



STOP RISK

10 consigli contro le cadute

suvaPro

sicurezza sul lavoro



1.

Guarda dove metti i piedi.

- Cammino sul pietrisco. Non metto mai i piedi sul fungo della rotaia, sulle traverse e sugli aghi degli scambi perché potrei scivolare.
- Le scarpe di sicurezza e gli indumenti catarifrangenti sono importanti per la mia sicurezza.



2.

Salire e scendere in modo sicuro...

- Usare sempre le due maniglie.
- Scendendo, badare ai dislivelli del terreno e agli ostacoli.
- Mai scendere saltando!



3.

...vale anche per le carrozze.

- Prima deporre il materiale.
- Tenersi almeno con una mano e lasciare la presa solo quando si è sicuri sulle gambe.



4.

Via gli ostacoli che fanno inciampare!

- Eliminare gli ostacoli che possono fare inciampare – anche con riguardo ai colleghi.



5.

Contrassegnare i punti pericolosi.

- Contrassegnare i cantieri e gli altri ostacoli temporanei.
- All'occorrenza, montare un'illuminazione.



6.

Prudenza durante l'accompagnamento.

- Posizionarsi in modo sicuro e fermo.
- Possibilmente, tenersi con ambedue le mani.
- Badare agli oggetti che invadono l'itinerario.



7.

Usare i corrimano.

- Sulle scale, usare il corrimano.
- Prendere sempre un gradino per volta.



8.

Si può cadere anche in ufficio.

- Badare a non scivolare ed eliminare gli ostacoli che possono fare inciampare (ordine!).



9.

Le insidie delle scale.

- Assicurarsi che la scala sia ferma e che il dispositivo di divaricazione sia disteso.
- Se necessario, sbarrare la zona di lavoro.
- Mai posizionarsi sui tre ultimi pioli.
- Nella zona delle linee di contatto, non usare scale di metallo.



10.

Guarda dove metti i piedi – anche nel tempo libero.

- Badare alla sicurezza e alla salute anche nel tempo libero – durante lo sport, in casa, in giardino e sulle scale.

Un terzo di tutti gli infortuni professionali è causato da cadute.

In ferrovia tali infortuni si verificano prevalentemente durante la deambulazione e l'esecuzione di lavori nella zona dei binari e durante la salita o la discesa dai veicoli.

Abbiamo la tendenza a sottovalutare i rischi d'infortunio durante le attività semplici e consuete, segnatamente quando «camminiamo» o quando «saliamo e scendiamo». Applicare consapevolmente i suggerimenti elencati in questo opuscolo è quindi di fondamentale importanza – per il bene della vostra sicurezza e della vostra salute.

Suva

Istituto nazionale svizzero di assicurazione contro gli infortuni

Sicurezza del lavoro

Casella postale, 6002 Lucerna

Tel. 041 419 51 11

Fax 041 419 59 17 (per ordinazioni)

www.suva.ch

In collaborazione con le FFS

Autore: Xaver Bühlmann, Suva

Riproduzione autorizzata con citazione della fonte.

1^a edizione – marzo 2003 – 1000

Codice: 84022.i