

Workshop di prevenzione

Documentazione sulle offerte

Imprese
Berna, 2026



Indice

I. Introduzione	3
II. Incespicare, inciampare, cadere	4
1. Presentazione	4
2. Consigli per lo svolgimento	4
III. Escursioni sicure	6
1. Presentazione	6
2. Raccomandazioni organizzative per «Pronti per l'escursione?»	7
IV. Tariffe e contatto	8
Costi	8
Contatto	8

I. Introduzione

L'UPI, Ufficio prevenzione infortuni – offre a un costo modesto diversi workshop di prevenzione per sostenere le imprese nei loro impegni antinfortunistici nell'ambito degli INP. Questo documento presenta l'intera offerta tematica, i consigli per lo svolgimento e il tariffario per i workshop.

I nostri workshop di prevenzione sono dedicati esclusivamente ai seguenti ambiti: circolazione stradale, sport, casa e tempo libero. I pannelli con il relativo materiale permettono un uso su misura del pubblico o dell'impresa.

L'allegato contiene la presentazione dettagliata di ogni workshop. In questo modo potrà scegliere con facilità la soluzione ideale per l'impresa e i suoi scopi. Se lo desidera, può anche assistere a uno dei nostri workshop come ospite in un'altra impresa per vedere «dal vivo» una delle nostre presentazioni INP.

Pianificazione

Organizziamo i nostri workshop nelle imprese distribuite sull'intero territorio nazionale. Per questo motivo è importante prenotare con ampio anticipo l'evento che desidera organizzare nella sua impresa.

Svolgimento

Per prenotare una delle nostre presentazioni o per ricevere maggiori informazioni la preghiamo di chiamare lo +41 31 390 22 66 oppure inviare un'e-mail a t.iseppi@upi.ch

Fiduciosi di poterla sostenere in occasione di una campagna INP nell'impresa, la ringraziamo per l'interesse nei confronti della prevenzione degli infortuni.

Il vostro UPI

II. Incespicare, inciampare, cadere

1. Presentazione

Le cadute sono la causa d'infornio in assoluto più frequente e avvengono molto spesso a casa dove si verifica il maggior numero di infornio. Il nostro workshop spiega quali sono i pericoli di caduta più frequenti dentro e fuori casa e in tante altre situazioni. Inoltre, in gruppo elaborano dei consigli preziosi, semplici e realizzabili per prevenire le cadute. Oltre al lavoro in gruppo, il workshop prevede anche dei video e una presentazione PowerPoint. L'obiettivo: meno cadute e di conseguenza meno assenze nella sua impresa.

Il workshop viene completato da semplici esercizi pratici per esercitare l'abilità, l'equilibrio, la forza, le articolazioni e la muscolatura, tutti fattori importanti per una buona prevenzione delle cadute. In effetti, un corpo sano e forte è meno soggetto agli infornio.

Al termine del workshop si tiene un concorso che favorisce la condivisione delle conoscenze. Due immagini "cerca e trova" costituiscono l'elemento centrale del concorso e stimolano una riflessione consapevole sui rischi di caduta e sui comportamenti sicuri. L'UPI mette a disposizione i premi da mettere in palio.

Inoltre, tutte le partecipanti e tutti i partecipanti riceveranno un omaggio utile ai fini della promozione della sicurezza personale.

Consigli per lo svolgimento

Locali

Locale possibilmente chiuso (sala formazione o conferenze, sala montaggio ecc.) con capacità sufficiente per installare il materiale del workshop e accogliere i gruppi di partecipanti). Il tema «Incespicare, inciampare, cadere» può essere presentato solo in locali chiusi. L'evento può essere organizzato all'aperto unicamente se in tende chiuse protette dagli agenti atmosferici (rischio meteo).

Elementi supplementari

- Volantini informativi sulla prevenzione degli infornio
- Flipchart

Spazio necessario per il materiale campionario

Serve spazio per 3-4 gruppi e ubicati in qualsiasi punto di un locale.

Organizzazione

Per esperienza, la partecipazione facoltativa e a orari liberi non è né appropriata né nell'interesse dell'azienda organizzatrice. La partecipazione dovrebbe essere obbligatoria e la manifestazione organizzata durante le ore lavorative remunerate. 10-20 persone massimo per ogni workshop.

Immagini "cerca e trova"



III. Escursioni sicure

1. Presentazione

In Svizzera, l'escursionismo è considerato uno sport nazionale. La bellezza della natura e la maestosità delle montagne, unite a infrastrutture ben sviluppate, hanno reso quest'attività sempre più popolare. Una persona su due residente in Svizzera si rigenera regolarmente all'aria pura di montagna. Tuttavia, resta da vedere se le persone appassionate di trekking siano adeguatamente equipaggiate e se l'itinerario scelto sia adatto alla loro condizione fisica. Dopo tutto, l'escursionismo non è una semplice passeggiata.

Il vostro personale è pronto per il trekking?

Per la nostra escursione virtuale, le e i partecipanti non avranno bisogno né di scarpe da trekking né di preparazione fisica particolare. Suddivisi in gruppi, pianificheranno e organizzeranno un'escursione in montagna, valutando anche l'equipaggiamento necessario. Oltre a scegliere un itinerario in base alle proprie capacità, imparano anche a riconoscere gli aspetti da considerare durante il trekking.

Tutto questo, ovviamente, senza infortuni e con un piccolo spuntino a portata di mano.

Elementi complementari

- Mappe topografiche
- Lavagna a fogli mobili
- Opuscoli di interesse generale sulla prevenzione degli infortuni

Si prega di leggere le nostre raccomandazioni per l'organizzazione.



2. Raccomandazioni organizzative per «Pronti per l'escursione?»

Locali

Sono necessari spazi facilmente accessibili, come un magazzino, una sala riunioni, una grande sala di formazione, in grado di accogliere il materiale necessario e fino a 20 persone (sedute disposte in file).

Il workshop «Escursioni sicure» può essere presentato soltanto in ambienti chiusi. Non è possibile svolgerlo all'aperto, se non sotto una tenda chiusa resistente alle intemperie, per evitare rischi legati alle condizioni meteo.

Spazio necessario per il materiale espositivo

Occorre prevedere spazio per 4 gruppi di lavoro.

Svolgimento

La presentazione e il lavoro di gruppo hanno una durata di 50 minuti. Una relatrice o un relatore dell'UPI conduce il workshop. Si consiglia di prevedere 60 minuti per ciascun gruppo per garantire un margine sufficiente per domande e approfondimenti individuali.

Organizzazione della partecipazione

L'esperienza ha dimostrato che una partecipazione volontaria e con orari a scelta non è né efficace né vantaggiosa per l'azienda organizzatrice. La partecipazione dovrebbe quindi essere obbligatoria e svolgersi durante l'orario di lavoro. A seconda della capienza dei locali, il personale andrà suddiviso in gruppi di 20 persone.

IV. Tariffe e contatto

Costi

Costi	1 giorno Imprese	2 giorni Imprese	4 giorni Imprese
Tassa base per il trasporto (incluso il montaggio e lo smontaggio)	450.-	450.-	450.-
Costi per la consulenza UPI al giorno	800.-	1600.-	3200.-
Totale	1250.-	2050.-	3650.-

Le presentazioni tematiche sono esenti dall'imposta sul valore aggiunto, le condizioni e i prezzi possono subire delle modifiche. Alle scuole, ai centri di formazione speciali (scuole d'arti e mestieri ecc.) e alle istituzioni sociali si applica uno sconto del 50% sul prezzo complessivo

Contatto

UPI

Tiziana Iseppi

Consulente imprese Svizzera Romanda e Ticino

Tel. +41 31 390 22 66

t.iseppi@upi.ch

