



Napo – Schluss mit Lärm!

Infos und Tipps für die Vorführung

suvaPro
Sicher arbeiten



Das finden Sie in dieser Broschüre

1. Worum es geht	4
2. Zielgruppen	4
3. Ziele des Films	4
4. Tipps für die Filmvorführung	5
5. Infos zu den einzelnen Szenen	7
6. Technische Hinweise	15
7. Weitere Informationsmittel	15

1. Worum es geht

Lärmschwerhörigkeit ist eine häufige Berufskrankheit. Lärm gefährdet nicht nur das Gehör. Er belastet generell und wird oft als Belästigung empfunden. Lärm ist ein Stressfaktor und kann zu einer reduzierten Arbeitsleistung oder indirekt zu Unfällen führen. In der Schweiz sind rund 230'000 Beschäftigte einer Lärmgefährdung ausgesetzt – vom Forstarbeiter bis zur Orchestermusikerin. Länger dauernde oder sehr intensive Lärmbelastungen verursachen unheilbare Hörschäden. Im Film zeigt Napo, der Held der Geschichte, auf humorvolle Weise, wie sich mit Lärmschutzmassnahmen und Gehörschutzmitteln unheilbare Hörschäden und Belästigungen vermeiden lassen.

2. Zielgruppen

Angesprochen sind primär alle Arbeitnehmenden, die am Arbeitsplatz einer Lärmbelastung ausgesetzt sind. Der Film eignet sich auch für fremdsprachige Mitarbeitende, weil nicht mit Sprache kommuniziert wird, sondern mit Bildern, Geräuschen und Musik.

3. Ziele des Films

- Sensibilisieren für die Gefährdungen des Gehörs durch Lärm am Arbeitsplatz.
- Motivieren zum konsequenten Tragen der Gehörschutzmittel.

4. Tipps für die Filmvorführung

«Napo – Schluss mit Lärm» ist in erster Linie ein Sensibilisierungsfilm. Wir empfehlen Ihnen, den Film im Rahmen einer Veranstaltung für die Mitarbeitenden zum Thema Arbeitssicherheit vorzuführen. Um den Motivations- und Lerneffekt zu erhöhen, ist es sinnvoll, für Ihren Betrieb besonders wichtige Aspekte mit Hilfe von weiteren Informationsmitteln zu vertiefen (siehe Kapitel 7).

Hier einige Tipps für die Durchführung einer Veranstaltung für die Mitarbeitenden im Betrieb:

Planung

- Überlegen Sie sich, welche Aspekte des Films für Ihren Betrieb besonders wichtig sind und die Sie vertiefen möchten.
- Bestellen Sie rechtzeitig die notwendigen Unterlagen (Merkblätter, Plakate, Instruktionshilfen usw.).
- Laden Sie die Mitarbeitenden frühzeitig ein und geben Sie das Thema der Veranstaltung bekannt.

Vorführung

- Erklären Sie den Mitarbeitenden, welches das Ziel der Veranstaltung ist, welche Themen behandelt werden und worauf es Ihnen besonders ankommt.
- Führen Sie den ganzen Film vor.
- Zeigen Sie diejenigen Filmszenen nochmals, in denen die Aspekte vorkommen, um die es Ihnen besonders geht.

- Machen Sie auf die Gefahren aufmerksam und besprechen Sie mit den Mitarbeitenden die konkreten Massnahmen oder die richtigen Verhaltensweisen.
- Nehmen Sie Kritik, Zweifel und Bedenken der Mitarbeitenden ernst und versuchen Sie, Antworten zu finden.
- Ermuntern Sie die Mitarbeitenden, konkrete Verbesserungsvorschläge zu machen. Die folgenden Fragen können dabei hilfreich sein:
 - Sind Sie mit den vorhandenen Gehörschutzmitteln zufrieden?
 - Gibt es Probleme bei der Verwendung der Gehörschuttmittel?
 - Wie steht es mit dem sicherheitsgerechten Verhalten jedes Einzelnen?

5. Infos zu den einzelnen Szenen

Die folgenden Informationen können Ihnen bei der Bearbeitung der einzelnen Szenen helfen.



Szene 1: Nicht zu reparieren

Diese Szene macht deutlich, dass intensiver Lärm unser Gehör unheilbar schädigen kann. Ob Lärm dem Gehör schadet, hängt vom Schallpegel und der Dauer der Belastung ab.

Zum Beispiel ist ein dumpfes Gefühl oder Pfeifen in den Ohren nach einer Tätigkeit im Lärm ein Warnsignal. Solche Warnsignale sind wie ein Hilferuf des Gehörs, wenn es zu laut war.

Wenn das Pfeifen nach 12 Stunden nicht abklingt, muss ein Arzt aufgesucht werden.

Botschaften für die Arbeitnehmenden:

- Schützen Sie sich vor intensivem Lärm, denn er kann Ihr Gehör unheilbar schädigen.
- Es gilt die Faustregel: Je lauter, desto kürzer.
- Wer sich vor Lärm schützt, lebt nicht nur gesünder, er arbeitet auch effizienter.
- Die Gehörschutzpfropfen werden richtig benutzt, wenn sie mindestens zu zwei Drittel im Gehörgang sind.



Szene 2: Nichts gehört

Lärm kann verschiedene Folgen haben: Verständigungsschwierigkeiten, Stress, Fehleranfälligkeit und raschere Ermüdung. Eine längere Lärmexposition ohne Schutz führt – wie im Film gezeigt – zu einer kurzzeitigen Vertäubung (dumpfes Hören). Das heisst, dass auch Gefahrensignale erst verspätet oder überhaupt nicht gehört werden!

Botschaften für die Arbeitnehmenden:

- Gehörschutztragen ist kein Zeichen von Schwäche, sondern von Intelligenz!
- Es ist nicht entscheidend, **welches** Gehörschutzmittel Sie verwenden, sondern dass Sie sich im Lärm **konsequent und richtig** schützen!



Szene 3: Lärm im Büro

Obwohl die Bedeutung der Bildschirmkommunikation in modernen Bürobetrieben stark zugenommen hat, ist die mündliche Kommunikation (direkt oder telefonisch) weiterhin sehr wichtig. Deshalb sollten in Büros für mehrere Personen oder in Grossraumbüros Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter untergebracht werden, die eng zusammenarbeiten. Dies bringt in der Regel nicht nur arbeitstechnische Vorteile, sondern trägt auch zur Verminderung von Lärmstörungen bei. Gespräche, die überwiegend gemeinsame Themen betreffen, wirken erfahrungsgemäss weniger störend. In Mehrpersonenbüros ist eine angepasste Raumakustik besonders wichtig.

Die Belästigung durch Lärm am Arbeitsplatz hängt natürlich zu einem wesentlichen Teil auch von der Art der beruflichen Beanspruchung ab. Arbeiten mit hohen Anforderungen an die Konzentration und anspruchsvolle Denkaufgaben sind gegenüber Lärm «störanfälliger» als einfache, routinemässige Tätigkeiten.

Was kann der Arbeitgeber tun bei Lärmbelästigungen im Büro?

- Bürokonzept überprüfen.
- Raumakustische Massnahmen prüfen, räumliche Unterteilung in Erwägung ziehen.
- Überprüfung des Schallpegels anhand des Richtwerts für Hintergrundgeräusche («Akustische Grenz- und Richtwerte», Bestell-Nr. 86048.d).

Botschaften für die Arbeitnehmenden:

- Führen Sie private Gespräche nicht im Büro, sondern in der Pausenecke.
- Sprechen Sie im Büro möglichst leise.
- Wenn Sie sich im Büro durch Lärm belästigt fühlen, suchen Sie nach Möglichkeit eine einvernehmliche Lösung mit den Kolleginnen und Kollegen. Lässt sich keine befriedigende Lösung finden, wenden Sie sich an Ihren Vorgesetzten.



Szene 4: Mutter und Kind

Schwangere Frauen dürfen gemäss Art. 11 der Mutterschaftsverordnung nicht an Arbeitsplätzen mit gehörfährdendem Lärm beschäftigt werden. Von Gehörfährdung wird gesprochen, wenn der Dauerschalldruckpegel mehr als 85 dB(A) pro Tag beträgt.

Tieffrequente Immissionen (z. B. Gleitschleifanlagen, Förder-töpfe) sind für den Fötus gefährlicher als hochfrequente Immissionen (z. B. Ultraschallbäder, Ultraschallschweissmaschinen).

Botschaften für die Arbeitnehmerinnen:

- Informieren Sie Ihren Arbeitgeber, wenn Sie lärmexponierte Tätigkeiten ausführen und wissen, dass Sie schwanger sind.



Szene 5: Hören heisst dazugehören

Das erste Anzeichen eines Hörschadens ist oft, dass man Gesprächen nicht mehr richtig folgen kann. Ein Hörschaden wirkt sich auf alle Lebensbereiche aus. Denn weniger hören heisst weniger verstehen. Das Heimtückische an einem Hörschaden ist, dass er sich schleichend und schmerzlos entwickelt. Wenn er im täglichen Leben festgestellt wird, ist es oft zu spät. So aussichtslos wie im Film dargestellt, ist die Situation aber trotzdem nicht.

Botschaften für die Arbeitnehmenden:

- Gehörschutzmittel immer verwenden, nicht erst, wenn sich Hörprobleme bemerkbar machen!
- Den typischen Hörschaden holt man sich in jungen Jahren, er wirkt sich aber meistens erst viel später aus.

Botschaften für den Arbeitgeber:

- Gehörschutzmittel müssen richtig verwendet und regelmässig gewartet bzw. ersetzt werden. Die Arbeitnehmenden sind darüber zu instruieren, wie, wann, wo und weshalb sie ihr Gehör schützen müssen. Die Instruktion ist schriftlich zu dokumentieren.
- Es sind periodische Kontrollen bezüglich der Verwendung der Gehörschutzmittel (Tragdisziplin) durchzuführen.
- Das Nichtbefolgen der Vorschriften muss geahndet werden (mündlicher Verweis, schriftlicher Verweis, Versetzung).
- Lärmexponierte Arbeitnehmende, die einem Dauerschalldruckpegel von mehr als 85 dB(A) pro Jahr ausgesetzt sind, haben Anrecht auf regelmässige Untersuchung des Gehörs durch die Suva.



Szene 6: Bei der Arbeit und danach

Nicht nur der Lärm am Arbeitsplatz schadet dem Gehör. Auch die Lärmbelastung in der Freizeit kann schädlich sein.

Botschaften für die Arbeitnehmenden:

- Profis schützen sich auch in der Freizeit.
- Laut ist out! Lärm macht schwerhörig – Ruhe entspannt.

6. Technische Hinweise

Falls Sie über die DVD-Version verfügen, können Sie zur Besprechung des Films vom Menü aus gezielt einzelne Sequenzen abrufen und diese wiederholen.

Wahlmöglichkeiten:

- Wahl zwischen den Sprachversionen Englisch, Italienisch, Französisch, Deutsch
- Wahl zwischen den Abspielmöglichkeiten «Einzelsequenzen», «Kompletter Film»

7. Weitere Informationsmittel

- Gehörgefährdender Lärm am Arbeitsplatz, Merkblatt, 95 Seiten, Bestell-Nr. 44057.d
- Der persönliche Gehörschutz, Informationsschrift, 36 Seiten, Bestell-Nr. 66096.d

Bei der Suva können Sie unter **www.suva.ch/waswo** zahlreiche Publikationen zum Thema bestellen oder als pdf-Dokument ausdrucken (Stichwort «Lärm» eingeben):

- Allgemeine Infoschriften (gehörgefährdender und belästigender Lärm am Arbeitsplatz, Lärmbekämpfung, Gehörschutzmittel usw.)
- Infoschriften zu speziellen Themen (Ultraschallanlagen, industrielle Raumakustik, Vibrationsbelastung usw.)
- Arbeitsmedizinische Merkblätter
- Grenzwert-Tabellen
- Gebotszeichen, Kleber, Plakate

- Adressverzeichnisse (Liste von beratenden Ingenieuren, Lieferanten von Akustikmaterialien usw.)
- Allgemeine Lärmtabellen
- Audiovisuelle Informationsmittel (z. B. Filme, CDs mit Hördemonstrationen, Demokoffer)

Bezugsadresse für Informationsmittel

www.suva.ch/waswo

(die meisten Publikationen lassen sich auch downloaden)

Suva, Zentraler Kundendienst

Postfach, 6002 Luzern

Fax 041 419 59 17

Tel. 041 419 58 51

Ausleihe des Demokoffers: Suva, Bereich Physik, Sekretariat
Team Akustik, Tel. 041 419 54 22.

Begleitbroschüre zum Film «Napo – Schluss mit Lärm!»
(V 355.d bzw. DVD 355.d/f/i)

Verfasser: Beat Staubli, Suva, Bereich Physik
Désirée Schibig, Suva, Bereich Information

AS 1715.d – Januar 2006



Napo – Le bruit ça suffit!

Infos et conseils de présentation

suvaPro

Le travail en sécurité



Sommaire

1. Introduction	4
2. Groupes cible	4
3. But du film	4
4. Conseils de présentation	5
5. Explication des différentes séquences	7
6. Remarques techniques	15
7. Publications complémentaires	15

1. Introduction

La surdité est une maladie professionnelle fréquente. Néfaste pour l'ouïe et la santé en général, l'exposition au bruit est souvent ressentie comme une source d'inconfort. Le bruit est un facteur de stress pouvant induire une baisse de productivité ou causer indirectement des accidents. De l'ouvrier forestier à la musicienne d'orchestre, environ 230 000 salariés subissent une exposition excessive au bruit en Suisse. Les charges sonores prolongées ou particulièrement intenses provoquent des lésions auditives irréversibles.

Napo, le héros du film, présente avec humour les mesures de prévention et les protecteurs d'ouïe à utiliser pour éviter des pertes auditives irréversibles et atténuer l'inconfort dû au bruit.

2. Groupes cible

Ce film s'adresse à tous les salariés travaillant dans un environnement bruyant. Il est également conçu pour un public de langue étrangère, car il s'agit d'un film sans paroles, exclusivement construit sur des images, des sons et de la musique.

3. But du film

- Sensibilisation aux dangers du bruit au poste de travail.
- Incitation au port systématique de protecteurs d'ouïe.

4. Conseils de présentation

«Napo – Le bruit ça suffit!» est un film de sensibilisation. Nous vous conseillons de le présenter lors d'une séance d'information sur le thème de la sécurité au travail. Afin d'en accroître l'effet incitatif et pédagogique, nous vous proposons également d'approfondir certains points concernant directement votre entreprise à l'aide d'autres moyens d'information (voir chapitre 7).

Voici quelques conseils qui vous seront utiles lorsque vous organiserez une séance d'information pour les collaborateurs de l'entreprise.

Préparation

- Examinez les sujets présentés dans le film et réfléchissez aux points à approfondir.
- Commandez les documents complémentaires nécessaires (feuillets d'information, affiches, dossiers de formation, etc.).
- Convoquez les collaborateurs et annoncez le sujet de la séance d'information.

Présentation

- Expliquez le but de la séance d'information, les thèmes abordés et les points que vous souhaitez approfondir.
- Diffusez le film en entier.
- Rediffusez les séquences concernant directement les collaborateurs de l'entreprise.
- Expliquez les dangers, puis organisez un débat afin de définir des mesures concrètes et de déterminer le comportement à adopter en fonction des situations.

- Prenez au sérieux les critiques, les réserves et les doutes émis par les collaborateurs, essayez d'y apporter des réponses.
- Encouragez les collaborateurs à faire des propositions d'améliorations concrètes. Dans ce contexte, les questions suivantes peuvent être utiles:
 - Etes-vous satisfaits des protecteurs d'ouïe mis à disposition?
 - L'utilisation des protecteurs d'ouïe pose-t-elle des problèmes?
 - Est-ce que chacun respecte les consignes de sécurité?

5. Explication des différentes séquences

Les informations suivantes vous seront utiles lors de la préparation des différentes séquences.



Séquence 1: Sourd pour toujours

Cette séquence montre que le bruit peut provoquer des lésions auditives irréversibles. Le danger est fonction du niveau sonore et de la durée d'exposition. Un bourdonnement ou un sifflement dans les oreilles après une activité en milieu bruyant constitue par exemple un signal d'alarme, un «appel au secours» du système auditif agressé par le bruit. Si le sifflement persiste au-delà de 12 heures, il faut consulter un médecin.

Messages destinés aux travailleurs

- Protégez-vous contre le bruit, car il peut provoquer des lésions auditives irréversibles.
- La règle d'or: plus le bruit est important, plus l'exposition doit être brève.
- En se protégeant contre le bruit, on vit non seulement en meilleure santé, mais on travaille aussi de manière plus efficace.
- Pour être efficaces, les tampons auriculaires doivent être introduits au moins jusqu'aux deux tiers dans le conduit auditif.



Séquence 2: Sourd au danger

Le bruit peut avoir toutes sortes d'effets négatifs: difficultés de communication, stress, tendance à faire des erreurs et plus grande fatigabilité.

Une exposition prolongée au bruit sans protection – comme on le voit dans le film – peut provoquer une surdité passagère (hypoacousie, «oreilles bouchées»): les signaux d'avertissement sonores ou des bruits indiquant un danger sont perçus trop tard ou pas du tout!

Messages destinés aux travailleurs

- Porter des protecteurs d'ouïe n'est pas un signe de faiblesse mais d'intelligence!
- L'important n'est pas de savoir **quel** protecteur d'ouïe on utilise, mais de se protéger **systématiquement et correctement** contre le bruit!



Séquence 3: Au bureau aussi

Les systèmes de communication électronique sont aujourd'hui largement utilisés, mais la communication orale (directe ou téléphonique) n'en demeure pas moins importante. Les bureaux collectifs ou paysagés devraient donc regrouper des personnes travaillant en étroite collaboration. Ce modèle offre des avantages sur le plan technique, mais il permet aussi de réduire les bruits de fond. Selon l'expérience, les conversations se rapportant aux mêmes sujets dérangent moins. Dans les bureaux collectifs, l'aménagement acoustique joue un rôle particulièrement important.

Le degré de gêne dépend aussi du type d'activité professionnelle exercée. Le bruit constitue une nuisance plus importante pour les travaux exigeant des efforts de concentration ou de réflexion que pour les travaux de routine ou les travaux simples.

Que peuvent faire les employeurs pour réduire les nuisances sonores dans les bureaux?

- Examiner le concept d'aménagement des bureaux.
- Contrôler l'isolation acoustique, prévoir éventuellement des écrans de protection.
- Evaluer le niveau sonore ambiant à l'aide des valeurs de référence pour les bruits de fond («Valeurs limites et valeurs de référence acoustiques», réf. 86048.f).

Messages destinés aux travailleurs

- Evitez les conversations privées au bureau, réservez-les plutôt pour les pauses.
- Au bureau, prenez l'habitude de parler à voix basse.
- Si le bruit vous dérange, essayez d'établir un compromis avec vos collègues de bureau. Si vous ne trouvez pas de solution satisfaisante, adressez-vous à votre supérieur hiérarchique.



Séquence 4: Grossesse au calme

Conformément à l'art. 11 de l'ordonnance sur la protection de la maternité, les femmes enceintes ne doivent pas être affectées à des postes de travail dangereux pour l'ouïe. Le bruit est considéré comme dangereux pour l'ouïe à partir d'un niveau continu de pression acoustique supérieure à 85 dB(A) par jour. Des bruits à basse fréquence (ponceuses, bennes transporteuses, etc.) sont plus dangereux pour le fœtus que des bruits à haute fréquence (bains à ultrasons, appareils de soudage à ultrasons, etc.).

Message destiné aux travailleuses

- Si vous êtes enceinte et que vous devez effectuer des travaux dans un environnement bruyant, informez votre employeur.



Séquence 5: T'es sourd: t'es seul

Les premiers signes de lésion auditive se traduisent généralement par une difficulté à suivre les conversations. Les déficits auditifs se répercutent sur tous les domaines de la vie quotidienne, car une personne qui entend mal comprend aussi moins bien. Les lésions auditives évoluent progressivement, elles sont indolores et souvent découvertes trop tard. Mais la situation n'est tout de même pas aussi dramatique que dans le film.

Messages destinés aux travailleurs

- Les protecteurs d'ouïe doivent être systématiquement utilisés, et non pas seulement en cas de problèmes auditifs!
- Les lésions auditives les plus courantes se déclenchent au cours de la jeunesse, mais ne se manifestent concrètement que beaucoup plus tard.

Messages destinés aux employeurs

- Les protecteurs d'ouïe doivent être correctement utilisés et régulièrement entretenus. Les travailleurs doivent suivre un cours d'instruction afin de savoir où, quand, comment et pourquoi protéger leur ouïe.
- Des contrôles périodiques doivent être effectués afin de vérifier le port systématique des protecteurs d'ouïe.
- Le non respect des consignes doit être sanctionné (blâme oral, blâme écrit, affectation à un autre poste).
- Les travailleurs exposés à un niveau continu de pression acoustique supérieure à 85 dB(A) par an ont le droit de faire contrôler régulièrement leur acuité auditive par la Suva.



Séquence 6: Il n'y a pas de bon bruit

Le bruit au poste de travail est néfaste pour l'ouïe, mais les nuisances sonores liées à certaines activités de loisirs le sont également.

Messages destinés aux travailleurs

- Les «pros» se protègent aussi lorsqu'ils pratiquent des activités de loisirs.
- Halte au bruit! Le bruit rend sourd. Le calme détend.

6. Remarques techniques

Si vous possédez la version DVD, vous pouvez sélectionner et rediffuser plusieurs fois certaines séquences pour les besoins de la discussion.

Possibilités de sélection:

- Choix de la version linguistique: allemand, anglais, français ou italien.
- Choix du mode de diffusion: «Séquences», «Tout le film».

7. Publications complémentaires

- Dangers du bruit pour l'ouïe à l'emplacement de travail, feuillet, 95 pages, réf. 44057.f
- La protection individuelle de l'ouïe, feuillet d'information, 36 pages, réf. 66096.f

A l'adresse **www.suva.ch/waswo-f**, vous pouvez commander ou imprimer (au format pdf) de nombreuses publications sur le bruit (mot-clé «bruit»):

- feuillets d'information généraux (bruit dangereux pour l'ouïe, nuisances sonores au poste de travail, lutte contre le bruit, protecteurs d'ouïe, etc.)
- feuillets d'information spécialisés (installations à ultrasons, acoustique des locaux industriels, charges vibratoires, etc.)
- feuillets d'information spécialisés dans le domaine de la médecine du travail
- tableaux de valeurs limites
- signaux de sécurité, autocollants, affiches
- répertoires d'adresses (ingénieurs conseil, fournisseurs de matériel acoustique, etc.)

- tableaux des niveaux sonores
- moyens d'information audiovisuels (films, CD-Rom avec démonstrations sonores, coffret de démonstration, etc.)

Commande de moyens d'information

www.suva.ch/waswo-f

(La plupart des publications sont téléchargeables.)

Suva, service clientèle central

Case postale, 6002 Lucerne

Fax 041 419 59 17

Tél. 041 419 58 51

Pour emprunter le coffret de démonstration: Suva, secteur physique, secrétariat du team acoustique, tél. 041 419 54 22.

Brochure d'accompagnement du film «Napo – Le bruit ça suffit!»
(V 355.f – DVD 355.d/f/i)

Auteurs: Beat Staubli, Suva, secteur physique
Désirée Schibig, Suva, secteur information

AS 1715.f – janvier 2006



Napo – Stop al rumore!

Informazioni e suggerimenti per la proiezione

suvaPro
sicurezza sul lavoro



Indice

1. Argomento	4
2. Destinatari	4
3. Obiettivi	4
4. Suggestimenti per la proiezione	5
5. Informazioni sulle singole scene	7
6. Informazioni tecniche	15
7. Supporti informativi	15

1. Argomento

L'ipoacusia da rumore è una malattia professionale frequente. Il rumore non solo danneggia l'udito, ma spesso è avvertito anche con un senso di fastidio. Il rumore è un fattore di stress che può ridurre il rendimento sul lavoro o causare indirettamente un infortunio. In Svizzera circa 230 000 lavoratori sono esposti a rumore pericoloso e questo problema investe molte categorie professionali, dall'operatore forestale all'orchestrale. L'esposizione prolungata o molto intensa al rumore provoca lesioni irreparabili all'udito.

Napo, l'eroe del filmato, mostra in modo divertente come si possono evitare danni e conseguenze irreparabili all'udito adottando le giuste misure di protezione e indossando i protettori auricolari.

2. Destinatari

Il filmato si rivolge in primo luogo a coloro che sono esposti professionalmente al rumore. Napo utilizza volutamente un linguaggio mimico e gestuale, affinché il messaggio sia comprensibile a tutti i lavoratori, indipendentemente dalla lingua.

3. Obiettivi

- Sensibilizzare i lavoratori sul pericolo rappresentato dal rumore sul posto di lavoro.
- Motivare gli stessi ad usare sempre i protettori auricolari.

4. Suggerimenti per la proiezione

«Napò – Stop al rumore» è un film di sensibilizzazione. La visione è pertanto consigliata quando l'azienda organizza un evento informativo in materia di sicurezza sul lavoro. Per motivare maggiormente i lavoratori e consolidare le nozioni apprese è opportuno approfondire determinati argomenti servendosi di ulteriori supporti informativi (vedi capitolo 7).

Ecco alcuni suggerimenti utili per organizzare un evento informativo in azienda.

Pianificazione

- Pensare agli argomenti che interessano più da vicino l'azienda e che si vogliono approfondire.
- Ordinare anzitempo i supporti didattici necessari (opuscoli, manifesti, sussidi, ecc.).
- Comunicare in anticipo ai partecipanti la data della proiezione e l'argomento che sarà trattato.

Proiezione

- Spiegare i motivi per cui si è organizzato l'evento, quali argomenti saranno affrontati e gli aspetti su cui si vuole porre l'accento.
- Proiettare il film dall'inizio alla fine.
- Mostrare più volte le scene che trattano gli argomenti che l'azienda ritiene importanti e degni di approfondimento.

- Richiamare l'attenzione sui pericoli, discutere insieme ai dipendenti le misure da attuare e come ci si deve comportare.
- Tenere in giusta considerazione tutte le osservazioni, anche critiche, cercando di dare sempre una risposta adeguata.
- Sollecitare i dipendenti a fare proposte di miglioramento.
A tale scopo può essere utile porre le seguenti domande:
 - siete soddisfatti dei protettori auricolari messi a vostra disposizione?
 - ci sono problemi nell'utilizzo?
 - rispettate le regole di sicurezza?

5. Informazioni sulle singole scene

Le indicazioni fornite qui appresso possono aiutarvi a preparare e ad approfondire i singoli argomenti.



Scena 1: «Un danno irreparabile»

Questa scena illustra in modo chiaro come un'esposizione intensa al rumore può danneggiare irreparabilmente l'udito. Il danno dipende dal livello sonoro e dalla durata dell'esposizione del soggetto. Se una persona avverte un senso di intontimento o dei fischi nelle orecchie dopo il lavoro, questo è di per sé un segnale di allarme, quasi un grido d'aiuto dell'apparato uditivo. Se i fischi non scompaiono nel giro di 12 ore, è necessario consultare il medico.

Messaggio rivolto ai lavoratori:

- Il rumore intenso può causare lesioni irreversibili, quindi proteggetevi!
- Regola fondamentale: più il rumore è forte, minore deve essere l'esposizione.
- Chi si protegge ne guadagna in salute e in efficienza.
- Per un uso corretto gli inserti auricolari devono essere infilati almeno per due terzi nel condotto uditivo.



Scena 2: «Sordo al pericolo»

Il rumore può avere diverse conseguenze sull'uomo: difficoltà di comprensione, stress, tendenza all'errore e affaticamento precoce. Un'esposizione al rumore prolungata senza alcuna protezione induce un temporaneo intontimento («sensazione di orecchio pieno»), come mostrato nel film. In altre parole, i segnali di pericolo vengono percepiti in ritardo o nel peggiore dei casi non vengono affatto uditi.

Messaggio rivolto ai lavoratori:

- Usare i protettori auricolari non è un segno di debolezza, ma di intelligenza!
- Non è importante **quale** protezione si usa, bensì come la si usa, ossia **sempre e in modo adeguato!**



Scena 3: «Rumore in ufficio»

Anche se al giorno d'oggi negli uffici la comunicazione avviene molto spesso tramite computer, la comunicazione orale (diretta o via telefono) continua a svolgere un ruolo importante. Per questo motivo le persone che lavorano a stretto contatto devono trovarsi nello stesso locale. Questo ha indiscussi benefici non solo sul lavoro, ma riduce anche i fastidi legati al rumore. Infatti, si è notato che le conversazioni su argomenti di interesse comune disturbano di meno. Negli uffici collettivi è importante che l'acustica ambientale sia adeguata alla situazione lavorativa.

Il fastidio provocato dal rumore sul posto di lavoro dipende in larga parte anche dal tipo di attività che si sta svolgendo. Tanto per citare un esempio, le attività che richiedono un'elevata concentrazione o i lavori intellettuali impegnativi sono molto più sensibili al rumore rispetto alle attività semplici e di routine.

Cosa può fare il datore di lavoro in queste situazioni?

- Verificare l'architettura degli uffici.
- Prendere in considerazione l'adozione di misure di acustica architettonica oppure una diversa suddivisione all'interno dell'ufficio.
- Verificare il livello sonoro basandosi sui valori indicativi per i rumori di sottofondo («Valori acustici limite e indicativi», codice 86048.i).

Messaggio rivolto ai lavoratori:

- Evitate le conversazioni private in ufficio, ma recatevi nella zona riservata alle pause.
- In ufficio parlate con un tono di voce il più basso possibile.
- Se in ufficio il rumore vi dà fastidio, cercate una soluzione amichevole con i colleghi. Se non trovate un giusto compromesso, rivolgetevi al superiore.



Scena 4: «Gravidanza e rumore»

Secondo l'art. 11 dell'Ordinanza sulla protezione della maternità le donne incinte non possono essere occupate in attività che espongono l'udito a rumore pericoloso. Si parla di pericolo per l'udito se il livello continuo equivalente di pressione sonora supera gli 85 dB(A) al giorno.

I rumori con frequenze basse (ad es. impianti di barilatura, trasportatori a tazze) sono molto più pericolosi per il feto rispetto ai rumori con frequenze alte (ad es. bagni o macchine per la saldatura ad ultrasuoni).

Messaggio rivolto alle lavoratrici:

- Se svolgete un'attività che vi espone al rumore e siete incinte, informate il vostro datore di lavoro.



Scena 5: «Se non ci senti sei solo»

Il primo sintomo di un danno all'udito si manifesta quando non si è più in grado di seguire correttamente una conversazione. Questo si ripercuote successivamente su tutti gli ambiti della vita; infatti, sentire male significa capire male. Un danno uditivo si manifesta in maniera subdola, silenziosa e indolore. Quando ci si accorge del problema, è ormai troppo tardi. Tuttavia, a differenza di quanto evidenziato dal filmato, non sempre la situazione è senza speranza.

Messaggio rivolto ai lavoratori:

- Usate sempre i protettori auricolari e non aspettate che si manifesti un problema all'udito.
- I danni uditivi si sviluppano spesso in giovane età, ma si manifestano molti anni più tardi.

Messaggio rivolto al datore di lavoro:

- Gli otoprotettori devono essere usati correttamente, mantenuti in buono stato o sostituiti. I lavoratori devono essere istruiti su come, quando, dove e perché devono proteggere l'udito. Le istruzioni devono essere messe per iscritto.
- Periodicamente bisogna verificare se i protettori auricolari vengono effettivamente usati.
- Il mancato rispetto delle norme deve essere punito (richiamo verbale o scritto, trasferimento ad altra attività).
- I lavoratori esposti ad un livello continuo equivalente di pressione sonora superiore a 85 dB(A) l'anno hanno diritto a sottoporsi ad un esame periodico dell'udito eseguito dalla Suva.



Scena 6: «Proteggersi sempre»

Il rumore è dannoso per l'udito non solo sul lavoro, ma anche nel tempo libero.

Messaggio rivolto ai lavoratori:

- I professionisti si proteggono sempre, anche nel tempo libero.
- Il rumore è out, il silenzio è in.

6. Informazioni tecniche

Con la versione DVD potete rivedere e riproporre più volte le singole scene del filmato.

Modalità di selezione:

- versione italiana, francese, inglese e tedesca
- modalità «singole scene» o «film completo»

7. Supporti informativi

- Rumore pericoloso per l'udito negli ambienti di lavoro, opuscolo, 95 pagine, codice 44057.i
- La protezione individuale dell'udito, opuscolo informativo, 36 pagine, codice 66096.i

All'indirizzo **www.suva.ch/waswo-i** è possibile ordinare o stampare in formato PDF numerose pubblicazioni della Suva (inserire come lemma «rumore»).

Sono disponibili:

- pubblicazioni informative di carattere generale (rumore dannoso per l'udito, rumore fastidioso sul posto di lavoro, misure antirumore, protettori auricolari, ecc.)
- opuscoli specialistici (impianti ad ultrasuoni, acustica ambientale nell'industria, sollecitazioni dovute a vibrazioni, ecc.)
- opuscoli di medicina del lavoro
- tabelle dei valori limite
- segnali d'obbligo, autoadesivi, affissi
- elenchi di indirizzi (ingegneri consulenti, fornitori di materiali acustici, ecc.)

- tabelle generali del rumore
- mezzi audiovisivi (ad es. filmati, CD con riproduzioni sonore, cofanetto demo)

Per ordinare i supporti informativi:

www.suva.ch/waswo-i (quasi tutti i documenti sono scaricabili)

Suva, Servizio centrale clienti
Casella postale, 6002 Lucerna
Fax 041 419 59 17
Tel. 041 419 58 51

Per noleggiare il cofanetto demo rivolgersi a: Suva, Settore fisica,
Segretariato team acustica, tel. 041 419 54 22.

Opuscolo allegato al film «Napo – Stop al rumore!»
(V 355.i – DVD 355.d/f/i)

Autori: Beat Staubli, Suva, Settore fisica
Désirée Schibig, Suva, Settore informazione

AS 1715.i – gennaio 2006