PuntoSicuro

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 28 - numero 6164 di Venerdì 02 ottobre 2026

Come favorire la sicurezza sul lavoro di tirocinanti e apprendisti

Disponibili documenti, manifesti e quaderni per migliorare la tutela della salute e sicurezza sul lavoro di tirocinanti e apprendisti. Focus sul rispetto delle regole di sicurezza aziendali, sull'importanza della pianificazione e sul rischio distrazione.

Lucerna, 2 Ott ? L'inserimento di **tirocinanti e apprendisti** nei contesti aziendali rappresenta da sempre uno dei punti più delicati per la gestione della salute e sicurezza sul lavoro. Ricordiamo che in Italia l'articolo 2 del D.Lgs. 81/2008, equipara alla figura del lavoratore anche "*il soggetto beneficiario delle iniziative di tirocini formativi e di orientamento di cui all'articolo 18 della legge 24 giugno 1997, n. 196, e di cui a specifiche disposizioni delle leggi regionali promosse al fine di realizzare momenti di alternanza tra studio e lavoro o di agevolare le scelte professionali mediante la conoscenza diretta del mondo del lavoro*".

La preoccupazione relativa ai rischi e ai possibili infortuni a tirocinanti e apprendisti è condivisa anche in molti altri paesi europei. Ad esempio, in Svizzera, già da molto tempo, come ricordato nei nostri articoli, sono stati pubblicati utili documenti per migliorare la prevenzione nelle attività di tirocinio.

Ci soffermiamo oggi su alcuni nuovi **documenti**, aggiornati a giugno 2026, e prodotti da Suva, Istituto svizzero per l'assicurazione e la prevenzione degli infortuni e nel presentarli i documenti ci soffermiamo sui seguenti argomenti:

- 10 mosse per un tirocinio in sicurezza: il quaderno degli esercizi
- 10 mosse per un tirocinio in sicurezza: il rispetto delle regole
- 10 mosse per un tirocinio in sicurezza: pianificazione e concentrazione

Pubblicità

10 mosse per un tirocinio in sicurezza: il quaderno degli esercizi

Partiamo innanzitutto dal primo, "10 mosse per un tirocinio in sicurezza. Quaderno degli esercizi per apprendisti" che si rivolge direttamente agli **apprendisti**.

Il documento li accompagna durante il tirocinio, "aiutandoli a individuare tempestivamente i pericoli e a intervenire in modo sicuro".

Inoltre li si sollecita ad "assumersi la responsabilità della propria salute e della sicurezza delle loro colleghe e dei loro colleghi".

Il **quaderno degli esercizi** si articola in **10 mosse**:

- Dico STOP in caso di pericolo.
- Rispetto le regole di sicurezza della mia azienda.
- Rispetto le regole vitali della mia professione.
- Uso sempre i dispositivi di protezione individuale necessari.
- Lavoro con un'attrezzatura solo se ho ricevuto un'istruzione adeguata.
- Lavoro con metodo e mi programmo il tempo che serve.
- Lavoro con la massima concentrazione e resto vigile.
- Vengo al lavoro risposato e sobrio.
- Durante la lezione di sport evito di fare male a me stesso e agli altri.
- Nel tempo libero mi comporto in modo sicuro e attento alla salute.

Ogni "mossa" spiegata nel quaderno ha una medesima struttura con diverse sezioni. Le singole sezioni aiutano a comprendere l'argomento e ad applicare quanto appreso nella vita quotidiana.

Queste alcune sezioni (la presentazione è rivolta direttamente ai tirocinanti):

- **Da sapere**: "fornisce importanti informazioni di base e consigli utili in relazione a ogni
- mossa". "Aiuta a capire perché l'argomento è importante e in che modo è collegato al tuo lavoro";
- **Consigli e trucchi**: "in questa sezione trovi consigli e trucchi che ti aiuteranno a mettere in pratica i contenuti di questa mossa nella vita quotidiana".
- **Io faccio così**: "questa sezione ti aiuta a trasferire ciò che hai imparato nel tuo lavoro e nella tua vita quotidiana".

10 mosse per un tirocinio in sicurezza: il rispetto delle regole

Ci soffermiamo, ad esempio, sulla **mossa 2** "**Rispetto le regole di sicurezza della mia azienda**".

Si indica ("Da sapere") che le regole di sicurezza "servono a prevenire gli infortuni e a tutelare la salute sul posto di lavoro o a gestire le fonti di pericolo. Comprendono misure di protezione tecniche, regole di comportamento e l'uso dei dispositivi di protezione individuale (DPI)".

Ed è importante che il tirocinante le conosca e sappia come proteggersi, "in modo da poter tornare a casa incolume la sera". Bisogna poi informarsi "sull'organizzazione aziendale in caso di emergenza", in modo da sapere a chi rivolgersi per chiedere aiuto.

Riprendiamo la sezione **Consigli e trucchi**, rivolta al tirocinante.

Se "cambi spesso posto di lavoro, prima di iniziare a lavorare verifica sempre i punti più importanti in materia di sicurezza o informati al riguardo. Questi includono via di fuga, punti di raccolta, organizzazione in caso di emergenza ecc.

Nel quaderno si sottolinea poi che bisogna farsi spiegare bene le regole di sicurezza della azienda e ci sono spazi nel quaderno per riportare i punti principali delle regole e i numeri di emergenza.

10 mosse per un tirocinio in sicurezza: pianificazione e concentrazione

Veniamo, invece, al **quaderno "10 mosse per un tirocinio in sicurezza. Manuale per i formatori professionali e i superiori"** che aiuta a spiegare i contenuti del quaderno degli esercizi in modo pratico e ad avvicinare gli apprendisti a un modo di lavorare sicuro e attento alla salute.

Ci soffermiamo sulla **mossa 6** "**Lavoro con metodo e mi programmo il tempo che serve**".

I formatori e superiori devono segnalare che spesso gli infortuni gravi "sono dovuti a una scarsa pianificazione, a una comunicazione carente, a misure di sicurezza insufficienti, alla fretta, all'improvvisazione e al carico di lavoro eccessivo. È quindi ancora più importante **pianificare il lavoro** in modo sistematico. Lasciate agli apprendisti il tempo necessario, senza metterli sotto pressione".

Bisogna:

- spiegare agli apprendisti perché è importante una buona pianificazione;
- chiedere agli apprendisti di "preparare un incarico concreto avvalendosi delle domande di pianificazione. Le domande contenute nel quaderno degli esercizi aiutano gli apprendisti a individuare i pericoli in modo tempestivo, a disporre in loco del materiale e dei DPI necessari e a portare a termine il compito in tempi realistici".

In futuro, prima di ogni incarico, è possibile discutere "con gli apprendisti le domande contenute nel quaderno degli esercizi. L'obiettivo è che gli apprendisti sviluppino una routine di pianificazione. Ad esempio, dovrebbero esercitarsi in modo tale da pensare ai DPI necessari già prima dell'impiego, invece di rendersi conto solo una volta sul posto che manca loro qualcosa".

Ci soffermiamo, infine, sulla **mossa 7**: "**Lavoro con la massima concentrazione e resto vigile**".

Si indica che "distrazione e disattenzione sono cause frequenti di infortunio. Se una persona non è concentrata reagisce più lentamente e rischia di ferire se stessa o gli altri".

E anche il **multitasking**, "ovvero svolgere più attività in parallelo, abbassa il nostro livello di attenzione, portandoci a commettere degli errori. Molti credono di essere abituati a farlo e di poter lavorare comunque in modo concentrato. In realtà, però, l'attenzione cala e il rischio di infortuni aumenta notevolmente, anche durante i lavori di routine".

In questo caso è possibile:

- chiedere agli apprendisti di "compilare la tabella nel quaderno degli esercizi";
- esaminare "insieme le cause indicate";
- discutere insieme "su cosa possono fare gli apprendisti per contrastare queste distrazioni e in che modo potete aiutarli";
- stabilire "regole chiare (ad es. zone senza cellulari, regole sull'ascolto della musica)" e spiegare il motivo della loro adozione.
- "se le distrazioni sono dovute all'ambiente o all'organizzazione del lavoro, l'azienda deve adottare delle misure adeguate".

Rimandiamo, in conclusione, alla lettura integrale del documento che riporta molti altri suggerimenti e immagini (ad esempio un manifesto che può essere affisso dove gli apprendisti lavorano o si fermano a chiacchierare).

N.B.: Se i riferimenti legislativi e alcune indicazioni contenute nei documenti di Suva riguardano la realtà elvetica, i suggerimenti indicati e le informazioni riportate sono comunque utili per migliorare la prevenzione di tutti gli operatori.

RTM

Scarica i documenti da cui è tratto l'articolo:

Suva, Istituto nazionale svizzero di assicurazione contro gli infortuni, " 10 mosse per un tirocinio in sicurezza. Quaderno degli esercizi per apprendisti", aggiornamento giugno 2026.

Suva, Istituto nazionale svizzero di assicurazione contro gli infortuni, " 10 mosse per un tirocinio in sicurezza. Manuale per i formatori professionali e i superiori", aggiornamento giugno 2026.

Suva, Istituto nazionale svizzero di assicurazione contro gli infortuni, " 10 mosse per un tirocinio in sicurezza ? manifesto", aggiornamento giugno 2026.

Licenza Creative Commons
I contenuti presenti sul sito PuntoSicuro non possono essere utilizzati al fine di addestrare sistemi di intelligenza artificiale.