

CCM2
**“DALLA PIANIFICAZIONE REGIONALE ALLA
IMPLEMENTAZIONE AZIENDALE”**

Concorso nazionale

“Nuove idee per i luoghi di lavoro”

Concorso a premio in denaro

La data di scadenza di presentazione dei lavori è il 15 settembre 2010

Entro tale data i lavori dovranno pervenire a LUOGHI DI PREVENZIONE:

- ***per mail a pianificatori@luoghidiprevenzione.it o***
- ***per posta a Lega contro i Tumori Reggio Emilia, via Alfieri 1/1 42100 Reggio Emilia***

Razionale del Concorso:

Il Concorso ha l'obiettivo di favorire la diffusione di materiale informativo e di sensibilizzazione sul tema del tabagismo nei luoghi di lavoro e di rendere questo strumento il più efficace possibile attraverso modalità di comunicazione grafica a complementazione del linguaggio verbale.

Si rivolge in modo particolare a Istituzioni, Scuole, Enti, Studi di grafica e professionisti che si occupano a qualunque titolo di comunicazione, design, grafica e pubblicità.

Il lavoro vincitore verrà divulgato su scala nazionale e distribuito, con logo CCM (Centro per il Controllo delle Malattie), Regione e/o Asl di competenza, come parte integrante dell'opuscolo informativo destinato alla sorveglianza, prevenzione e cura del tabagismo nei luoghi di lavoro.

Regolamento

1. I lavori dovranno pervenire entro il **15 settembre 2010** con la seguente dicitura: **Concorso "Nuove idee per i Luoghi di Lavoro" in formato digitale o cartaceo presso:**

- pianificatori@luoghidiprevenzione.it o
- presso la sede della Lega contro i Tumori Reggio Emilia, via Alfieri 1/1- 42100 Reggio Emilia
avendo cura di verificarne l'avvenuta ricezione

2. I lavori ammessi al concorso dovranno:

- Essere congrui ai contenuti dell'opuscolo che si trasmette in allegato 1
- Essere il più possibili adattabili ai tutti i contesti lavorativi e a tutti i target d'età
- Essere impattanti evitando tuttavia atteggiamenti terroristici nei confronti del fumo

3. Caratteristiche dei lavori:

Il lavoro oggetto del concorso dovrà riguardare i seguenti aspetti:

- Creazione di un messaggio comunicativo sottoforma di fumetto, foto, immagine o altro corredato facoltativamente da uno slogan che richiami il tema del tabagismo nei luoghi di lavoro
- Impaginazione grafica dell'intero pieghevole fronte/retro in formato A4 che dovrà comprendere il messaggio oggetto del concorso e il contenuto dell'allegato 1.

Si lascia ai partecipanti libertà riguardo la scelta del/i soggetto/i grafico/o, della tecnica di realizzazione (colori compresi) e alla scelta di utilizzo di parole o simboli (fumetti, slogan pubblicitari etc...)

E' indispensabile che i lavori siano accompagnati da:

- **Descrizione del/i target/s a cui il messaggio è rivolto**
- **Presentazione degli obiettivi per cui il lavoro grafico è stato realizzato**
- **Descrizione del processo che ha dato vita alla ideazione e realizzazione del lavoro**
- **Caratteristiche concrete e verificabili per l'efficacia comunicativa nel contesto dei luoghi di lavoro in ambito nazionale.**

4: I lavori dovranno essere corredati di :

- **Generalità , indirizzo, recapiti telefonici e mail, ente o servizio di appartenenza**
- **Dichiarazione di cessione gratuita della possibilità di utilizzo dei materiali, previa citazione e valorizzazione degli autori a cui, se non sono stati destinatari di premi in denaro, ne mantengono il copyright .**

5: Il Concorso prevede l'attribuzione di un premio di 3.000 euro.

Ogni Regione può prevedere la messa in palio di altri premi per i partecipanti del proprio territorio (o altre regioni e/o nazioni).

6: La Commissione Giudicatrice sarà composta da:

- **Un rappresentante del CCM**
- **Un componente del Coordinamento scientifico del Progetto**
- **Un operatore di Luoghi di Prevenzione**
- **Un rappresentante dei pianificatori regionali**
- **Un esperto di tecniche della comunicazione scientifica**
- **Un esperto di metodologia della didattica**
- **Un esperto delle tematiche affrontate dal concorso**

7: I nominativi dei componenti della Commissione Giudicatrice, individuati dal Coordinamento didattico del Progetto, verranno comunicati ai Referenti regionali e ai Pianificatori dell'Area "Luoghi di Lavoro"

8. Il Coordinamento didattico del Progetto potrà escludere i lavori con le caratteristiche non idonee alla partecipazione fornendo in forma scritta le motivazioni .

10: La cerimonia di premiazione avverrà nell'ambito del Convegno conclusivo del Progetto CCM2 in dicembre 2010 .

11: Durante il Convegno, insieme agli altri materiali didattici, verrà diffuso il pieghevole contenente il lavoro vincitore del presente concorso.

Per informazioni: Luoghi di prevenzione Tel. 0522/320655

E-mail: pianificatori@luoghidiprevenzione.it

ALLEGATO 1 (Contenuto dell'opuscolo)

LOGHI

Progetto del Ministero della Salute , CCM e altre intestazioni personalizzate

Titolo

LUOGHI DI LAVORO SENZA FUMO

Informazioni

per orientare i lavoratori rispetto al **problema del fumo di tabacco** negli ambienti di lavoro.

Immagine

La Salute è un BENE prezioso che ciascuno di noi deve tutelare – preservare - mantenere.

Conoscere i rischi è fondamentale per mantenere la salute.

Il fumo di tabacco è la principale causa prevenibile di morte e di malattia nel nostro Paese.

E' dannoso ad ogni età , anche per chi respira quello altrui

Ogni lavoratore ha diritto a respirare aria pulita nei luoghi di lavoro ed ha il dovere di non inquinarla con il fumo
Smettere di fumare riduce fortemente il rischio d'infarto e di tumore polmonare ed accresce l'aspettativa di vita.

TUTELA DELLA SALUTE DEI LAVORATORI

Dal 10 gennaio 2005 per la Legge. 3/2003, è vietato fumare in tutti i **locali chiusi, pubblici e privati**.

Rientrano nel divieto anche i luoghi di lavoro in cui sono presenti lavoratori.

La normativa vigente in materia di salute e sicurezza sul lavoro, **il D. Lgs 81/08, impone al datore di lavoro di** tutelare la salute dei lavoratori attraverso la valutazione e la realizzazione di azioni utili alla prevenzione dei rischi. Il fumo di tabacco rappresenta un elemento "aggiuntivo" e spesso moltiplicativo degli altri fattori di rischio presenti nei luoghi di lavoro.

QUALI AZIONI SVILUPPARE NEI LUOGHI DI LAVORO?

Il Datore di Lavoro :

- deve disporre e fare rispettare il divieto di fumo anche attraverso la vigilanza e il controllo
- deve informare e formare i lavoratori su tutti i rischi per la Salute e la Sicurezza e sulle misure di prevenzione del tabagismo adottate
- può allestire adeguate aree per fumatori

Il preposto

- deve sovrintendere e vigilare sull'osservanza da parte dei lavoratori delle disposizioni aziendali in tema di divieto di fumo
- deve informare i diretti superiori in caso di persistente inosservanza del divieto da parte dei lavoratori

il Responsabile del Servizio di Prevenzione e Protezione (RSPP)?

- Propone al Datore di Lavoro le misure di prevenzione da adottare
- Propone l'inserimento della tematica del fumo di tabacco nei programmi di informazione e formazione dei lavoratori

Il Medico Competente

- deve collaborare alla valutazione dei rischi, alla individuazione delle misure di prevenzione e all'attività di informazione e formazione sui rischi del fumo e sui benefici dello smettere
- deve promuovere stili di vita sani e le modalità più efficaci per smettere di fumare anche in occasione delle visite mediche in azienda.

Il Rappresentante dei Lavoratori per la Sicurezza (RLS)

- deve ascoltare e informare i lavoratori su eventuali problemi legati al fumo e sulle norme poste a tutela della salute
- deve proporre e stimolare il datore di lavoro sulle conseguenti azioni di prevenzione

Il Lavoratore

- "...deve prendersi cura della propria salute e sicurezza e di quella delle altre persone presenti sul luogo di lavoro...", art. 20 D.Lgs. 81/08.
- deve rispettare le disposizioni impartite dal datore di lavoro, dai dirigenti e dai preposti
- può coinvolgere il RLS
- può richiedere l'intervento del RSPP
- può chiedere l'intervento dell'organo di vigilanza della ASL competente

**Scegliere di non fumare per preservare la propria salute e tutelare la salute altrui
Conoscere ed essere informati aiuta a scegliere
Rivolgiti ai Centri Antifumo del tuo territorio**

Molti riescono a smettere di fumare: puoi farcela anche tu. Provacì ! Vuoi vedere a che punto sei ?

Molti riescono a smettere di fumare: puoi farcela anche tu. Provaci ! Vuoi vedere a che punto sei ?

<p>ALCUNI CONSIGLI PER SMETTERE :</p> <p><i>* Decidi di smettere e stabilisci una data precisa in cui farlo</i></p> <p><i>*Soprattutto nei primi tempi evita situazioni ed ambienti che associ alla sigaretta (pausa caffè..). Cambia le tue abitudini</i></p> <p><i>*Al mattino ripeti a te stesso:” Oggi non Fumo”Non pensare al domani, pensa all’oggi.</i></p> <p><i>*Aumenta l’attività fisica: tiene mentalmente e fisicamente impegnati</i></p> <p><i>*Segui una dieta leggera con molta frutta e verdura.</i></p> <p><i>* bevi almeno 2 litri di liquidi al giorno, evitate caffè ed alcolici.</i></p> <p><i>*Se la voglia di fumare è tanto forte, interrompi ciò che stai facendo e cerca di distrarti facendo altro(Bevi acqua, fai un giro attorno al tavolo di lavoro, fai respirazioni profonde)</i></p> <p><i>*Pensa che i sintomi da astinenza si attenuano man mano che passano i giorni fino a scomparire.</i></p> <p><i>*Se il disagio è troppo pesante rivolgiti al tuo medico o al Centro antifumo</i></p> <p><i>*Se dovessi ricadere non disperare e ricomincia da capo : non è un buon cavaliere chi non è mai caduto da cavallo”</i></p>	<p>QUANTO SEI MOTIVATO A SMETTERE ?</p> <table border="1"> <tr> <td>1</td> <td>Ha mai provato a smettere</td> <td>Si no</td> <td>1 0</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Le piacerebbe ricevere informazioni su come smettere ?</td> <td>Si no</td> <td>1 0</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>Le piacerebbe fare un tentativo per smettere ?</td> <td>Si no</td> <td>3 0</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>Sarebbe disposto a fare un tentativo entro questo mese ?</td> <td>Si no</td> <td>3 0</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>totale</td> <td></td> </tr> </table> <p>Interpretazione del Test:</p> <p><i>Da 0 a 2 motivazione bassa : chiedi ulteriori informazioni</i></p> <p><i>Da 3 a 5 motivazione discreta: chiedi eventuali rinforzi</i></p> <p><i>Da 6 a 8 motivazione alta: chiedi informazioni sul metodo migliore per lei</i></p>	1	Ha mai provato a smettere	Si no	1 0	2	Le piacerebbe ricevere informazioni su come smettere ?	Si no	1 0	3	Le piacerebbe fare un tentativo per smettere ?	Si no	3 0	4	Sarebbe disposto a fare un tentativo entro questo mese ?	Si no	3 0			totale		<p>COME MISURARE LA DIPENDENZA DA NICOTINA Test di Fagerstrom</p> <table border="1"> <tr> <td>1</td> <td>Al risveglio fuma una sigaretta dopo:</td> <td>5 min 6-30m 31-60m 60 m</td> <td>3 2 1 0</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Trova difficile non fumare dove è proibito?</td> <td>Si no</td> <td>1 0</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>Quale sigaretta troverebbe difficile non fumare?</td> <td>La prima del mattino qualsiasi</td> <td>1 2</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>Quante sigarette fuma al giorno?</td> <td>0-10 11-20 21-30 31</td> <td>0 1 2 3</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>Fuma di più nella prima ora dopo il risveglio che nel resto del giorno?</td> <td>Si no</td> <td>1 0</td> </tr> <tr> <td>6</td> <td>Fuma anche se sta male e costretto a letto?</td> <td>Si no</td> <td>1 0</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>Totale</td> <td></td> </tr> </table> <p>Interpretazione del Test:</p> <p><i>da 1 a 2: dipendenza da nicotina molto bassa</i></p> <p><i>da 3 a 4: dipendenza bassa</i></p> <p><i>da 5 a 6: dipendenza media</i></p> <p><i>da 7 a 8 :dipendenza alta</i></p> <p><i>da 9 a 10: dipendenza molto alta</i></p>	1	Al risveglio fuma una sigaretta dopo:	5 min 6-30m 31-60m 60 m	3 2 1 0	2	Trova difficile non fumare dove è proibito?	Si no	1 0	3	Quale sigaretta troverebbe difficile non fumare?	La prima del mattino qualsiasi	1 2	4	Quante sigarette fuma al giorno?	0-10 11-20 21-30 31	0 1 2 3	5	Fuma di più nella prima ora dopo il risveglio che nel resto del giorno?	Si no	1 0	6	Fuma anche se sta male e costretto a letto?	Si no	1 0			Totale		<p>Per un aiuto puoi rivolgerti ai Centri Antifumo della tua Azienda sanitaria</p> <p>RIFERIMENTI DEI SERVIZI E CPTT LOCALI</p>
1	Ha mai provato a smettere	Si no	1 0																																																
2	Le piacerebbe ricevere informazioni su come smettere ?	Si no	1 0																																																
3	Le piacerebbe fare un tentativo per smettere ?	Si no	3 0																																																
4	Sarebbe disposto a fare un tentativo entro questo mese ?	Si no	3 0																																																
		totale																																																	
1	Al risveglio fuma una sigaretta dopo:	5 min 6-30m 31-60m 60 m	3 2 1 0																																																
2	Trova difficile non fumare dove è proibito?	Si no	1 0																																																
3	Quale sigaretta troverebbe difficile non fumare?	La prima del mattino qualsiasi	1 2																																																
4	Quante sigarette fuma al giorno?	0-10 11-20 21-30 31	0 1 2 3																																																
5	Fuma di più nella prima ora dopo il risveglio che nel resto del giorno?	Si no	1 0																																																
6	Fuma anche se sta male e costretto a letto?	Si no	1 0																																																
		Totale																																																	