



**Sicurezza e tutela della salute nell'economia
della carne e nell'industria della macellazione**

Guida per la formazione



Indice

Perché questa guida?	3
11 fogli di lavoro	4
Foglio di lavoro 1: Utilizzo di coltelli	5
Foglio di lavoro 2: Utilizzo di cutter, seghe a nastro	11
Foglio di lavoro 3: Rumore	19
Foglio di lavoro 4: Inciampo, scivolamento, caduta in piano	26
Foglio di lavoro 5: Sollevamento, trasporto e movimentazione di carichi	33
Foglio di lavoro 6: Ergonomia della postazione di lavoro (posture, movimenti e rilassamento)	45
Foglio di lavoro 7: Ergonomia nelle vendite (posture forzate)	56
Foglio di lavoro 8: Uso di detergenti e pulitrici ad alta pressione	65
Foglio di lavoro 9: Protezione della pelle	76
Foglio di lavoro 10: Catering, partyservice	83
Foglio di lavoro 11: Ustioni, scottature	94
Contatti/Link	104

Perché questa guida?

La presente guida ha lo scopo di rivalutare e promuovere la campagna di prevenzione per l'economia della carne e l'industria della macellazione che ha visto la luce nel 2010 ad opera della Commissione federale di coordinamento per la sicurezza sul lavoro (CFSL) con l'etichetta SAFE AT WORK. Nell'ambito di questa campagna vengono mostrati 11 rischi d'infortunio rilevanti e sviluppati manifesti per supportare le aziende dell'economia della carne e dell'industria della macellazione nei loro sforzi al fine di migliorare ulteriormente la sicurezza sul lavoro.

A chi si rivolge in particolar modo questa guida?

Questa guida si rivolge a tutti gli attori che affrontano il tema della sicurezza e della protezione della salute nell'economia della carne e nell'industria della macellazione, che sia nell'ambito di indicazioni aziendali o nelle lezioni delle scuole professionali.

Al gruppo target appartengono ad esempio i seguenti soggetti:

- Responsabili della sicurezza e della tutela della salute nelle aziende
- Formatori in aziende di tirocinio
- Docenti delle scuole professionali
- Referenti di corsi interaziendali

Qual è lo scopo di questa guida?

Questa guida alle lezioni è un documento che viene consegnato a responsabili della sicurezza e formatori. Il suo scopo è di supportare, guidare e motivare il gruppo target ad affrontare e approfondire sistematicamente e con competenza gli 11 maggiori rischi d'infortunio nell'economia della carne e nell'industria della macellazione.

Come si utilizza questa guida?

Per i responsabili e i formatori non è sempre facile trasmettere conoscenze, dare consigli pratici e condividere valori.

La guida offre una serie di strumenti e modalità per l'elaborazione di queste tematiche. Inoltre vengono proposti vari materiali didattici, in modo tale che ogni mediatore possa scegliere e utilizzare gli ausili più adatti al contesto di formazione. Questo è ancora più importante dal momento che gli ausili non sono destinati solo alle scuole, ma possono essere utilizzati anche in aziende dove non sempre sono disponibili proiettori.

Formulazioni eque rispetto al genere

La presente guida contiene in generale formulazioni neutre o eque rispetto al genere. Per uno stile più scorrevole, tuttavia, in molti casi si è scelto di rinunciare a formulazioni eque in termini di genere. In tali casi, la forma maschile è da intendersi come un maschile generico, che si riferisce sia alle donne sia agli uomini.

Quali sono i materiali a disposizione?

La guida alla lezione

Questo documento è per così dire il diario di bordo del mediatore/formatore. Al suo interno sono descritti i vari elementi di cui si compone l'intervento di formazione per le aziende dell'economia della carne e l'industria della macellazione. Può essere scaricata sul sito web di SAFE AT WORK (www.safeatwork.ch).

11 moduli didattici

Ogni modulo didattico è composto dai seguenti ausili:

- Foglio di lavoro con commenti per il mediatore/formatore
- Presentazione in PDF
- Filmato sulla prevenzione
- Manifesto

I moduli didattici sono concepiti per una durata di circa 15–45 minuti. Possono essere adattati e le lezioni possono essere impartite direttamente sul luogo di lavoro oppure nell'aula di formazione. Questi ausili possono essere scaricati dal sito web di SAFE AT WORK (www.safeatwork.ch).

11 fogli di lavoro

L'intervento di formazione comprende 11 fogli di lavoro. Servono al mediatore/formatore come orientamento nella sua lezione. I fogli di lavoro hanno in genere la seguente struttura:

- 1) Presentazione del tema
- 2) Elaborazione del tema
- 3) Sensibilizzazione
- 4) Filmato/Audio
- 5) Applicazione pratica
- 6) Miglioramento

I fogli di lavoro sono inoltre provvisti di pittogrammi che rimandano agli elementi costitutivi del blocco di formazione.



Domande ai partecipanti



Suggerimenti/proposte/idee

Come si prepara un'unità didattica?

- Stampare il foglio di lavoro per il modulo scelto e prepararsi sullo stesso
- Scaricare gli altri ausili (filmato, manifesto, presentazione in PDF) dal sito web di SAFE AT WORK (www.safeatwork.ch)
- Programmare unità didattiche della durata di circa 15-45 minuti con i lavoratori interessati
- Preparare l'unità didattica in base ai mezzi disponibili; eventuale possibilità di mostrare il filmato
- Eventualmente fare ricerche sul tema
- Eventualmente ispezionare i luoghi e identificare problemi e/o soluzioni correlati al tema da elaborare
- Eventualmente scattare alcune foto in azienda per illustrare il tema e parlarne nell'unità didattica
- Documentare lo svolgimento dell'unità didattica mediante un attestato di superamento della formazione. Importante: una formazione non documentata mediante firma non si può considerare ufficialmente svolta.

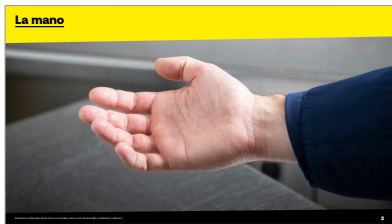


Presentazione del tema (~ 1')

Slide 1

Saluto ai partecipanti.
Presentazione del tema.
Durata indicativa del modulo: 30 a 45 minuti.

Elaborazione del tema (~ 4')



Slide 2

Con le nostre mani possiamo afferrare e lavorare oggetti, scrivere, prendere misure, ma anche accarezzare, toccare o sottolineare le parole con i gesti. Le mani sono uno strumento insostituibile.

Per la maggior parte delle nostre attività utilizziamo proprio le mani. Lavoratori dell'economia della carne ma anche cuochi, infermieri, insegnanti, parrucchieri, pianisti, muratori, meccanici... Nessuno di noi può farne a meno.

Grazie alle loro molteplici possibilità d'impiego, le mani sono una parte del corpo particolarmente esposta ai rischi professionali: lesioni da taglio, ustioni, contusioni... Le nostre mani inoltre sono particolarmente sensibili.

Le mani sono tra le parti del corpo che si feriscono di frequente. Gli infortuni alle mani rappresentano circa il 25% degli infortuni sul lavoro in Svizzera (uno su quattro). Nell'economia della carne questa cifra raggiunge perfino il 49%. Questo significa che nel nostro settore un infortunio su due interessa le dita e la mano. In molti casi si tratta di lesioni da taglio o da perforazione riconducibili all'utilizzo di coltelli.

Per l'elaborazione del tema e in particolare delle questioni correlate alla pelle, potete anche utilizzare il foglio di lavoro del modulo 9.

Appunti

E voi?

Chi di voi ha già subito una lesione da taglio?



Slide 3

Chi di voi ha già subito una lesione da taglio o da perforazione?

Chiedete come si è arrivati alla lesione da taglio (le circostanze dettagliate: dove, quando, perché, in quale situazione, durante quale attività ecc.).



Pensate a uno scenario d'infortunio da poter raccontare se i partecipanti non hanno ancora mai subito una lesione da taglio o da perforazione.

Ove necessario, integrate le risposte dei partecipanti e quindi riepilogate le cause delle lesioni da taglio o da perforazione legate all'uso di coltelli:

Le lesioni da perforazione e da taglio con coltelli sono causate in prevalenza:

- da tecniche di lavoro non corrette
- all'utilizzo di coltelli non idonei
- sotto la pressione del tempo e della fretta



Slide 4

Le lesioni da taglio causate da coltelli possono essere evitate...



... con la scelta del coltello giusto:

- Chiedete ai partecipanti se sanno quale sia il coltello giusto per ciascun lavoro.
- Mostrate diversi coltelli e illustrate per cosa devono essere utilizzati i diversi coltelli. Chiedete ai partecipanti di mostrarvi i coltelli e spiegarvi i loro ambiti di utilizzo.



Slide 5

... adoperando una corretta tecnica di taglio:

- Chiedete ai partecipanti se sappiano che cos'è la presa ad artiglio.
- Mostrate la presa ad artiglio con un esempio. Fate esercitare i partecipanti nella presa ad artiglio.
- Imponete ai partecipanti di bloccare il materiale da tagliare su una base solida o su un tagliere.



Slide 6

... con un corretto grado di affilatura:

- Un coltello è affilato quando permette di tagliare un pomodoro senza dovervi applicare forza.
- Mostrate ai partecipanti in che modo possono verificarlo.





Slide 7

Le lesioni da taglio causate da coltelli possono essere evitate...

... Mediante un'affilatura dei coltelli a regola d'arte:

Affilatura con affilatrice

- Non indossare indumenti o gioielli con parti che pendono
- Indossare occhiali protettivi, protezioni dell'udito e un grembiule antiperforazione
- Non smontare, rendere inefficace o manipolare la copertura di sicurezza

Affilatura a mano

- Indossare guanti protettivi e un grembiule antiperforazione



Slide 8

... con coltelli in perfette condizioni:

- Controllare la punta dei coltelli con un calibro per coltelli
- Smaltire correttamente i coltelli usurati e danneggiati



Slide 9

... attraverso un corretto stoccaggio e trasporto dei coltelli

- I coltelli devono essere riposti negli appositi cesti per coltelli, portacoltelli da tavolo, cassetti con alloggiamenti o su barre magnetiche da parete.
- Un coltello va sempre trasportato con punta rivolta verso il basso



Slide 10

Le lesioni da taglio causate da coltelli possono essere evitate...

... attraverso una pulizia dei coltelli a regola d'arte:

- Quando si lavano coltelli, questi devono essere sistemati in contenitori adatti e non lasciati alla rinfusa nel lavandino.

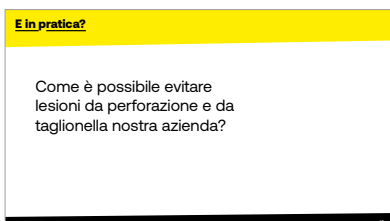


Slide 11

... indossando dispositivi di protezione individuale adeguati:

- Questi includono, a seconda dell'attività da svolgere, guanti antitaglio, guanti anti-perforazione, grembiule antiperforazione, indumenti e occhiali protettivi, protezioni dell'udito, calzature di sicurezza, ecc.
- Indossate esclusivamente guanti e grembiuli antiperforazione corrispondenti alla vostra taglia.

Miglioramento (~ 2')



Slide 12



Come è possibile evitare lesioni da perforazione e da taglionella nostra azienda?



In azienda:

Potete parlare dell'argomento con i partecipanti anche direttamente sul posto (p. es. in produzione), per discutere qui i provvedimenti da adottare.



Al di fuori dell'azienda (p. es. scuola professionale, corsi interaziendali):

Preparate materiale o foto da poter mostrare.

Miglioramento (~ 2')

E ora?

Cosa potete cambiare e migliorare nel vostro modo di lavorare?

Cosa possiamo cambiare e migliorare in azienda?



Cosa potete cambiare e migliorare nel vostro modo di lavorare?

Cosa possiamo cambiare e migliorare in azienda?



In azienda:

Prendete nota delle domande rimaste in sospeso (per rispondere o riprenderle in un momento successivo).



Al di fuori dell'azienda (p. es. scuola professionale, corsi interaziendali):

Per i formatori al di fuori dell'azienda: Siate pronti a rispondere a domande come «Cosa devo fare se nella mia azienda non sono presenti cesti per coltelli o portacoltelli da cassetto idonei?».

Follow-up

In base ai problemi identificati, cercate soluzioni per migliorare le condizioni di lavoro del personale.

Se necessario, devono essere adottate misure correttive.

Dopo la formazione, può essere affisso in azienda il manifesto del tema trattato.

Foglio di lavoro Modulo 2

Utilizzo di cutter e seghe a nastro



Presentazione del tema (~ 1')

Slide 1

Saluto ai partecipanti.
Presentazione del tema.
Durata indicativa del modulo: 20 a 50 minuti.

Elaborazione del tema (~ 4')

Slide 2

Con le nostre mani possiamo afferrare e lavorare oggetti, scrivere, prendere misure, ma anche accarezzare, toccare o sottolineare le parole con i gesti. Le mani sono uno strumento insostituibile.

Per la maggior parte delle nostre attività utilizziamo proprio le mani. Lavoratori dell'economia della carne ma anche cuochi, infermieri, insegnanti, parrucchieri, pianisti, muratori, meccanici... Nessuno di noi può farne a meno.

Grazie alle loro molteplici possibilità d'impiego, le mani sono una parte del corpo particolarmente esposta ai rischi professionali: lesioni da taglio, ustioni, contusioni... lesioni da taglio, ustioni, contusioni... Le nostre mani inoltre sono particolarmente sensibili.

Le mani sono tra le parti del corpo che si feriscono di frequente. Gli infortuni alle mani rappresentano circa il 25% degli infortuni sul lavoro in Svizzera (uno su quattro). Nell'economia della carne questa cifra raggiunge perfino il 49%. Questo significa che nel nostro settore un infortunio su due interessa le dita e la mano.

Molti di questi infortuni sono lesioni da taglio o da perforazione legate all'utilizzo di coltelli. Ma non pochi sono dovuti anche all'uso improprio di altri attrezzi di lavoro e apparecchi elettrici dotati di lame e seghe.



Per ulteriori approfondimenti su temi relativi alla pelle potete utilizzare i fogli di lavoro del Modulo 1 «Utilizzo di coltelli» e del Modulo 9 «Protezione della pelle».

Appunti

E voi?

Chi di voi ha già subito lesioni durante l'utilizzo di un cutter o di una sega a nastro?



Slide 3

Chi di voi ha già subito lesioni durante l'utilizzo di un cutter o di una sega a nastro?

Chiedete come si siano verificate queste lesioni (le circostanze dettagliate: dove, quando, perché, in quale situazione, durante quale attività ecc.).



Pensate a uno scenario di infortunio da poter raccontare se nessuno dei partecipanti ha mai subito lesioni durante l'utilizzo di un cutter o di una sega a nastro.

Se necessario, completate le risposte dei partecipanti e riassumete le cause di lesioni possibili con un cutter o una sega a nastro:

Lesioni da taglio gravi, anche fino alla perdita di arti e a problemi di salute, associate all'uso di cutter si verificano principalmente

- inserendo le mani sotto il coperchio del cutter (p. es. in caso di immissione non voluta di materiali o oggetti)
- durante lo svuotamento a mano
- mentre si rimuove il prodotto dal coperchio
- quando si lavora sulla lama (pulizia, cambio lama)
- sotto la pressione del tempo e della fretta
- quando si lavora senza sistemi di sollevamento

Durante l'utilizzo di seghe a nastro si verificano soprattutto lesioni da taglio, arti recisi, schiacciamenti e altre lesioni a mani e piedi, a causa di

- tensione insufficiente del nastro
- utilizzo di lame con crepe o non più taglienti
- copertura della lama non ben sistemata
- movimenti scorretti mentre si utilizzano fermi o spintori
- pezzi di carne/ossa non posizionati correttamente sul piano
- o durante il taglio di carni o ossa non surgelate

Evitare lesioni con il cutter



- ... **controllo di sicurezza giornaliero**
 - L'albero portalama si arresta al sollevamento del coperchio
 - Il gruppo lame è saldamente in sede
 - Dispositivo di carico funzionante, fermo di sicurezza del carrello efficace
- ... **durante la produzione**
 - Non inserire mai le mani sotto il coperchio del cutter
 - Non sostare mai nella zona di oscillazione del dispositivo di carico
 - Chiudere il coperchio antirumore e indossare protettori auricolari
 - Svuotare manualmente solo la parte anteriore
 - Nell'immuovere il prodotto dal coperchio, coprire la lama
- ... **durante operazioni di pulizia, cambio lame**
 - Spegnere l'interruttore principale
 - Quando si lavora sulla lama, indossare guanti antitaglio

Slide 4

Si possono evitare lesioni con il **cutter** ...

... con un controllo di sicurezza giornaliero:

- l'albero portalama si arresta quando il coperchio del cutter viene alzato (apertura di 100 mm), o il coperchio non può essere alzato mentre il cutter è in funzione?
- Il tempo di arresto massimo è di 2 secondi per la serie 1 (≤ 700 mm di diametro D), 3 secondi per la serie 2 ($700 \text{ mm} < D \leq 1200$ mm) e 4 secondi per la serie 3 ($D \geq 1200$ mm)?

- Durante il funzionamento ad alta velocità di cutter con capacità del serbatoio a partire da 90 l (da 30 l per gli apparecchi nuovi), non è possibile alzare la coperchio antirumore o la velocità viene ridotta?
- Il dispositivo di svuotamento si arresta quando lo si fa uscire dal serbatoio?
- Il gruppo lame è ben saldo in posizione?
- Il fermo di sicurezza del carrello sul dispositivo di carico è funzionante?

... durante la produzione

- Utilizzare solo gruppi lame in cui sia stata verificata la presenza di crepe e che siano ben bilanciati
- Chiudere il coperchio antirumore
- Quando il cutter è in funzione, tutte le persone presenti nella zona di rumore devono utilizzare dispositivi di protezione dell'udito
- In caso di svuotamento manuale, lavorare solo nella parte anteriore sinistra del serbatoio del cutter (lato di scarico)
- Non inserire mai le mani sotto il coperchio del cutter (p. es. in caso di immissione non voluta di materiale o caduta di oggetti all'interno)
- Ove possibile, spingere anziché tirare il carrello del cutter, utilizzando le maniglie e indossando calzature di sicurezza
- Non sostare mai nella zona di oscillazione del dispositivo di carico
- Aprire e chiudere il coperchio utilizzando l'apposita maniglia (pericolo di schiacciamento in caso di scivolamento)

... durante operazioni di pulizia, montaggio accessori, manutenzione:

- Spegnere l'interruttore principale
- Durante la pulizia del cutter coprire le lame
- Pulire le lame del cutter con una spazzola apposita
- Trasportare le lame in contenitori idonei
- Indossare guanti antitaglio durante operazioni di pulizia, affilatura e cambio lame
- Accensione di prova dopo ogni cambio lame

Evitare lesioni con una sega a nastro a movimentazione manuale



- **controllo di sicurezza giornaliero**
 - Una volta deposta la sega, la lama si arresta
 - La sega si arresta se il corpo macchina viene aperto
 - Il corpo macchina è intatto
 - Il fermacavo funziona
- **durante la produzione**
 - Indossare protezioni per l'udito e, se necessario, per il viso
 - Attenzione ai contraccolpi
 - Riporre solo nell'apposito alloggiamento
- **durante operazioni di pulizia, cambio lama**
 - Scollegare la macchina dall'alimentazione, estrarre la spina
 - Cambio lama con guanti antitaglio

Slide 5

Le lesioni con una **sega a nastro a movimentazione manuale** possono essere evitate ...

... con un controllo di sicurezza giornaliero:

- Una volta deposta la sega, la lama viene frenata fino all'arresto (interruttore a pulsante e dispositivo di arresto funzionanti)?
- La sega si spegne se il corpo macchina viene aperto?
- Il fermacavo funziona?
- Non sono visibili danni sul corpo macchina?

... durante la produzione

- Durante il lavoro, utilizzare protezioni per l'udito e, se necessario, per il viso (materiali rischiosi!)
- Sospensione al di fuori di zone trafficate
- Attenzione ai contraccolpi
- Riporre solo in appositi alloggiamenti

... durante operazioni di pulizia, montaggio accessori, manutenzione:

- Scollegare la macchina dalla rete elettrica, estrarre la spina
- Pulire gli apparecchi in base alle indicazioni fornite dal costruttore o alle istruzioni per l'uso
- Se si utilizzano detergenti, osservare le indicazioni di pericolo e le avvertenze di sicurezza (frasi H e frasi P)
- Effettuare sempre i cambi lama con guanti antitaglio



Slide 6

Durante l'utilizzo di una **sega a nastro stazionaria con altezza di taglio inferiore a 250 mm e senza tavola mobile**, si possono evitare infortuni ...

... con un controllo di sicurezza giornaliero:

- La propulsione si arresta se il corpo macchina viene aperto?
- Dopo lo spegnimento della sega, la lama viene frenata fino all'arresto (tempo di frenata massimo 4 secondi)?
- Lo spintore presente passa automaticamente in posizione di sicurezza?
- La guida inferiore del nastro è usurata?
- I dispositivi di commutazione e i cavi elettrici presentano danni (p. es. cavi, interruttori e connettori)?
- Sul piano di lavoro della sega è presente una guida lama ed è intatta (non danneggiata)?

... durante la produzione

- Illuminare a sufficienza la postazione di lavoro
- Utilizzare lo spintore in dotazione
- Durante il taglio, indossare protezioni per l'udito e, se necessario, per gli occhi

... durante operazioni di pulizia, montaggio accessori, manutenzione:

- Scollegare la macchina dalla rete elettrica, estrarre la spina
- Cambio lama con guanti antitaglio
- Pulire gli apparecchi in base alle indicazioni fornite dal costruttore o alle istruzioni per l'uso
- Se si utilizzano detergenti, osservare le indicazioni di pericolo e le avvertenze di sicurezza (frasi H e frasi P)

Evitare lesioni con sega a nastro stazionaria

(Altezza di taglio > 250 mm)



- ... **controllo di sicurezza giornaliero**
 - La propulsione si arresta se il corpo macchina viene aperto?
 - Dopo lo spegnimento, la lama viene frenata fino all'arresto?
 - Copertura superiore del nastro regolabile?
 - Guida inferiore del nastro non usurata?
 - Protezione salvadita presente sul carrello?
- ... **durante la produzione**
 - Indossare protezione per l'udito e, se necessario, per il viso?
 - Regolare correttamente la copertura superiore del nastro?
 - Pollice davanti alla protezione salvadita?
- ... **durante operazioni di pulizia, cambio lama**
 - Scollegare la macchina dall'alimentazione, estrarre la spina?
 - Cambio lama con guanti antitaglio?

Slide 7

Durante l'utilizzo di una **sega a nastro stazionaria con altezza di taglio superiore a 250 mm**, si possono evitare infortuni ...

... con un controllo di sicurezza giornaliero:

- La propulsione si arresta se il corpo macchina viene aperto?
- Dopo lo spegnimento della sega, la lama viene frenata fino all'arresto (tempo di frenata massimo 4 secondi)?
- È presente una copertura superiore del nastro, ed è regolabile?
- La guida inferiore del nastro è correttamente funzionante (non usurata)?
- In caso di seghe a nastro con tavola mobile, è presente una protezione salvadita?

... durante la produzione

- I dispositivi di commutazione e i cavi elettrici presentano danni (p. es. cavi, interruttori e connettori)?
- In macchine con tavola mobile, pollice davanti alla protezione salvadita?
- Impostare la copertura superiore del nastro?
- Durante il taglio, indossare protezioni per l'udito e, se necessario, per gli occhi?

... durante operazioni di pulizia, montaggio accessori, manutenzione:

- Scollegare la macchina dalla rete elettrica, estrarre la spina?
- Cambio lama con guanti antitaglio?
- Pulire gli apparecchi in base alle indicazioni fornite dal costruttore o alle istruzioni per l'uso?
- Se si utilizzano detergenti, osservare le indicazioni di pericolo e le avvertenze di sicurezza (frasi H e frasi P)?

Miglioramento (~ 2')

E in pratica?

Come si possono evitare lesioni durante l'uso di un cutter o una sega a nastro nella nostra azienda?

**Slide 8**

Come si possono evitare lesioni durante l'uso di cutter o seghe a nastro nella nostra azienda?

**In azienda:**

Potete parlare dell'argomento con i partecipanti anche direttamente sul posto (p. es. in produzione), per discutere qui i provvedimenti da adottare.

**Al di fuori dell'azienda (p. es. scuola professionale, corsi interaziendali):**

Preparate materiale o foto da poter mostrare.

Miglioramento (~ 2')

E ora?

Cosa potete cambiare e migliorare nel vostro modo di lavorare?

Cosa possiamo cambiare e migliorare in azienda?

**Slide 9**

Cosa potete cambiare e migliorare nel vostro modo di lavorare?

Cosa possiamo cambiare e migliorare in azienda?

**In azienda:**

Prendete nota delle domande rimaste in sospeso (per rispondere o riprenderle in un momento successivo).

**Al di fuori dell'azienda (p. es. scuola professionale, corsi interaziendali):**

Per i formatori al di fuori dell'azienda: Siate pronti a rispondere a domande come «Cosa devo fare se nella mia azienda non sono presenti guanti antitaglio idonei?».

In base ai problemi identificati, cercate soluzioni per migliorare le condizioni di lavoro del personale.

Se necessario, devono essere adottate misure correttive.

Dopo la formazione, può essere affisso in azienda il manifesto del tema trattato.



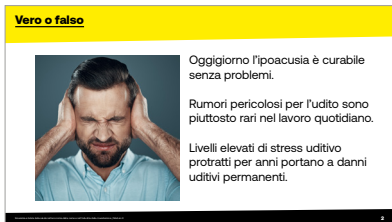
Presentazione del tema (~ 1')

Slide 1

Saluto ai partecipanti.
Presentazione del tema.
Durata indicativa del modulo: 20 a 30 minuti.

Sensibilizzazione (~ 3')

Slide 2



Secondo voi queste affermazioni sono vere o false?

Oggigiorno l'ipoacusia è curabile senza problemi?

– Purtroppo è falso: i danni all'orecchio interno causati dal rumore non sono curabili e nemmeno compensabili con apparecchi acustici.

Rumori pericolosi per l'udito sono piuttosto rari nel lavoro quotidiano?

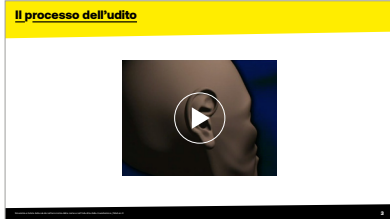
– Anche questo è falso: in Svizzera, ben il 10% della forza lavoro è esposto a rumori pericolosi per l'udito.

Livelli elevati di stress uditivo protratti per anni portano a danni uditivi permanenti?

– È vero: in passato era normale che falegnami, fabbri o scavatori di gallerie avanti con gli anni fossero sordi; ma ancora oggi l'ipoacusia è al terzo posto tra le malattie professionali più comuni!

Appunti

Filmato (~ 3')



Slide 3

Per poterci fare un'idea di come insorgono i danni da rumore nel nostro orecchio, ora guarderemo una breve sequenza filmata.

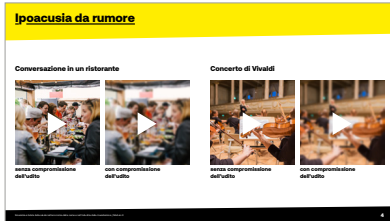
In Svizzera, durante l'attività lavorativa, circa 200'000 persone sono esposte a un inquinamento acustico superiore al valore minimo ammesso sul posto di lavoro.

Il rumore non è privo di conseguenze: difficoltà d'ascolto, stress, possibilità di errori e affaticamento precoce. Ma c'è di più: dal deficit acustico temporaneo (udito ovattato) fino all'ipoacusia cronica. Spesso i danni si producono negli anni della giovinezza.

Demo audio (~ 4')

Slide 4

Come sente chi ha un'ipoacusia?



Riproducete il 1° esempio di ascolto: Conversazione in un ristorante – con compromissione dell'udito.



Dopo il test di ascolto chiedete:

Avete capito questa conversazione? Che cosa avete sentito?



Riproducete gli altri esempi di ascolto.

Una menomazione nella vita quotidiana si verifica solo quando ai danni all'udito causati dal rumore si aggiunge un deficit uditivo causato dall'invecchiamento (presbiacusia). Nella maggior parte dei casi, solo intorno ai 60 anni l'handicap diventa così grave che le persone colpite non possono più seguire p. es. una conversazione. Gli apparecchi acustici in questo caso possono risultare utili, ma non raggiungono mai le performance di un udito sano.

Se non siete più in grado di partecipare a conversazioni, o ci riuscite solo a fatica, spesso rischiate l'isolamento.



Slide 5

Il danno all'udito causato dal rumore dipende dal livello sonoro e dalla durata dell'esposizione.

La Suva ha effettuato misurazioni del rumore in macelli e macellerie e quindi le ha raccolte insieme ai risultati dei test sull'udito condotti a bordo dei suoi audiomobili nella «Tabella di livelli sonori: Macelli e macellerie» (Suva, codice 86373).

A partire da un livello di esposizione al rumore di 85 dB(A) è assolutamente necessario proteggere l'udito. Nelle aziende dell'economia della carne questo vale ad esempio (elenco non esaustivo):

- nel macello
 - per le operazioni di uccisione, stordimento, sgozzamento, aspirazione
 - per macellai alla sega per ossa, alla lavorazione delle frattaglie
 - per ispettori delle carni
- nel laboratorio di sezionamento
 - per macellai alla mezzenatura
 - per macellai alla sega per ossa
- nella fabbricazione di salumi
 - per i macellai in generale, durante la lavorazione degli impasti al cutter e l'insaccatura
- nella salumeria con coltelli pneumatici
- al confezionamento con macchine per imballaggio sottovuoto
- agli impianti di lavaggio dei contenitori
- all'affilatura dei coltelli

E in pratica?

In quali postazioni di lavoro dell'azienda dobbiamo proteggere il nostro udito?

Slide 6

In quali postazioni di lavoro dell'azienda dobbiamo proteggere il nostro udito?



In azienda:

Potete discutere l'argomento anche direttamente in azienda e ispezionare i luoghi con i partecipanti, misurare l'inquinamento acustico in loco e discutere dei provvedimenti da adottare.

Nota bene: L'inquinamento acustico può essere misurato in loco con gli strumenti elettronici più svariati (programmi/app su computer portatili, tablet, mezzi di telecomunicazione). Attenzione, però: la precisione può essere molto diversa.



Al di fuori dell'azienda (p. es. scuola professionale, corsi interaziendali):

Preparate filmati o materiali didattici da poter mostrare.

Ad esempio

- Pacchetto didattico «Come ha detto?» della Suva (presentazione, commento alla presentazione, metodica - didattica. Informazioni di base per i docenti)
- «Pericolo per l'udito: protezione dal rumore sul lavoro», Suva, cod. art. DVD 309.D/F/I



Slide 7

I tappi auricolari devono essere utilizzati correttamente. Questo significa che devono chiudere completamente il condotto uditivo. Altrimenti perdono la loro efficacia. L'udito resta sano solo se il rumore resta all'esterno. Esercitatevi sul corretto inserimento delle protezioni uditive:

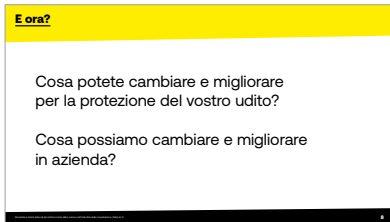
- Lavorando con i partner: osservare e fare proposte di ottimizzazione
- Da soli davanti allo specchio

Se in azienda si utilizzano cuffie antirumore, controllate che siano pulite e in buone condizioni. Fate pulire regolarmente le cuffie antirumore dai collaboratori e fate sostituire i cuscinetti difettosi.

Se in azienda si utilizzano protezioni per l'udito personalizzate (otoplastiche), ricordate quanto segue:

- devono essere controllate prima di essere indossate per la prima volta durante il lavoro
- il controllo deve essere ripetuto ogni tre anni

Miglioramento (~ 2')

**Slide 8**

Cosa potete cambiare e migliorare per la protezione del vostro udito?
Cosa possiamo cambiare e migliorare in azienda?

**In azienda:**

Prendete nota delle domande rimaste in sospeso (per rispondere o riprenderle in un momento successivo).

**Al di fuori dell'azienda (p. es. scuola professionale, corsi interaziendali):**

Per i formatori al di fuori dell'azienda: Siate pronti a rispondere a domande come «Cosa devo fare se il mio datore di lavoro non mette a disposizione l'attrezzatura?».

Follow-up

In base ai problemi identificati, cercate soluzioni per migliorare le condizioni di lavoro del personale.

Se necessario, devono essere adottate misure correttive.

Dopo la formazione, può essere affisso in azienda il manifesto del tema trattato.

Presentazione del tema (~ 1')



Slide 1


Saluto ai partecipanti.

Presentazione del tema.

Durata indicativa del modulo: 15 a 25 minuti.

Appunti

Possibili cause



Inciampo e caduta in piano sono la causa d'infortunio numero 1 (un infortunio professionale su 4 è un infortunio da inciampo/caduta in piano)

Cause:

- carenze tecniche nell'edificio
- ordine e pulizia insufficienti
- mancanza di attenzione

Slide 2

Per la maggior parte di noi camminare è un movimento automatico. Camminare sembra un'attività innocua. La realtà però è diversa: il rischio d'infortunio nel caso della camminata è molto sottovalutato.

Inciampo e caduta in piano sono la prima causa di infortuni in Svizzera. Ogni anno, quasi 64'000 persone inciampano e si infortunano durante il lavoro.

Si tratta di un infortunio professionale su quattro!

Nella vita quotidiana (nel tempo libero, esclusi gli infortuni sportivi) le persone infortunate sono addirittura più di 130'000.

Le cause degli infortuni da inciampo sono svariate. Carenze tecniche dell'edificio, ordine e pulizia insufficienti nel luogo di lavoro e mancanza di attenzione dei collaboratori sono spesso causa di grandi sofferenze e di costi elevati. Quattro rendite di invalidità su dieci sono riconducibili a un infortunio conseguente a un inciampo o una caduta in piano.

Quando si parla di inciampo, scivolamento e caduta in piano si intende un infortunio occorso allo stesso livello, non una caduta da posizione sopraelevata. Nell'ultimo caso si parla infatti di caduta dall'alto. Si parla di infortunio da caduta in piano se la persona infortunata perde l'equilibrio senza avere eseguito lavori in altezza. Nell'economia della carne un infortunio di questo tipo può verificarsi quando una persona:

- scivola su un pavimento bagnato
- inciampa su un tubo, su un cavo, su una soglia, ecc.
- urta contro colleghi che camminano in direzione opposta, contro macchinari
- resta impigliata con un piede sotto un tubo, un cavo o altri oggetti.

Nelle aziende sono presenti numerosi punti d'inciampo che possono procurare guai ai collaboratori. Le conseguenze possono essere ad es. contusioni, distorsioni, fratture o commozioni cerebrali.

Sensibilizzazione (~ 4')

E voi?

Chi di voi è mai caduto dopo essere inciampato o scivolato durante il lavoro?



Slide 3

Chi di voi è mai caduto dopo essere inciampato o scivolato durante il lavoro?

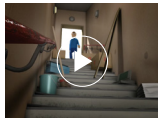
Ricostruite come si è arrivati all'infortunio da inciampo o scivolamento (le circostanze dettagliate: dove, quando, perché, in quale situazione, durante quale attività ecc.).



Pensate a uno scenario d'infortunio da poter raccontare se i partecipanti non sono mai inciampati o scivolati durante il lavoro.

Filmato (~ 7')

Filmato – Inciampo, scivolamento, caduta in piano



Slide 4

Ora guarderemo le scene 1, 2 e/o 5 del filmato «NAPO: Non c'è niente da ridere». Qui sono descritte situazioni tipo in cui possono verificarsi infortuni da inciampo e caduta in piano.



Se non avete la possibilità di far vedere il filmato, mostrate il manifesto e commentatelo.

Dopo il filmato fornite le seguenti spiegazioni¹:

Scena 1: Un passo avanti

Un piccolo e invisibile gradino rappresenta un grande ostacolo. Alcuni collaboratori sono già caduti per questo. Per il trasporto dei carichi il gradino è un fastidioso intralcio. Tutti si arrabbiano, ma nessuno fa nulla per risolvere il problema finché non vi inciampa il capo in persona. Solo in quel momento Napo riceve l'incarico di fare qualcosa contro l'ostacolo. Tuttavia, come spesso accade, la prima soluzione che viene in mente non è sempre quella giusta. Le buone intenzioni non sono per forza sinonimo di un corretto operato.



Discutete con i vostri collaboratori delle possibili soluzioni e controllate la loro realizzazione e persistenza.

Scena 2: L'importanza della manutenzione

Neanche un vano scale originariamente progettato alla perfezione può resistere ai morsi del tempo. Inoltre tendiamo a utilizzare impropriamente le scale come depositi e superfici d'appoggio. Se a tutto questo si aggiunge un'illuminazione fioca o se la pulizia lascia a desiderare, salire le scale può trasformarsi in un'impresa pericolosa.



- Per i vani scala e le vie di passaggio si deve dare la massima importanza a un'accurata manutenzione.
- Scale e vie di passaggio non devono essere utilizzate impropriamente come superfici d'appoggio.
- Provvedete a una buona illuminazione, affinché gradini ed eventuali ostacoli siano ben visibili.
- Le scale e i passaggi molto frequentati devono essere dotati di sensori di movimento per l'accensione automatica della luce.

¹ Napo in: Non c'è niente da ridere. Un filmato sul tema dell'inciampo e delle cadute in piano – Informazioni e consigli per la presentazione (codice Suva AS1753)

Scena 5: Segnala e ripara

Ora Napo è sensibile al problema. Riconosce immediatamente i pericoli d'inciampo e li riferisce al suo capo. Si decide di segnalare in modo ben visibile i punti di pericolo. Per alcuni ostacoli, però, si potrebbe anche evitare di ricorrere a misure di sicurezza complicate: questi casi sarebbero infatti subito risolvibili con un po' di iniziativa personale.



- **Motivate i vostri collaboratori a prendere l'iniziativa e mostrate loro com'è facile e veloce eliminare molti pericoli autonomamente.**
- **Ordine + Pulizia = Sicurezza è un'equazione utile da ricordare per prevenire gli infortuni da inciampo e caduta in piano.**

Alcuni esempi di misure preventive:

Interventi di natura tecnica:

- Provvedere a un'illuminazione adeguata delle vie di transito.
- Prevedere pavimentazioni antiscivolo.
- Rimuovere eventuali irregolarità presenti sul pavimento (p. es. riparare tratti di pavimentazione difettosi, sistemare bordi di tappeti sollevati).
- Contrassegnare le soglie.

Interventi di natura organizzativa:

- Determinare le vie di transito e contrassegnarle in modo tale che risultino ben visibili; fare in modo che siano prive di ostacoli.
- Organizzare i passaggi in modo chiaro, se possibile separando i percorsi per le varie direzioni.
- Contrassegnare le aree di lavoro e le zone in cui è possibile depositare in via temporanea o definitiva attrezzi o contenitori di prodotti.
- Contrassegnare le aree bagnate e scivolose durante le pulizie (esporre cavalletti di segnalazione) o bloccare l'accesso a tali aree.

Interventi di natura comportamentale:

- Indossare scarpe con suola antiscivolo.
- Salire le scale utilizzando il corrimano.
- In caso di buio, accendere la luce.
- Mentre si cammina, concentrarsi sul percorso e non sul cellulare o sulla bolla di consegna.
- Eliminare immediatamente i punti d'inciampo.
- Segnalare immediatamente ai superiori le carenze a cui non è possibile ovviare in autonomia.

Applicazione pratica (~ 4')

E in pratica?

Come si possono prevenire inciampo, scivolamento e caduta in piano nella nostra azienda?

**Slide 5**

Come si possono prevenire inciampo, scivolamento e caduta nella nostra azienda?

**In azienda:**

Potete trattare l'argomento anche direttamente in azienda e discutere sul posto, insieme ai partecipanti, dei provvedimenti da adottare.

**Al di fuori dell'azienda (p. es. scuola professionale, corsi interaziendali):**

Preparate materiali o fotografie da poter mostrare (p. es. su www.suva.ch, inserendo nella casella di ricerca «Inciampare»).

Miglioramento (~ 2')

E ora?

Cosa potete cambiare e migliorare nel vostro modo di lavorare?

Cosa possiamo cambiare e migliorare in azienda?

**Slide 6**

Cosa potete cambiare e migliorare nel vostro modo di lavorare?

Cosa possiamo cambiare e migliorare in azienda?

**In azienda:**

Prendete nota delle domande rimaste in sospeso (per rispondere o riprenderle in un momento successivo).

**Al di fuori dell'azienda (p. es. scuola professionale, corsi interaziendali):**

Per i formatori al di fuori dell'azienda: siate pronti a rispondere a domande come «Cosa devo fare se il mio datore di lavoro non mette a nostra disposizione cavalletti di segnalazione?».

In base ai problemi identificati, cercate soluzioni per migliorare le condizioni di lavoro del personale.

Se necessario, devono essere adottate misure correttive.

Dopo la formazione, può essere affisso in azienda il manifesto del tema trattato.

Sollevamento, trasporto e movimentazione di carichi

Presentazione del tema (~ 1')



Slide 1

Saluto ai partecipanti.

Presentazione del tema.

Durata indicativa del modulo: 30 a 60 minuti.

Appunti

Sollevamento, e movimentazione di carichi



Slide 2

Nell'economia della carne e nell'industria della macellazione è spesso necessario movimentare carichi pesanti, come p. es. contenitori con prodotti carnei, carrelli, ingredienti ecc.

Movimentare carichi fa parte dell'operatività quotidiana. Purtroppo, la quotidianità di tutti i lavoratori che manipolano carichi comprende anche infortuni e problemi di salute...

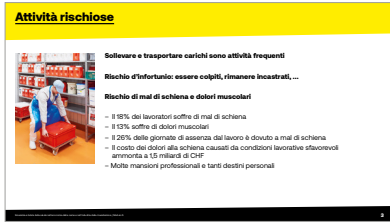
Spesso dimentichiamo, o non vogliamo ricordare, che la persona interessata può a volte soffrire per giorni o addirittura per settimane a causa dei dolori e di conseguenza si assenterà dal lavoro. Un problema che in breve tempo diventa molto costoso. Oggi parliamo di questo argomento affinché i rischi dovuti al trasporto manuale dei carichi non vengano sottovalutati.

Secondo voi quali sono le cause fondamentali di questi problemi di salute'?

Oltre alla sottovalutazione del rischio, i problemi di salute dovuti al trasporto manuale dei carichi hanno molte altre cause, come ad esempio:

- Mancanza di tempo
- Vie di trasporto con punti d'inciampo
- Ausili mancanti o non idonei
- Organizzazione insufficiente delle procedure di lavoro
- Carichi troppo pesanti o sistemati in modo errato
- Utilizzo di personale non idoneo
- Carenza di formazione e istruzione dei collaboratori
- Mancata consapevolezza dei rischi
- Cattive abitudini
- Ecc.

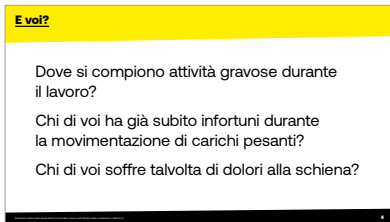
¹ «Sicurezza sul lavoro e tutela della salute nella movimentazione manuale di carichi» (CFSL, Opuscolo informativo, 6245.i)



Slide 3

Oltre agli infortuni subiti durante il sollevamento, il trasporto e la movimentazione manuali dei carichi, il 18% dei lavoratori soffre di mal di schiena e il 13% di dolori muscolari. Il 26% dei giorni d'assenza dal lavoro è riconducibile a patologie muscolo-scheletriche (100 milioni di giorni d'assenza all'anno in Svizzera)². I costi dei dolori alla schiena causati da condizioni di lavoro gravose ammontano a 1,5 miliardi di CHF³ (800 milioni di CHF di costi operativi, 700 milioni di costi sanitari diretti).

Sensibilizzazione (~ 4')



Slide 4

Dove si compiono attività gravose durante il lavoro?
Chi di voi soffre talvolta di dolori alla schiena?

Chiedete come si è arrivati all'infortunio o ai dolori alla schiena (le circostanze dettagliate: dove, quando, perché, in quale situazione, durante quale attività ecc.).



Pensate a uno scenario da poter raccontare se i partecipanti non hanno ancora mai subito personalmente un infortunio o sofferto di dolori alla schiena.

² «Guida - Strumento di valutazione rischi sanitari» (SECO, n. 710.070)

³ «Costi sanitari di condizioni lavorative gravose» (SECO, Thomas Läubli)

Filmato (~ 10')



Slide 5

Ora guardiamo 2 scene del filmato "Napo: Alleggerisci il carico!" (inizio minuto 1:40). Qui sono descritte alcune situazioni tipo che possono condurre a dolori alla schiena.



Se non avete la possibilità di far vedere il filmato, mostrate il manifesto e commentatelo.



Chiedete ai partecipanti: Cosa vuole mostrarci Napo con questa breve sequenza?

Dopo il filmato fornite le seguenti spiegazioni⁴:

Scena 2: Divide et impera

Napo tenta inutilmente di sollevare un carico pesante e voluminoso. Questo gli procura dolori alla schiena e alla nuca.

Alla fine gli viene in mente di suddividere il grosso carico in vari carichi piccoli.

Consigli per i superiori:

- I carichi che devono essere sollevati a mano non devono essere troppo pesanti.
- Dovrebbero essere gestibili senza problemi da «persone medie in buona salute».
- Spesso i carichi pesanti e voluminosi possono essere suddivisi in parti «a misura d'uomo».
- Limitando la dimensione degli imballaggi è possibile limitare il peso.

Consigli per i lavoratori:

- Non trasportare troppo peso in una volta sola.
- Non fare la parte del «forzuto».
- Quando è possibile, suddividere sempre i carichi voluminosi e pesanti e procedere in più tornate.

⁴ Napo in: Alleggerisci il carico! Ergonomia sul luogo di lavoro - Informazioni e consigli per la proiezione del filmato (Suva, cod. art. AS-1728)

Scena 8: Il duello (inizio minuto 7:30)

Napo sfida a duello un carico per mostrare quanto è forte. Il carico, però, diventa sempre più grande, fino a quando Napo rinuncia e chiede aiuto ai suoi fidi aiutanti (mezzi di movimentazione). Il mezzo di movimentazione giusto riesce a gestire qualunque carico.

L'essere umano non è un mezzo di movimentazione idoneo. Ove possibile, i carichi dovrebbero essere sempre spostati con ausili tecnici.

Consigli per i superiori:

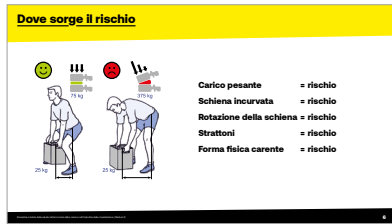
- Verificate se i mezzi di movimentazione disponibili in azienda siano idonei per i carichi da trasportare.

Consigli per i lavoratori:

- Non fate la parte dei «forzuti» e non sopravvalutate le vostre capacità. Utilizzate sempre gli ausili disponibili.
- Se vi occorrono mezzi speciali informate il vostro superiore.
- I colleghi in genere danno volentieri una mano.

Sensibilizzazione (~ 4')

Appunti



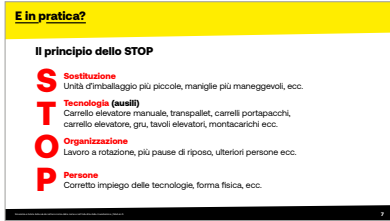
... e riassume i rischi

Slide 6

Invitate i partecipanti a citare esempi pratici dei singoli rischi in azienda

Applicazione pratica (~ 4')

Appunti



Slide 7

Spiegate ai partecipanti il principio dello STOP, che indica una grande varietà di possibilità.



Quindi chiedete con quali misure concrete sia possibile prevenire infortuni e dolori alla schiena in occasione del sollevamento, del trasporto e della movimentazione manuali dei carichi.

Applicazione pratica (~ 10')

E in pratica?

Arete fitness



Prima del sollevamento

- Fare in modo che le vie di passaggio siano libere
- Valutare il carico
- Per i carichi più pesanti servirsi di mezzi ausiliari o chiamare i colleghi
- Assumere una postura stabile e sicura

Slide 8

Per il sollevamento, il trasporto e la movimentazione manuali dei carichi seguire le regole sottoindicate:

Prima del sollevamento, del trasporto o della movimentazione

- Fare in modo che le vie di passaggio siano libere.
- Chiarire se è possibile gestire il carico da soli.
- Eventualmente procurare mezzi ausiliari adeguati, spostare i carichi pesanti in due.
- Preparare il corpo allo sforzo.
- Assumere una postura stabile e sicura.

E in pratica?

Minimizzare il rischio durante il sollevamento



- Mantenere una postura stabile
- Vista libera
- Assicurarsi che la schiena sia dritta
- Sollevare il carico con due mani
- Piegare le gambe quanto necessario
- Tenere il carico vicino al corpo
- Sollevare con cautela (evitare gli strattoni)
- Muovere anche le gambe durante i movimenti di rotazione

Slide 9

Durante il sollevamento, il trasporto o la movimentazione

- Non dimenticate: servirsi di ausili idonei ogni qualvolta sia possibile.
- Mantenere una postura stabile e assicurarsi di avere una visuale aperta: il carico non deve coprire il viso.
- Assicurarsi che la schiena sia dritta.
- Afferrare saldamente il carico con entrambe le mani.
- Inginocchiarsi / accovacciarsi solo quanto necessario: abbassarsi troppo determina una postura instabile, un aumento del carico sulle ginocchia ed è molto più faticoso perché poi dovrà essere risollevato l'intero corpo.
- Tenere il carico vicino al corpo.
- Sollevare con cautela, senza eseguire movimenti bruschi.
- Ripartire uniformemente i pesi (a destra/sinistra).
- Muovere anche le gambe durante i movimenti di rotazione.
- Non inarcare la schiena quando si lavora al di sopra della testa.



In azienda:

Esercitatevi insieme sulle regole di base in azienda. Tutti i partecipanti si osservano a vicenda e si danno un feedback:

- Postura stabile
- Inclinazione in avanti con schiena dritta: controllare l'inclinazione usando un bastone dritto (p. es. bastone da ginnastica o manico di scopa), osservarsi a vicenda e dare feedback:
 - il contatto col bastone deve essere percepito sulla natica, sulla parte superiore della schiena e dietro la testa
 - chinandosi in avanti, il bastone deve rimanere percepibile sulla natica, sulla parte superiore della schiena e dietro la testa

- Abbassarsi piegando le ginocchia: sollevare un carico da terra (prima un contenitore con maniglie, p. es. una cassetta portabottiglie, poi una scatola senza maniglie), abbassandosi sulle ginocchia e inclinandosi in avanti con la schiena dritta



Al di fuori dell'azienda (p. es. scuola professionale, corsi interaziendali):

Preparate i materiali o le fotografie che vorreste mostrare. Esercitatevi insieme sulle regole di base in piccoli gruppi. Una persona per volta esegue l'esercizio, mentre le altre la osservano e danno un feedback. Si va avanti così finché tutti i partecipanti non hanno eseguito ciascun esercizio per una volta.

- Postura stabile
- Controllare l'inclinazione in avanti con schiena dritta utilizzando un bastone dritto (p. es. bastone da ginnastica o manico di scopa):
 - il contatto col bastone deve essere percepito sulla natica, sulla parte superiore della schiena e dietro la testa
 - chinandosi in avanti, il bastone deve rimanere percepibile sulla natica, sulla parte superiore della schiena e dietro la testa
- Abbassarsi piegando le ginocchia: sollevare un carico da terra (prima un contenitore con maniglie, p. es. una cassetta portabottiglie, poi una scatola senza maniglie, p. es. una risma di carta), abbassandosi sulle ginocchia e inclinandosi in avanti con la schiena dritta

Miglioramento (~ 15')

E ora?

Cosa potete migliorare nel vostro modo di lavorare?

Cosa possiamo cambiare e migliorare in azienda?

**Slide 10**

Cosa potete cambiare e migliorare nel vostro modo di lavorare?

Cosa possiamo cambiare e migliorare in azienda?

**In azienda:**

Scegliere due luoghi di lavoro concreti nell'azienda:

- prima un luogo di lavoro in cui un sollevamento «corretto» è facile
- quindi un luogo di lavoro in cui il sollevamento «corretto» non è facile da attuare: l'obiettivo è trovare insieme una soluzione migliore per la tecnica di lavoro

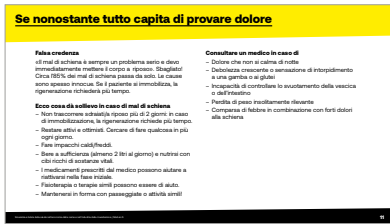
Esercitatevi insieme:

- Fate svolgere l'attività a una persona, osservando insieme le posture assunte
- Lavorate insieme per trovare possibili soluzioni
- Fate svolgere a tutti l'attività con la soluzione messa a punto

Prendete nota delle domande rimaste in sospeso (per rispondere o riprenderle in un momento successivo).

**Al di fuori dell'azienda (p. es. scuola professionale, corsi interaziendali):**

Per i formatori al di fuori dell'azienda: Siate pronti a rispondere a domande come «Cosa devo fare se il mio datore di lavoro non mette a nostra disposizione degli ausili?».



Slide 11

Se nonostante le precauzioni la schiena fa male:

I dolori alla schiena sono una patologia molto diffusa. Nella maggior parte dei casi (85%) i dolori sono solo temporanei e passano da soli. Le cause sono quasi sempre innocue. Si parla di mal di schiena «aspecifici».

Come si può trovare sollievo al mal di schiena?

- Restate attivi nonostante il dolore. Il movimento è il «medicamento» numero uno. Camminare, ad esempio è un'attività adatta che non sollecita eccessivamente la schiena.
- Non restate coricati e non limitate i movimenti per più di 2 giorni.
- A seconda della situazione trattate il punto dolorante con freddo o calore (borsa dell'acqua calda, pomata riscaldante o rinfrescante per sportivi, borsa del ghiaccio ecc.). Possono avere un effetto rilassante e lenitivo.
- Bevete almeno 2-2,5 litri d'acqua al giorno e alimentatevi con cibi ricchi di sostanze vitali.
- È possibile assumere farmaci antidolorifici e antinfiammatori. Il medico potrà prescrivervi. Una breve assunzione di qualche giorno al dosaggio massimo è più efficace di un'assunzione «al bisogno».
- Fisioterapia, chiropratica ecc. possono essere molto utili.

Quando si deve andare dal medico?

Si dovrebbe consultare il medico alla comparsa dei seguenti sintomi:

- Dolori intensi, soprattutto durante la notte, che non si attenuano
- Debolezza crescente o sensazione di intorpidimento alla gamba o ai glutei
- Problemi urinari, impossibilità di controllare lo svuotamento della vescica o dell'intestino (consultare subito un medico)
- Perdita di peso insolita e cospicua.
- Forti dolori alla schiena associati a febbre.

Se siete proprio costretti a restare a casa...

- Per quanto possibile continuate a svolgere le consuete attività. Provate a fare qualcosa in più ogni giorno. Restate ottimisti!
- Mantenete un contatto regolare con il vostro superiore. Quando vi sentite meglio, pianificate il rientro al lavoro insieme al vostro superiore.
- Una ripresa rapida e progressiva del lavoro è preferibile all'attesa di una guarigione totale.

In base ai problemi identificati, cercate soluzioni per migliorare le condizioni di lavoro del personale.

Se necessario, devono essere adottate misure correttive.

Dopo la formazione, può essere affisso in azienda il manifesto del tema trattato.

Ergonomia della postazione di lavoro (posture, movimenti e rilassamento)



Presentazione del tema (~ 1')

Slide 1

Saluto ai partecipanti.
Presentazione del tema.
Durata indicativa del modulo: 30 a 60 minuti.

Elaborazione del tema (~ 2')

Slide 2

Nelle posture forzate, i muscoli restano a lungo tesi senza muoversi. Questo fa sì che i muscoli siano poco irrorati di sangue, il che può portare a disturbi.



Chiedete ai partecipanti: Quali tipi di posture forzate ci sono, e dove si verificano nella vostra azienda?

Posture forzate tipiche sono:

- inclinare a lungo il busto in avanti
- tenere oggetti lontani dal corpo o più in alto delle spalle
- stare a lungo fermi in piedi

Sintomi tipici sono:

- mal di schiena
- dolori a spalle, braccia, gambe
- dolori ad articolazioni come le ginocchia
- come conseguenza possono anche comparire mal di testa

Appunti



Slide 3

I lavori ripetitivi sono attività durante le quali vengono eseguiti per molto tempo sempre gli stessi movimenti di mani e braccia, p. es. al sezionamento o al nastro trasportatore.

I lavori ripetitivi possono causare problemi a mani, braccia e spalle nelle seguenti condizioni:

- sempre gli stessi movimenti mano-braccio
- stessa attività per un lungo periodo di tempo
- ritmi di lavoro molto veloci
- grande sforzo delle mani
- polsi molto angolati

Sintomi tipici sono:

- infiammazione dei tendini dei polsi o dei gomiti, p. es. gomito del tennista
- dolori a mani, spalle e braccia
- problemi al collo
- anche in questo caso una conseguenza possono essere mal di testa

Sensibilizzazione (~ 4')

E voi?

Dove si verificano posture forzate e movimenti ripetitivi nell'azienda?

Chi ha già avuto problemi alla schiena, alle mani, alle braccia o alle spalle causati da lavori di questo tipo?

**Slide 4**

Dove si verificano posture forzate e movimenti ripetitivi nell'azienda?

Chi ha già avuto problemi alla schiena, alle mani, alle braccia o alle spalle causati da lavori di questo tipo?

Chiedete cosa abbia portato a tali problemi (le circostanze dettagliate: dove, quando, perché, in quale situazione, durante quale attività ecc.).



Pensate a uno scenario da poter raccontare se i partecipanti non hanno ancora mai sofferto personalmente di problemi.



Slide 5

Sia in caso di posture forzate che di lavori ripetitivi è importante organizzare la postazione di lavoro secondo criteri di ergonomia.

E non temete: il tempo dedicato a questa organizzazione non è tempo perso: verrà più che ricompensato dalla semplificazione del lavoro.

Per un'organizzazione del posto di lavoro secondo principi di ergonomia sono particolarmente importanti due aspetti:

- un'altezza di lavoro personalizzata e
- spazi di presa ergonomici, ovvero assicurare che gli oggetti da afferrare con le mani, come prodotti carnei da lavorare o utensili, siano facilmente accessibili.

L'altezza di lavoro

Per una buona postura, la parte superiore del corpo dovrebbe trovarsi il più possibile in verticale. Se l'altezza di lavoro è troppo bassa, bisogna chinarsi in avanti: questa posizione protratta nel tempo è molto faticosa e costringe la schiena a un pesante sforzo. Se l'altezza di lavoro è troppo alta, spalle e braccia devono essere alzate: anche questo è faticoso e può provocare tensioni e dolori nella zona di spalle e collo.

Le due persone nella figura rappresentano le altezze tenute in considerazione nella progettazione dei luoghi di lavoro. La donna nella figura è alta 153,5 cm: solo il 5% delle donne è di altezza ancora inferiore. L'uomo è alto 185,5 cm: anche qui solo il 5% degli uomini è ancora più alto. Se guardiamo l'altezza dei loro gomiti, appare evidente che non esiste un'unica altezza di lavoro che sia adatta sia a persone alte che basse. Per questo dobbiamo regolare l'altezza di lavoro in base alla corporatura individuale. Questo vale soprattutto quando svolgiamo un'attività per molto tempo, ossia per più di un'ora.

L'altezza di lavoro dipende anche dall'attività. Il punto di riferimento è l'altezza del gomito.

- Per lavori manuali quali affettare, farcire panini, imballare, il piano di lavoro dovrebbe trovarsi da 10 ai 15 cm sotto l'altezza del gomito.
- Per attività in cui occorre applicare forza, p. es. per sezionare la carne, l'altezza di lavoro deve essere più bassa, fino a circa 15–40 cm sotto l'altezza del gomito.
- E a proposito: per scrivere o per lavori delicati il piano del tavolo dovrebbe essere alla stessa altezza del gomito, e perfino più in alto nel caso di lavori di precisione, come per gli orologiai.



Slide 6

Lo spazio di presa

Dobbiamo mirare a lavorare il più possibile direttamente davanti al corpo e solo occasionalmente allungare le braccia in avanti o verso i lati, o ruotare il busto di lato. Solo così il busto rimane eretto, le spalle sono rilassate e lo sforzo delle braccia può essere ridotto al minimo.



Chiedete ai partecipanti: Quali possibilità avete per ottimizzare gli spazi di presa della vostra postazione di lavoro?

Alcune possibilità sono:

- posizionamento di casse, pallet
- posizionamento di banchi da lavoro, secchi per rifiuti, nastri trasportatori, carrelli
- ottimizzare i flussi di lavoro
- ecc.



Slide 7

Nei lavori ripetitivi, ossia sempre con gli stessi movimenti di mani e braccia per un lungo tempo, è importante lavorare il più possibile in una postura rilassata per evitare fastidi e dolori a mani, braccia e spalle. Prestare attenzione ai seguenti punti:

- Non muovere le mani e le braccia troppo velocemente; i movimenti di mani e braccia dovrebbero essere rilassati.
- Come già menzionato, lavorare il più vicino possibile al corpo in modo che le spalle e le braccia siano il più possibile rilassate.
- Articolazioni in posizione il più possibile neutra, in particolare i polsi. Questo significa che i polsi non sono angolati verso l'alto, verso il basso né verso i lati. Nel polso si trova il tunnel carpale, attraverso cui passano tendini e nervi. I muscoli dell'avambraccio muovono le dita grazie ai tendini. Quando i polsi sono molto angolati, i tendini subiscono un maggiore attrito: questo può causare tendiniti. Anche i nervi possono dare fastidi se vengono «schiacciati» nel polso per tempi lunghi.
- Evitare il più possibile di compiere grandi sforzi con le mani o le braccia: sforzi o anche colpi con le mani sono particolarmente stressanti.
- Utilizzare attrezzi che consentano di ridurre lo sforzo di braccia e mani.



Elencate gli attrezzi a disposizione nell'azienda per alleviare mani e braccia, a seconda del lavoro.

Ausili per l'altezza di lavoro



Slide 8



In azienda:

Determinare l'altezza di lavoro ideale per ciascun partecipante per lavori manuali (da 10 a 15 cm al di sotto dell'altezza del gomito). A questo scopo, i partecipanti si dispongono in piedi lungo un tavolo tenendo braccia e spalle rilassate. Con un metro, partendo dal gomito viene determinato e annotato l'intervallo di altezze ideale.

Quindi mostrate in azienda le possibilità a disposizione dei partecipanti per impostare una buona altezza di lavoro, p. es.

- Scelta di un determinato tavolo o piano di lavoro nel caso siano disponibili altezze di lavoro diverse,
- Uso di rialzi per taglieri per le persone più alte (se disponibili),
- Uso di pedane per le persone più basse (se disponibili),
- Utilizzo di un banco con regolazione elettrica dell'altezza (se disponibile),
- Altri ausili, come prolunghe delle maniglie per i carrelli dei cutter (se disponibili).

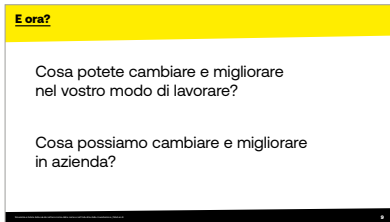


Al di fuori dell'azienda (p. es. scuola professionale, corsi interaziendali):

Preparate i materiali o le fotografie che vorreste mostrare.

In piccoli gruppi, fate determinare a ciascun partecipante l'altezza di lavoro ideale per lavori manuali, da 10 a 15 cm al di sotto dell'altezza del gomito. A questo scopo, i partecipanti si dispongono in piedi lungo un tavolo tenendo braccia e spalle rilassate. Con un metro viene determinato e annotato l'intervallo di altezze ideale.

Miglioramento (~ 15')

**Slide 9**

Cosa potete cambiare e migliorare nel vostro modo di lavorare?

Cosa possiamo cambiare e migliorare in azienda?

**In azienda:**

Selezionate una o più postazioni di lavoro concrete in azienda dove lavorerete insieme al gruppo per impostare le altezze di lavoro e gli spazi di presa ottimali per tutti i partecipanti.

Selezionate una o più postazioni di lavoro concrete in azienda dove si svolgono lavori ripetitivi. Esercitatevi insieme:

- Una persona esegue l'attività e cerca di applicare i consigli della Slide 7 «Rilassare mani e braccia». Nel frattempo, l'intero gruppo osserva insieme posture e movimenti.
- Individuare insieme i problemi ed elaborare possibili soluzioni.
- Tutti i partecipanti svolgono quindi l'attività con la soluzione messa a punto.

Prendete nota delle misure migliorative e delle domande rimaste in sospeso (per rispondere o riprenderle in un momento successivo).

**Al di fuori dell'azienda (p. es. scuola professionale, corsi interaziendali):**

Per i formatori al di fuori dell'azienda: Siate pronti a rispondere a domande come «Cosa devo fare se nella mia azienda non ci sono possibilità di adattamento delle altezze di lavoro e degli spazi di presa?»»



Slide 10

Sempre la stessa postura e sempre lo stesso movimento per lunghi periodi di tempo sono molto stressanti per il corpo umano. Vengono continuamente sollecitate le stesse strutture del corpo (muscoli, tendini, legamenti, articolazioni), che non riescono a recuperare neanche nelle pause.

Alternare regolarmente le attività

Con posture e movimenti diversificati vengono sollecitate sempre strutture diverse del corpo, mentre le altre possono recuperare.

- Alternare tra attività con posture e movimenti il più possibile diversi
- Alternare tra lavori da svolgere fermi in piedi, camminando e in posizione seduta

Inserire sufficienti pause

Le pause consentono al corpo di recuperare e rigenerarsi.

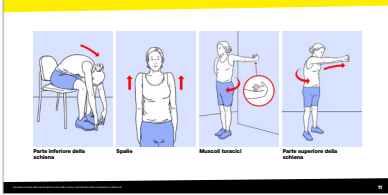
- Più pause brevi sono meglio di poche pause lunghe, a parità di tempo di interruzione totale
- In caso di attività ripetitive, inserire fasi in cui mani e braccia non siano fortemente sollecitate.



Discutete delle possibilità di rotazione di attività e di interruzione del lavoro nella vostra azienda, nonché di alternanza tra lavoro in piedi e in posizione seduta.

Applicazione pratica (~ 5')

Esercizi di allungamento durante la giornata



Slide 11

Eseguite insieme questi esercizi di compensazione. A tale scopo, date le seguenti indicazioni:

Parte inferiore della schiena

- Appoggiare le mani sulle cosce
- Far scendere le mani lungo le cosce, mentre il busto si abbassa.
- Rilassare il collo e lasciar pendere la testa
- Fare un respiro profondo e rilassare la schiena. Mantenere ogni allungamento per 15–30 secondi
- Fermarsi se si sente dolore

Spalle

- Raddrizzare le spalle
- Lasciar pendere le braccia, completamente rilassate
- Sollevare le spalle verso le orecchie, quindi lasciarle delicatamente ricadere e rilassarsi
- Ripetere per 10–20 volte

Muscoli toracici

- In piedi davanti a una parete o un telaio di porta, estendere il braccio sinistro all'altezza della spalla e appoggiare l'intero palmo sulla superficie (con dita rivolte verso l'esterno)
- Ruotare lentamente tutto il corpo verso destra e guardare nella stessa direzione, mantenere questo allungamento per 15–30 secondi
- Cambiare lato, fermarsi in caso di dolore
- Con il braccio leggermente oltre l'altezza della spalla, si allungano altre fasce muscolari

Parte superiore della schiena

- Incrociare le dita tra loro ed estendere entrambe le braccia fin dove possibile restando comodi
- Durante l'allungamento, respirare profondamente nella parte superiore del torace
- Mantenere ogni allungamento per 15–30 secondi
- Fermarsi se si sente dolore

In base ai problemi identificati, cercate soluzioni per migliorare le condizioni di lavoro del personale.

Se necessario, devono essere adottate misure correttive.

Dopo la formazione, può essere affisso in azienda il manifesto del tema trattato.

Presentazione del tema (~ 1')



Slide 1

Saluto ai partecipanti.
Presentazione del tema.
Durata indicativa del modulo: 20 a 35 minuti.

Elaborazione del tema (~ 2')



Slide 2

Nelle posture forzate, il corpo è costretto dal lavoro a mantenere una posizione faticosa. Spesso i muscoli restano a lungo tesi senza muoversi. Questo fa sì che i muscoli siano poco irrorati di sangue. In alcuni casi, anche effetti leva portano a sollecitazioni eccessive. il che può portare a disturbi.



Chiedete ai partecipanti: Quali tipi di posture forzate si verificano, e dove si verificano nella vostra azienda?

Posture forzate tipiche sono:

- inclinare a lungo il busto in avanti
- tenere oggetti lontani dal corpo o più in alto delle spalle
- stare a lungo fermi in piedi

Sintomi tipici sono:

- mal di schiena
- dolori a spalle, braccia, gambe
- dolori ad articolazioni come le ginocchia
- come conseguenza possono anche comparire mal di testa

Appunti



Slide 3



Dove si verificano posture forzate nell'azienda?
Chi ha già avuto problemi alla schiena, alle mani, alle braccia o alle spalle causati da lavori di questo tipo?

Chiedete cosa abbia portato a tali problemi (le circostanze dettagliate: dove, quando, perché, in quale situazione, durante quale attività ecc.).



Pensate a uno scenario da poter raccontare se i partecipanti non hanno ancora mai sofferto personalmente di problemi.

E voi?

Dove si verificano posture forzate e movimenti ripetitivi nell'azienda?

Chi ha già avuto problemi alla schiena, alle mani, alle braccia o alle spalle causati da lavori di questo tipo?

Slide 4

Nel caso di banconi di vendita, superfici espositive troppo profonde sono la principale causa di posture forzate. Per lavorare in ergonomia al bancone di vendita sono importanti i seguenti punti:

- disposizione delle merci esposte
- impiego di utensili
- disposizione del touch screen della cassa

Disposizione delle merci

- Merci pesanti o movimentate con frequenza devono essere posizionate nella zona centrale, di colore verde. Questa è l'area più facile da raggiungere.
- Merci utilizzate con minore frequenza possono essere posizionate nella zona gialla, più vicina al personale di vendita. Questa zona porta a sporgersi più in avanti, dato che bisogna arrivare con le mani sotto il piano di lavoro del bancone, dove le merci sono talvolta difficili da vedere.
- L'area più vicina ai clienti, di colore rosso, richiede di protendersi molto in avanti e perciò è la più faticosa da raggiungere. Qui dovrebbero essere esposte solo merci leggere e richieste con minore frequenza.

Impiego di utensili

A seconda della merce, il raggio d'azione può essere esteso con utensili da presa quali pinze e forchettoni. Questi estendono di fatto la lunghezza del braccio, evitando così posture forzate estreme.

Disposizione del touch screen della cassa

In alcuni casi, il touch screen della cassa può essere regolato in altezza e inclinazione. Il bordo superiore dello schermo dovrebbe trovarsi il più possibile sotto l'altezza delle spalle del personale di vendita più basso. Se il touch screen si trova più in alto delle spalle, richiederà un'ulteriore sollecitazione di braccia e spalle. Se si trova sopra l'altezza degli occhi occorrerà guardare in su, con possibili problemi aggiuntivi per il collo.



Discutete con i partecipanti su come disporre in modo ottimale le merci sul bancone.



Slide 5

Anche l'altezza dei piani di lavoro su cui si svolgono attività manuali come affettare, farcire panini e imballare merci è importante.

Per una buona postura, la parte superiore del corpo dovrebbe trovarsi il più possibile in verticale.

Se l'altezza di lavoro è troppo bassa, bisogna chinarsi in avanti: questa posizione protratta nel tempo è molto faticosa e costringe la schiena a un pesante sforzo.

Se l'altezza di lavoro è troppo alta, spalle e braccia devono essere alzate: anche questo è faticoso e può provocare tensioni e dolori nella zona di spalle e collo.

Le due persone nella figura rappresentano le altezze tenute in considerazione nella progettazione dei luoghi di lavoro. La donna nella figura è alta 153,5 cm: solo il 5% delle donne è di altezza ancora inferiore. L'uomo è alto 185,5 cm: anche qui solo il 5% degli uomini è ancora più alto. Se guardiamo l'altezza dei loro gomiti, appare evidente che non esiste un'unica altezza di lavoro che sia adatta sia a persone alte che basse. Per questo dobbiamo regolare l'altezza di lavoro in base alla corporatura individuale. Questo vale soprattutto quando svolgiamo un'attività per molto tempo, ossia per più di un'ora.

L'altezza di lavoro dipende anche dall'attività. Il punto di riferimento è l'altezza del gomito.

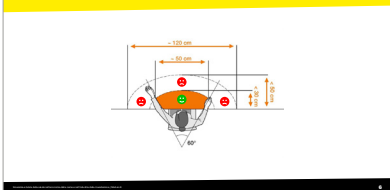
- Per lavori manuali quali affettare, farcire panini, imballare, il piano di lavoro dovrebbe trovarsi da 10 ai 15 cm sotto l'altezza del gomito.
- Per attività in cui occorre applicare forza, p. es. per sezionare la carne, l'altezza di lavoro deve essere più bassa, fino a circa 15-40 cm sotto l'altezza del gomito.
- E a proposito: per scrivere o per lavori delicati il piano del tavolo dovrebbe essere alla stessa altezza del gomito, e perfino più in alto nel caso di lavori di precisione, come per gli orologiai.



Chiedete ai partecipanti: Quale delle due foto seguenti illustri una postura migliore dal punto di vista ergonomico?

- Nel caso dell'uomo a sinistra, la differenza di altezza tra il gomito e il piano di lavoro è nettamente superiore ai 15 cm. Si può notare che il busto è leggermente inclinato in avanti e la testa molto chinata. Già questo comporta maggiori sollecitazioni.
- La donna di destra utilizza un rialzo per il tagliere. Ciò significa che la differenza di altezza tra il gomito e il piano di lavoro è di circa 10 cm. Il busto è eretto e la testa solo leggermente chinata in avanti. Questa è una postura ottimale.

Organizzare la postazione di lavoro: spazio di presa



Slide 6

In azienda:

Determinare l'altezza di lavoro ideale per ciascun partecipante per lavori manuali (da 10 a 15 cm al di sotto dell'altezza del gomito). A questo scopo, i partecipanti si dispongono in piedi lungo un tavolo tenendo braccia e spalle rilassate. Con un metro, partendo dal gomito viene determinato e annotato l'intervallo di altezze ideale.

Quindi mostrate in azienda le possibilità a disposizione dei partecipanti per impostare una buona altezza di lavoro, p. es.

- Scelta di un determinato tavolo o piano di lavoro nel caso siano disponibili altezze di lavoro diverse,
- Uso di rialzi per taglieri per le persone più alte (se disponibili),
- Utilizzo di un banco con regolazione elettrica dell'altezza (se disponibile),



Al di fuori dell'azienda (p. es. scuola professionale, corsi interaziendali):

Preparate i materiali o le fotografie che vorreste mostrare.

In piccoli gruppi, fate determinare a ciascun partecipante l'altezza di lavoro ideale per lavori manuali, da 10 a 15 cm al di sotto dell'altezza del gomito. A questo scopo, i partecipanti si dispongono in piedi lungo un tavolo tenendo braccia e spalle rilassate. Con un metro viene determinato e annotato l'intervallo di altezze ideale.

Miglioramento (~ 5')

**Slide 7**

Cosa potete cambiare e migliorare nel vostro modo di lavorare?
Cosa possiamo cambiare e migliorare in azienda?

**In azienda:**

Dopo la formazione, può essere affisso in azienda il manifesto del tema trattato.

**Al di fuori dell'azienda (p. es. scuola professionale, corsi interaziendali):**

Per i formatori al di fuori dell'azienda: Siate pronti a rispondere a domande come «Cosa devo fare se nella mia azienda non ci sono possibilità di adattamento delle altezze di lavoro?»

Ausili per l'altezza di lavoro



Slide 8

Sempre la stessa postura e sempre lo stesso movimento per lunghi periodi di tempo sono molto stressanti per il corpo umano. Vengono continuamente sollecitate le stesse strutture del corpo (muscoli, tendini, legamenti, articolazioni), che non riescono a recuperare neanche nelle pause.

Alternare regolarmente le attività

Con posture e movimenti diversificati vengono sollecitate sempre strutture diverse del corpo, mentre le altre possono recuperare.

- Alternare tra attività con posture e movimenti il più possibile diversi
- Alternare tra lavori da svolgere fermi in piedi, camminando e in posizione seduta

Inserire sufficienti pause

Le pause consentono al corpo di recuperare e rigenerarsi.

- Più pause brevi sono meglio di poche pause lunghe, a parità di tempo di interruzione totale
- In caso di attività ripetitive, inserire fasi in cui mani e braccia non siano fortemente sollecitate.



Discutete delle possibilità di rotazione di attività e di interruzione del lavoro nella vostra azienda, nonché di alternanza tra lavoro in piedi e in posizione seduta.

E ora?

Cosa potete cambiare e migliorare nel vostro modo di lavorare?

Cosa possiamo cambiare e migliorare in azienda?



Slide 9

Eseguite insieme questi esercizi di compensazione. A tale scopo, date le seguenti indicazioni:

Allentamento della muscolatura di spalle/collo

Posizione iniziale: In piedi (piedi paralleli, ginocchia leggermente piegate) o seduti (busto eretto)

Esecuzione: Far ruotare entrambe le spalle all'indietro o tirarle verso l'alto e lasciarle ricadere (3–5 ripetizioni)

Nota: Ruotare all'indietro è meglio che in avanti!

Allungamento della muscolatura della schiena

Posizione iniziale: In piedi (piedi paralleli, ginocchia leggermente piegate) o seduti (busto eretto, gambe divaricate)

Esecuzione: La schiena viene incurvata in avanti, partendo dalla testa, vertebra per vertebra, fino a diventare del tutto rotonda. Mantenere questa posizione per qualche istante, quindi risollevarsi lentamente (1–2 ripetizioni)

Nota: In caso di giramenti di testa, non eseguire l'esercizio. La sensazione di allungamento deve restare «piacevole».

Alleviare la colonna vertebrale

Posizione iniziale: In piedi davanti al tavolo da lavoro; piedi all'altezza delle anche e paralleli

Esecuzione: Appoggiarsi con entrambe le mani al piano di lavoro e così spingere il busto verso l'alto, mentre i piedi rimangono sul pavimento; mantenere la posizione per ca. 5 secondi (2–3 ripetizioni)

Rilassamento dei muscoli della schiena

Posizione iniziale: In piedi (piedi paralleli, ginocchia leggermente piegate)

Esecuzione: Abbassare leggermente il bacino all'indietro, piegare il busto in avanti tenendo la colonna vertebrale dritta, appoggiare le braccia protese sulle ginocchia e spostare il peso del busto sulle braccia: mantenere la posizione per ca. 5 secondi (3–5 ripetizioni)

Nota: Non piegare le ginocchia oltre 90°!

Stimolazione della circolazione e rafforzamento dei muscoli delle gambe

Posizione iniziale: In piedi (piedi paralleli tra loro)

Esecuzione: Spostare il peso del corpo facendo rotolare il piede dalla punta al tallone e viceversa (come una sedia a dondolo, 10–20 ripetizioni)

Nota: Esercizio non eseguibile con tacchi alti; in tal caso meglio senza scarpe.

In base ai problemi identificati, cercate soluzioni per migliorare le condizioni di lavoro del personale.

Se necessario, devono essere adottate misure correttive.

Dopo la formazione, può essere affisso in azienda il manifesto del tema trattato.



Presentazione del tema (~ 1')

Slide 1

Saluto ai partecipanti.

Presentazione del tema.

Durata indicativa del modulo: 45 minuti senza filmato, circa 65 minuti con il filmato.

Elaborazione del tema (~ 4')

Slide 2

In macellerie, macelli, impianti di lavorazione della carne e nel commercio al dettaglio trovano impiego svariate sostanze chimiche. Tra esse rientrano:

- detergenti alcalini
- prodotti disinfettanti
- detergenti alcalini e acidi
- ecc.

Queste sostanze rappresentano un pericolo.

I pericoli principali sono:

- Rischio d'incendio:
 - Facilmente infiammabile o altamente infiammabile: la sostanza prende fuoco molto facilmente
 - Comburente: la sostanza agisce come ossidante e accelera notevolmente la combustione
- Rischio per la salute
 - Corrosivo: la sostanza lesiona la cute e le mucose (occhi, ...)
 - Nocivo: la sostanza danneggia gli organi (p. es. rischio di tumori)
 - Irritante: la sostanza danneggia le vie respiratorie se inalata
- Rischio ambientale (non trattato ulteriormente)

Pertanto è importante stoccare adeguatamente le sostanze pericolose e manipolarle in modo sicuro.

Appunti



Potete porre ai partecipanti le seguenti domande:

- Vi capita di conservare sostanze in una bottiglia di PET o in un recipiente di vetro?
- Vi capita di travasare sostanze?

Filmato (~ 10')

Slide 3

Ora guarderemo almeno l'inizio del filmato «Napo in: Attenzione ai prodotti chimici!»¹. Qui sono presentate varie minacce (attenzione: la durata del filmato allunga il tempo della formazione).

Dopo il filmato fornite le seguenti spiegazioni:

Un errato stoccaggio di sostanze chimiche può causare incendi, esplosioni o intossicazioni.

Spesso, inoltre, la manipolazione di queste sostanze rappresenta anche un rischio per la salute.

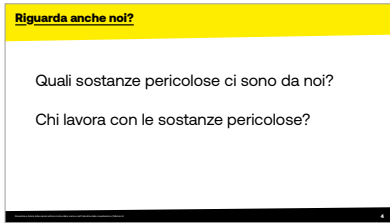
Nel filmato vengono mostrate molte possibilità per un corretto stoccaggio delle sostanze chimiche. In particolare si deve prestare attenzione ai seguenti accorgimenti:

- Ridurre le scorte di sostanze pericolose acquistando solo le quantità effettivamente necessarie.
- Conservare le sostanze solo nei contenitori originali.
- Non travasare mai liquidi pericolosi in contenitori per alimenti (rischio di scambio!).
- I contenitori devono essere contrassegnati correttamente: nome della sostanza, simboli di pericolo, rischi (frasi H) e consigli di prudenza (frasi P), avvertenze («Attenzione» o «Pericolo»).

Il sito web www.cheminfo.ch contiene informazioni utili su questo argomento.

¹ Napo in: Attenzione ai prodotti chimici!“, Suva, DVD 351. d/f/i; opuscolo di accompagnamento al filmato, AS 139.i (disponibile solo come file PDF)

Sensibilizzazione (~ 3')



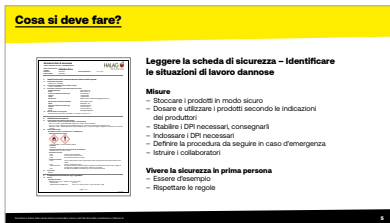
Slide 4

Dopo aver appreso i rischi, ora è importante riflettere per capire in quale misura siamo coinvolti.

Potete porre ai partecipanti le seguenti domande:

- Quali sostanze pericolose ci sono da noi?
- Chi lavora con le sostanze pericolose?

Applicazione pratica (~ 5')



Slide 5

Come abbiamo visto, anche noi siamo interessati da questi rischi. Cosa si deve fare per ridurre il rischio di incidenti?

- Leggere la scheda di sicurezza - identificare le situazioni di lavoro dannose
- Misure
 - Stoccare i prodotti in modo sicuro
 - Utilizzare e dosare detergenti e disinfettanti secondo le indicazioni del produttore (per diluire detergenti e disinfettanti concentrati utilizzare dosatori idonei → Meglio: utilizzare detergenti e disinfettanti pronti all'uso)
 - Stabilire i dispositivi di protezione individuale (DPI) necessari e consegnarli
 - Definire la procedura da seguire in caso d'emergenza
 - Istruire i collaboratori
- Vivere la sicurezza in prima persona
 - Essere d'esempio
 - Rispettare le regole
- Utilizzare i dispositivi di protezione individuale: occhiali protettivi, guanti protettivi, ...



Potete porre ai partecipanti le seguenti domande:

Sulla Slide si vede un estratto di una scheda di sicurezza? Quali rischi sono riconoscibili?



In azienda:

Potete trattare l'argomento anche direttamente nella lavanderia e discutere sul posto, insieme ai partecipanti, dei provvedimenti da adottare.
Prendete 1-2 schede di sicurezza della vostra azienda e guardatele insieme.



Al di fuori dell'azienda (p. es. scuola professionale, corsi interaziendali):

Preparate le schede di sicurezza, altri materiali o fotografie che vorreste mostrare.



Applicazione pratica (~ 5')

Slide 6

Per la riduzione dei rischi si deve applicare il principio dello STOP. L'acronimo STOP sta per:

S = Sostituzione: Ove possibile le sostanze pericolose devono essere sostituite con altre meno pericolose. Ad esempio si possono esaminare le possibilità con i fornitori.

T = Tecnologia: Esaminare le possibilità di riduzione del rischio per mezzo di interventi di natura tecnica. Alcuni esempi sono sistemi chiusi, impianti di dosaggio automatici o una ventilazione efficace degli ambienti.

O = Organizzazione: Esaminare le possibilità di riduzione del rischio per mezzo di interventi di natura organizzativa. Alcuni esempi: istruzioni che indicano come deve essere eseguito il lavoro, formazione dei collaboratori, evitare la fretta quando si devono manipolare sostanze pericolose.

P = Protezione individuale (DPI): Se vi sono rischi residui che non è stato possibile ridurre, alla fine resta ancora la possibilità di proteggere collaboratrici e collaboratori con appositi guanti, occhiali, ecc. A tale riguardo è importante che tutti si atten-gano alle misure stabilite! Per aumentare il livello di accettazione, è bene coinvolgere collaboratrici e collaboratori nella scelta dei DPI.



Potete porre ai partecipanti le seguenti domande:

Prendiamo ad esempio i detersivi acidi: come si configura da noi il principio dello STOP?



In azienda:

Potete trattare l'argomento anche direttamente in un luogo di lavoro o nel magazzino e discutere sul posto, insieme alle persone partecipanti, dei provvedimenti da adottare.



Al di fuori dell'azienda (p. es. scuola professionale, corsi interaziendali):

Preparate i materiali o le fotografie che vorreste mostrare.

Applicazione pratica (~ 5')



Slide 7

Come si può assicurare il corretto stoccaggio delle sostanze?

- Conservare le sostanze pericolose solo nei loro contenitori originali
- Conservare sempre le sostanze pericolose in un locale idoneo e chiuso a chiave, con regolamentazione dell'accesso
- Conservare in loco solo le quantità necessarie
- Conservare acidi / alcali / sostanze clorurate / ... separatamente e al di sopra di vasche di raccolta
- Tenere una distinta delle scorte
- A partire da 1000 kg: sezioni antincendio separate
- Sostanze comburenti: a partire da 100 kg, sezioni antincendio separate
- Sostanze infiammabili: Rispettare le zone antideflagranti
- Conservare lontano da alimenti
- Tenere a disposizione DPI per le situazioni d'emergenza (inclusa doccetta oculare)



Potete porre ai partecipanti le seguenti domande:

Dove è necessario agire? Cosa possiamo migliorare?



In azienda:

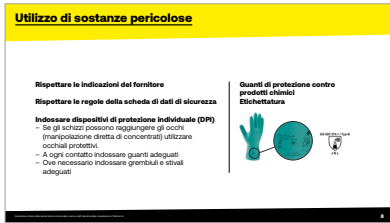
Potete trattare l'argomento anche direttamente nel magazzino e discutere sul posto, insieme ai partecipanti, dei provvedimenti da adottare.



Al di fuori dell'azienda (p. es. scuola professionale, corsi interaziendali):

Preparate i materiali o le fotografie che vorreste mostrare.

Applicazione pratica (~ 5')



Slide 8

A quali aspetti occorre prestare attenzione durante la manipolazione delle sostanze pericolose?

- Rispettare le indicazioni dei fornitori
- Rispettare le regole della scheda di sicurezza
- Indossare dispositivi di protezione individuale (DPI)
 - Se gli schizzi possono raggiungere gli occhi (manipolazione diretta di concentrati) si devono utilizzare occhiali protettivi.
 - A ogni contatto con sostanze pericolose si devono indossare guanti adatti
 - Se necessario, indossare stivali idonei e un grembiule idoneo.



Potete porre ai partecipanti le seguenti domande:

Dove è necessario agire? Cosa possiamo migliorare?



Preparate una scheda di sicurezza e discutete le regole di comportamento qui descritte.

Applicazione pratica (~ 15')



Slide 9

I guanti sono importanti per la protezione della salute. Ai fini di una protezione efficace sono importanti i seguenti aspetti:

- Utilizzare il guanto adatto e della taglia giusta.
 - Suggerimento: spesso il tipo di guanto adatto è citato nella scheda di sicurezza. In caso contrario fatevi consigliare da un fornitore.
- Lavare bene i guanti riutilizzabili prima di toglierli e sostituirli per tempo.
 - Suggerimento: I guanti invecchiano purtroppo rapidamente. A seconda della resistenza del materiale al prodotto chimico, un guanto può essere utilizzato solo fino a ca. 8 ore.
- Sfilare i guanti evitando contaminazioni.
- Lavarsi le mani dopo avere tolto i guanti.
- Far asciugare guanti umidi di sudore prima di usarli
- Al termine del lavoro, applicare una crema per le mani dall'effetto rigenerante (vedere anche il modulo Protezione della pelle)



Slide 10

Ecco come sfilare i guanti nel modo corretto:

1. Afferrare il primo guanto dall'esterno
2. Sfilare rovesciandolo
3. Afferrare il secondo guanto dall'interno
4. Sfilare rovesciandolo



Preparare dei guanti e chiedere alle persone di esercitarsi a sfilarli in gruppetti di due.



Slide 11

Durante l'uso di pulitrici ad alta pressione e schiume detergenti è possibile evitare lesioni ...

... prima delle operazioni di pulizia:

- Coprire componenti elettrici e sensibili
- Prima del lavoro verificare:
 - Pistola: il tubo, i raccordi, il dispositivo di blocco sono intatti?
 - Pulitrice ad alta pressione: i componenti elettrici, i raccordi, i freni sono intatti?
- Selezionare l'ugello corretto

... durante le operazioni di pulizia:

- Regolare la pressione di esercizio al minimo (solo quanto necessario)
- Non dirigere mai il getto verso persone / animali / componenti sotto tensione elettrica
- Assumere una posizione sicura:
 - Utilizzare pedane
 - Non salire su macchine
- Non manomettere il manico
- Non movimentare apparecchi su ruote tirandoli per il tubo
- Posizionare i tubi in modo che non possano essere danneggiati, incastrati, schiacciati e non subiscano eccessive sollecitazioni da trazione o piegatura
- Riporre i tubi e le pistole solo una volta chiuso l'afflusso d'acqua (fissarli per evitare che colpiscano cose o persone)
- Durante l'uso, verificare che non vi siano danni alle tubazioni ecc.
- Mai bloccare i comandi di azionamento degli erogatori
- Riporre gli erogatori in modo che i comandi non possano essere attivati involontariamente
- Indossare DPI adeguati (occhiali protettivi, protezioni per l'udito, guanti, grembiule, stivali, eventuale protezione delle vie respiratorie)

... dopo le operazioni di pulizia:

- Spegnerne l'interruttore principale, scollegare la spina di alimentazione
- Dopo l'uso, riporre/appendere i tubi in un luogo idoneo
- Scaricare la pressione residua in base alle indicazioni del costruttore



Applicazione pratica (~ 10')

Slide 12

Agite correttamente in caso di emergenza:

In caso di contatto con la pelle

- Decontaminazione (rimozione di impurità pericolose da persone, oggetti o superfici non protette)
- In caso di contatto con sostanze assorbibili dalla pelle, detergere la pelle il più rapidamente possibile.
- In caso di corrosioni o ustioni chimiche, sciacquare con acqua per almeno 10 minuti.

In caso di contatto con gli occhi:

- Sciacquare gli occhi con abbondante liquido.
- Se possibile, togliersi le lenti a contatto.
- Cercare e consultare un oculista.

In caso di ingestione:

- Sciacquare immediatamente la bocca.
- Contattare il centro antiveleni (telefono 145) e i servizi di soccorso.

Appunti

E ora?

Cosa potete cambiare e migliorare nel vostro modo di lavorare?

Cosa possiamo cambiare e migliorare in azienda?

Miglioramento (~ 2')

**Slide 13**

Cosa potete cambiare e migliorare nel vostro modo di lavorare?
Cosa possiamo cambiare e migliorare in azienda?

**In azienda:**

Dopo la formazione, può essere affisso in azienda il manifesto del tema trattato.

**Al di fuori dell'azienda (ad es. scuola professionale):**

Per i formatori al di fuori dell'azienda: Siate pronti a rispondere a domande come «Cosa devo fare se nella mia azienda non vengono rispettate le prescrizioni di conservazione richieste?».

Follow-up

In base ai problemi identificati, cercate soluzioni per migliorare le condizioni di lavoro del personale.

Se necessario, devono essere adottate misure correttive.

Dopo la formazione, può essere affisso in azienda il manifesto del tema trattato.



Presentazione del tema (~ 1')

Slide 1

Saluto ai partecipanti.
Presentazione del tema.
Durata indicativa del modulo: 30 a 45 minuti.

Elaborazione del tema (~ 4')

Slide 2

Nel mondo del lavoro, il rischio di subire una dermatosi professionale è ancora troppo sottovalutato. La manipolazione di prodotti detergenti e disinfettanti e altri liquidi o prodotti pastosi è spesso considerata un'operazione innocua. Molti collaboratori di aziende dei settori più svariati sono spesso quotidianamente a contatto con queste sostanze che, se anche non aggrediscono la pelle in modo acuto, possono danneggiarla nel corso degli anni.

Le malattie della pelle rappresentano circa un quarto di tutte le malattie professionali registrate in Svizzera. Spesso comportano molti giorni d'assenza dal lavoro, forti dolori e limitazioni per le persone interessate. Dato che molto spesso si sviluppano nel corso degli anni, di norma sono anche difficili da trattare. Le allergie contratte a causa del lavoro costringono spesso a un cambio di professione. In questo senso hanno conseguenze personali anche rilevanti.

Le patologie cutanee sono più frequenti di quanto si pensi

- Ogni anno le assicurazioni contro gli infortuni registrano in Svizzera circa 500 casi di malattie professionali della pelle.
- È solo la punta dell'iceberg: per ignoranza, infatti, molte persone non denunciano all'assicuratore i disturbi cutanei di origine professionale.
- L'evoluzione da un disturbo della pelle lieve e facilmente trattabile a una vera e propria malattia professionale con limitazioni notevoli è progressiva. Alcuni studi permettono di ipotizzare che in realtà i disturbi professionali della pelle ammontano ogni anno a svariate migliaia.
- Le malattie della pelle sono spesso lunghe e costose. Gli assicuratori calcolano in media cifre molto superiori ai 10.000 franchi per ogni caso.

Appunti



Come si producono le lesioni cutanee

Le lesioni cutanee di origine professionale sono prodotte da fattori chimici e fisici. La causa sono quasi sempre sostanze chimiche. Ma anche molte sostanze vegetali, prodotti di origine animale e materiali infettati da agenti patogeni possono provocare malattie cutanee professionali. Inoltre sono importanti il numero e la tipologia dei contatti:

- L'umidità persistente (ad es. quando si indossano a lungo guanti impermeabili all'aria) rappresenta un problema per la pelle.
- Contatto diretto una tantum o reiterato con prodotti chimici aggressivi come ad esempio acidi e soluzioni alcaline forti.
- Contatto frequente, e senza protezioni, con prodotti chimici percepiti come meno pericolosi, p. es. prodotti disinfettanti.
- Contatto molto frequente con agenti che sollecitano la pelle, come ad es. sapone o prodotti detergenti.

Filmato (~ 5')



Slide 3

Ora guardiamo uno spezzone del filmato «Napo in: Proteggi la tua pelle!»¹, ossia la scena «Funzioni della pelle». Il filmato mostra

- i rischi risultanti dal contatto della pelle con sostanze nocive per la salute
- il ruolo della pelle e le funzioni vitali che possono essere compromesse dal suo danneggiamento

Dopo il filmato fornite le seguenti spiegazioni :

La pelle svolge molteplici funzioni. Sente, respira e regola la temperatura corporea. Inoltre ci protegge dagli agenti patogeni. Ma per poter svolgere le sue funzioni la pelle deve essere sana. La pelle danneggiata è vulnerabile a malattie e allergie. La pelle è anche in grado di rigenerarsi, ma non può dimenticare tutto.

Se lo strato protettivo naturale del derma è danneggiato, gli elementi chimici delle sostanze più svariate penetrano nella pelle e provocano infiammazioni.

Attenzione: Una pelle secca, arrossata, sensibile e infiammata è un campanello d'allarme. Questo stato può evolversi in un eczema incurabile che rende impossibile l'ulteriore esercizio della professione.

¹ Napo in: Proteggi la tua pelle! Informazioni e consigli per la proiezione del filmato, AS-1744 (disponibile solo come file PDF)

Sensibilizzazione (~ 4')

E voi?

Chi di voi ha già sofferto di disturbi cutanei correlati al lavoro?

**Slide 4**

Chi di voi ha già sofferto di disturbi cutanei correlati al lavoro?

Chiedete come si è arrivati a tale situazione (le circostanze dettagliate: dove, quando, perché, in quale situazione, durante quale attività ecc.).



Pensate a uno scenario da poter raccontare se i partecipanti non soffrono o non hanno mai sofferto di disturbi cutanei correlati al lavoro.



Slide 5

Se durante il vostro lavoro utilizzate prodotti detergenti e disinfettanti o altre sostanze dannose, è importante proteggervi correttamente le mani. In questo modo si evitano infiammazioni e allergie. Se necessario, proteggete anche altre zone di pelle esposte. Seguite le indicazioni riportate sui prodotti e nelle istruzioni per l'uso. In caso di dubbi, rivolgetevi al vostro supervisore o responsabile della sicurezza.

Tre consigli per mani sane

Proteggere: Ove possibile, evitate sempre il contatto con le sostanze nocive. Se non è possibile, proteggetevi le mani con guanti adatti o creme dermoprotettive. Oggi esistono guanti comodi e adatti per ogni attività. I guanti idonei devono avere le seguenti caratteristiche:

- Protezione efficace dal rispettivo rischio. I pittogrammi (marcature) indicano i pericoli dai quali il guanto protegge.
- Esecuzione dell'attività con una presa sicura.
- Taglia giusta, non troppo grande e non troppo piccola.
- Facili da indossare e da sfilare.
- Conformi alle norme di sicurezza.

Pulire: Prima di ogni pausa e prima del riposo serale, lavarsi le mani con un prodotto delicato. Per la pulizia, non utilizzare mai solventi o prodotti abrasivi.

Curare: Prendersi regolarmente cura delle mani con una crema adatta. In questo modo la pelle può rigenerarsi.

Sul sito web www.2mani.ch trovate indicazioni per la scelta del guanto giusto, suddivise in base ai mestieri.

Elaborazione del tema (~ 10')



Slide 6

Ecco come lavare e disinfettare le mani nel modo corretto:

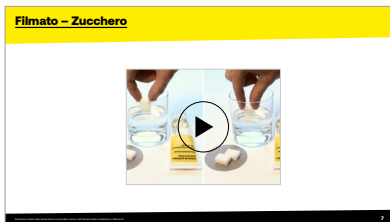
1. Inumidire le mani con acqua o disinfettante.
2. Strofinare palmo contro palmo
3. Strofinare il palmo destro sul dorso della mano sinistra e viceversa
4. Palmo contro palmo, strofinare gli spazi tra le dita
5. Strofinare il lato esterno delle dita sul palmo della mano opposta
6. Sfregare circolarmente il pollice destro nel palmo sinistro e viceversa
7. Sfregare circolarmente le punte delle dita della mano destra nel palmo sinistro e viceversa
8. Sfregamento circolare di entrambi i polsi

Lavatevi le mani per almeno 15 secondi. Disinfettatevi le mani per almeno 30 secondi.



Puoi esercitarti a lavare e disinfettare le mani in loco davanti a un lavandino o a un distributore, a gruppetti di due.

Filmato (~ 4')



Slide 7

Guardiamo ora il filmato «Zucchero». Ci verrà mostrata l'azione di una crema dermoprotettiva.



Dopo il filmato, chiedete agli spettatori cosa hanno visto:

La crema dermoprotettiva non protegge solo lo zucchero dal liquido. Impedisce proprio la penetrazione del liquido, e così la dissoluzione dello zucchero.



Slide 8

Ecco come applicare correttamente la crema sulle mani:

1. Applicare sul dorso della mano una quantità di crema della grandezza di una nocciola.
2. Distribuire uniformemente sul dorso della mano.
3. Applicare con cura la crema negli spazi tra le dita.
4. Non dimenticare la zona che circonda le unghie e le punte delle dita.
5. Applicare il resto della crema su palmi e polsi.
6. Grattare delicatamente le superfici dei palmi in modo che la crema raggiunga anche la zona di pelle sotto le unghie.



Fate esercitare i partecipanti nell'applicazione della crema.

Applicazione pratica (~ 4')

Slide 9



Come si possono prevenire problemi cutanei in azienda?



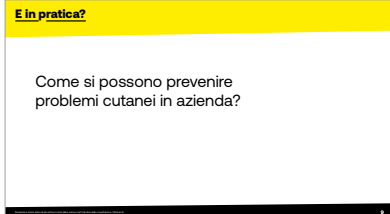
In azienda:

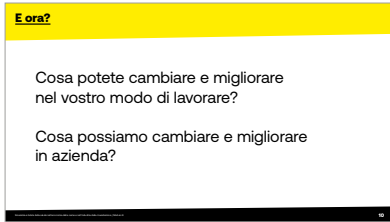
Potete trattare l'argomento anche direttamente sul posto di lavoro e discutere qui, insieme ai partecipanti, dei provvedimenti da adottare.



Al di fuori dell'azienda (p. es. scuola professionale, corsi interaziendali):

Preparate i materiali o le fotografie che vorreste mostrare.





Miglioramento (~ 2')



Slide 10

Cosa potete cambiare e migliorare nel vostro modo di lavorare?
Cosa possiamo cambiare e migliorare in azienda?



In azienda:

Dopo la formazione, può essere affisso in azienda il manifesto del tema trattato.



Al di fuori dell'azienda (p. es. scuola professionale, corsi interaziendali):

Per i formatori al di fuori dell'azienda: Siate pronti a rispondere a domande come «Cosa devo fare se il mio datore di lavoro non mette a disposizione guanti di sicurezza e protezioni per la pelle?».

Follow-up

In base ai problemi identificati, cercate soluzioni per migliorare le condizioni di lavoro del personale.

Se necessario, devono essere adottate misure correttive.

Dopo la formazione, può essere affisso in azienda il manifesto del tema trattato.



Presentazione del tema (~ 1')

Slide 1

Saluto ai partecipanti.

Presentazione del tema.

Durata indicativa del modulo: 25 a 50 minuti.

La sicurezza e la tutela della salute nei servizi di catering e partyservice tocca un'ampia gamma di temi. Con una buona preparazione del lavoro è possibile evitare molti pericoli.

I principali pericoli sono:

- Trasporto non sicuro di attrezzature, apparecchi elettrici, contenitori, cassette portabottiglie, fusti, ecc. necessari per il servizio
- Manipolazione inadeguata di bombole di gas

In questo modulo parleremo di:

- Fissaggio del carico
- Comportamento sicuro alla guida
- Manipolazione di bombole di gas per grigliare e/o cucinare

Altri argomenti importanti per catering e partyservice sono

- Inciampo, scivolamento, caduta in piano (v. Modulo 4)
- Sollevare e trasportare carichi (v. Modulo 5)
- Ergonomia della postazione di lavoro, posture forzate (v. Moduli 6 e 7)
- Uso di detersivi e pulitrici ad alta pressione (v. Modulo 8)

Appunti



Slide 2

Caricare correttamente e fissare a regola d'arte tutte le merci è essenziale ai fini di un loro trasporto sicuro. Se si verificano errori in quest'ambito, non si corre soltanto il rischio di danneggiare il carico che ci è stato affidato: in casi estremi possono anche ribaltarsi veicoli o andare perse parti del carico. Gli incidenti stradali che ne derivano causano purtroppo spesso anche lesioni personali dalle conseguenze fatali!

Anche il nostro comportamento durante la guida può essere ottimizzato.

Guardate insieme ai collaboratori le scene 6 «Il cattivo esempio» e 7 «Sovraccarico» del filmato «Napo in... Sulla strada per la sicurezza 2» e discutete con loro di cosa è andato storto.



Slide 3

Quindi spiegate i motivi per cui è importante un buon fissaggio del carico:

1. Sicurezza per tutti!

I carichi non fissati o fissati in modo inadeguato rappresentano un rischio per la sicurezza, indipendentemente dal loro peso.

→ L'obiettivo primario del fissaggio del carico è la sicurezza di tutti gli utenti della strada e scongiurare sofferenze umane evitabili!

2. Prevenzione dei danni

I carichi danneggiati danneggiano anche la reputazione della vostra azienda.

Un danno al veicolo richiede una visita in officina. Ed entrambe le cose costano!

→ Un corretto fissaggio del carico protegge la vostra buona reputazione ed è anche economicamente utile!

3. Prescrizioni di legge

«I veicoli non devono essere sovraccaricati. Il carico deve essere collocato in modo che non sia di pericolo né di ostacolo ad alcuno e che non possa cadere.»

«Il conducente deve provvedere affinché non sia ostacolato nella guida né dal carico né in altro modo.»

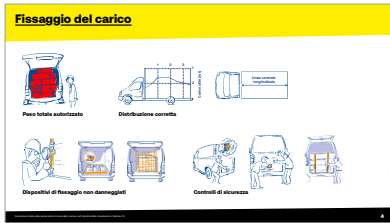
→ Un accurato fissaggio del carico è un obbligo, che mette al riparo da conseguenze spiacevoli (incidenti, sanzioni).

4. La vostra responsabilità!

L'Ordinanza sulle norme della circolazione stradale recita: « Il conducente deve accertarsi che il veicolo e il carico siano conformi alle prescrizioni.»

E non cambia nulla anche se il carico è stato preparato e fissato da terzi!

→ Chi agisce con superficialità in quest'ambito può subire conseguenze penali ed è responsabile degli incidenti causati dal suo comportamento!



Slide 4

Misure di sicurezza generali per il fissaggio dei carichi sono:

- Rispettare il peso totale autorizzato quando si carica il veicolo.
- Assicurarsi che il carico sia distribuito correttamente (carico massimo per asse, piano longitudinale mediano, piano di distribuzione del carico)
- Utilizzare esclusivamente dispositivi di fissaggio adeguati:
 - cinghia fermacarico
 - tappeto antiscivolo in combinazione con cinghia fermacarico
 - barra di ancoraggio
 - rete per la suddivisione dello spazio / cinghie per ancoraggio basso
- Prima dell'uso dei dispositivi di fissaggio, controllare che non siano danneggiati
- Ulteriore controllo di sicurezza:
 - all'apertura dei portelli di carico, prestare attenzione a pressioni del carico (p. es. in caso di carichi scivolati all'indietro)
 - prima di partire e nelle pause del viaggio, dare un'occhiata di controllo al vano di carico
 - prima di ripartire, controllare la corretta chiusura dei portelli di carico



Mostrate ai collaboratori i dispositivi di fissaggio da utilizzare e fateglieli utilizzare in loco.



Slide 5

Comportamento **sicuro alla guida** ...

... prima di mettersi in marcia

- Controllare pressione e profilo degli pneumatici
- Familiarizzare con il veicolo (se non conosciuto)
- Assicurarsi una visuale chiara
- Regolare specchietto, sedile del conducente, ecc., allacciare la cintura di sicurezza
- Assicurare il carico
- Gilet catarifrangente / triangolo di emergenza, cassetta di pronto soccorso / giubbotto di salvataggio?

... durante la guida

- Adattare il comportamento di guida alle condizioni meteorologiche
- Rispondere con calma alle provocazioni altrui
- Mantenere una distanza sufficiente (pari a metà tachimetro)
- Adeguare la velocità alle condizioni del traffico
- Rispettare le norme della circolazione
- Tenere conto degli altri utenti della strada
- In caso di veicolo in panne:
 - Fermarsi solo in un'area sicura
 - Indossare un gilet catarifrangente
 - Collocare il triangolo di emergenza

... meglio evitare

- Distrazioni
- Telefonare e scrivere messaggi (divieto di utilizzo del cellulare alla guida)
- Fretta (in caso di breve tempo a disposizione, restare comunque calmi e pianificare con anticipo)
- Stanchezza (in caso di stanchezza fare pause attive o concedersi un breve sonno)
- Guidare sotto l'influenza di agenti stupefacenti (alcol, droghe, alcuni medicinali)

Barbecue e fornelli a gas funzionano con gas liquefatto (sostanze chimiche propano e butano e loro miscele). Questi gas e le loro miscele rimangono liquidi a temperatura ambiente a pressione relativamente bassa.

In condizioni normali, il gas liquefatto è una miscela di gas incolore, pressoché inodore e più pesante dell'aria. Questa sostanza è infiammabile e a contatto con aria o ossigeno può formare una miscela esplosiva.

Perciò, se del gas liquefatto fuoriesce inavvertitamente a causa di perdite delle bombole, vi è il rischio di esplosioni. Per questo il gas liquefatto utilizzato a scopi di combustione viene odorizzato.

Poiché il gas liquefatto è più pesante dell'aria, si raccoglie vicino al suolo, dove forma un «lago di gas». Qui, occupando il posto dell'ossigeno, il gas liquefatto può soffocare.

Principali pericoli nella manipolazione di bombole di gas



- Avvelenamento e asfissia dovuti a fughe di gas incontrollate
- Incendi dovuti a fughe di gas incontrollate
- Esplosioni causate dallo scoppio di componenti sotto pressione
- Caduta di bombole di gas

Slide 6

I principali pericoli durante la manipolazione di bombole di gas sono

- Avvelenamento e soffocamento
- Incendi ed esplosioni
- Lesioni in caso di ribaltamento o caduta di bombole di gas.



Slide 7

Controllo di barbecue a gas per manifestazioni

Le nuove normative in vigore in Svizzera prevedono che **i barbecue a gas (apparecchi a gas) utilizzati in manifestazioni sottoposte ad autorizzazione** siano dotati di un'**etichetta** attestante un controllo del gas superato e che **l'utilizzatore completi una lista di controllo in loco**.

Un controllo del gas è documentato mediante il rilascio di un'attestazione del controllo.

Se dal controllo del gas non risultano irregolarità, all'apparecchio a gas (barbecue) viene applicata un'etichetta dell'Associazione Circolo di lavoro GPL.

Per ulteriori informazioni, vedere

<https://www.arbeitskreis-lpg.ch/it/sicurezza/gas-di-petrolio-liquefatto>

Elaborazione del tema (~ 5')

Slide 8

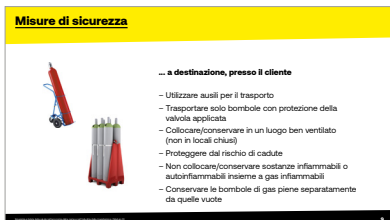
Misure di sicurezza generali sono:

Durante il trasporto...

- Il trasporto di bombole di gas deve essere effettuato con veicoli aperti o ben ventilati. In caso di veicolo con area di carico chiusa, tale area di carico deve essere ventilata. I veicoli privi di ventilazione non sono adatti.
- Prima del trasporto
 - Se necessario, rimuovere eventuali raccordi collegati come riduttori di pressione o tubi.
 - Chiudere saldamente le valvole delle bombole.
 - Applicare la protezione della valvola (cappuccio di protezione).
- Per il trasporto, posizionare le bombole di gas in modo che non possano muoversi durante il viaggio e che siano saldamente fissate in modo da non cadere o rotolare via.
- È vietato fumare (anche sigarette elettroniche) all'interno e nei pressi del veicolo!
- Durante il trasporto in un'autovettura, aprire il finestrino posteriore e impostare la ventilazione al livello più alto. ATTENZIONE: Non inserire il ricircolo d'aria!
- Viaggiare sempre direttamente verso il luogo di destinazione!
- Una volta giunti sul posto, scaricare subito le bombole.

**Slide 9****... a destinazione, presso il cliente**

- Utilizzare mezzi di trasporto idonei (p. es. carrelli per bombole) per il trasporto di bombole di gas. Trasportare solo bombole con protezione della valvola applicata.
- Riporre / conservare le bombole di gas in un luogo ben ventilato (non in locali chiusi).
- Fissare le bombole di gas in modo che non possano cadere (p. es. con catene).
- Non conservare materiali infiammabili o autoinfiammabili insieme a gas infiammabili, conservare le bombole di gas piene chiaramente separate da bombole di gas vuote.





Slide 10

Sul posto di lavoro...

- Chiudere la valvola della bombola prima di sostituire la bombola.
- Collegare il riduttore di pressione alla bombola usando una chiave a forchetta o ad anello (non una pinza).
- Aprire la valvola della bombola lentamente, senza strappi e in modo completo (mai forzando con l'attrezzo)
- Non lubrificare né ingrassare la valvola della bombola.
- Controllare la tenuta del collegamento usando p. es. uno spray per la rilevazione delle perdite o acqua e sapone.
- In caso di lunghe interruzioni dell'erogazione di gas, chiudere la valvola della bombola.
- È severamente vietato riempire o ricaricare le bombole da soli.
- Restituzione di recipienti/bombole di gas con una lieve sovrappressione (questo assicura che nessuna sostanza estranea possa penetrare nei recipienti di gas in pressione).



Per istruzioni sulla sostituzione di una bombola, utilizzare il foglio illustrativo «Sostituire le bombole di gas liquefatto senza provocare incendi» della Suva (codice 84016) o i documenti specifici messi a disposizione dal fornitore.

Se desiderate trattare il tema dei comportamenti da adottare in caso di perdite di gas o incendio, utilizzare le raccomandazioni per la sicurezza A03 «Bombole di gas in caso di emergenza» (www.pangas.ch).

E in pratica?

Nella nostra azienda, dove potrebbe verificarsi una problema con la sicurezza del carico o le bombole di gas?

Slide 11



Nella nostra azienda, dove potrebbe verificarsi una problema con la sicurezza del carico o le bombole di gas?



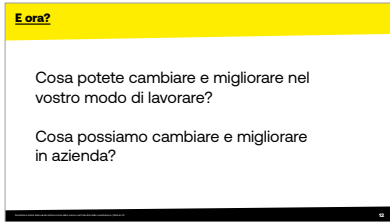
In azienda:

Parlate con i partecipanti di questo tema direttamente in loco (p. es. nel luogo in cui vengono caricati i veicoli), per discutere qui i provvedimenti da adottare.



Al di fuori dell'azienda (p. es. scuola professionale, corsi interaziendali):

Preparate i materiali o le fotografie che vorreste mostrare.



Miglioramento (~ 2')

Slide 12

Cosa possiamo cambiare e migliorare in azienda?

Cosa potete cambiare e migliorare nel vostro modo di lavorare?



In azienda:

Dopo la formazione, può essere affisso in azienda il manifesto del tema trattato.



Al di fuori dell'azienda (p. es. scuola professionale, corsi interaziendali):

Per i formatori al di fuori dell'azienda: Siate pronti a rispondere a domande come «Cosa devo fare se il mio datore di lavoro non mette a nostra disposizione dei mezzi per il trasporto di bombole?».

Follow-up

In base ai problemi identificati, cercate soluzioni per migliorare le condizioni di lavoro del personale.

Se necessario, devono essere adottate misure correttive.

Dopo la formazione, può essere affisso in azienda il manifesto del tema trattato.



Presentazione del tema (~ 1')

Slide 1

Saluto ai partecipanti.
Presentazione del tema.
Durata indicativa del modulo: 25 a 70 minuti.

Elaborazione del tema (~ 4')

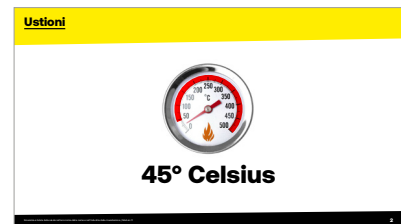
Slide 2

Ustioni e scottature possono avere diverse cause. Ma quello che hanno tutte in comune è l'applicazione di temperature superiori a 45 gradi Celsius sulla pelle e sui tessuti. Due terzi delle ustioni e delle scottature hanno luogo in casa, nel tempo libero e nel traffico; circa un terzo nel contesto di infortuni sul lavoro.

Le possibili cause includono ad esempio:

- Ustioni da acqua bollente, da vapore e da altri fluidi (p. es. mentre si lavora con cuocitori, utilizzando pulitrici ad alta e bassa pressione, durante il caricamento/prelievo di alimenti liquidi dalla vaporiera)
- Ustioni da contatto (con metalli caldi come contenitori d'acqua per cottura a bagnomaria, padelle, griglie di barbecue, macchine, macchine per imballaggio/sottovuoto)
- Ustioni causate da esposizione a fiamme (fiammatrici, candele, indumenti che prendono fuoco, altri tipi di incendio)
- Ustioni causate da esplosioni (p. es. di gas o sostanze esplosive)
- Radiazioni (sole, solarium, raggi X)
- Ustioni causate dalla corrente elettrica (p. es. linee elettriche ad alta tensione, cavi difettosi sotto tensione, batterie per auto)

Appunti



Sensibilizzazione (~ 4')

E voi?

Chi di voi si è mai ustionato o scottato
al lavoro o nel tempo libero?

**Slide 3**

Chi di voi si è mai ustionato o scottato al lavoro o nel tempo libero?

Chiedete come si è arrivati alla lesione da ustione (le circostanze dettagliate: dove, quando, perché, in quale situazione, durante quale attività ecc.).



Pensate a uno scenario d'infortunio da poter raccontare se i partecipanti non hanno ancora mai subito personalmente una lesioni da ustione.

Elaborazione del tema (~ 10')

Evitare le lesioni da ustione



... nel macello con macchine per la scottatura

Controllo di sicurezza giornaliero

- Cavi elettrici, spine, collegamenti non danneggiati
- Dispositivi di blocco funzionanti

Durante la produzione

- Indossare DPI (stivali e grembiule per macella lungo fino agli stivali)
- Macchina stabile, bloccata per evitare spostamenti accidentali
- Per la pulizia, spegnere la macchina e scollegare la spina di alimentazione

Slide 4**Evitare le lesioni da ustione...****... nel macello**

... con macchine per la scottatura

- controllo di sicurezza giornaliero
 - Cavi elettrici, spine, collegamenti sono privi di danni?
 - In caso di vasche di scottatura regolabili, i dispositivi di blocco funzionano regolarmente?
- durante la produzione
 - Indossare DPI resistenti all'acqua bollente (stivali e grembiule per macellai lungo fino agli stivali)
 - Posizionare la macchina in modo stabile e bloccarla per evitare spostamenti accidentali
 - Per la pulizia, spegnere la macchina e scollegare la spina di alimentazione

Evitare le lesioni da ustione



... nel macello con fiammatrici

Controllo di sicurezza giornaliero

- Riduttore di pressione del gas e dispositivi di sicurezza contro perdite di gas o rotture tubi presenti e funzionanti
- Tubi flessibili e collegamenti del gas integri e senza danni
- Dopo le ispezioni, l'apparecchio passa al minimo

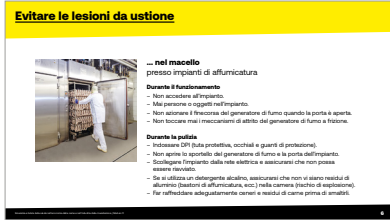
Durante la produzione

- Riporre sempre le fiammatrici sugli appositi supporti
- Dopo l'uso, eliminare l'erogazione del gas alle sorgenti
- Non collocare apparecchi a gas nei pressi di aperture o accessi di cantine, chiusini
- Non conservare in ambienti umidi nei periodi di inutilizzo

Slide 5

... con fiammatrici

- controllo di sicurezza giornaliero
 - Riduttore di pressione del gas e dispositivi di sicurezza contro perdite di gas o rottura tubi sono presenti e funzionanti?
 - I tubi e i raccordi del gas non presentano danni evidenti?
 - Una volta deposto, l'apparecchio passa al minimo?
- durante la produzione
 - Riporre sempre le fiammatrici su supporti idonei, dopo l'uso chiudere l'erogazione del gas alla sorgente (p. es. bombola di gas o punto di allaccio)
 - Non collocare apparecchi a gas nei pressi di aperture o accessi di cantine, chiusini (non utilizzare sotto il livello del suolo)
 - Non conservare in ambienti umidi nei periodi di inutilizzo



Slide 6

... presso impianti di affumicatura

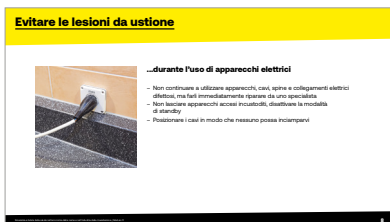
- Non accedere all'impianto mentre è in funzione.
- Prima di chiudere l'impianto, accertarsi che non siano presenti persone o oggetti al suo interno.
- Verificare che l'interruttore di finecorsa del generatore di fumo non possa essere azionato quando la porta è aperta.
- Non toccare mai i meccanismi di attrito del generatore di fumo a frizione.
- Mettere in sicurezza le ventole di ricircolo dell'aria con griglie di protezione a maglie strette.
- Per la pulizia, indossare i DPI specificati nelle schede di sicurezza (tuta protettiva, occhiali e guanti di protezione).
- Non aprire lo sportello del generatore di fumo e la porta dell'impianto durante la pulizia.
- Prima di operazioni di pulizia, scollegare l'impianto dalla rete elettrica e assicurarsi che non possa essere riavviato.
- Se si utilizza un detergente alcalino, assicurarsi che non vi siano residui di alluminio (bastoni di affumicatura, ecc.) nella camera: pericolo di formazione di gas (miscela idrogeno-aria) o rischio di esplosione.
- Far raffreddare adeguatamente ceneri e residui di carne prima di smaltirli.



Slide 7

... nel catering

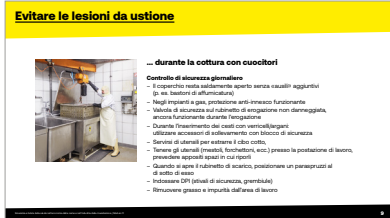
- Utilizzare pasta da ardere al posto dello spirito. Se utilizzate lo spirito: rabboccare solo a fornellino raffreddato e non in presenza di altre persone.
- Posizionare il fornellino su una superficie stabile e ignifuga, a distanza di sicurezza da oggetti infiammabili.
- Tenere a portata di mano la coperta antincendio per le emergenze.
- Non versare mai acqua su un grasso ad alta temperatura. Mai spegnere dell'olio in fiamme con acqua, ma soffocarlo con un coperchio o una coperta antincendio.



Slide 8

...durante l'uso di apparecchi elettrici

- Far riparare immediatamente da uno specialista apparecchi elettrici difettosi o cavi, connettori e collegamenti elettrici difettosi.
- Non lasciare mai apparecchi accesi incustoditi. Disattivare la modalità standby.
- Disporre i cavi in modo che nessuno possa inciamparvi.



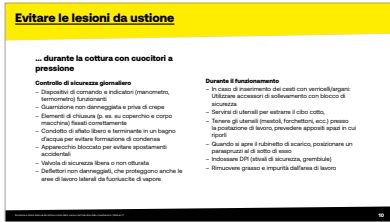
Slide 9

... durante la cottura

... con cuocitori

- controllo di sicurezza giornaliero
 - Il coperchio resta saldamente aperto senza «ausili» aggiuntivi (p. es. bastoni di affumicatura)?
 - Negli impianti a gas, la protezione anti-innesco funziona regolarmente?
 - La valvola di sicurezza sul rubinetto di erogazione è priva di danni e ancora funzionante?

- durante il funzionamento
 - In caso di inserimento dei cesti con verricelli/argani: utilizzare accessori di sollevamento con blocco di sicurezza
 - Maneggiare con cautela alimenti e inserti per la cottura caldi
 - Servirsi di utensili idonei per estrarre il cibo cotto,
 - Tenere gli utensili (mestoli, forchettoni, ecc.) presso la postazione di lavoro, prevedere appositi spazi in cui riporli,
 - Quando si apre il rubinetto di scarico, posizionare un paraspruzzi al di sotto di esso
 - Indossare DPI (stivali di sicurezza, grembiule impermeabile)
 - Rimuovere grasso e impurità dall'area di lavoro

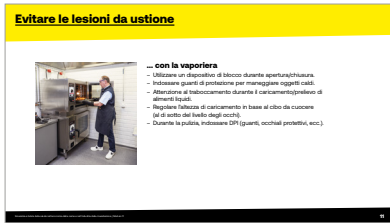


Slide 10

... con cuocitori a pressione

- controllo di sicurezza giornaliero
 - Dispositivi di comando e indicatori (manometro, termometro) sono funzionanti?
 - La guarnizione è integra e priva di crepe?
 - Gli elementi di chiusura (p. es. su coperchio e corpo macchina) sono fissati correttamente?
 - Il condotto di sfiato è libero e terminante in un bagno d'acqua per evitare la formazione di condensa?
 - Il dispositivo è bloccato per evitare spostamenti accidentali?
 - La valvola di sicurezza è libera / non otturata?
 - I deflettori sono privi di danni, e proteggono anche le aree di lavoro laterali da fuoriuscite di vapore?
- durante il funzionamento:
 - Riempire il cuocitore in sicurezza, inserire pezzi sfusi in cestelli idonei per impedirne il galleggiamento in superficie
 - Chiuderlo secondo le indicazioni del costruttore
 - Monitorare il manometro e il termometro durante il processo di cottura
 - In caso di anomalie (p. es. pressione o temperatura non ammessa), spegnere il cuocitore e avvisare un supervisore
 - Posizionare il tubo flessibile della valvola di scarico della pressione in un secchio d'acqua
 - Prima dell'apertura, scaricare la pressione aprendo la valvola di protezione della pressione e attendere che la pressione sia completamente scaricata (osservare il manometro)
 - Non aprire il coperchio se occorre applicare troppa forza
 - Spostare solo cuocitori a pressione vuoti
 - Indossare DPI (stivali di sicurezza, grembiule impermeabile, guanti di plastica, se necessario protezioni per il viso)

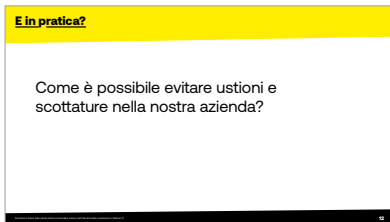
Elaborazione del tema (~ 5')

**Slide 11**

... alla vaporiera

- Utilizzare un dispositivo di blocco durante apertura/chiusura.
- Indossare guanti di protezione prima di afferrare oggetti caldi.
- Prestare attenzione durante il caricamento o il prelievo di alimenti liquidi (traboccamento).
- Regolare l'altezza di caricamento in base al cibo da cuocere (al di sotto del livello degli occhi).
- Per operazioni di pulizia, usare DPI (guanti, occhiali di protezione, ecc.) idonei per i detergenti e disinfettanti utilizzati.

Applicazione pratica (~ 4')

**Slide 12**

Come è possibile evitare ustioni e scottature nella nostra azienda?

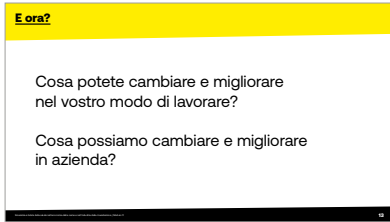
**In azienda:**

Potete parlare di questo argomento con i partecipanti anche direttamente sul posto (p. es. nel macello, durante operazioni di cottura), per discutere qui i provvedimenti da adottare.

**Al di fuori dell'azienda (p. es. scuola professionale, corsi interaziendali):**

Preparate i materiali o le fotografie che vorreste mostrare.

Miglioramento (~ 4')

**Slide 13**

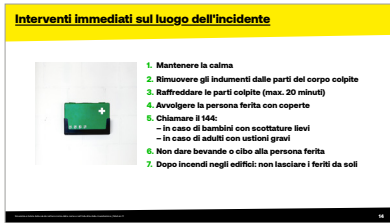
Cosa potete cambiare e migliorare nel vostro modo di lavorare?
Cosa possiamo cambiare e migliorare in azienda?

**In azienda:**

Dopo la formazione, può essere affisso in azienda il manifesto del tema trattato.

**Al di fuori dell'azienda (p. es. scuola professionale, corsi interaziendali):**

Per i formatori al di fuori dell'azienda: Siate pronti a rispondere a domande come «Cosa devo fare se il mio datore di lavoro non vuole passare dallo spirito a una pasta da ardere?».



Slide 14

Ustioni: Cosa fare in caso di emergenza?

In caso di ustioni o scottature è importante prestare misure di pronto soccorso tempestive e appropriate. Dopo avere portato in salvo la persona colpita e avere rimosso la fonte di calore, la prima e più importante misura è quella di raffreddare l'ustione con acqua fredda. Si consiglia di versare sulla regione di pelle colpita dell'acqua di rubinetto, solitamente temperata da 15 a 25 gradi Celsius. Non è raccomandabile immergere la ferita in acqua fredda. Anche l'acqua ghiacciata non è adatta anche per il trattamento di ustioni e scottature. Il trattamento refrigerante è necessario fino a quando il dolore non si attenua o scompare, ma non deve superare 20 minuti. Deve essere evitata a tutti i costi una condizione di ipotermia.

Interventi immediati sul luogo dell'incidente:

1. Mantenere la calma e tranquillizzare la persona ferita.
2. Rimuovere il più possibile gli indumenti dalle parti del corpo colpite.
3. Refrigerare finché non passa il dolore, ma al massimo per 20 minuti.
4. Avvolgere la persona ferita con coperte. Se disponibile, utilizzare come base d'appoggio una coperta isoterma in lamina sottile (argentata/dorata), dalla cassetta del pronto soccorso.
5. Chiamare il numero di emergenza 144, chiamare un medico d'urgenza. Nel caso di bambini, chiamare un medico d'urgenza anche per ustioni più leggere rispetto agli adulti.
6. Non dare bevande o cibo alla persona ferita.
7. Dopo incendi negli edifici, non lasciare i feriti da soli. L'inalazione di gas di combustione può causare allucinazioni e stati confusionali. Per questo, spesso, le persone colpite non collaborano o reagiscono in modo inappropriato.

Follow-up

In base ai problemi identificati, cercate soluzioni per migliorare le condizioni di lavoro del personale.

Se necessario, devono essere adottate misure correttive.

Dopo la formazione, può essere affisso in azienda il manifesto del tema trattato.

Contatti/Link

SAFE AT WORK è il marchio di prevenzione della SECO e dei Cantoni per una maggiore sicurezza sul lavoro. www.safeatwork.ch

Benedikt Hellermann
Ingegnere addetto di sicurezza
benedikt.hellermann@safeatwork.ch
Tel.: +41 26 350 36 20

Daniel Stuber
Consulente per la comunicazione
daniel.stuber@safeatwork.ch
Tel.: +41 26 350 36 57

Soluzione settoriale:

Soluzione settoriale Sicurezza e tutela della salute nelle imprese dell'Unione Professionale Svizzera della Carne UPSC e dell'Associazione Svizzera del personale della macelleria (ASPM) (con delega ad ABZ)

Contatto:

ABZ – Centro di formazione per l'economia svizzera della carne
Damian Speck
Responsabile Consulenza ABZ
Schachenstrasse 43
3700 Spiez
damian.speck@abzspiez.ch

Scaricare il kit di formazione:

www.safeatwork.ch/it/settori/economia-della-carne-e-industria-della-macellazione#strumenti