



REGIONE DEL VENETO

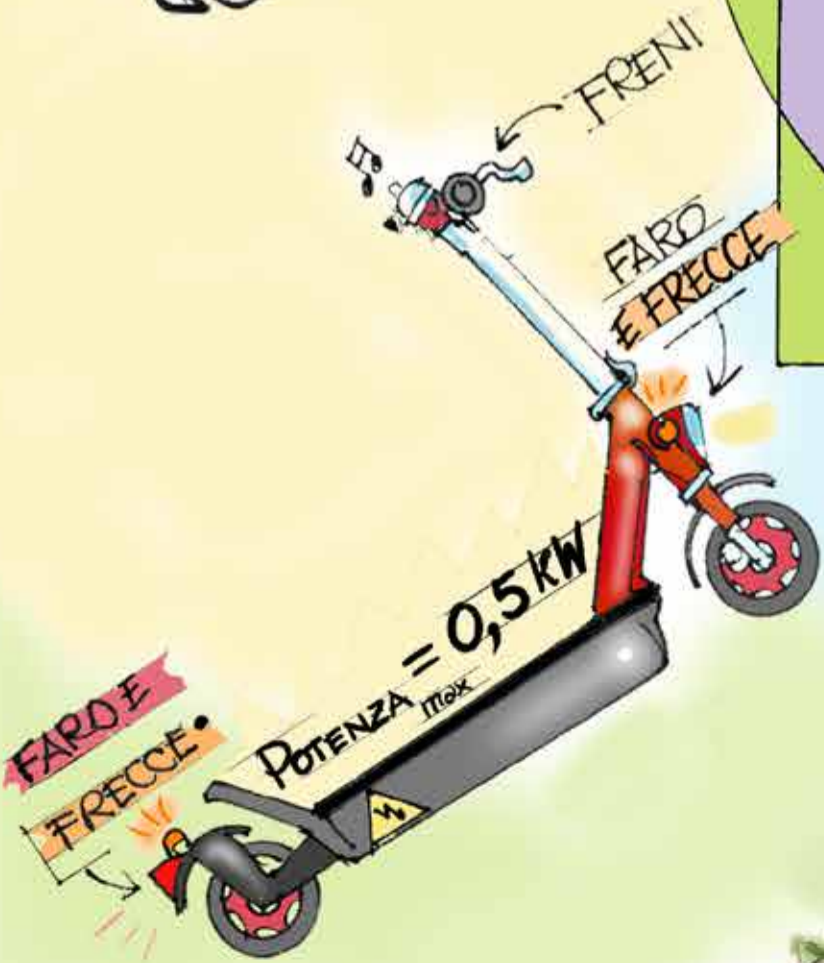
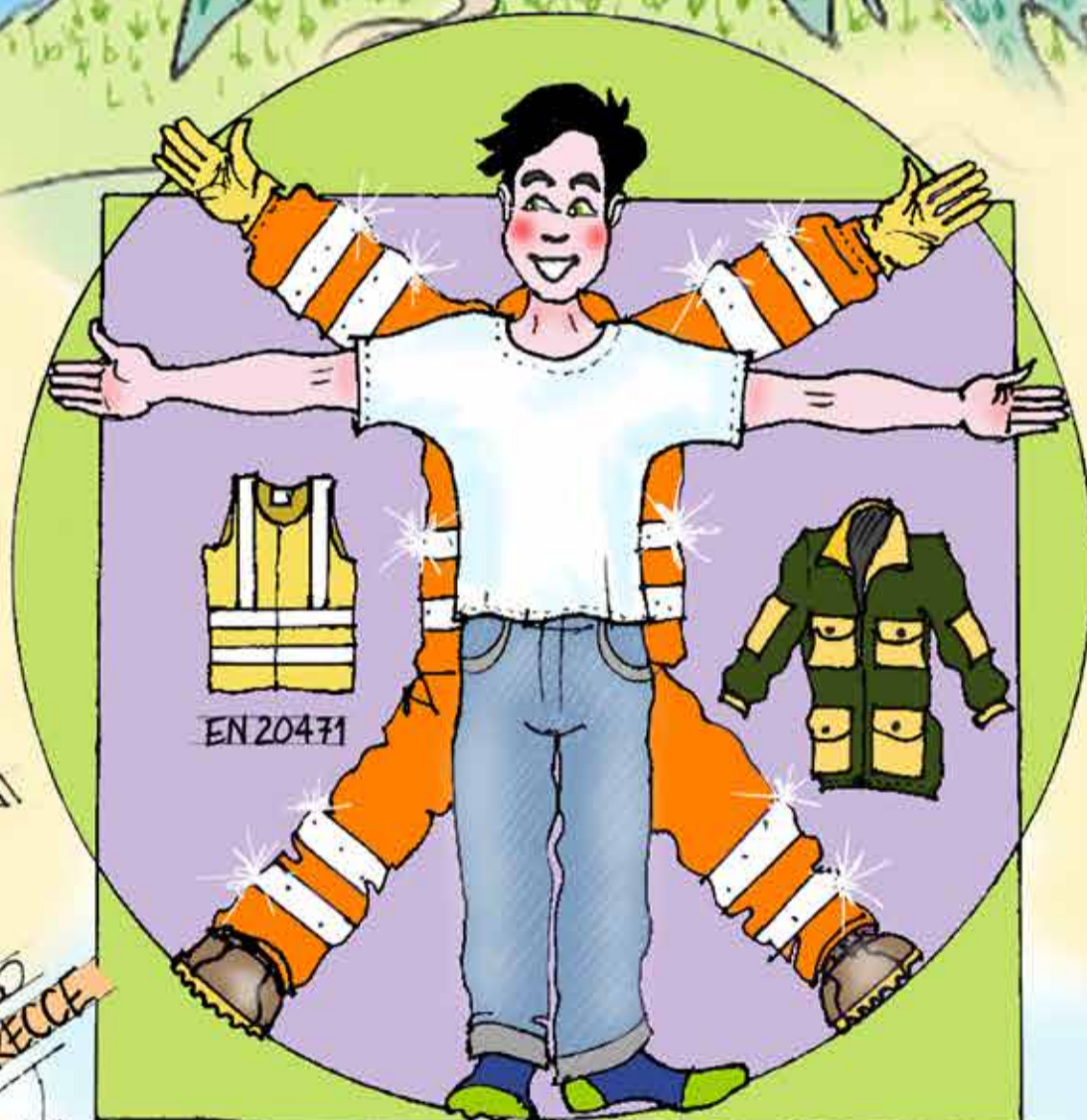
REGIONE DEL VENETO



ULSS 1
DOLOMITI

Salute & Sicurezza

Health & Safety



2023

NICOLACANAL

La sicurezza non è un hobby, è la vita: a casa, al lavoro e nel tempo libero

La parola "sicurezza" deriva del latino securus, senza preoccupazioni. Quando ci sentiamo sicuri, infatti, siamo "senza preoccupazioni".

Ognuno di noi, quotidianamente, può compiere scelte per vivere in sicurezza negli ambienti di vita e di lavoro, con ricadute benefiche personali e di comunità .

Questo calendario ha lo scopo di suggerire e di aumentare la consapevolezza su cosa ciascuno può fare ogni giorno a casa, al lavoro e nel tempo libero, con responsabilità, per non mettere a repentaglio la propria salute, quella delle persone vicine e quella dei soccorritori.

Oltre a un "ripasso" su tematiche, che dovrebbero essere patrimonio comune, come il primo soccorso, i dispositivi di protezione individuali, i rischi delle alte temperature, la tutela della gravidanza per le lavoratrici e i rischi derivanti dall'inquinamento indoor da monossido di carbonio, quest'anno sono stati inseriti nuovi temi emergenti: i tatuaggi, l'utilizzo del monopattino elettrico, l'uso della motosega nei lavori di montagna e la sicurezza nell'escursionismo.

Il calendario offre quindi un contributo ai cittadini e alle Istituzioni su temi fondamentali di sicurezza individuale e collettiva, anche riguardanti la quotidianità, con l'obiettivo ultimo di migliorare lo stato di salute delle nostre comunità.

Lo slogan del calendario riassume questa finalità: "la sicurezza non è un hobby, è la vita".

Un ringraziamento al direttore dello SPISAL e ai suoi collaboratori per questa nuova importante edizione.

Buon anno!

Maria Grazia Carraro
Direttore Generale AULSS 1 Dolomiti

Dicembre 2022

Il calendario è stato realizzato con la collaborazione dell'ing. Nicola Canal e del personale della UOC SPISAL (Servizio di Prevenzione, Igiene e Sicurezza negli Ambienti di Lavoro).

**Ulteriori copie, fino ad esaurimento potranno essere richieste all'Azienda ULSS 1 Dolomiti,
Dipartimento di Prevenzione, tramite e-mail a spisal.bl@aulss1.veneto.it.**

COSA C'È NELLA CASSETTA DEL 1° SOCCORSO



FEBBRAIO 2023

1	MERCOLEDÌ	
2	GIOVEDÌ	
3	VENERDÌ	
4	SABATO	
5	DOMENICA	○
6	LUNEDÌ	
7	MARTEDÌ	
8	MERCOLEDÌ	
9	GIOVEDÌ	
10	VENERDÌ	
11	SABATO	
12	DOMENICA	
13	LUNEDÌ	◐
14	MARTEDÌ	
15	MERCOLEDÌ	
16	GIOVEDÌ	
17	VENERDÌ	
18	SABATO	
19	DOMENICA	
20	LUNEDÌ	●
21	MARTEDÌ	
22	MERCOLEDÌ	
23	GIOVEDÌ	
24	VENERDÌ	
25	SABATO	
26	DOMENICA	
27	LUNEDÌ	◐
28	MARTEDÌ	

Lo sapevi che...

La cassetta del primo soccorso è uno strumento medicale obbligatorio per tutte le aziende. Il contenuto minimo è stabilito ai sensi del D.M. 388 del 2003 a seconda delle caratteristiche delle aziende:

- tipologia dell'attività svolta
- numero di lavoratori coinvolti
- fattori di rischio presenti

Il controllo periodico del contenuto della cassetta, la scadenza del materiale e l'eventuale reintegro deve essere eseguito dall'addetto al primo soccorso.

Cosa contiene la cassetta del primo soccorso

1. Guanti sterili monouso (5 paia);
2. Visiera paraschizzi;
3. Flacone di soluzione cutanea di iodopovidone al 10% di iodio da 1 litro (1);
4. Flaconi di soluzione fisiologica (sodio cloruro - 0,9%) da 500 ml (3);
5. Compresse di garza sterile 18 x 40 in buste singole (2);
6. Compresse di garza sterile 10 x 10 in buste singole (10);
7. Pinzette da medicazione sterili monouso (2);
8. Confezione di cotone idrofilo (1);
9. Confezioni di cerotti di varie misure pronti all'uso (2);
10. Confezione di rete elastica di misura media (1);
11. Rotoli di cerotto alto cm. 2,5 (2);
12. Un paio di forbici;
13. Lacci emostatici (3);
14. Ghiaccio pronto uso (due confezioni);
15. Sacchetti monouso per la raccolta di rifiuti sanitari (2);
16. Teli sterili monouso (2);
17. Apparecchio per la misurazione della pressione arteriosa;
18. Termometro.

PRIMO SOCCORSO



MARZO 2023

1	MERCOLEDÌ
2	GIOVEDÌ
3	VENERDÌ
4	SABATO
5	DOMENICA
6	LUNEDÌ
7	MARTEDÌ
8	MERCOLEDÌ
9	GIOVEDÌ
10	VENERDÌ
11	SABATO
12	DOMENICA
13	LUNEDÌ
14	MARTEDÌ
15	MERCOLEDÌ
16	GIOVEDÌ
17	VENERDÌ
18	SABATO
19	DOMENICA
20	LUNEDÌ
21	MARTEDÌ
22	MERCOLEDÌ
23	GIOVEDÌ
24	VENERDÌ
25	SABATO
26	DOMENICA
27	LUNEDÌ
28	MARTEDÌ
29	MERCOLEDÌ
30	GIOVEDÌ
31	VENERDÌ

Il primo soccorso è definito come l'insieme di interventi, manovre e azioni messe in atto da chiunque si trovi a dover affrontare un'emergenza sanitaria, in attesa dell'arrivo di personale specializzato. Gli scopi del primo soccorso sono riconoscere una situazione di emergenza, valutare le condizioni della vittima, allertare i soccorritori, prestare i primi soccorsi ed evitare l'insorgenza di ulteriori danni causati da un mancato soccorso o da un soccorso condotto in maniera impropria.

Nelle situazioni di emergenza, occorre mantenere sempre la calma. La chiamata al 118 rientra tra le prime azioni da eseguire. Il numero per le emergenze 118 è gratuito da tutti i telefoni, compresi quelli "mobile" anche senza scheda. In ogni provincia è presente una centrale territoriale, alla quale sono deviate automaticamente tutte le richieste di soccorso provenienti dal territorio di competenza. Le informazioni da comunicare sono:

- località precisa dell'evento (via, numero civico, l'eventuale scala e piano);
- fornire il numero di telefono da dove si chiama, per essere eventualmente ricontatti;
- numero delle persone coinvolte e le loro condizioni;
- età e genere di chi si trova coinvolto;
- dinamica dell'evento;
- Segnalare situazioni di pericolo imminente e/o potenziale (ad esempio, incendi).

L'operatore di centrale potrebbe anche fornire delle istruzioni per telefono per effettuare manovre che consentono di salvare la vita. Ad esempio la manovra di Heimlich va tentata nei casi di ostruzione delle vie aeree da corpo estraneo. Si assesta con entrambe le braccia una forte e brusca compressione a livello del diaframma della vittima, dopo averla abbracciata da dietro. La violenta fuoriuscita di aria dalla trachea può, in alcuni casi, rimuovere il corpo estraneo.

TATUAGGI E TRUCCO PERMANENTE

GIUGNO 2023



Lo sapevi che...

La tecnica del tatuaggio e del trucco permanente è da considerarsi in tutto e per tutto una pratica invasiva in quanto attraverso l'iniezione di inchiostri nel derma si realizzano disegni o segni che rimangono permanenti sulla cute.

È fondamentale rivolgersi a un tatuatore qualificato ovvero in possesso dell'attestato di frequenza di uno specifico corso di formazione regionale. Il tatuatore è tenuto a rispettare le principali norme igienico-sanitarie previste dalle "Linee guida del Ministero della Sanità per l'esecuzione di procedure di tatuaggio e piercing in condizioni di sicurezza" (Circolari del Ministero della Sanità n. 2.9/156 del 05.02.1998 e n. 2.8/633 del 16.07.1998).

Tra gli strumenti di lavoro del tatuatore vi sono:

- dispositivo elettrico per tatuaggi;
- aghi monouso;
- pigmenti/inchiostri;
- materiali e contenitori monouso;
- disinfettanti e pomate cicatrizzanti post-tatuaggio;
- apparecchiature per la sterilizzazione.

Inoltre, a partire dal 4 gennaio 2022 è stato introdotto il divieto all'utilizzo di sostanze coloranti che non rispettano i nuovi limiti di concentrazione previsti dal regolamento REACH (ad esempio sono vietati colori a base di Nichel, Mercurio, Cromo e Isopropanolo). ATTENZIONE! È opportuno rivolgersi al proprio Medico di Medicina Generale qualora insorgano reazioni cutanee dopo l'esecuzione del tatuaggio.

1	GIOVEDÌ	
2	VENERDÌ	
3	SABATO	
4	DOMENICA	○
5	LUNEDÌ	
6	MARTEDÌ	
7	MERCOLEDÌ	
8	GIOVEDÌ	
9	VENERDÌ	
10	SABATO	◐
11	DOMENICA	
12	LUNEDÌ	
13	MARTEDÌ	
14	MERCOLEDÌ	
15	GIOVEDÌ	
16	VENERDÌ	
17	SABATO	
18	DOMENICA	●
19	LUNEDÌ	
20	MARTEDÌ	
21	MERCOLEDÌ	
22	GIOVEDÌ	
23	VENERDÌ	
24	SABATO	
25	DOMENICA	
26	LUNEDÌ	◐
27	MARTEDÌ	
28	MERCOLEDÌ	
29	GIOVEDÌ	
30	VENERDÌ	

SICURI IN MONTAGNA

LUGLIO 2023



Un'escursione in montagna ben pianificata può rappresentare un momento estremamente edificante, oltre che salutare. Tuttavia, occorre tenere a mente, oltre alle proprie capacità e allenamento, anche alcune semplici regole:

- pianifica bene la tua uscita, consultando il bollettino meteo e studiando il sentiero da te scelto anche con l'aiuto dei gestori dei rifugi che ben conoscono il territorio;
- ricorda sempre di dire dove vai, avvisando dell'eventuale cambio della meta o contrattempo;
- non fare l'escursione da solo e resta sul sentiero;
- porta con te una adeguata riserva di acqua;
- vestiti a cipolla, utilizza calzature appropriate e prepara bene il tuo zaino;
- controlla sempre la tua attrezzatura prima di iniziare il sentiero.

In caso di necessità, il numero da contattare per attivare i soccorsi è il 118. Rispondi sempre in modo corretto e con calma alle domande che ti farà l'operatore.

Fai anche attenzione alle zecche pertanto controlla sempre bene gli abiti e la cute esposta quando torni a casa.

1	SABATO	
2	DOMENICA	
3	LUNEDÌ	○
4	MARTEDÌ	
5	MERCOLEDÌ	
6	GIOVEDÌ	
7	VENERDÌ	
8	SABATO	
9	DOMENICA	
10	LUNEDÌ	◐
11	MARTEDÌ	
12	MERCOLEDÌ	
13	GIOVEDÌ	
14	VENERDÌ	
15	SABATO	
16	DOMENICA	
17	LUNEDÌ	●
18	MARTEDÌ	
19	MERCOLEDÌ	
20	GIOVEDÌ	
21	VENERDÌ	
22	SABATO	
23	DOMENICA	
24	LUNEDÌ	
25	MARTEDÌ	◐
26	MERCOLEDÌ	
27	GIOVEDÌ	
28	VENERDÌ	
29	SABATO	
30	DOMENICA	
31	LUNEDÌ	

IL RISCHIO DA ALTE TEMPERATURE: NEI LUOGHI DI LAVORO



Il nostro organismo tende a mantenere costante la propria temperatura attraverso un fine sistema di termoregolazione. L'equilibrio termico consente situazioni di benessere e previene alterazioni dello stato di salute nel lavoratore. Il nostro corpo mette in atto una serie di meccanismi di termodispersione, come la vasodilatazione cutanea e l'evaporazione attraverso la sudorazione. In condizioni protratte di caldo estremo (temperatura superiore a 26°C, umidità relativa superiore a 60%), i meccanismi di termoregolazione iniziano a perdere la loro efficacia e il nostro corpo sperimenta delle situazioni di discomfort arrivando sino al colpo di calore che può portare a danni cerebrali irreversibili e alla morte. Si manifesta con confusione mentale, delirio, svenimento e rapido innalzamento della temperatura corporea oltre i 40.5°C. Nel sospetto di colpo di calore, allerta subito il 118.

Tu cosa puoi fare?

- fa attenzione all'abbigliamento (privilegia abiti leggeri in fibre naturali, traspiranti e di colore chiaro);
- cerca di riconoscere i segni precoci delle malattie da stress da calore;
- riequilibra i liquidi persi con la sudorazione prima di avvertire la sete, attraverso un adeguato apporto di liquidi non freddi, assunti di frequente e in piccoli volumi (ad esempio, un bicchiere di acqua ogni 15 minuti) in aree ombreggiate o climatizzate;
- assumi pasti leggeri ed evita le bevande energetiche usate in ambito sportivo.

AGOSTO 2023

1	MARTEDÌ	○
2	MERCOLEDÌ	
3	GIOVEDÌ	
4	VENERDÌ	
5	SABATO	
6	DOMENICA	
7	LUNEDÌ	
8	MARTEDÌ	◐
9	MERCOLEDÌ	
10	GIOVEDÌ	
11	VENERDÌ	
12	SABATO	
13	DOMENICA	
14	LUNEDÌ	
15	MARTEDÌ	
16	MERCOLEDÌ	●
17	GIOVEDÌ	
18	VENERDÌ	
19	SABATO	
20	DOMENICA	
21	LUNEDÌ	
22	MARTEDÌ	
23	MERCOLEDÌ	
24	GIOVEDÌ	◐
25	VENERDÌ	
26	SABATO	
27	DOMENICA	
28	LUNEDÌ	
29	MARTEDÌ	
30	MERCOLEDÌ	
31	GIOVEDÌ	○

GRAVIDANZA E LAVORO

SETTEMBRE 2023



Lo sapevi che...

La donna in gravidanza è molto sensibile nei confronti dei rischi presenti negli ambienti di lavoro.

Secondo il D. Lgs 151/2001 Art. 7 è vietato adibire le lavoratrici in stato di gravidanza:

- al trasporto e al sollevamento di pesi
- a lavori pericolosi, faticosi ed insalubri riportati negli allegati A e B del D.lgs. 151/01.

Alcuni rischi presenti negli ambiente di lavoro:

- rumore;
- vibrazioni meccaniche;
- radiazioni ionizzanti e non ionizzanti;
- microclima;
- agenti chimici;
- lavoro notturno;
- rischio biologico;
- postura;
- metalli;
- antiparassitari;
- movimentazione manuale dei carichi.

La lavoratrice informa tempestivamente il Datore di Lavoro circa lo stato di gravidanza. Sulla base della valutazione del rischio il Datore di Lavoro interviene allontanandola immediatamente dalle possibili condizioni di rischio, verifica la possibilità di adibirla ad altra mansione comunicando tale modifica all'Ispettorato Territoriale del Lavoro (ITL).

Qualora non fosse possibile lo spostamento Il Datore di Lavoro informa l'ITL e indirizza la lavoratrice alla predisposizione della pratica per l'astensione anticipata dal lavoro.

1	VENERDÌ	
2	SABATO	
3	DOMENICA	
4	LUNEDÌ	
5	MARTEDÌ	
6	MERCOLEDÌ	
7	GIOVEDÌ	◐
8	VENERDÌ	
9	SABATO	
10	DOMENICA	
11	LUNEDÌ	
12	MARTEDÌ	
13	MERCOLEDÌ	
14	GIOVEDÌ	
15	VENERDÌ	●
16	SABATO	
17	DOMENICA	
18	LUNEDÌ	
19	MARTEDÌ	
20	MERCOLEDÌ	
21	GIOVEDÌ	
22	VENERDÌ	◐
23	SABATO	
24	DOMENICA	
25	LUNEDÌ	
26	MARTEDÌ	
27	MERCOLEDÌ	
28	GIOVEDÌ	
29	VENERDÌ	○
30	SABATO	



LE SCALE



Le scale semplici portatili sono attrezzature molto utilizzate negli ambienti di vita e di lavoro. L'uso scorretto della scala, oppure la scelta di una scala non adeguata al tipo di ambiente o di lavorazione sono alla base dei non pochi incidenti, non esclusivamente professionali. Una scala portatile deve rispondere alla norma tecnica UNI EN 131 ed essere corredata dalle certificazioni previste emesse da un laboratorio ufficiale e dal manuale di uso e manutenzione.

Tu cosa puoi fare?

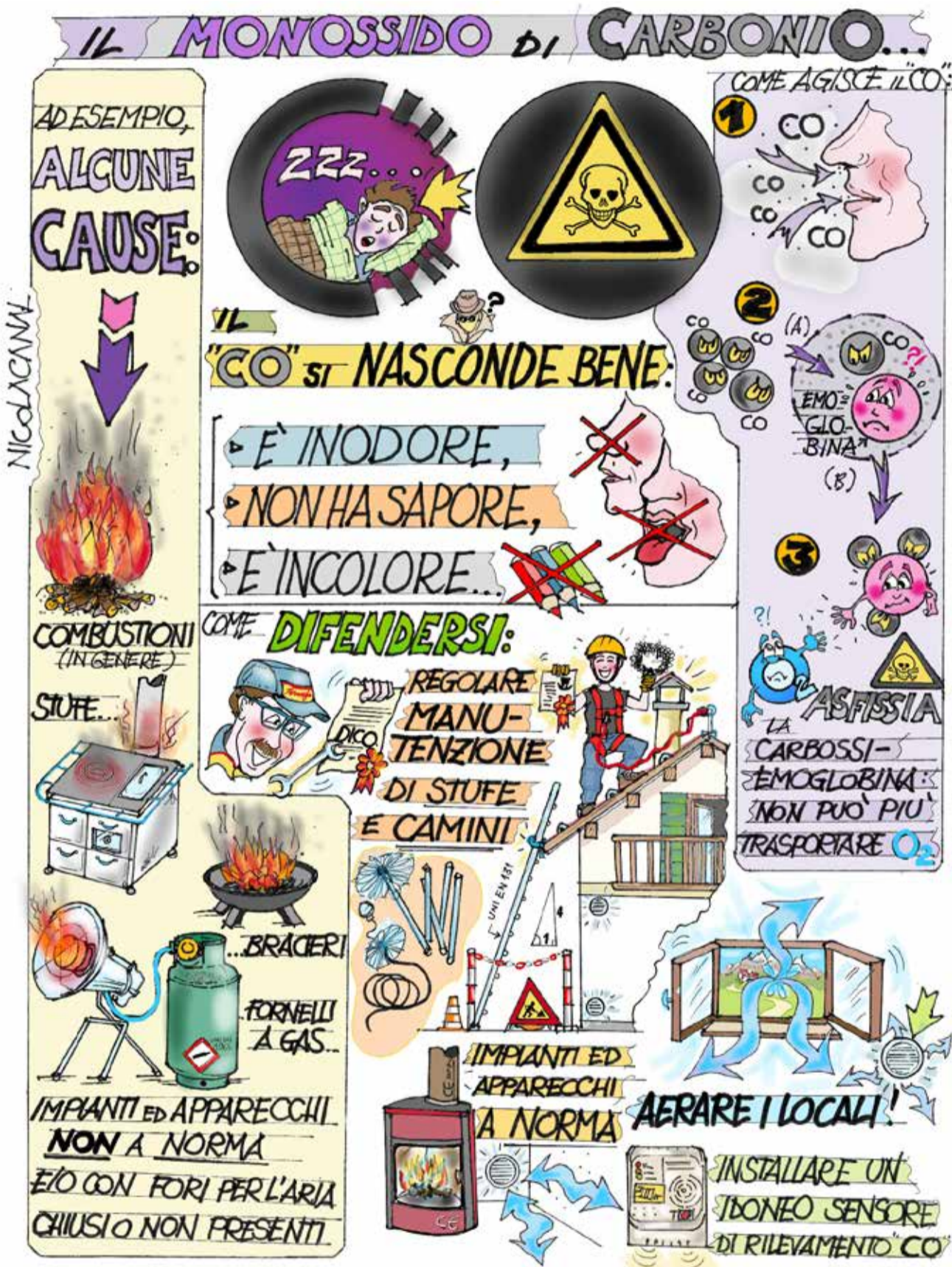
- ricordati di non utilizzare scale auto-costruite e di prestare attenzione al materiale con cui è fatta la tua scala portatile a seconda dell'utilizzo che ne devi fare;
- quando usi la scala, per evitare di sbandare e cadere, assicurati che il pavimento non sia scivoloso o in pendenza; puoi sempre chiedere l'aiuto di un'altra persona per trattenere al piede la tua scala;
- controlla che la tua scala sia provvista di dispositivi antiscivolevoli alle estremità inferiori dei montanti e, se possibile, sia munita alle estremità superiori di idonei dispositivi di trattenuta;
- cerca di applicare queste poche regole, oltre a quelle del buon senso, anche a casa.

OTTOBRE 2023

1	DOMENICA
2	LUNEDÌ
3	MARTEDÌ
4	MERCOLEDÌ
5	GIOVEDÌ
6	VENERDÌ
7	SABATO
8	DOMENICA
9	LUNEDÌ
10	MARTEDÌ
11	MERCOLEDÌ
12	GIOVEDÌ
13	VENERDÌ
14	SABATO
15	DOMENICA
16	LUNEDÌ
17	MARTEDÌ
18	MERCOLEDÌ
19	GIOVEDÌ
20	VENERDÌ
21	SABATO
22	DOMENICA
23	LUNEDÌ
24	MARTEDÌ
25	MERCOLEDÌ
26	GIOVEDÌ
27	VENERDÌ
28	SABATO
29	DOMENICA
30	LUNEDÌ
31	MARTEDÌ

IL MONOSSIDO DI CARBONIO

DICEMBRE 2023



Un pericolo subdolo, che mette a rischio la tua vita e quella degli altri. Durante i mesi invernali, nelle abitazioni si fa uso di stufe e camini a legna, e più in generale di impianti a metano o gas di petrolio liquefatti. Un rischio subdolo che può concretizzarsi durante la combustione è la generazione del monossido di carbonio - CO. Si tratta di un gas incolore, inodore e insapore che viene prodotto ogni volta che una sostanza contenente carbonio quale metano, gasolio, carbone o legna brucia in maniera incompleta in ambienti ove vi sia carenza di ossigeno. La pericolosità di questa piccola molecola sta nel fatto che si lega, seppur reversibilmente, all'emoglobina - la proteina che trasporta l'ossigeno nel sangue, dai polmoni al resto del corpo. Tra gli organi più sensibili alla carenza di ossigeno, al primo posto c'è il nostro cervello, che a seconda della concentrazione in aria di monossido di carbonio riporterà segnali di allarme da lievi come mal di testa, nausea e vomito, a gravi come la perdita di coscienza sino alla morte.

Tu cosa puoi fare?

- La costruzione e la manutenzione degli impianti a fiamma vanno fatte nel rispetto delle norme vigenti, da personale abilitato;
- la ventilazione dei locali, ove sono ubicate fonti di combustione, deve essere garantita, mediante un'apertura permanente verso l'esterno che va mantenuta pulita e non ostruita;
- il monossido di carbonio può fuoriuscire da canne fumarie interrotte, ostruite, fessurate o a scarso tiraggio che devono essere pertanto periodicamente controllate;
- se lo scarico della tua caldaia è a tiraggio naturale, ricorda che la canna fumaria o il camino che riceve questo scarico non deve servire altri impianti per piano.

1	VENERDÌ	
2	SABATO	
3	DOMENICA	
4	LUNEDÌ	
5	MARTEDÌ	◐
6	MERCOLEDÌ	
7	GIOVEDÌ	
8	VENERDÌ	
9	SABATO	
10	DOMENICA	
11	LUNEDÌ	
12	MARTEDÌ	
13	MERCOLEDÌ	●
14	GIOVEDÌ	
15	VENERDÌ	
16	SABATO	
17	DOMENICA	
18	LUNEDÌ	
19	MARTEDÌ	◐
20	MERCOLEDÌ	
21	GIOVEDÌ	
22	VENERDÌ	
23	SABATO	
24	DOMENICA	
25	LUNEDÌ	
26	MARTEDÌ	
27	MERCOLEDÌ	○
28	GIOVEDÌ	
29	VENERDÌ	
30	SABATO	
31	DOMENICA	