



## CFSL Comunicato stampa

Data 09.11.2015

---

### Sicurezza e salute in ufficio ancora più facili con il Checkbox CFSL

**Il Checkbox CFSL è il nuovo strumento di prevenzione digitale della Commissione federale di coordinamento per la sicurezza sul lavoro CFSL. Il Checkbox CFSL offre due app dedicate: la prima è il *SafetyCheck*, che localizza i rischi di inciampo e altri pericoli in ufficio, mostra come eliminarli e controllarli regolarmente. *L'ErgoCheck* aiuta invece ad allestire una postazione di lavoro in modo ergonomicamente corretto, per evitare problemi alla schiena e altri disturbi. Grazie a queste due applicazioni è possibile migliorare la sicurezza e la tutela della salute in ufficio con il minimo sforzo.**

Molte assenze dal lavoro nel settore dei servizi si possono evitare adottando le giuste misure preventive. Molto frequenti sono le assenze dovute a inciampi e cadute, a cui si aggiungono dolori alla nuca e mal di schiena, spesso riconducibili a un errato allestimento della postazione di lavoro. Spesso questi malesseri potrebbero essere facilmente evitati con le giuste misure: a questo scopo la Commissione federale di coordinamento per la sicurezza sul lavoro CFSL offre diversi strumenti di prevenzione gratuiti che possono dare grandi risultati con il minimo impegno. A tal proposito, l'ultima novità è il lancio di uno strumento di prevenzione digitale adatto al moderno posto di lavoro: contiene due app molto semplici da usare, che richiedono poco tempo e contribuiscono a migliorare la sicurezza sul lavoro e la protezione della salute in ufficio.

Grazie al *SafetyCheck* è possibile identificare ed eliminare i rischi di inciampo con un semplice giro dell'ufficio. Inoltre è possibile controllare le misure di sicurezza per quanto riguarda la disposizione dell'ufficio, gli ausili di salita, i mezzi di trasporto, le demarcazioni e le vie di fuga, al fine prevenire le cadute. I rischi vengono registrati e la app mostra come eliminarli. L'utente può scegliere autonomamente se effettuare il controllo della stanza, del reparto, del piano o dell'intero ufficio.

*L'ErgoCheck* include diversi video didattici e di controllo grazie ai quali organizzare in modo ergonomico le postazioni in ufficio. I video didattici offrono informazioni sulla corretta posizione da tenere quando si è seduti al fine di favorire la circolazione del sangue durante il lavoro al computer, non sovraccaricare schiena e nuca e non causare punti di pressione su braccia e mani. La app mostra anche i vantaggi dello «stare seduti in movimento»: continuando a muoversi mentre si lavora davanti al computer è possibile ridurre i danni permanenti al corpo. I video didattici includono inoltre un riepilogo degli ausili ergonomici, mentre i video di controllo mostrano come ottimizzare il posto di lavoro con pochi interventi, anche se si tratta di una postazione non bene attrezzata dal punto di vista ergonomico. Anche i piccoli cambiamenti, infatti, possono avere un effetto positivo sul benessere di ogni colla-

boratore: per ridurre le sollecitazioni alla nuca, spalle o polsi, spesso basta posizionare e regolare correttamente il mouse, la tastiera, i documenti e lo schermo.

Il Checkbox CFSL e le due app sono nati nell'ambito dell'iniziativa «Prevenzione in ufficio», il cui obiettivo è migliorare la sicurezza e la salute in ufficio grazie a diversi strumenti di prevenzione. Una panoramica degli strumenti di prevenzione e i relativi link sono riportati sulla pagina web dell'iniziativa: [www.prevenzione-in-ufficio.ch](http://www.prevenzione-in-ufficio.ch)

**Cos'è la CFSL?**

La Commissione federale di coordinamento per la sicurezza sul lavoro CFSL è il referente principale per la tutela della salute e la sicurezza sul lavoro. In veste di organo centrale coordina le aree di competenza degli organi d'esecuzione a livello attuativo, l'applicazione uniforme delle prescrizioni in seno alle aziende e le attività di prevenzione. Oltre ad assicurare il finanziamento delle misure tese a prevenire gli infortuni e le malattie professionali, assume importanti compiti nella formazione, prevenzione e informazione come pure nell'elaborazione delle direttive.

[www.cfsl.ch](http://www.cfsl.ch)

**Per informazioni ai giornalisti:**

Commissione federale di coordinamento per la sicurezza sul lavoro CFSL,  
Dott. Carmen Spycher, segretaria principale CFSL, 041 419 67 50, [carmen.spycher@ekas.ch](mailto:carmen.spycher@ekas.ch)