

benefit

Valanghe

Pericoli sulla neve: guida pratica per freerider

Indicatori

Tool online per la riduzione dei costi

Coronavirus

Il sostegno della Suva durante la pandemia

«La bici non aveva neanche un graffio, ma il casco era distrutto»

Laurent Aeberli, 29 anni



L'episodio

Caparbietà e capacità di mettersi in gioco

Schlieren, 17 agosto 2019

«Facevo tre lavori: ciclofattorino, consulente in comunicazione e musicista, ma un infortunio in bici mi ha messo fuori combattimento. Una donna mi ha trovato sul ponte «Gasometerbrücke» privo di sensi e con il casco distrutto. Nonostante l'emorragia cerebrale, secondo il medico sarei potuto tornare presto a lavorare a metà tempo, ma il mal di testa e forti sbalzi d'umore non mi davano tregua. Mi sono rivolto a un medico sportivo, che mi ha indirizzato al Concussion Center di Zurigo. Otto mesi dopo l'infortunio sono stato ricoverato alla Rehaklinik Bellikon. Pensavo che la degenza fosse di un paio di settimane, invece ci sono rimasto cinque mesi. Ho imparato a vuotare la mente e a sentire il mio corpo. Ho praticato molto sport e seguito un'alimentazione sana, perdendo dieci chili. La riabilitazione mi ha permesso di ritrovare il mio equilibrio. Ora dico veramente come sto, ascolto il mio corpo e, se necessario, scalo una marcia. La musica è la prima cosa che sono riuscito a fare. Da quando sono uscito dalla clinica lavoro a tempo parziale come consulente in comunicazione. Da poco sono tornato a lavorare anche come ciclofattorino presso Veloblitz, e apprezzo a fondo ogni corsa che faccio».

Laurent Aeberli

Il commento

L'aspetto sano di un paziente può indurre in inganno. Questo caso mostra chiaramente come una piccola lesione cerebrale possa provocare forti disturbi. La riabilitazione neurologica è quindi molto importante.

Dott.ssa med. Judith Sartorius, neurologa alla clinica di riabilitazione di Bellikon



suva.ch/reintegro

Dopo un infortunio la Suva assiste e accompagna le persone infortunate lungo il loro percorso riabilitativo.

Laurent Aeberli si è infortunato sul ponte «Gasometerbrücke». La sua bici non ha subito nemmeno un graffio.



Regula Müller,
caporedattrice



Pericolo di valanghe significa pericolo di morte

Ogni anno, in Svizzera, oltre 300 000 appassionati di sport sulla neve si avventurano al di fuori delle piste o dei sentieri tracciati. Alcuni di loro sottovalutano il pericolo legato alle valanghe, come conferma il tributo di 22 vite umane registrato nella media annua. Nove volte su dieci è la vittima stessa a provocare il distacco della valanga. Il rischio può essere ridotto con adeguate misure di prevenzione. Trovate consigli utili da pagina 12.

Un anno fa, quando la prima ondata di coronavirus ha colpito la Svizzera, il Consiglio federale ha imposto anche ai datori di lavoro di rispettare le raccomandazioni dell'UFSP in materia di igiene e distanziamento e ha incaricato la Suva di verificare l'osservanza delle regole sui cantieri, nell'industria e nell'artigianato. Una delle aziende controllate è la Kesmon Meccanica SA di Barbengo. Da pagina 6 potete leggere come il direttore Kociss Piedigaci e l'esperto in sicurezza della Suva Giorgio Tolone hanno vissuto questa esperienza. «Abbiamo apprezzato il fatto che la Suva ci abbia proposto soluzioni pragmatiche per applicare le regole di igiene e distanziamento» afferma Kociss Piedigaci.

Buona lettura!

Regula Müller, caporedattrice

Impressum

Editore: Suva, casella postale, 6002 Lucerna, suva.ch; benefit@suva.ch
Caporedattrice: Regula Müller; **Redazione:** Regina Pinna-Marfurt, Alois Felber, Charlotte Chanex; **Traduzioni:** Team language management della Suva
Foto: Daniel Brühlmann, Claudio Bader, Fabian Hugo, Erwin Auf der Maur
Ideazione e impaginazione: tnt-graphics AG; **Illustrazioni:** tnt-graphics AG
Ordinazioni: suva.ch/benefit-i; **Cambio di indirizzo:** Suva, servizio clienti, casella postale, 6002 Lucerna, telefono 041 419 58 51, servizio.clienti@suva.ch
 La rivista è prodotta in Svizzera a impatto zero sul clima: myclimate.org.

Al vostro
servizio

Esperto/a lotta alle frodi assicurative

Cosa: la Suva contrasta con rigore i casi di frode assicurativa. Alcuni esperti effettuano ad esempio revisioni d'impresa per smascherare ed eventualmente denunciare gli abusi. Altri conducono accertamenti approfonditi in caso di irregolarità, in particolare su copertura assicurativa e dinamica infortunistica, e controllano le fatture dei fornitori di prestazioni.

Perché: dall'istituzione del servizio antifrode nel 2007 sono stati evitati pagamenti ingiustificati per 190 milioni di franchi, oltre 17 milioni solo nel 2019. L'obiettivo è proteggere i clienti onesti, garantire premi conformi al rischio e prestazioni eque a tutto vantaggio della piazza produttiva svizzera.

Chi: la Suva dispone di 15 specialisti incaricati di verificare i casi sospetti. Nel 2019 sono state esaminate oltre 1800 segnalazioni di potenziali frodi.

suva.ch/frode



La Suva: un sostegno durante la pandemia

La pandemia ha avuto un impatto enorme sul Ticino. Anche la Kesmon Meccanica SA di Barbengo, attiva nel settore delle costruzioni metalliche e della metalmeccanica, ha imparato in poco tempo a farvi fronte. E ci è riuscita grazie al supporto della Suva.

Testo: Regina Pinna-Marfurt Foto: Claudio Bader

Durante la prima ondata della pandemia la Kesmon Meccanica SA, come molte altre aziende ticinesi, ha dovuto chiudere. Prima della riapertura la direzione ha dovuto chiedere all'Ufficio cantonale del lavoro il permesso di riprendere l'attività. La produzione è quindi ripartita, seppur limitatamente e nel rispetto delle norme igieniche e di distanziamento sociale. In officina, ad esempio, erano ammesse al massimo cinque persone.

Il 30 aprile 2020, Giorgio Tolone, specialista della Suva, ha fatto visita all'azienda. Kociss Piedigaci, direttore amministrativo dell'azienda, ricorda bene quel giorno: «È stata una consulenza molto pragmatica durante la quale ho potuto beneficiare dell'esperienza di uno specialista in sicurezza. Per quanto riguarda il piano di protezione, ho ricevuto molti suggerimenti pratici semplici da applicare». Giorgio Tolone, dal canto suo, ha percepito una grande disponibilità che gli ha permesso di assumere agevolmente il ruolo di «coach della sicurezza». >



**«È stata una consulenza
pragmatica che mi
ha fornito molti
suggerimenti utili»**

Kociss Piedigaci





La sicurezza sul lavoro e le misure anti-Covid devono andare di pari passo.



Dare l'esempio è
fondamentale: Kociss
Piedigaci indossa
sempre la mascherina.

Per entrambi era una situazione del tutto nuova. Bisognava agire in fretta e in modo costruttivo per contenere la pandemia. Piedigaci spiega: «Abbiamo vissuto la prima ondata con grande preoccupazione perché non sapevamo cosa stesse succedendo. Ci attendevamo risposte adeguate sia dalla nostra associazione professionale sia dalla Suva. Risposte arrivate prontamente».



Preoccupazioni e incertezze

Anche se durante la prima ondata l'azienda non ha registrato casi di Covid-19, la direzione ha preso sul serio la pandemia e seguito con attenzione l'evolversi della situazione. Tutti i dipendenti devono indossare la mascherina in azienda. «Il piano di sicurezza prevede anche l'obbligo di segnalare eventuali sintomi e nel caso di restare a casa» spiega Piedigaci. «Non ci sono stati contagi tra i collaboratori anche perché disponiamo di una superficie molto vasta e le postazioni di lavoro sono singole». Ciononostante Giorgio Tolone ha rilevato qualche lacuna. Il disinfettante, ad esempio, era insufficiente. «È importante che sia a disposizione dove serve, senza doverlo andare a cercare» spiega Giorgio Tolone. «Lo spray detergente non può mancare nelle postazioni in cui i collaboratori condividono gli attrezzi di lavoro». Giorgio Tolone ha discusso i problemi con il direttore amministrativo e 48 ore dopo tutto era risolto.



Il disinfettante deve essere sempre disponibile.



«A volte basta veramente poco per impedire la diffusione del virus»

Giorgio Tolone



Soluzioni efficaci grazie al dialogo

Ogni azienda ha le proprie specificità. Gli esperti in sicurezza della Suva devono quindi controllare l'elaborazione e l'attuazione di piani di protezione, tenendo conto della situazione e dei processi delle aziende.

«Nella mensa abbiamo lasciato solo quattro sedie per garantire il distanziamento durante il pranzo» spiega Giorgio Tolone. «Per motivi igienici abbiamo dovuto togliere i condimenti utilizzati da più persone. Sono piccole cose che però si dimostrano efficaci nella lotta al virus». Kociss Piedigaci aggiunge: «Grazie al dialogo costruttivo con l'esperto in sicurezza della Suva abbiamo adeguato il piano di protezione alla realtà della nostra azienda. Analizzando insieme i processi, abbiamo attuato le misure d'igiene richieste, ad esempio per evitare contagi nel caso in cui più dipendenti utilizzino i veicoli e i carrelli elevatori».





Quando non è possibile rispettare la distanza, bisogna indossare la mascherina.



Proteggere il personale dal virus

La vicinanza all'Italia e in particolare le immagini provenienti da Bergamo sono bene impresse nella mente di tutti i dipendenti della Kesmos Meccanica SA. Senza contare che il virus ha via via colpito anche conoscenti e familiari. La direzione ha quindi seguito con grande attenzione l'evolversi della pandemia e sensibilizzato il personale sulle norme di igiene e distanziamento. Le istruzioni sono state ribadite a intervalli di due settimane circa. «A settembre ho notato che il personale era stufo. Sono dovuto intervenire perché le regole di distanziamento non venivano più rispettate. Considero un obbligo morale proteggere i miei collaboratori» afferma Piedigaci.

«Durante la seconda ondata tre casi di contagio in famiglia hanno confermato che bisogna comportarsi in maniera responsabile, tanto più che le regole non implicano un grande sacrificio». Anche Giorgio Tolone condivide questa convinzione. E aggiunge: «Le istruzioni sono più efficaci se impartite sul posto di lavoro dall'addetto alla sicurezza o dal superiore diretto».



Dare il buon esempio

Da un anno la Suva monitora il rispetto delle misure anti-Covid da parte delle aziende assicurate. «Le esperienze fatte durante i controlli nell'industria e nell'edilizia in Ticino sono positive» conclude Giorgio Tolone. Kociss Piedigaci concorda. Le regole sono poche e non è difficile rispettarle. In caso di dubbio si può sempre chiedere una consulenza. «Cerco di essere d'esempio. Indosso sempre la mascherina. Finora non ho rilevato rallentamenti nella produzione. E del resto, meno contagi ci sono, più possiamo produrre».

suva.ch/corona

Informazioni utili sulle misure anti-Covid per le aziende, sulle condizioni assicurative durante il lavoro ridotto e sul contagio da coronavirus quale malattia professionale.

Confrontare per risparmiare

Gli indicatori vi permettono di confrontare i dati relativi alle assenze nella vostra azienda con quelli del settore e di capire dove potete risparmiare e quali sono le misure da adottare.

suva.ch/confronto-degli-indicatori

1. Analisi situazionale

Settore: **trasporto e magazzinaggio**

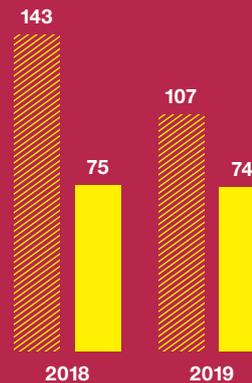
	2018	2019
N. collaboratori	105	103
N. infortuni professionali	15	11
N. inf. non professionali	14	13
Giorni di assenza	647	621

372 600 CHF

I giorni di assenza causano all'azienda costi per un totale di circa 372 600 franchi.

2. Confronto con il settore

- ▨ La mia azienda ogni 1000 occupati a tempo pieno
- Media del settore ogni 1000 occupati a tempo pieno



Negli ultimi due anni il rischio di infortunio professionale si è attestato sopra la media del settore in questa azienda.

3. Realizzare il potenziale di risparmio

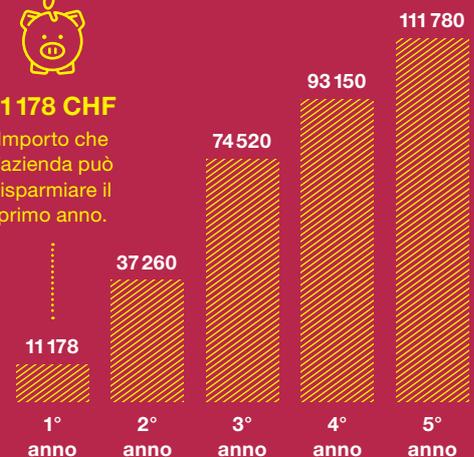
Con la gestione delle assenze e con attività di prevenzione mirate si possono ridurre i giorni di assenza. La riduzione dei tassi di assenza si basa su valori empirici di aziende che hanno investito nella gestione delle assenze.

- ▨ Risparmio potenziale in CHF



11 178 CHF

Importo che l'azienda può risparmiare il primo anno.



327 888

franchi. È l'importo che l'azienda può risparmiare nei prossimi cinque anni.



4. Raccomandazioni

Infortuni professionali: spiegare sistematicamente le regole vitali suva.ch/regole

Infortuni nel tempo libero: richiedere il supporto della Suva suva.ch/moduliperlaprevenzione

Gestione delle assenze: monitorare regolarmente l'andamento delle assenze suva.ch/gestione



Valutare il rischio

La maggior parte degli infortuni avviene fuori pista. Particolarmente pericolose sono le valanghe di neve a lastroni. Con adeguate misure di prevenzione è possibile ridurre il rischio.

Testo: Regula Müller Grafica: tnt-graphics

Fattori importanti

Per valutare il pericolo di valanghe si devono considerare diversi fattori. Maggiori informazioni: whiterisk.ch

Vento

Un fattore importante è il vento che forma la pericolosa neve ventata.

Pendio

La maggior parte delle valanghe si stacca lungo pendii omogenei sopra il limite del bosco.

Pendenza

Le valanghe di neve a lastroni si possono formare a partire da una pendenza di 30°.

Di consigli sul comportamento da seguire in caso di valanga ce ne sono in abbondanza. Molti raccomandano di cercare prima di tutto di restare in equilibrio sugli sci o sullo snowboard e di uscire lateralmente dalla traiettoria della valanga. Bisognerebbe poi attivare al più presto l'airbag per restare in superficie. Se si è travolti da una valanga a lastroni è inoltre importante abbandonare i bastoni da sci per evitare infortuni gravi come fratture o altre ferite. Un altro consiglio è di proteggersi il volto con le mani per impedire che la neve penetri nelle vie respiratorie.

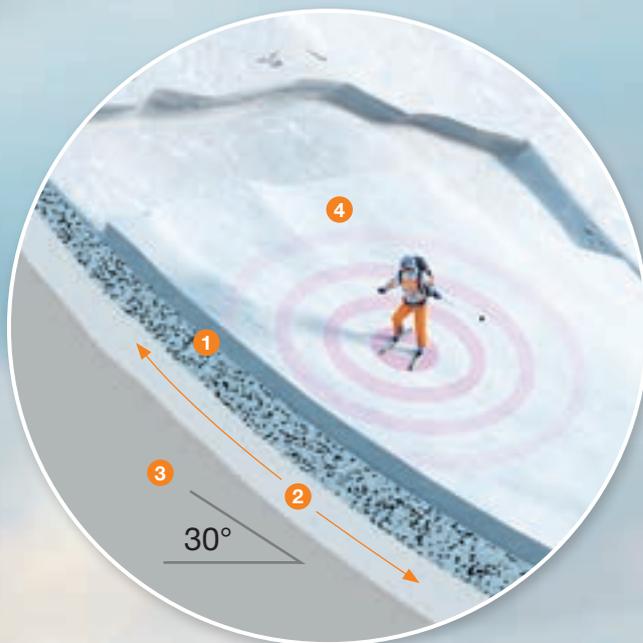
Prevenire gli infortuni da valanga

Le valanghe sono pericolose e possono risultare mortali anche per chi riuscisse a seguire tutte queste raccomandazioni. Ogni anno in Svizzera causano in media 22 morti. Nel 90 per cento dei casi la valanga è provocata dalla vittima stessa. L'obiettivo primario è quindi quello di non farsi travolgere. A freerider, escursionisti e ciaspolatori si consiglia di seguire un apposito corso, pianificare accuratamente l'uscita, consultare il bollettino valanghe e portare con sé l'equipaggiamento di emergenza. Durante l'escursione bisogna poi osservare >

Condizioni per il distacco

Gli infortuni da valanga subiti dagli appassionati di sport invernali sono dovuti in gran parte a valanghe di neve a lastroni. In questi casi, dopo la rottura in uno strato debole (causata spesso da una persona), si stacca un intero lastrone di neve. Il distacco di una valanga a lastroni è provocato dalla concomitanza di quattro condizioni.

- 1 Stratificazione sfavorevole del manto nevoso: lastrone (neve coesa) sopra uno strato debole (neve soffice, a grani grossi).
- 2 Superficie sufficientemente estesa della stratificazione sfavorevole.
- 3 Pendio sufficientemente ripido (oltre 30°).
- 4 Sovraccarico per l'innesco (ad es. peso dello sportivo).



Precipitazioni

Più abbondanti sono le nevicate, maggiore è il pericolo di valanghe. Anche la pioggia che cade su uno strato di neve secca può favorire la formazione di valanghe.

Irraggiamento solare

Temperature elevate e un forte irraggiamento solare possono causare valanghe di neve bagnata.



L'attrezzatura di emergenza include pala, sonda e apparecchio di ricerca in valanga (ARVA).



Probabilità di sopravvivenza



sempre le condizioni, il terreno e i compagni e prendere decisioni in funzione dei rischi.

Situazione critica già dal grado 3

Il WSL Istituto per lo studio della neve e delle valanghe SLF pubblica bollettini aggiornati sulle condizioni della neve e delle valanghe. Il bollettino valanghe è importante sia come base decisionale, sia per la pianificazione di un'uscita. In inverno viene diramato due volte al giorno e informa sul pericolo di slavine sulle Alpi svizzere. I gradi di pericolo sono cinque, da «debole» a «molto forte». Già al livello 3 «marcato» la situazione è critica. La metà dei casi mortali si verifica con questo grado di allerta che interessa buona parte dell'inverno (30 per cento dei giorni). Il bollettino può essere consultato sul sito slf.ch o tramite l'app «White Risk» (vedi riquadro).

Osservare la meteo e il pendio

Quando si pianifica un'uscita, ma anche durante l'escursione stessa, occorre avere un occhio di riguardo per la meteo, che ha un notevole influsso sulla situazione nivologica. La neve fresca, la pioggia, ma anche il vento possono aumentare il rischio di valanga. Se la neve ventata è molto pericolosa, anche un marcato riscaldamento del manto nevoso può favorire la formazione di valanghe. Nelle giornate soleggiate è difficile resistere alla tentazione della neve fresca fuori pista. Eppure è proprio in queste giornate che il pericolo è più elevato. La maggior parte delle valanghe si stacca lungo pendii con una pendenza di 35-40 gradi. Nel pianificare l'escursione è quindi importante considerare la pendenza consultando le cartine del tool «White Risk». L'attrezzatura di emergenza non previene gli infortuni, ma aumenta le probabilità di sopravvivenza e include l'apparecchio di

ricerca in valanga (ARVA), una pala e una sonda. Si raccomanda inoltre l'uso di un airbag da valanga. L'ARVA è una ricetrasmittente di segnale con un raggio di circa 40 metri. Con un po' di esperienza permette di rintracciare una persona sepolta in due o tre minuti. La sonda è un'asta telescopica in alluminio che consente di individuare la posizione precisa della vittima. E la pala serve ovviamente per liberare la persona sepolta. Se si interviene nei primi 15 minuti, le probabilità di trovarla viva sono molto alte. Le scuole di sport di montagna, le guide alpine e il CAS offrono corsi sulle valanghe. Senza la necessaria formazione, è meglio praticare il fuoripista solo in gruppo accompagnati da una guida. ●

suva.ch/sportneve

Informazioni per chi pratica sport sulla neve fuori pista.

Maggiore sicurezza con «White Risk»

«White Risk» è un tool online per la prevenzione degli infortuni da valanga. Sensibilizza sui pericoli e fornisce tutte le informazioni necessarie per proteggersi al meglio. Per valutare correttamente il rischio di valanghe è indispensabile pianificare con cura l'escursione, ma anche avere conoscenze specifiche e molta esperienza. Que-

sta piattaforma online è frutto della collaborazione tra la Suva e il WSL Istituto per lo studio della neve e delle valanghe SLF, con il sostegno della Croce Rossa Svizzera (CRS) in qualità di partner. «White Risk» comprende anche un tool di pianificazione che permette di riportare il percorso previsto sulle carte di swisstopo, rilevare le

pendenze, tenere conto del bollettino valanghe e delle previsioni meteo ed evidenziare i punti chiave.

In seguito l'escursione può essere sincronizzata con l'app, dove la si può adeguare ulteriormente. Nella modalità offline è possibile scaricare e stampare le cartine.

whiterisk.ch

Chi paga?

Chi ignora intenzionalmente le indicazioni di pericolo e gli sbarramenti con bandierine gialle e nere e viene travolto da una valanga rischia di vedersi decurtate le prestazioni assicurative (indennità giornaliera, rendita). La persona si espone a un rischio particolare e si tratta quindi di un atto temerario.

suva.ch/atti-temerari

Uso

L'anello di ancoraggio dorsale deve trovarsi all'altezza delle scapole, le asole di trattenuta anteriori all'altezza dello sterno. I cosciali vanno regolati in modo da lasciare lo spazio per una mano. Chi lavora con un sistema di arresto caduta ha l'obbligo di indossare un casco con cinturino sottogola.

Protezione collettiva

Per prevenire le cadute è sempre preferibile utilizzare ponteggi di facciata, protezioni laterali, reti di sicurezza ecc. e ricorrere ai DPI anticaduta solo se non è possibile adottare uno di questi sistemi di protezione collettiva.

Formazione

I lavori con le imbracature di sicurezza sono considerati particolarmente pericolosi e prevedono una formazione specifica.

Non lavorare da soli

I lavori con i DPI anticaduta richiedono la presenza di una seconda persona che, in caso di necessità, può prestare i primi soccorsi e trarre in salvo la vittima con i mezzi a disposizione. Restare sospesi nel vuoto con un'imbracatura può provocare seri danni alla salute con effetti anche letali già dopo 20 minuti (insufficienza cardiocircolatoria).

Controllo

Prima di ogni uso bisogna accertarsi che i DPI anticaduta siano in perfetto stato. Tutti i prodotti per la protezione contro le cadute vanno ispezionati almeno una volta all'anno da persone qualificate. Le imbracature devono essere conformi alla norma EN 361.

L'oggetto

Imbracatura anticaduta

Una caduta, anche da un'altezza ridotta, ha quasi sempre conseguenze gravi. La disciplina nell'uso dei dispositivi di protezione individuale anticaduta è pertanto fondamentale.

Maggiori informazioni: suva.ch/dpi-anticaduta
Per ordinare le imbracature: sapro.ch

Formazione per addetti alla sicurezza

Dal 2018 la Suva offre un corso di preparazione all'esame federale di specialista della sicurezza sul lavoro e della protezione della salute (SLSP). Hélène Mouill e ha frequentato il corso pilota.

Intervista: Charlotte Chanex Foto: Fabian Hugo

Perch e ha deciso di seguire la formazione come specialista SLSP?

In quanto manager Safety & Environment alla OM Pharma SA sono responsabile di coordinare i sistemi di gestione della salute e sicurezza sul lavoro e i sistemi di gestione ambientale. Poco dopo il diploma di ingegnere ho sentito il bisogno di ampliare le mie competenze. Visto

che ho studiato in Francia, dovevo migliorare le mie conoscenze del sistema e dei fondamenti giuridici in Svizzera.

Che cosa ha apprezzato in particolare del corso?

Il corso, strutturato in diversi moduli, mi ha permesso di acquisire gli strumenti necessari per la consulenza, l'introduzione e il controllo dei sistemi di sicurezza in azienda. In particolare, abbiamo trattato nel dettaglio i dieci punti del programma MSSL. Gli esercizi pratici in classe e in azienda ci hanno offerto interessanti opportunité di scambio. La dinamica di gruppo era molto positiva: ci aiutavamo e sostenevamo tutti a vicenda. Se devo proprio indicare un punto negativo, citerei lo scarso approfondimento della terminologia tecnica nel modulo sull'individuazione dei pericoli. So perch e che si è già provveduto per correggere questa situazione.

I miei preferiti su suva.ch

Sistema di sicurezza (MSSL): suva.ch/mssl

Schede tematiche, liste di controllo e programmi di prevenzione: suva.ch/materiale

Dispositivi di protezione individuale: suva.ch/dpi

Hélène Mouill e ha consolidato le proprie conoscenze in materia di sicurezza e salute sul lavoro grazie al corso di preparazione.

Il corso le è servito per la sua attività quotidiana?

Mi ha permesso di avere una visione globale più ampia della sicurezza e della salute in azienda. Ho imparato a creare e migliorare un sistema per la sicurezza e la tutela della salute sul lavoro. Ho approfondito le mie conoscenze del sistema svizzero e ora per me è più facile reperire le informazioni tecniche o le persone di contatto. Ho anche acquisito



«Il corso mi ha insegnato a creare e migliorare un sistema per la sicurezza e la tutela della salute sul lavoro»

Hélène Mouillé

particolari strumenti di comunicazione che posso utilizzare nei contatti quotidiani con i colleghi.

A livello di prevenzione quali risultati positivi ha ottenuto?

Per introdurre un sistema di sicurezza e consolidare la cultura che lo accompagna ci vuole tempo. Tra i miei primi interventi vorrei citare la revisione della procedura di notifica e gestione degli

Corso di preparazione all'esame federale di specialista SLPS

Da 25 anni la Suva si occupa della formazione di esperti nell'ambito della sicurezza. Ora offre anche un corso di preparazione all'esame federale di specialista della sicurezza sul lavoro e della protezione della salute (SLPS) che prevede un mix equilibrato di lezioni in classe, esercizi pratici in azienda e studio individuale. La formazione pone l'accento sulle conoscenze pratiche.

Maggiori informazioni:
suva.ch/slps

eventi pericolosi e la proposta di una nuova politica in materia di sicurezza e salute. Sono particolarmente orgogliosa di essere riuscita a migliorare la percezione del pericolo mostrando la catena degli eventi sotto forma di schema. Un infortunio non capita mai per caso. Ognuno può fare qualcosa per evitarlo. Subito dopo il diploma è scoppiata la pandemia da coronavirus. In questo caso il modulo sulla gestione delle crisi mi è stato molto utile.

Quali sono i suoi obiettivi in materia di sicurezza sul lavoro e tutela della salute?

La cosa più importante è che tutti i dipendenti tornino a casa sani e salvi. Perché questo accada, si devono migliorare i processi e le condizioni di lavoro in modo da ridurre i rischi di infortunio e i rischi per la salute. Ecco perché sto aggiornando il nostro sistema di sicurezza e tutela della salute. Spero di ottenere presto la certificazione ISO 45001. ●



Workshop per la prevenzione in azienda

Zero infortuni durante e grazie allo sport

La sedentarietà favorisce gli infortuni e le lesioni. Anche un'attività sportiva praticata male, tuttavia, può risultare pericolosa. In entrambi i casi possono conseguire lunghe assenze dal lavoro. È su questo aspetto che fanno leva i due nuovi workshop della Suva che potete prenotare come moduli di prevenzione. «Tutti in forma» sensibilizza sull'importanza di una buona condizione fisica per ridurre il rischio di farsi male e fornisce utili suggerimenti per integrare il movimento nella vita di tutti

i giorni. «Praticare sport senza farsi male» spiega come prevenire gli infortuni sportivi.

Tutti in forma. Praticare sport senza farsi male.

Moduli di prevenzione con uno specialista della Suva.

Informazioni e prenotazioni:

suva.ch/moduliperlaprevenzione

> Temi: fitness, sport

Prevenzione della tubercolosi

Misure contro un vecchio nemico

Ogni anno in Svizzera circa 500–600 persone si ammalano di tubercolosi. Per contrastare questa tendenza occorrono adeguate misure di protezione. La pubblicazione dedicata a questo tema, recentemente aggiornata, descrive le misure da adottare per prevenire la tubercolosi sul posto di lavoro.

La tubercolosi sul posto di lavoro – Rischi e prevenzione

Opuscolo informativo, 50 pagine A5, solo PDF:

suva.ch/2869-35.i

Guida CFSL

Ricerche più rapide

La CFSL ha rielaborato la sua guida online alla sicurezza sul lavoro aggiungendovi diverse utili funzioni. La nuova funzione di ricerca per parole chiave, abbinata a una visualizzazione di anteprima, semplifica il reperimento delle informazioni. Questa opera di riferimento illustra le disposizioni dell'Ordinanza sulla prevenzione degli infortuni e delle malattie professionali (OPI).

Guida CFSL alla sicurezza sul lavoro:

guida.cfsi.ch

Programma dei corsi 2021

La chiave sta nella formazione

Cercate corsi e formazioni sulla prevenzione, la sicurezza sul lavoro e la tutela della salute? Date un'occhiata al nostro programma 2021, che comprende anche i corsi di preparazione all'esame professionale «Specialista SLPS» e varie proposte per la gestione delle assenze e della salute in azienda.

La nostra offerta formativa:

suva.ch/corsi

suva.ch/slps

suva.ch/88045.i



Sensibilizzazione nelle scuole professionali

«top TODAY» per un tirocinio in sicurezza

Il giornale gratuito «top TODAY» è un ottimo strumento per affrontare la gestione dei rischi nelle scuole professionali. Il giornale e la documentazione didattica che lo accompagna forniscono spunti per spiegare ai giovani come evitare gli infortuni durante il tirocinio.

top TODAY: suva.ch/88314.i

Pubblicazioni

Potete ordinare le nostre pubblicazioni online: suva.ch/benefit-cedola-ordinazione

Oppure potete inserire il codice della pubblicazione nel campo di ricerca del nostro sito suva.ch

Novità o aggiornamenti su suva.ch

Le pubblicazioni aggiornate e nuove dedicate alla prevenzione degli infortuni e delle malattie professionali sono disponibili su suva.ch/pubblicazioni

Questo inverno regalati un bel paio di scarpe con suola antiscivolo.

Manifestino A4:
suva.ch/55375.i

Rimozione di piastrelle per pareti e pavimenti contenenti colla a base di amianto

Scheda tematica, 2 pagine A4, solo PDF:
suva.ch/33077.i

Abbonamento ai manifestini:
suva.ch/manifestini

Pulizia di attrezzature di lavoro contaminate da amianto

Nuova scheda tematica per le ditte di noleggio macchine, 2 pagine A4, solo PDF:
suva.ch/33098.i

Sostituzione di finestre negli edifici. Mai senza i dispositivi anticaduta!

Scheda tematica, 2 pagine A4, solo PDF:
suva.ch/33090.i



Protegersi le mani: una scelta saggia.

Manifestino A4:
suva.ch/55388.i

Stoccaggio di merci accatastate

Lista di controllo, 4 pagine A4:
suva.ch/67142.i

Lavorare con la motosega

Scheda tematica, 2 pagine A4, solo PDF:
suva.ch/33062.i

Se non vuoi scendere a valle in barella.

Manifestino A4 con consigli per slittare in sicurezza:
suva.ch/55313.i

Concorso

Partecipate entro il 19 maggio 2021 e vincete fantastici premi: suva.ch/concorso

Un terzo degli infortuni nel campionato ufficiale di calcio è causato da un fallo. Tra il 2004 e il 2015 il numero degli infortuni per contatto è aumentato da 4,7 a 5,6 per 1000 ore di gioco. La migliore prevenzione è una buona forma fisica, il giusto equipaggiamento e soprattutto il fair play. suva.ch/calcio

Domanda: come si assicura il fair play durante una partita?

Risposte:

- A** Pensando solo alla vittoria.
- B** Evitando di eccedere in agonismo per non mettere in gioco la salute.
- C** Spegnendo il cervello durante i duelli.



1° premio: elastico per il fitness

3° premio: sveglia



Le zecche prediligono le parti del corpo calde e ben irrorate dal sangue. Ecco cosa potete fare per rovinare l'appetito a queste bestioline voraci:

- Durante un'escursione indossate indumenti chiusi e applicate un prodotto repellente.
- Al ritorno da un'escursione effettuate un'attenta ispezione visiva di tutto il corpo.
- Rimuovete la zecca con una pinzetta specifica e disinfettate subito la cute.
Annotate la data della rimozione per poter dare informazioni precise in caso di complicanze.
- In caso di arrossamento della pelle rivolgetevi a un medico.
- I morsi delle zecche possono provocare la meningoencefalite primaverile-estiva (FSME).

Maggiori informazioni: suva.ch/zecche

Suva

Casella postale, 6002 Lucerna, tel. 041 419 58 51
Ordinazioni online: www.suva.ch/55233.i, codice 55233.i, 3/2021

suva