.

La nostra offerta informativa

Publicazioni per i lavoratori:

- «Sicurezza e tutela della salute sui cantieri. Per il personale temporaneo». Codice 88217.i.
- «La gestione dei pericoli. Tutto quello che è importante sapere per la vostra sicurezza». Codice 88154.i.

Publicazioni per i datori di lavoro:

- «I nuovi collaboratori. Indicazioni utili ai superiori per l'inserimento e la formazione dei nuovi collaboratori». Codice 66094.i.
- Opuscolo di sensibilizzazione «Trova le 10 differenze». Codice 88233.i.

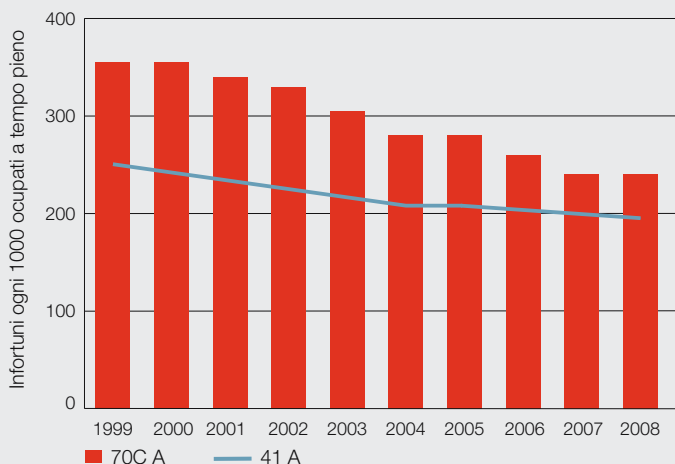
Pubblicheremo altri supporti informativi e promozionali. Ordinanze on line:

www.suva.ch/lavoro-temporaneo

Informazioni

Per domande potete contattare gli specialisti in sicurezza sul lavoro del Settore costruzioni (tel. 041 419 50 49, e-mail: bereich.bau@suva.ch).

Rischio d'infortunio e MP* – lavoratori temporanei nelle aziende di produzione rispetto al settore principale dell'edilizia



* Casi registrati e riconosciuti ogni 1000 occupati a tempo pieno (IP e MP)

STOP alla manipolazione dei dispositivi di protezione

Di cosa si tratta?

La campagna «STOP alla manipolazione dei dispositivi di protezione» è ormai in atto da due anni. Ciò nonostante, i controlli a campione svolti dagli specialisti della Suva destano tuttora preoccupazione: il numero delle manipolazioni ai dispositivi di protezione non si è ridotto in modo significativo, malgrado l'opera di sensibilizzazione e informazione e a dispetto di tutti i controlli.



Ricordiamo ancora una volta: i lavoratori che operano su macchine senza dispositivi di protezione efficienti si espongono – consapevolmente o inconsapevolmente – a un elevato rischio d'infortunio. Spesso i superiori tollerano queste situazioni pericolose. Il problema riguarda anche i produttori delle macchine: infatti, spesso non le costruiscono in modo da facilitarne l'uso, oppure gli addetti alla manutenzione svelano ai clienti come manipolarne i dispositivi di protezione.

Obiettivi

Occorre contrastare questa situazione rafforzando la consapevolezza per i rischi che comporta la manipolazione dei dispositivi per ridurre in modo drastico gli infortuni.

Rafforzare i controlli

I controlli verranno intensificati soprattutto nei settori in cui le manipolazioni sono più frequenti. Se accertano manipolazioni, gli ispettori intervengono con sanzioni severe, se necessario anche con il blocco immediato dell'impianto. In caso di recidiva vi possono essere conseguenze penali.

Destinatari

La sicurezza sul lavoro e la tutela della salute nelle aziende sono di competenza del datore di lavoro. In merito ai dispositivi di protezione, il legislatore gli ha assegnato un ruolo chiave: egli deve fare in modo che l'efficacia dei dispositivi non venga compromessa. Coloro che tollerano un simile comportamento si rendono punibili di fronte alla legge. Ogni manipolazione è un atto di negligenza grave. Un infortunio provocato da una manipolazione effettuata su un macchinario o un impianto comporta conseguenze a livello penale. Anche i dipendenti devono fare la loro parte non modificando in alcun modo i dispositivi di protezione e non rimuovendoli.

La nostra offerta informativa

- **La lista di controllo: STOP alla manipolazione dei dispositivi di protezione** permette di fare una prima verifica della situazione nella propria azienda. La lista di controllo facilita il lavoro alle aziende (codice 67146.i).
- **Adesivo campagna «Diavoletto»** (codice 77190.i) da applicare alle macchine e agli impianti automatici oppure agli accessi al reparto produzione.

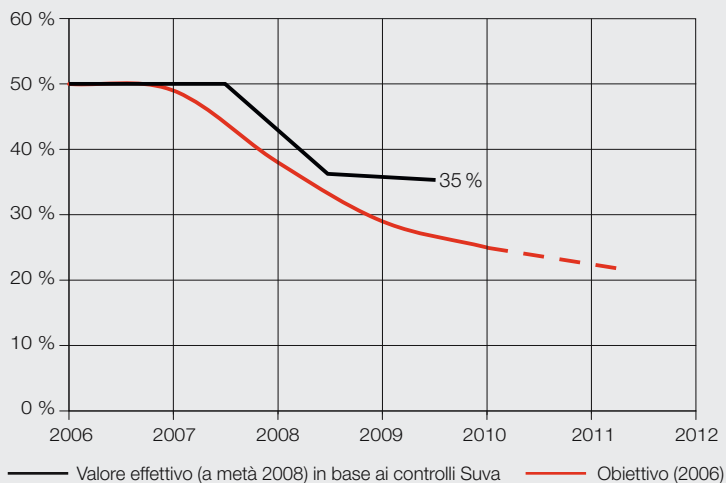
- **Film «Un venerdì nero».** Piero Meier, addetto alle macchine, si infortuna gravemente dopo aver disattivato il dispositivo di sicurezza all'impianto automatico. Con dialoghi avvincenti e scene tratte dal processo, il film indaga le cause e le conseguenze dell'incidente. Il film è indicato per aprire un dibattito in azienda sulle responsabilità in materia di sicurezza e tutela della salute sul lavoro. Il film mira a motivare il personale dirigente e i dipendenti a rispettare le norme di sicurezza e ad essere consapevoli della loro responsabilità e questo non solo in ossequio della legge, ma soprattutto per tutelare la persona e per le conseguenze che un infortunio solitamente comporta. Disponibile in italiano, francese, svizzero tedesco, tedesco e inglese. Codice DVD 363, gratis.

- **www.suva.ch/dispositivi-di-protezione:** il sito della nostra **campagna** è continuamente aggiornato. Sul sito è possibile ordinare on line gli opuscoli informativi e altra documentazione in materia.

Informazioni

Per domande potete contattare:
Suva, Settore industria e artigianato,
casella postale 4358, 6002 Lucerna
tel. 041 419 55 33,
e-mail: **gewerbe.industrie@suva.ch**.

Percentuale di aziende con dispositivi manipolati sulle macchine rispetto ai controlli effettuati



Comportamenti a rischio nelle attività forestali



Di cosa si tratta

In Svizzera l'economia forestale resta uno dei settori maggiormente colpiti dagli infortuni. La fonte di infortuni numero uno sono le operazioni di abbattimento degli alberi. Soltanto nel periodo tra novembre 2008 e febbraio 2009 vi sono stati sei lavoratori che hanno perso la vita nelle imprese forestali assicurate alla Suva. La Suva e i suoi partner del settore forestale non intendono lasciare nulla di intentato per evitare che in futuro avvengano altri infortuni gravi e mortali. Per questo lanciano la campagna di sensibilizzazione «Comportamenti a rischio nelle attività forestali».

Obiettivi

- Ridurre sensibilmente la gravità e abbassare del 25 per cento la frequenza degli infortuni professionali nelle aziende forestali

- Dimezzare la frequenza degli infortuni nelle operazioni di abbattimento alberi
- Fare sì che gli apprendisti non subiscano più infortuni dei colleghi adulti

La campagna si svolge su tre livelli:

- rafforzare i controlli e imporre il rispetto delle regole
- sensibilizzare i lavoratori ad un comportamento più sicuro
- ottimizzare la formazione di base dei selvicoltori.

Destinatari

Datori di lavoro, superiori, lavoratori e formatori.

La nostra offerta informativa

- La Suva sostiene i datori di lavoro e i superiori con ispezioni più frequenti. Sono previsti dei controlli su circa 500 posti di lavoro durante le operazioni di abbattimento che verranno svolti nella stagione 2009/2010 da esperti forestali scelti e appositamente formati. Fino al 2011 gli specialisti in sicurezza della Suva svolgono inoltre dei controlli del sistema di sicurezza aziendale nelle imprese formatrici. Gli infortuni avvenuti durante le operazioni di abbattimento saranno esaminati in modo particolarmente mirato.
- «Le 10 più importanti regole di comportamento nell'abbattimento di alberi. Non sottovalutare mai i pericoli durante i lavori forestali». Codice 84030.i.

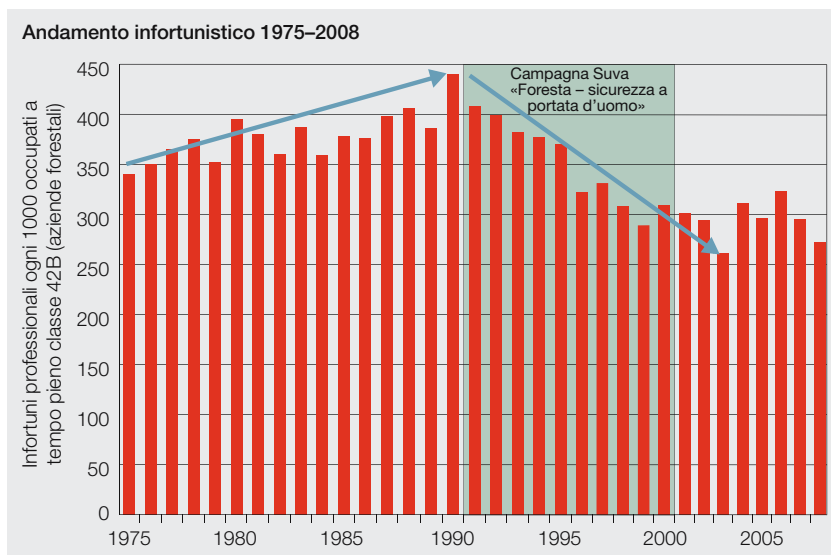
- Filmato «Il luogo di ritirata - la mia assicurazione sulla vita». Uno degli aspetti principali su cui si incentra la campagna è il luogo destinato alla ritirata dopo che è stato ultimato il taglio di abbattimento. Al centro c'è un fazzoletto rosso, un ausilio molto pratico per segnalare il luogo di ritirata. Il cortometraggio intitolato «Il luogo di ritirata – la mia assicurazione sulla vita» mette in sconcertante evidenza che l'abitudine di recarsi immediatamente nel luogo di ritirata, purtroppo, non è ancora sufficientemente diffusa. Il filmato è disponibile in italiano, francese e tedesco. Codice DVD 369, gratis.
- Supporti per formatori e apprendisti. Il cosiddetto ORIGAMI (codice 88234.i) è un utile strumento per valutare in modo sistematico i rischi e preparare i lavori in tutta sicurezza. L'impiego coerente di ORIGAMI, sviluppato in collaborazione

con i formatori operanti nel settore forestale, permette all'apprendista di acquisire un approccio sicuro ai lavori rischiosi. Per maggiori informazioni sull'impiego di questo strumento rimandiamo alle istruzioni pubblicate in Internet (www.suva.ch/waswo/88235).

- Altri sussidi e informazioni aggiornate sulla campagna al sito www.suva.ch/rischio-nelle-attivita-forestali

Informazioni

Per domande potete rivolgervi agli specialisti del Settore legno e servizi allo 041 419 62 42, e-mail: holz.gemeinwesen@suva.ch.



Presse sicure



Di cosa si tratta?

Nonostante i dispositivi di protezione, si verificano ogni anno numerosi infortuni sulle presse, con gravi conseguenze che vanno fino all'amputazione delle dita o della mano. La campagna «Presse sicure» è intesa a migliorare questa situazione insoddisfacente.

Particolare attenzione è dedicata al cosiddetto «dispositivo salvamano» per le presse che sarà vietato dal 1° gennaio 2012. Un passo reso necessario in quanto questo dispositivo, sviluppato nel 1960 dalla Suva, è ormai superato e non soddisfa più i requisiti tecnici. Entro il 1° gennaio del 2012 le aziende devono aver valutato e attuato le misure di sicurezza opportune a sostituire il dispositivo salvamano. Per evitare infortuni nel periodo di transizione, l'installazione e la manutenzione delle presse e dei dispositivi salva-

mano devono continuare ad avvenire secondo le norme di sicurezza.

Le aziende che impiegano presse non dotate dei dispositivi salvamano vietati a partire dal 1° gennaio 2012 dovranno ovviamente continuare a garantire la sicurezza dei macchinari impiegati.

Destinatari

L'iniziativa è rivolta ai datori di lavori e ai responsabili della sicurezza delle aziende che impiegano presse.

Settori	Aziende (ca.)
Metallurgia	70
Costruzione in acciaio / metallo, fabbricazione apparecchi	830
Costruzione di macchine, impianti	1030
Fabbricazione di orologi, gioielli, elettrotecnica e tecnica medicinale	660
Fabbricazione di oggetti in ferro, lamiera, metallo	410
Fabbricazione di articoli in plastica	220
Laboratori invalidi	100
Totale (ca.)	3320

Obiettivi

Entro il 1° gennaio 2012

- tutte le aziende usano solo presse sicure
- i dispositivi salvamano sono stati tutti rimossi

La nostra offerta informativa

Per verificare la sicurezza delle presse si consiglia in particolare le seguenti

liste di controllo della Suva:

- Presse eccentriche con innesto a chavetta girevole. Codice 67097.i
- Presse eccentriche con innesto a frizione. Codice 67098.i
- Presse idrauliche. Codice 67099.i

Informazioni

Per informazioni particolareggiate sulla sicurezza alle presse, motivi del divieto e misure sostitutive dei vecchi dispositivi salvamano rimandiamo al sito

www.suva.ch/presse. Per domande di carattere generale potete contattare gli specialisti in sicurezza del Settore industria e artigianato tel. 041 419 55 33, e-mail: **gewerbe.industrie@suva.ch**.

Pericoli spesso sottovalutati

Amianto: come riconoscerlo e intervenire correttamente

Di cosa si tratta?

Nel 2006 in Svizzera sono decedute oltre 1000 persone in seguito a malattie contratte durante l'esposizione ad amianto. Si tratta in prevalenza di lavoratori di vari settori che in passato utilizzavano amianto o sostanze e prodotti contenenti amianto.



Sebbene l'impiego di amianto sia proibito dal 1990 in Svizzera, capita tuttora di imbattersi in sostanze che lo contengono (per es. prodotti in fibrocemento, in rivestimenti per pavimenti oppure in materiali isolanti). Anche se presente in quantità minime nell'aria, l'amianto può causare un mesotelioma o un tumore ai polmoni. Il periodo di latenza del mesotelioma può arrivare fino a 40 anni dopo l'inalazione delle fibre. La malattia ha quasi sempre decorso mortale.

Obiettivo

I lavoratori di differenti settori possono trovarsi esposti ad amianto. Il datore di lavoro deve attuare tutte le precauzioni per tutelare i lavoratori e questo significa

- identificare i materiali contenenti amianto
- valutare correttamente i lavori che possono provocare la presenza di fibre d'amianto respirabili
- adottare le necessarie misure di protezione

«Amianto: come riconoscerlo e intervenire correttamente» sensibilizza ai rischi per la salute e informa sulle corrette misure comportamentali da adottare.

Destinatari

Il problema amianto riguarda i lavoratori di differenti settori (per es. copritetto, posatori di pavimento, elettroinstallatori). Al giorno d'oggi i lavoratori possono venire a contatto con materiali contenenti amianto specie se svolgono le seguenti attività:

- lavori di demolizione, rinnovamento e risanamento di edifici
- lavori di ispezione, manutenzione e riparazione di impianti tecnici
- lavori di smaltimento e riciclaggio

La nostra offerta informativa

«Amianto: come riconoscerlo e intervenire correttamente» illustra i luoghi in cui possono trovarsi prodotti contenenti amianto, le misure da adottare in simili casi e quando è opportuno rivolgersi a specialisti.

Le seguenti **pubblicazioni** riportano le informazioni utili sul tema amianto. L'unità didattica «Rischio amianto» è uno strumento adatto a divulgare queste informazioni tra il personale dipendente.

- Pieghevole «Amianto: come riconoscerlo e intervenire correttamente». Codice 84024.i.
- Direttiva CFSL 6503.i «Amianto».

- Scheda informativa FACH «Amianto negli edifici pubblici e privati: grado d'urgenza». Codice 2891.i.
- Unità didattica «Rischio amianto»: **www.suva.ch/unita-didattica-amianto**
- **Siti web:** qui sono elencate tutte le informazioni importanti in materia:
Suva: **www.suva.ch/amianto**
Forum Amianto Svizzera: **www.forum-amianto.ch**
- **Manifesti e pannelli informativi** sul tema amianto (in Internet nell'unità didattica «Rischio amianto»)

Informazioni

per domande telefonate o scrivete a:

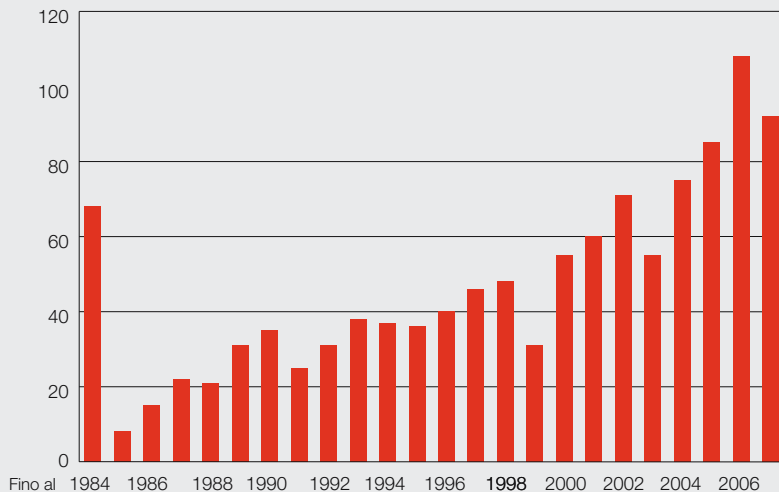
Suva
Settore costruzioni
tel. 041 419 60 28

Settore chimica
tel. 041 419 61 32

Divisione medicina del lavoro
tel. 041 419 57 60

asbest@suva.ch
www.suva.ch/amianto

Casi di mesotelioma dovuti ad amianto (LAMI e LAINF)



Protezione dell'udito



Di cosa si tratta

L'ipoacusia professionale è irreversibile. È molto facile che chi non sente bene sia in qualche modo emarginato. Quasi 200 000 persone in oltre 20 000 aziende sono esposte a rumore pericoloso per l'udito in Svizzera. La prevenzione delle ipoacusie professionali si è dimostrata oltremodo efficace: il 37 % delle persone sottoposte dalla Suva a esame dell'udito nel 1973 denunciava un lieve e evidente danno all'udito; nel 2007 tale percentuale era scesa al 9 %. Tuttavia l'ipoacusia resta tuttora una malattia professionale molto diffusa (oltre 800 casi nel 2008) e perciò merita un'attenzione particolare nell'ambito della prevenzione delle malattie professionali.

Adeguate il valore limite

Per tutelare meglio i lavoratori, sono entrati in vigore nuovi valori limite dal 1.1.2007. Fino ad allora ci si limitava a consigliare l'attuazione di misure per ridurre il rumore e per tutelare i dipendenti in caso di esposizione a rumore L_{EX} da 85 a 87 dB(A) riferita a un anno. Ora tali misure sono obbligatorie. I lavoratori devono essere informati sui rischi per l'udito e sulle conseguenze che il danno all'udito può comportare.

Si consiglia l'uso dei protettori auricolari se l'esposizione a rumore $L_{EX,8h}$ supera gli 85 dB(A) in singole giornate. Anche in questo caso il datore di lavoro deve informare i lavoratori sui rischi per l'udito, mettere a disposizione gratuitamente degli opportuni protettori auricolari e istruire i dipendenti sul loro uso corretto.

Esami dell'udito

Nel 2007 quasi gli audiometristi della Suva si sono recati con le loro 5 audiomobili in 4000 aziende per sottoporre ad esame dell'udito 45 000 persone. Il 90 per cento delle persone visitate usa un dispositivo di protezione dell'udito.

Destinatari

Il rumore pericoloso per l'udito è presente in quasi tutti i settori d'attività, dal settore forestale all'orchestra sinfonica.

La nostra offerta informativa

- **Tablette del rumore.** I risultati dei rilevamenti effettuati nei singoli settori di attività sono riassunti in oltre 60 tabelle del rumore generali. Sulla base delle tabelle le aziende possono svolgere una valutazione del rischio. L'elenco delle tabelle è disponibile al sito www.suva.ch/waswo-i/86005.i.
Le grandi aziende – o in caso di particolari condizioni di rumore – si possono rivolgere agli igienisti del lavoro del Settore fisica della Suva per richiedere misurazioni individuali sul posto. Le aziende possono inoltre richiedere in prestito al Settore fisica (tel. 041 419 61 34) un fonometro integratore per misurare il livello di rumore in azienda.
- **www.suva.ch/rumore:** il nostro sito con utili informazioni, link e ausili pratici (per es. tabella per calcolare il livello di pressione sonora).
- **Opuscolo «Rumore pericoloso per l'udito negli ambienti di lavoro».**
Codice 44057.i.
- **Film «Napo – stop al rumore!».** Nel film il nostro eroe Napo mostra come prevenire l'esposizione fastidiosa al rumore e i danni all'udito attuando le opportune misure di protezione e indossando i protettori auricolari.
Codice DVD 355.d/f/l/e, gratis.
- **«Come ha detto?» – nuovo pacchetto didattico in Internet sul rumore e i danni all'udito.** «Come ha detto?» è stato sviluppato per gli studenti delle scuole professionali e delle medie superiori. Il pacchetto, che si rivolge ai docenti e ai formatori dei corsi professionali, comprende i seguenti elementi: presentazione PowerPoint, informazioni di corredo per i docenti, risposte alle domande più frequenti, esercizi di approfondimento (quattro livelli di difficoltà), test iniziale e conclusivo (per iscritto e online con valutazione).
www.suva.ch/come-ha-detto
- Per informazioni sui corsi dedicati al rumore vi invitiamo a collegarvi al sito www.suva.ch/corsi.
- Al sito www.sapros.ch/protezione-per-l-udito potrete confrontare e ordinare vari protettori auricolari.

Protezione della pelle

Tre consigli per la salute delle mani



Di cosa si tratta?

Un quarto di tutte le malattie professionali riguarda la pelle. Quando una persona soffre di un'afezione cutanea, la sua qualità di vita è compromessa tanto da costringerla a cambiare lavoro. Le afezioni cutanee più frequenti sono gli eczemi causati dal contatto con acidi, sostanze alcaline, solventi e altre sostanze irritanti. Spesso si sviluppano anche eczemi dovuti al contatto con sostanze allergizzanti.

Molte delle afezioni cutanee di origine professionale possono essere evitate adottando un comportamento corretto. È quindi estremamente importante saper motivare e istruire i lavoratori.

Destinatari

Le categorie professionali maggiormente esposte appartengono al settore principale

dell'edilizia e delle imprese affini, al settore metallurgico e chimico. I lavoratori esposti all'umidità, ad es. parrucchieri e addetti alle pulizie, rappresentano un'ulteriore categoria a rischio. La protezione della pelle è una problematica fondamentale per questi settori.

La nostra offerta informativa

- **Opuscolo «La protezione della pelle sul lavoro»** codice 44074.i.
- **Unità didattica «Protezione della pelle. Guida destinata ai lavoratori nell'industria del metallo»** codice 88803.i.
- **www.sapros.ch/protezione-della-pelle** – il mercato on-line specializzato in prodotti per la sicurezza e la tutela della salute.
- **www.2mani.ch** – sito dedicato alla prevenzione delle afezioni cutanee di origine professionale; informazioni sui guanti di protezione nei diversi settori professionali. L'idea della campagna è del dott. Daniel Perrenoud, dermatologo di Losanna, ed è stata attuata in collaborazione con il designer Thierry Gogniat di La Chaux-de-Fonds. La campagna viene supportata dalla Suva.
- Per **ulteriori supporti informativi** su questo argomento (liste di controllo, opuscoli, pieghevoli, film, manifestini ecc.) rimandiamo al sito **www.suva.ch/protezione-pelle**.

Informazioni

Se avete domande sulla protezione della pelle potete utilizzare il forum SuvaPro in Internet (**www.suva.ch/forum-i**).

Obbligo di indossare il casco



Di cosa si tratta?

I caschi proteggono dagli oggetti che cadono dall'alto e dalle lesioni dovute a urti contro ostacoli. Dal 2000 è obbligatorio indossare il casco nei cantieri. Un obbligo molto ragionevole. Infatti, la sua introduzione ha subito inciso in modo significativo

sugli infortuni sul lavoro. La frequenza dei traumi cranici nel settore principale dell'edilizia (vedi grafica) ha registrato una importante riduzione dal 2005 ad oggi.

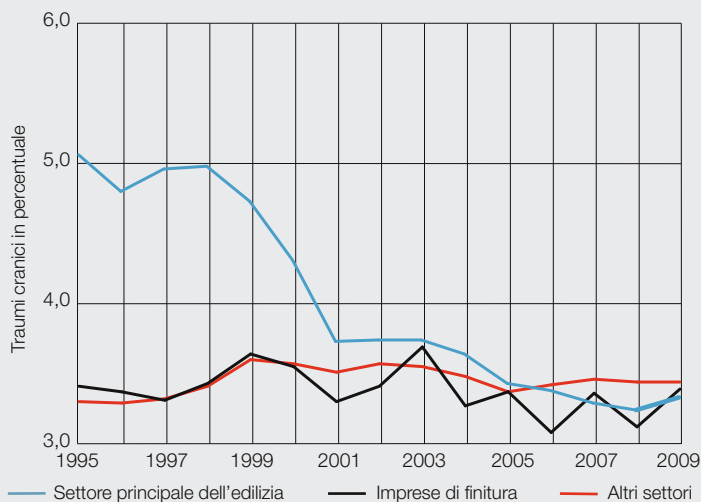
Obiettivi

Troppe persone continuano tuttora a non usare il casco sui cantieri. La Suva intende far rispettare seriamente l'uso del casco e promuoverne la diffusione sia nel settore principale dell'edilizia che nelle imprese di rifinitura. Infatti, non è ammissibile che sui cantieri vengano due pesi e due misure! Lo slogan che lancia la Suva è dunque «Sui cantieri: tutti col casco!».

Destinatari

L'iniziativa è indirizzata soprattutto alle imprese che operano nel settore principale dell'edilizia e nei settori affini, in particolare le imprese che eseguono installazioni elet-

Percentuale traumi cranici rispetto agli infortuni sul lavoro



2009 = aggiornato fine aprile

triche e sanitarie oppure montano impianti di riscaldamento, ventilazione e climatizzazione. Gli specialisti della Suva verificano con continuità e in modo concertato il rispetto dell'obbligo sui cantieri. Se constatano che le disposizioni non sono rispettate, hanno l'obbligo di avviare le necessarie misure imposte dalla procedura d'esecuzione della legge sull'assicurazione contro gli infortuni.

La nostra offerta informativa

L'obbligo di portare il casco può essere imposto soltanto con l'appoggio fattivo dei datori di lavoro e dei superiori. Sono loro a dover imporre l'uso del casco sui cantieri. Per facilitarli il compito, la Suva ha pubblicato una serie di supporti informativi:

- volantino (codice 88222.i) – per i datori di lavoro e i superiori
- manifesto (codice 77180.i) – per i lavoratori (formato 59,4 x 42 cm)
- manifesto (codice 77181.i) – da appendere accanto agli accessi ai cantieri (formato: 90 x 60 cm)

Ordinare on line i caschi di protezione

Al sito www.sapros.ch/caschi-di-protezione troverete diversi modelli da ordinare on line.

Informazioni

Per domande potete telefonare allo 041 419 50 49 oppure scrivere una mail a:

bereich.bau@suva.ch.

Vi invitiamo a visitare il nostro sito:

www.suva.ch/casco.

La gestione dei pericoli: l'ABC della sicurezza sul lavoro



Di cosa si tratta?

Molti infortuni si verificano svolgendo attività banali come camminare, salire o scendere le scale, trasportare carichi. In questi casi si è soliti sottovalutare i rischi, in quanto si pensa che «a me non capiterà mai». Per questo motivo è ancora più importante sensibilizzare i lavoratori su questi pericoli «banali» e ricordare loro le regole fondamentali da rispettare.

Destinatari

«La gestione dei pericoli» si rivolge soprattutto alle aziende e alle scuole professionali.

La nostra offerta informativa

- **L'opuscolo «La gestione dei pericoli. Tutto quello che è importante sapere per la vostra sicurezza»** è pensato per i lavoratori nei settori industria e artigianato (escluso il settore principale dell'edilizia) e per le scuole professionali. È disponibile in italiano, tedesco, francese, spagnolo, portoghese, serbo, albanese, turco e inglese (codice 88154). Il nostro consiglio è di utilizzare questo opuscolo come integrazione ad un programma di formazione o alle normali istruzioni di lavoro, ossia in tutte le situazioni in cui è opportuno passare in rassegna i pericoli presenti in azienda.
- **Internet.** Il contenuto dell'opuscolo «La gestione dei pericoli» è disponibile anche in Internet con numerosi link di approfondimento. Per riprodurre le immagini in riviste specializzate, aziendali o di categoria potete scaricare un file PDF per la stampa digitale. Le singole immagini e i fumetti possono essere scaricati con il tasto destro del mouse (www.suva.ch/temi-specializzati → **Regole fondamentali per la sicurezza sul lavoro**).
- **Programma didattico «La gestione dei pericoli»** (www.suva.ch/e-learning). Corso di base destinato alle aziende dell'industria e dell'artigianato (escluso il settore principale dell'edilizia) e alle scuole professionali. Argomenti trattati: l'uomo e il rischio, i dispositivi di protezione individuale, le scale, il trasporto interno aziendale, l'uso di

macchinari, la manutenzione, i pericoli di natura elettrica, l'organizzazione del lavoro, le dipendenze sul lavoro, le sostanze pericolose, le misure di pronto soccorso.

- **Manifestini in formato A4 da affiggere nelle bacheche informative.**

In questo modo potete richiamare visivamente l'attenzione dei lavoratori sui pericoli e sull'importanza della sicurezza. I manifestini e i **supporti informativi** su questo argomento sono disponibili in Internet all'indirizzo

www.suva.ch/waswo-i

I nuovi collaboratori



Di cosa si tratta?

Il rischio di infortunio sul lavoro aumenta del 50 % per i nuovi collaboratori. Questo vale anche per i lavoratori temporanei, siano essi uomini o donne. «I nuovi collaboratori» sono anche coloro che, pur avendo un contratto di lavoro già in atto, cambiano posto di lavoro oppure sostituiscono temporaneamente un collega (ad es. durante le ferie). Un'introduzione graduale e attentamente pianificata dei neo-assunti permette di ridurre gli infortuni e di ridurre i costi.

Destinatari

Questo argomento riguarda tutti i dipendenti di un'azienda, dal superiore ai lavoratori con più esperienza, senza dimenticare ovviamente i nuovi collaboratori.

La nostra offerta informativa

- **Film «I nuovi collaboratori».** Il film si rivolge a tutti i dipendenti di un'azienda; il suo scopo è mettere in evidenza l'elevato rischio di infortunio per i «neo-assunti», oltre a dare suggerimenti ai superiori, ai dipendenti vecchi e nuovi. Il film è accompagnato da un opuscolo ed è disponibile in DVD (codice DVD 343.d/f/i, gratis).
- **Film «Napo in: Chi ben comincia ...».** Il film vuole sensibilizzare i nuovi assunti ai pericoli più frequenti nella nuova azienda di lavoro. Ma è utile anche per i superiori e le persone che assistono i neoassunti nella fase di addestramento a capire le difficoltà che incontrano i nuovi colleghi. Disponibile in italiano, francese, tedesco e inglese (quest'ultima lingua senza opuscolo informativo). Codice DVD 356.d/f/i, gratis.
- **Ulteriori supporti informativi,** tra cui opuscoli per i superiori e i dipendenti, una lista di controllo e una serie di manifestini sono disponibili in Internet, dove è possibile visualizzarli e ordinarli on-line (www.suva.ch/waswo-i).

Informazioni e consulenza

Per ulteriori informazioni o una consulenza potete contattarci al numero 041 419 60 33. Date un'occhiata anche alle informazioni in Internet:

www.suva.ch/temi-specializzati

→ **I nuovi collaboratori.**

Sicurezza nel servizio esterno



Di cosa si tratta?

I collaboratori del servizio esterno sono esposti a svariate situazioni di rischio e stress. Per tutelarli da infortuni e danni alla salute occorre disporre di una buona organizzazione del lavoro, attuare periodicamente dei corsi di formazione e aggiornamento e fornire l'attrezzatura adeguata. Interventi che in ultima analisi servono a promuovere l'efficienza sul lavoro.

Pericoli

I pericoli principali durante la trasferta:

- fretta dovuta, ad esempio, a ritardi imprevisti
- pericoli durante il trasporto di attrezzature di lavoro e materiali, soprattutto in seguito a carichi fissati male all'interno del veicolo o sopra il veicolo

I rischi principali presso il cliente:

- trasporto delle attrezzature e del materiale dalla macchina al luogo di lavoro e viceversa
- lavoro su «territorio sconosciuto» (ambiente nuovo e non conosciuto, comportamento inusuale delle persone, interruzione del flusso lavorativo)

Destinatari

Tutte le aziende con dipendenti che lavorano nel servizio esterno.

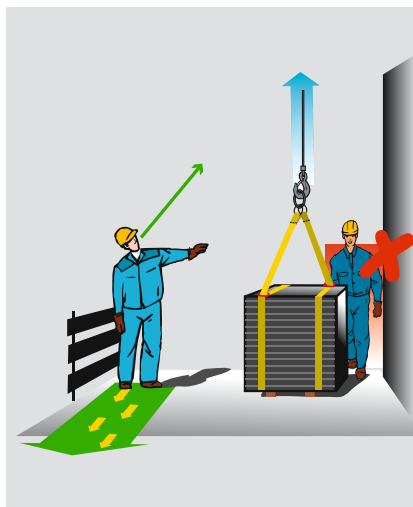
La nostra offerta informativa

- **Liste di controllo** «Sicurezza nel servizio esterno»
parte 1: «trasferte». Codice 67172.i
parte 2: «cliente (lavori di montaggio e di servizio)». Codice 67173.i.
- **Manifesto** «Se si pianifica bene tutto il resto è un gioco da ragazzi». Codice 55214.i.
- **Pieghevole** «Pause dinamiche. 10 esercizi di compensazione per i conducenti di veicoli e macchinari». Codice 84028.i.

Informazioni e consulenza

Per informazioni vi invitiamo a contattare il Settore legna e servizi, tel. 041 419 62 42.

Imbracare correttamente i carichi



Di cosa si tratta?

Nel 2005 la Suva ha analizzato 300 infortuni avvenuti con le gru a torre. Il risultato non del tutto sorprendente: il 60 % degli incidenti si sono verificati durante l'imbracatura del carico. Questo risultato è significativo anche per i lavori di sollevamento svolti con altre gru: le persone che devono imbracare i carichi si trovano nella zona di pericolo e rischiano di essere colpite dal carico. L'argomento «imbracare correttamente i carichi» resta un argomento di attualità anche a cinque anni di distanza dagli accurati accertamenti svolti per gli infortuni avvenuti con l'impiego di gru a torre.

Destinatari

Tutte le aziende che utilizzano gru.

La nostra offerta informativa

- **Sussidi per la formazione degli addetti all'imbracatura di carichi.**
L'ordinanza sulle gru stabilisce quanto segue: «Le persone incaricate di agganciare i carichi devono essere istruite in questo particolare tipo di lavoro». Per facilitare questo compito ai responsabili nelle aziende la Suva ha ideato una cartellina contenente alcune illustrazioni esplicative e suggerimenti utili per coloro che si occupano della formazione.
 - Unità didattica «Imbracatura di carichi». Cartellina con 10 fogli d'istruzione. Codice 88801.i.
 - Unità didattica «Scegliere gli accessori di imbracatura adatti». Cartellina con 14 fogli d'istruzione. Codice 88802.i.
 - **Liste di controllo per i superiori**
 - Gru di cantiere, codice 67116.i
 - Accessori di imbracatura, codice 67017.i.
 - Per **ulteriori supporti informativi** sulle gru (direttive, opuscoli, materiale vario, ecc.) vi suggeriamo di utilizzare il nostro motore di ricerca (www.suva.ch/waswo-i).
- ### Informazioni e consulenza
- Tutto quello che è importante sapere sull'ordinanza sulle gru è disponibile in Internet all'indirizzo www.suva.ch/ordinanza-sulle-gru.
 - Se volete informazioni sulla **formazione dei gruisti** per le gru a torre e le autogrù vi suggeriamo la nostra pagina

Internet www.suva.ch/centri-di-formazione.

- Se cercate un **esperto di gru** riconosciuto dalla Suva andate alla pagina Internet www.suva.ch/esperti-di-gru.
- Oppure potete telefonarci. Gli specialisti della sicurezza sul lavoro e della tutela della salute sono a vostra disposizione per una consulenza:
 - per le gru edili e le autogrù:
tel. 041 419 50 49
 - per le gru nel settore industriale:
tel. 041 419 55 33
 - per le gru nel settore forestale:
tel. 041 419 62 42

«STOP – Pensa, poi solleva»



Di cosa si tratta?

Sollevare e trasportare a mano i carichi può rivelarsi doppiamente pericoloso. Primo: gli infortuni sul lavoro sono ben 37 000 ogni anno; secondo: sollevare e trasportare un carico eccessivo può provocare seri danni alla salute.

L'opuscolo «Grenzwerte am Arbeitsplatz» (codice 1903 in tedesco o francese) prevede dal 2009 dei valori limite per il sollevamento e il trasporto di carichi. Quando si sollevano carichi superiori a 12 kg per gli uomini – e di 7 kg per le donne – è necessario identificare i possibili pericoli. A partire dai 25 kg per gli uomini e dai 15 kg per le donne occorre adottare in qualsiasi caso le opportune misure.

Destinatari

«STOP – Pensa, poi solleva» si rivolge innanzi tutto ai responsabili nelle aziende chiamati ad adottare i nuovi valori limite

nel sollevamento e nel trasporto manuale dei carichi.

La nostra offerta informativa

- **I materiali informativi dedicati a «STOP, Pensa poi solleva»** offrono numerosi suggerimenti e consigli utili a prevenire gli infortuni durante la movimentazione manuale dei carichi. Potete richiedere il nostro catalogo (codice 55145.i) oppure ordinare i vari opuscoli al sito www.suva.ch/waswo-i.
- Un utile strumento per valutare correttamente i pericoli dovuti alla movimentazione manuale è il **«test di ergonomia»** (codice 88190.i); la lista di controllo «Movimentazione manuale dei carichi» (codice 67089.i) spiega quali sono le misure più opportune da adottare.
- Innanzi tutto occorre utilizzare gli opportuni agevolatori per la movimentazione dei carichi. In ogni caso è importante istruire i collaboratori sulle tecniche adatte per sollevarli e trasportarli in sicurezza e verificare che i collaboratori le rispettano effettivamente. Per facilitare tale compito alle aziende, nell'estate del 2010 la Suva metterà in rete una serie di nuove informazioni integrate dalla nuova scheda informativa 44018.i «Sollevare e trasportare correttamente i carichi» e il film «Napo in: Alleggerisci il carico!» (codice DVD 360.d/f/i/e).

Per ulteriori informazioni

Tel. 041 419 51 55 o in Internet al sito www.suva.ch/temi-specializzati
→ **STOP – Pensa, poi solleva**)

Stressato? Allora abbiamo qualcosa per Lei!



Di cosa si tratta?

Lo stress è una causa di infortunio seria, da non sottovalutare. Fretta, percezione ridotta, mancati controlli, comportamenti avventati e scarsa collaborazione sono tutti fattori che aumentano il rischio di infortunio.

Che cosa è lo stress?

Lo stress non è una semplice seccatura, né qualcosa di stimolante, bensì uno stato di tensione continua che spesso si manifesta con un senso di inadeguatezza o di incapacità ad affrontare un compito o a soddisfare le aspettative altrui.

La nostra offerta informativa

- **Film «Stress».** Il filmato, interpretato da noti attori svizzeri, mostra alcune tipiche situazioni di stress e i loro effetti sul lavoro. Inoltre, vengono dati alcuni suggerimenti che possono essere oggetto di dibattito in team o gruppi di lavoro. L'opuscolo allegato contiene alcuni suggerimenti per lo svolgimento di workshop. Codice DVD 346.d/f/i, gratis.
- **Ulteriori supporti informativi** su questo argomento, tra cui un quaderno di lavoro per i dipendenti, un pieghevole e una lista di controllo per i superiori, sono disponibili in Internet, con possibilità di visualizzazione, stampa e ordinazione on-line (www.suva.ch/waswo-i).
- **www.stressnostress.ch** è il sito Internet che vi aiuta ad eliminare e a prevenire le situazioni di stress sul lavoro. Il programma dell'associazione omonima si rivolge ai datori di lavoro e ai lavoratori.

Informazioni e consulenza

Per informazioni o una consulenza chiamateci allo 041 419 60 33. Vi consigliamo anche di visitare il nostro sito all'indirizzo www.suva.ch/temi-specializzati
→ **Stress.**

Alcool e droghe sul lavoro



Informazioni e consulenza

Visitate il nostro sito Internet
www.suva.ch/temi-specializzati
→ **Alcool e droghe sul posto di lavoro.**
Per informazioni in lingua italiana potete
rivolgervi a Radix Svizzera italiana
(tel. 091 922 66 19).

Di cosa si tratta?

Sono sempre più frequenti nelle aziende i problemi legati al consumo di alcool e di altre sostanze che creano dipendenza. Il nostro servizio di consulenza offre ai responsabili delle aziende assistenza nell'affrontare correttamente questi problemi.

La nostra offerta informativa

Per una panoramica completa sui nostri **supporti informativi** vi consigliamo di sfogliare l'opuscolo «12 motivi per non bere alcolici oggi» (codice 77040.i). Le nostre proposte comprendono vari documenti per corsi di formazione, opuscoli informativi per i superiori e i lavoratori, affissi, un film ecc. Tutti i nostri sussidi informativi sono disponibili anche in Internet (**www.suva.ch/waswo-i**).

Settore forestale

Sicurezza sul lavoro nei boschi privati



Di cosa si tratta?

Ogni anno, durante i lavori con la motosega e la raccolta del legname si verificano numerosi incidenti, di cui alcuni mortali. Il più delle volte la causa è da ricercare nella scarsa competenza e formazione professionale.

In questo contesto, la Divisione Foreste dell'Ufficio federale dell'ambiente (UFAM), il Settore forestale della Suva, l'Economia forestale Svizzera (EFS) e il Servizio per la prevenzione degli infortuni nell'agricoltura (SPIA) hanno lanciato la campagna comune «Sicurezza sul lavoro nei boschi privati».

Obiettivi

Tramite corsi di formazione e di aggiornamento si intende ridurre gli infortuni occorsi a persone che svolgono lavori con la motosega o di esbosco e che non dispongono di una formazione professionale specifica.

Destinatari

- Agricoltori, proprietari fondiari o coltivatori diretti (boscaioli dilettanti) che effettuano lavori con la motosega o la raccolta del legname senza una specifica formazione forestale;
- persone che allestiscono la legna da ardere nel bosco e si occupano dello sgombero delle tagliate (ad es. protezione civile, esercito) oppure gestiscono il bosco per conto terzi;
- persone che lavorano con la motosega per motivi professionali o nel tempo libero, in particolare per lavori di costruzione, orticoltura e giardinaggio, manutenzione o demolizione.

La nostra offerta informativa

- **Corsi:** www.corsiboscaioli.ch – sul sito dell'UFAM sono elencate numerose informazioni sulla campagna e materiale illustrativo.
- **Opuscolo «Professionisti nel proprio bosco»** con numerose informazioni e consigli su argomenti come: preparazione dei lavori, impiego della motosega, esbosco, legna da ardere (codice 44069.i).
- Maggiori informazioni:
www.suva.ch/aziende-forestali
→ ordinare **sussidi informativi**.

Informazioni e consulenza

Per informazioni e consulenza potete rivolgervi al Settore legna e servizi della Suva (tel. 041 419 62 42) o agli altri partner della campagna.

Come formulare e applicare regole chiare per tutti

Le regole di sicurezza sono per il vostro bene



Di cosa si tratta?

Anche se negli ultimi anni è aumentata la sicurezza per le macchine e le installazioni tecniche in generale, il pericolo di infortunio è sempre presente. Spesso, è proprio il comportamento a rischio dei lavoratori ad esserne la causa. I motivi sono diversi: le regole apprese durante la formazione vengono disattese, in alcune aziende manca un codice comportamentale e spesso i lavoratori sono lasciati liberi di comportarsi come meglio credono.

La nostra offerta informativa

- **«Regole chiare per tutti. Come formulare e applicare nelle PMI regole chiare in materia di sicurezza e comportamento»** (codice 66110.i). L'opuscolo, rivolto ai superiori e agli addetti alla sicurezza, illustra come elaborare e mettere in pratica tali regole. Esso ricorda anche quanto sia importante vigilare sul rispetto delle regole.
- **Esempi** di regole di sicurezza e comportamento applicabili al settore della lavorazione del legno sono disponibili all'indirizzo www.suva.ch/legno-comportamento. Possono essere salvati sul vostro computer come file word e adattati alle caratteristiche della vostra azienda. Gli esempi in Internet sono aggiornati costantemente.
- Il **manifestino «Le regole di sicurezza sono per il vostro bene»** (codice 55222.i) vi può aiutare nel far applicare le regole di sicurezza nella vostra azienda.

Informazioni

Se volete saperne di più su questo argomento contattateci allo 041 419 62 42 (Settore legno e servizi).

Ergonomia

L'ergonomia al videoterminale

Avete tutto sott'occhio?



Di cosa si tratta?

Nelle aziende ci sono sempre più lavoratori al videoterminale che lamentano vari disturbi, tra cui bruciore agli occhi, mal di testa, dolori a livello di spalle, braccia o mani.

La nostra offerta informativa

Spesso bastano alcuni semplici gesti per risolvere i problemi legati ad una cattiva ergonomia. I seguenti supporti informativi propongono vari suggerimenti pratici.

- **Opuscolo «Il lavoro al videoterminale»** (codice 44022.i). Informazioni dettagliate per specialisti e non.
- **Opuscolo «L'uso del videoterminale. Informazioni utili per il vostro benessere»** (codice 44034.i). Ideato per gli utenti.
- **Pieghevole «Lavoro al videoterminale. 10 consigli utili per tutelare la salute e il benessere dei lavoratori»** (codice 84021.i). Ideato per gli utenti.
- **Liste di controllo** su vari argomenti, ad es. illuminazione e arredi.
- **Programma didattico interattivo (WBT) «L'ergonomia della postazione di lavoro al videoterminale»** in Internet (www.suva.ch/e-learning).
- **Ulteriori supporti informativi** su questo argomento sono disponibili in Internet all'indirizzo www.suva.ch/waswo-i.
- Se cercate **dispositivi ergonomici** utili per il lavoro al videoterminale: www.sapros.ch/ergonomia.
- Su questo tema offriamo anche una serie di **corsi specializzati**. Per saperne di più visitate la nostra pagina Internet www.suva.ch/corsi.

Informazioni e consulenza

Se avete delle domande o volete una consulenza individuale, i nostri esperti sono a vostra completa disposizione (tel. 041 419 54 23).

L'ergonomia nell'industria e nell'artigianato



Di cosa si tratta?

L'ergonomia sul posto di lavoro non è soltanto un obbligo di legge, ma anche una premessa fondamentale per il benessere dei lavoratori e per la produttività in generale. Se un posto di lavoro è concepito ergonomicamente, ossia in base alle capacità e alle esigenze del lavoratore, il fisico ne beneficia, si affatica di meno e questo si traduce anche in un maggiore rendimento. Di solito questo influisce positivamente anche sulla gestione delle assenze. Possiamo quindi dire che l'ergonomia è un fattore positivo in tutti i sensi.

Ai responsabili dell'organizzazione del lavoro, intesa in senso ampio del termine, mettiamo a disposizione supporti informativi e corsi, durante i quali vengono dispensate le conoscenze di base in materia di ergonomia. In questo modo, essi potranno

valutare l'ergonomicità delle postazioni e delle attrezzature di lavoro allo scopo di ridurre al minimo i disagi fisici per i lavoratori.

La nostra offerta informativa

- **Opuscolo «Ergonomia. Un fattore di successo per ogni impresa»** (codice 44061.i). Questo opuscolo illustra gli aspetti principali dell'ergonomia, fornisce un esempio pratico e risponde alle vostre domande su costi e benefici.
- **Lista di controllo «Postura corretta durante il lavoro»** (codice 67090.i). Grazie a questa lista di controllo potete individuare i punti deboli nella progettazione dei posti di lavoro e gli errori posturali più frequenti.
- **Test di ergonomia «Valutazione del carico posturale nel lavoro seden-**

tario» (codice 88212.i). Questo test permette di valutare se la postura assunta sul lavoro è causa di un sovraccarico e quali misure bisogna adottare in questi casi.

- **Opuscolo «Seduti o in piedi?»** (codice 44075.i). Contiene informazioni di base su come concepire ergonomicamente i posti di lavoro seduti o in piedi.
- **Corso specializzato «Disposizione ergonomica del posto di lavoro nei settori industria e artigianato».** I partecipanti potranno imparare quali sono i problemi più frequenti in termini di ergonomia, nonché principi generali e ausili per poter concepire in maniera ergonomica il posto di lavoro. Per maggiori dettagli vedere il nostro sito all'indirizzo **www.suva.ch/corsi**.
- Per **ulteriori supporti informativi** su questo argomento vi suggeriamo di utilizzare il nostro motore di ricerca: **www.suva.ch/waswo-i**

Informazioni e consulenza

Per informazioni visitare il nostro sito all'indirizzo **www.suva.ch/ergonomia**. Per informazioni e consulenze individuali i nostri esperti sono a vostra disposizione (tel. 041 419 51 55).

Promozione della salute

Promozione della salute in azienda: un fattore di successo per ogni impresa



Di cosa si tratta?

In molte aziende i lavoratori lamentano vari malesseri fisici, ad es. mal di schiena, problemi cardio-circolatori, disturbi del sonno causati da stress, timore di un licenziamento, lavoro monotono, ecc. È possibile prevenire queste situazioni. La promozione della salute in azienda affronta metodicamente tutte le cause che possono provocare l'insorgenza di questi malesseri sul lavoro. Le imprese che investono nella salute dei propri dipendenti e intraprendono azioni mirate ottengono risultati concreti, tra cui:

- calo delle assenze e dei costi
- soddisfazione dei clienti e dei dipendenti
- maggiore rendimento sul lavoro
- miglioramento della qualità
- ritorno d'immagine

La nostra offerta informativa

L'offerta informativa Suva nel campo della prevenzione degli infortuni professionali e non professionali è diventata più ampia; offriamo assistenza alle aziende con corsi di formazione, consulenze e workshop allo scopo di attuare in maniera sistematica e mirata le attività di promozione della salute.

- **Autovalutazione.** A che punto siete con la promozione della salute nella vostra azienda? Questo è il momento per procedere ad un'autovalutazione: **www.suva.ch/autovalutazionegsa**. Il risultato ottenuto evidenzierà le lacune nella vostra azienda e indicherà come porvi rimedio.
- **Consulenza.** È vostra intenzione migliorare il benessere, la motivazione e il rendimento dei vostri dipendenti e nel contempo ridurre soprattutto le assenze? Il nostro compito è affiancare le aziende di medie dimensioni assicurate alla Suva nell'introduzione di un sistema volto a promuovere la salute in azienda. Se lo desiderano, aiutiamo le aziende a conseguire il marchio «Friendly Work Space» che la Promozione Salute Svizzera attribuisce alle imprese che promuovono la salute nei luoghi di lavoro.
- **Perfezionamento/formazione.** Il corso «Promozione della salute in azienda» (solo in tedesco) prevede una formazione di base affinché i partecipanti possano elaborare un proprio sistema di promozione della salute. Date un'occhiata in Internet alla nostra offerta di corsi **www.suva.ch/corsi**. Organizzia-

mo anche workshop per quadri direttivi, specialisti in materia di sicurezza e lavoratori.

- **In forma tutto l'anno!** Il nostro **calendario da tavolo** (codice 88210.i, 8.50 franchi) vi mostra oltre 50 esercizi di rafforzamento e stretching. Gli esercizi si possono eseguire facilmente durante le pause brevi sul posto di lavoro o a casa. Al sito **www.suva.ch/programma-ginnastica** trovate gli esercizi come animazione flash o come salvaschermo.



- In Internet sono disponibili ulteriori **supporti informativi** sulla promozione della salute in azienda (**www.suva.ch/waswo-i**).

Informazioni

Se volete saperne di più sulla promozione della salute in azienda e sulle nostre proposte, visitateci all'indirizzo **www.suva.ch/promo-salute** oppure chiamateci allo 041 419 62 47.

La gestione delle assenze

Ridurre i giorni di assenza: un approccio professionale



Di cosa si tratta?

Le assenze dal lavoro comportano costi elevati per le aziende, sono fonte di inutile stress e disagio e aumentano il rischio di infortunio. Il sistema ideato dalla Suva per la riduzione delle assenze si avvale di 9 strumenti che aiutano la vostra azienda a ridurre i giorni di assenza. La nostra «cassetta degli attrezzi», sistema collaudato ed efficace, prevede una serie di consigli e misure su svariati argomenti (ad es. ruolo della direzione, registrazione dati, formazione, assistenza, mansioni alternative meno gravose, colloqui al rientro sul lavoro, sistemi motivazionali e di ricompensa, prevenzione). Il software «SunetPlus», aggiornato di recente, è un utile strumento per gestire efficacemente le assenze.

La nostra offerta informativa

Se volete creare ex novo un sistema di gestione delle assenze o se volete semplicemente ottimizzare quello esistente, la Suva vi propone i seguenti servizi:

- **Servizio di consulenza.** Vi assistiamo nella gestione delle assenze secondo il metodo da noi ideato. Assieme analizzeremo la situazione presente e creeremo un piano d'azione concreto.
- **Formazione.** La Suva propone tre tipi di corsi sulla gestione delle assenze, durante i quali potrete imparare e applicare gli strumenti del sistema Suva. Adesso potete inoltre iscrivervi ai corsi d'introduzione alla gestione delle assenze con «SunetPlus». Informatevi all'indirizzo Internet **www.suva.ch/corsi**.
- **Supporti informativi.** Ulteriori supporti informativi su questo argomento sono disponibili all'indirizzo Internet **www.suva.ch/waswo-i**.

Informazioni

Interessati? Contattateci allo 041 419 61 35. Rispondiamo a tutte le vostre domande sui nostri supporti informativi. Potete visitare anche la nostra pagina web **www.suva.ch/gestione**.

«Occhio alle giunture»

Chi subisce un infortunio praticando sport o altre attività ricreative è costretto ad assentarsi dal lavoro. Nel 62 % dei casi di infortunio sportivo e nella maggior parte degli infortuni nel tempo libero sono le articolazioni e i legamenti ad essere interessati. Motivo più che valido per le aziende per intervenire concretamente su questo fronte. Noi siamo al vostro fianco con la campagna «Occhio alle giunture».

Strumenti e supporti informativi

Il nostro **catalogo generale** (codice 88143.) offre una panoramica completa sugli strumenti e sui supporti informativi più importanti. Date anche un'occhiata al nostro sito all'indirizzo **www.suva.ch/waswo-i**.

Se volete saperne di più sulle campagne e proposte di SuvaLiv, visitate il nostro sito Internet all'indirizzo www.suva.ch/suvaliv oppure contattateci allo 041 419 59 24. Siamo a vostra disposizione per eventuali domande o consulenze.

La prevenzione nel calcio

Il calcio è un sport fisicamente molto impegnativo e coinvolgente dal punto di vista emotivo. Ma anche in questo sport esistono regole che vanno rispettate. Purtroppo, questo non sempre succede. Ogni anno sui campi da gioco svizzeri si infortunano circa 40 000 giocatori. È un dato che non deve essere sottovalutato e che SuvaLiv si impegna a ridurre.

Tema 1: «L'11»

Di cosa si tratta?

La Suva, in collaborazione con l'Associazione Svizzera di Football ASF e il FIFA-Medical Assessment and Research Centre (F-MARC), ha lanciato una campagna di prevenzione, il cui scopo è ridurre continuamente il rischio d'infortunio. Il pool di esperti del F-MARC ha ideato un programma di allenamento e rafforzamento muscolare che prevede 10 esercizi e un appello al fairplay.



Destinatari

- Allenatori di calcio
- Calciatori tesserati e non

La nostra offerta informativa

- **DVD «L'11»** (codice DVD 354d/f/i/e/sp, gratis).
Il film prevede quattro parti:
 - «football-emotions»,
 - un'introduzione del professor J. Dvorak, primario di neurologia alla clinica Schulthess di Zurigo;
 - 10 esercizi corredati da immagini e spiegazioni dettagliate;
 - un programma di allenamento e rafforzamento muscolare di 11 minuti con spettacolari scene calcistiche.
- **Opuscolo il programma d'allenamento «L'11»** (codice 88211.i) con i 10 esercizi mostrati nel video.

Tema 2: «Sicurezza nei tornei di calcetto»



Di cosa si tratta?

Il rischio di farsi male durante un torneo aziendale o di calcetto è molto elevato. Con l'iniziativa «Sicurezza nei tornei di calcetto» SuvaLiv mira a rendere ancora più sicuri questi eventi sportivi.

Destinatari

Organizzatori di tornei aziendali e di calcetto.

La nostra offerta informativa

- La Suva supporta circa 120 grandi tornei aziendali e di calcetto.
- Gli **arbitri ufficiali**, ingaggiati da SuvaLiv in collaborazione con il designatore arbitrale della regione, garantiscono che le partite si svolgano all'insegna della sportività e del rispetto delle regole.
- Agli organizzatori offriamo inoltre **strumenti di intervento interessanti** per far rispettare una serie di misure di prevenzione.

Per maggiori informazioni

Per saperne di più su questa iniziativa consultate l'**opuscolo «Sicurezza nei tornei di calcetto»** (codice 88153.i).

Tema 3: «Diamoci una mossa»



Di cosa si tratta?

Tenere le articolazioni sempre ben allenate è la migliore prevenzione contro gli infortuni. Per questo motivo, nell'ambito della campagna «Occhio alle giunture», SuvaLiv intende motivare le persone sedentarie a fare più movimento nella vita quotidiana e nel tempo libero.

Destinatari

- I dipendenti delle aziende assicurate alla Suva e il grande pubblico.

La nostra offerta informativa

- **«In forma tutto l'anno».** Mantenere a lungo la stessa postura o condurre una vita sedentaria può nuocere al nostro apparato locomotore e causare problemi di salute. Per rafforzare la muscolatura è consigliato l'uso della banda elastica Thera-Band che può essere usata dappertutto. Il **set Thera-Band**, composto di banda con apposito laccio di fissaggio e guida agli esercizi, costa fr. 13.- (codice 99061.i). L'opuscolo «Fitness per sedentari» (codice 88206.i) presenta ben 12 esercizi di rafforzamento muscolare da eseguire con la banda elastica specifici per le persone sedentarie. Ulteriori opuscoli «Thera-Band» sono disponibili all'indirizzo Internet www.suva.ch/waswo-i.

- In Svizzera due persone su tre fanno scarsa attività fisica. Tuttavia, bisogna ricordare che l'attività fisica e il movimento sono fondamentali per stare bene in salute. Il **progetto Internet active-online.ch** vi aiuta a fare quotidianamente attività fisica. Un personal trainer virtuale presenta un programma di attività individuale. Con il manifestino **www.active-online.ch** (codice 55199.i) ricorderete ai vostri dipendenti questa interessante proposta.
- **Test di resistenza.** Le grandi e medie aziende possono prendere in prestito da noi un tappeto elettronico. Un test di due minuti con questo attrezzo può servire a sensibilizzare i superiori e i dipendenti sui problemi cardiovascolari. I consulenti di SuvaLiv sono a vostra disposizione in caso di domande (tel. 041 419 59 24).

«Check the risk»

Prudenza sulle piste e nel fuoripista



Di cosa si tratta?

Negli ultimi anni sono cambiate molte cose sulle piste da sci: nuove attrezzature, nuove tecniche di discesa, nuovi materiali. Questo ha avuto ripercussioni sulla tipologia infortunistica. «Check the risk», la campagna della Suva dedicata agli sport sulla neve, vuole intervenire in modo puntuale sulle cause d'infortunio.

Obiettivo

La campagna intende risvegliare il senso di responsabilità degli sportivi affinché siano maggiormente consapevoli dei propri limiti e dei rischi in cui possono incorrere.

Destinatari

- Coloro che praticano sport sulla neve (con particolare riguardo per la fascia d'età compresa tra i 20 – 30 anni)
- Dipendenti delle aziende assicurate alla Suva
- Associazioni, maestri di sci e snow-board
- Grande pubblico

La nostra offerta informativa

- **«Top 10» – come prepararsi alla stagione invernale.** Una buona condizione fisica riduce il rischio di cadere e farsi male. A tale scopo proponiamo il nuovo programma d'allenamento «Top 10» su DVD con cui riuscire a ottenere il massimo beneficio con il minimo sforzo. «Top 10» serve non solo a tonificare

i muscoli, ma anche ad allenare la coordinazione e la stabilità. Il DVD presenta 10 esercizi da svolgere da soli e 10 esercizi da svolgere in coppia, consigli per allenare la resistenza e fare stretching; presenta inoltre la cover di un classico del pop svizzero-tedesco «Alles fährt Ski». Codice: DVD 359.i, gratis.

- **Rilevamento della velocità in pista.** Anche nell'inverno 2009/10 vogliamo rendere tangibile quanto è difficile valutare correttamente la velocità con cui si scia sulle piste. Durante gli appositi eventi gli appassionati di sci e snowboard potranno imparare a rendersi conto della loro reale velocità in pista. Maggiori informazioni al sito www.suva.ch/suvaliv.
- Unitamente ad una consulenza in materia di sicurezza nel tempo libero, alle grandi e medie aziende mettiamo a disposizione un **simulatore di discesa sugli sci** con il quale è possibile vedere chiaramente quali sollecitazioni subiscono le articolazioni e l'intero apparato muscolare durante una discesa.
- Il **CD interattivo «white risk»** (codice 99070.d/f, fr. 19.-) offre importanti informazioni di base sulla prevenzione degli infortuni da valanga e lo fa in modo divertente. I filmati, le foto e le animazioni non solo rendono più accattivante un argomento di per sé complesso, ma aiutano ad imparare divertendosi. Il CD presenta tre livelli di difficoltà ed è pensato sia per i free-rider senza conoscenze di base che per gli sciatori escursionisti con esperienza.

- **Analisi del rischio individuale.** Potete utilizzare il nostro strumento su Internet (www.suva.ch/rischio) per determinare il rischio d'infortunio individuale sulle piste di neve. Compilando un questionario si impara a valutare i propri comportamenti a rischio. A seconda del risultato verranno proposti dei suggerimenti per ridurre il rischio d'infortunio individuale sulle piste.
- All'indirizzo Internet www.suva.ch/sportneve troverete informazioni utili per la sicurezza sulle piste e nel fuoripista. Su richiesta vi offriamo la nostra assistenza nello svolgimento di una campagna di prevenzione dedicata agli sport sulla neve, creata ad hoc per la vostra azienda.

Potete trovare tutti i supporti informativi e gli strumenti necessari per attuare la campagna «Check the risk» al sito: www.suva.ch/waswo-i.

Campagna casco per bici

Indossa il casco anche nei brevi tragitti



Cadere a testa in giù?
In bici meglio col casco!

Di cosa si tratta?

Gli infortuni in bici comportano spesso un trauma cranico. Tuttavia, simili incidenti si possono prevenire in modo efficace. L'uso del casco riduce del 75 % il rischio di una lesione alla testa. Gli infortuni in bicicletta che causano gravi lesioni alla testa sono ancora (troppo) numerosi. Motivo più che sufficiente per rafforzare la prevenzione. Con la campagna dedicata al casco si vuole motivare i ciclisti ad usare il casco sempre, anche sui tragitti brevi.

Obiettivo

Lo scopo della campagna è fare in modo che sempre più ciclisti facciano uso del casco. Grazie alla campagna Suva e upi, negli ultimi cinque anni la percentuale di chi porta il casco è salita dal 20 al 38 %.

Destinatari

- Dipendenti delle aziende assicurate alla Suva
- Scuole
- Grande pubblico

La nostra offerta informativa

- Nel 2010 presenteremo i nuovi caschi Suva per bici e pattini in linea. Richiedete il nostro **dépliant** (codice 88127.i) oppure visitate il nostro sito Internet (**www.sapros.ch/caschi-per-bici**).
- **DVD «Till – Beat».** Il film «Till» sensibilizza gli spettatori verso i rischi di incidente facendogli rivivere come è cambiata la vita di un infortunato e dei suoi familiari. Codice: DVD 357.d/f/i.
- Per visualizzare e ordinare **manifesti e cartoline postali** basta visitare la pagina **www.suva.ch/waswo-i**.
- Alle aziende interessate possiamo fornire i nominativi di alcuni istruttori qualificati in grado di offrire ai dipendenti un **corso di tecnica di guida**.

Campagna di prevenzione: «Proteggi gli occhi anche mentre fai sport»

Non rischiare la vista



Di cosa si tratta?

L'unihockey è uno sport dinamico, coinvolgente e di grande agonismo. Caratteristiche, queste, che rendono questo sport molto affascinante, ma anche pericoloso: infatti, capita molto spesso di essere colpiti al viso dal bastone, da una gomitata o dalla pallina. Gli occhi sono particolarmente esposti a rischio. Per evitare danni agli occhi è indispensabile proteggerli con appositi occhiali con montatura e lenti di sicurezza in policarbonato. «Proteggi gli occhi anche mentre fai sport» è il titolo della campagna di prevenzione che la Suva ha lanciato in collaborazione con swiss unihockey, l'azienda Sziols che produce occhiali di protezione e con l'Associazione Ottici Svizzeri AOS. Lo scopo è di sensibilizzare i giocatori di hockey sui pericoli e motivarli a utilizzare gli occhiali di protezione «Indoor Protect» appositamen-

te sviluppati per questa disciplina. A proposito: «Indoor Protect» protegge efficacemente gli occhi anche negli altri sport indoor, come badminton, squash eccetera.

Destinatari

- Chi pratica unihockey
- Chi pratica altri sport indoor

La nostra offerta informativa

- Gli **occhiali «Indoor Protect»** sono disponibili in cinque colori. La forma avvolgente assicura massima protezione anche sui lati e permette di concentrarsi pienamente su quanto accade in campo. Le lenti prismatiche garantiscono una visione perfetta in ogni situazione di gioco.
- Maggiori informazioni nel **pieghevole «Un infortunio agli occhi può avere conseguenze drammatiche. Perciò usa i nuovi occhiali di protezione Indoor Protect»**. Codice 88227.i.
- Per ordinare gli occhiali: **www.sapros.ch/suvaliv**.

Sicurezza nel tempo libero nelle aziende

Promuovere la cultura della sicurezza – ridurre gli infortuni nel tempo libero



Di cosa si tratta?

Gli infortuni nel tempo libero provocano molte assenze dal lavoro. Molte aziende e addetti alla sicurezza ne sono pienamente consapevoli e propongono sempre più spesso di intervenire attivamente con misure preventive direttamente nelle aziende. I consulenti di SuvaLiv offrono loro supporto e consulenza.

Destinatari

- Quadri direttivi
- Specialisti della sicurezza
- Dipendenti delle aziende assicurate alla Suva

La nostra offerta informativa

- L'opuscolo **«Impulsi per la sicurezza nel tempo libero»** (codice 88105.i) fornisce informazioni e suggerimenti su come motivare i vostri dipendenti a dedicare maggiore attenzione alla sicurezza nel tempo libero.

- **Autovalutazione «Sicurezza nel tempo libero» per le PMI.** Si tratta di un'applicazione interattiva (www.suva.ch/test-di-autovalutazione) con la quale potete verificare se nella vostra azienda è necessario fare prevenzione.
- **Film «Napo in: Occhio ai pericoli – anche nel tempo libero»** (codice 366.d/f/i, gratis).
- **Consulenza per aziende medio-grandi.** SuvaLiv propone un servizio di consulenza per l'introduzione e lo sviluppo di attività preventive specifiche all'azienda. Lo scopo è di promuovere la cultura della sicurezza e ridurre il rischio d'infortunio dei lavoratori. Insieme all'azienda elaboriamo un piano d'intervento su misura e partecipiamo alla sua attuazione pratica. Vogliamo collaborare a lungo termine con i nostri clienti per ottenere dei risultati duraturi, ossia: ridurre in modo significativo gli infortuni e i giorni di assenza dal lavoro. Siete interessati ad un programma di preven-



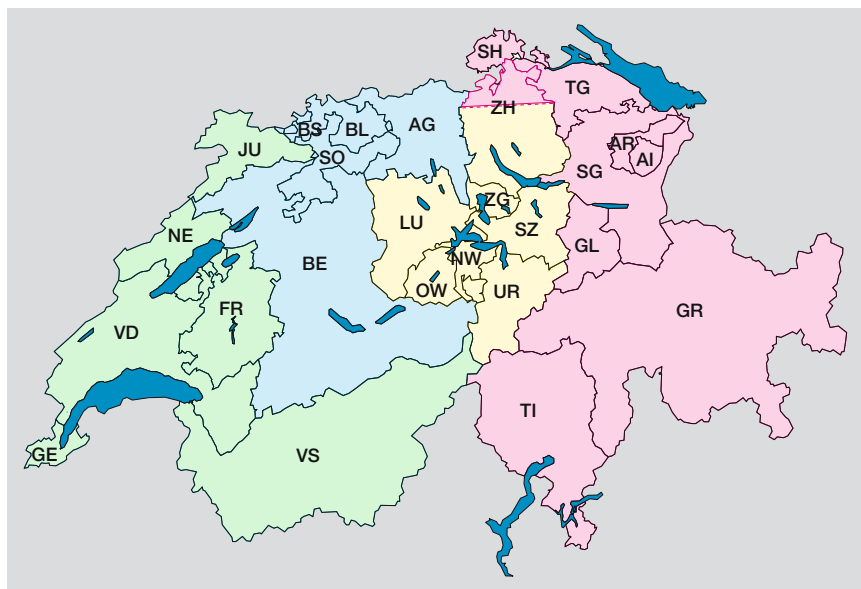
zione? Il nostro team di consulenti è a completa disposizione per rispondere alle vostre domande (tel. 041 419 50 91). Per assistere ottimamente i nostri clienti della Svizzera romanda due nostri consulenti lavorano presso l'agenzia Suva di Friburgo. Il numero di telefono, l'indirizzo e-mail dei consulenti SuvaLiv e la suddivisione in zone di competenza sono indicati sulla cartina qui sotto.

- Con una **relazione di sensibilizzazione** (durata: ca. 45 minuti) vogliamo convincere altri quadri direttivi, addetti alla sicurezza e lavoratori, della bontà dell'attività di prevenzione nel tempo

libero. Descriviamo le più frequenti cause d'infortunio nel tempo libero e illustriamo le misure di prevenzione che si possono attuare.

- **Seminario «Sicurezza nel tempo libero».** Durante questo seminario della durata di due giorni, gli specialisti della sicurezza imparano a fare prevenzione nelle aziende. Sei mesi dopo il seminario tutti i partecipanti si ritrovano per uno scambio di opinioni e di esperienze (mezza giornata). Per maggiori dettagli visitate il nostro sito all'indirizzo **www.suva.ch/corsi**.

Non esitate a contattare i consulenti di SuvaLiv!



P. Kuhn: 041 419 50 91
peter.kuhn@suva.ch

M. Thommen: 041 419 64 02
marcel.thommen@suva.ch

C. Chappuis: 026 350 36 45
claudette.chappuis@suva.ch

G. Volery: 026 350 36 46
georges.volery@suva.ch

M. Langenegger: 041 419 62 36
mark.langenegger@suva.ch

Il piacere della musica senza danni

Rumore – un argomento d'attualità anche nel tempo libero



Di cosa si tratta?

La Suva si impegna ormai da anni sul fronte della protezione dell'udito sul lavoro. Tuttavia, il rumore può presentarsi a livelli pericolosi anche nel tempo libero. Non a caso molti giovani accusano disturbi all'udito (acufeni) dopo aver frequentato una discoteca o essere stati ad un concerto. Questo segnale di allarme viene spesso sottovalutato. Ecco perché con la campagna «Safer Sound» SuvaLiv vuole sensibilizzare i giovani ad avere particolare cura del loro udito.

Destinatari

- Dipendenti delle aziende assicurate presso la Suva
- Insegnanti
- Frequentatori di concerti e discoteche

La nostra offerta informativa

- Per informazioni dettagliate sui danni all'udito provocati dall'ascolto di musica consultate l'**opuscolo rielaborato e aggiornato «Musica e danni all'udito»** (codice 84001.i).
- Cos'è il rumore, come funziona il nostro apparato uditivo e quali sono gli effetti di un danno all'udito: a tutti questi interrogativi risponde il **CD «AUDIO DEMO 3»** con 99 dimostrazioni uditive (codice 99051.i, gratis). Il CD può essere fornito con un fonometro per l'esecuzione di un test dell'udito nell'ambito di una campagna aziendale.
- Il **set «Il suono e l'udito»** contiene un fonometro, un CD, un film e dei lucidi per lavagna luminosa. Il **modulo «Il suono e l'udito»** si compone di quattro parti:
 - quanto è alto il volume nelle cuffie?
 - test dell'udito
 - quiz
 - come «si sente» con un danno all'udito?

Il set e il modulo possono essere noleggiati per un periodo di circa 10 giorni facendone richiesta al Settore fisica della Suva (tel. 041 419 54 22). Dato che per utilizzare il modulo è indispensabile una breve introduzione, è necessario recarsi personalmente alla Suva per ritirarlo.

Per chi vuole godere la musica senza mettere a repentaglio l'udito, consigliamo di visitare il sito **www.sapros.ch/musica**.

www.sapros.ch: prodotti per la sicurezza e la tutela della salute



Sapros (**safety products**) è il più grande mercato on-line della Svizzera, specializzato in prodotti per la sicurezza e la tutela della salute con oltre 60 fornitori qualificati.

Sapros è un **servizio gratuito in materia di prevenzione** che la Suva mette a disposizione dei titolari delle aziende, degli acquirenti di prodotti per la sicurezza, degli specialisti del settore e di tutti coloro che sono interessati all'acquisto di simili prodotti.

Cosa offre SaproS?

Con SaproS è possibile:

- avere una panoramica su oltre 18 000 articoli
- ricevere informazioni specifiche su ogni prodotto e sul suo utilizzo
- mettere a confronto i prodotti prima di sceglierli
- ordinare con un semplice clic

Visitate il sito **www.sapros.ch**.

www.suva.ch/primosoccorso – le nostre proposte per le aziende che assicuriamo



Le aziende assicurate possono ordinare gratuitamente alla Suva gli articoli di primo soccorso (materiale di consumo).

Il nostro catalogo è strutturato per soddisfare i bisogni più disparati delle aziende e le lesioni statisticamente più frequenti.

Sono disponibili valigette pronto soccorso di varie dimensioni e rispettive ricariche. Tutti gli articoli si possono ordinare anche singolarmente. La quantità di articoli forniti alle aziende è in funzione del numero di dipendenti, della disponibilità o meno di un servizio di pronto soccorso in azienda e del numero di veicoli aziendali.

La via più veloce per ordinare gli articoli è tramite internet al sito:

www.suva.ch/primosoccorso

Per registrarsi al sito occorre inserire il numero d'impresa (per esempio: 607-42545.0).

Per informazioni sui nostri set di pronto soccorso:

tel. 041 419 50 33

fax 041 419 61 55

e-mail **servizio.clienti@suva.ch**

Maggiori informazioni nell'opuscolo «L'essenziale per le urgenze». Codice 2730.d/f/i.

www.suva.ch/corsi – corsi sulla tutela della salute



I nostri corsi si rivolgono principalmente a coloro che si occupano di sicurezza e tutela della salute nelle aziende e che intendono trasmettere le proprie conoscenze.

In altre parole, i destinatari privilegiati sono:

- quadri di ogni livello
- specialisti della sicurezza sul lavoro (esperti nell'ambito della sicurezza e ingegneri della sicurezza)
- addetti alla sicurezza
- altre persone con mansioni rilevanti nell'ambito della tutela della salute, ad es. esperti in radioprotezione, costruttori di macchine o responsabili per la protezione dal rumore nelle aziende.

La nostra ampia offerta di corsi di formazione risponde alle diverse esigenze delle aziende ed è costantemente aggiornata.

Per maggiori dettagli sui nostri corsi vi consigliamo di:

- visitare il nostro sito Internet all'indirizzo **www.suva.ch/corsi** e **www.suva.ch/rete-di-formazione**
- consultare il nostro opuscolo informativo «**Tutela della salute – programma dei corsi**». (Codice 88045.d/f/i)



La nostra gamma di supporti informativi è costantemente aggiornata. Per sapere quali sono le ultime novità riguardo a pubblicazioni, video, CD, DVD ecc. basta visitare il nostro sito Internet all'indirizzo

www.suva.ch/waswo-i

Qui è possibile ricercare, ordinare oppure scaricare i nostri supporti. **Waswo è rapido e facile da usare.** Oggi oltre il 75 % degli ordini viene inoltrato in questo modo.

Alla Suva sono disponibili anche i seguenti cataloghi generali:

- catalogo illustrato degli affissi (codice 88110.d/f/i)
- catalogo illustrato dei segnali di sicurezza (codice 88101.d/f/i)

Il modello Suva

- La Suva è più che un'assicurazione perché coniuga prevenzione, assicurazione e riabilitazione.
- La Suva è gestita dalle parti sociali: i rappresentanti dei datori di lavoro, dei lavoratori e della Confederazione siedono nel Consiglio d'amministrazione. Questa composizione paritetica permette di trovare soluzioni condivise ed efficaci.
- Gli utili della Suva ritornano agli assicurati sotto forma di riduzioni di premio.
- La Suva si autofinanzia e non gode di sussidi.

Suva

Casella postale, 6002 Lucerna

Informazioni

Tel. 041 419 58 51

Ordinazioni

www.suva.ch/waswo-i

Fax 041 419 59 17

Tel. 041 419 58 51

Prevenzione:

campagne e proposte 2010

Redazione

Beat Arnold, Settore comunicazione d'impresa

Riproduzione autorizzata, salvo a fini commerciali,
con citazione della fonte.

Novembre 2009, 1000 copie

Codice

88089.i