

## Unfallprävention an Ihrem Betriebs-Skitag (ab 40 Teilnehmenden)

Jeden Winter verletzen sich mehr als 33 000 Arbeitnehmende beim Ski- und Snowboardfahren. Hierzu sensibilisiert unsere Schneesportkampagne – um Unfälle, Kosten und Ausfalltage von Mitarbeitenden in Ihrem Betrieb zu reduzieren.

### Sie profitieren

- Die Suva ergänzt Ihren Betriebs-Skitag mit einem erlebnisorientierten Präventionsprogramm.
- Die Teilnehmenden werden sensibilisiert, wie sie mit den Risiken der körperlichen Übermüdung beim Schneesport umgehen können.
- Die Teilnehmenden erhalten ein Event-Geschenk.

### Aktivitäten beim Suva-Pavillon

#### Warm-up

Wärmen Sie sich gemeinsam mit der Suva auf, um Verletzungen zu vermeiden.

#### Belastungsmessung

Hier testen Sie die Belastungen auf Ihren Körper, indem Sie mit Kraft auf eine Sprungplatte springen. Erleben Sie, wie die Belastung auf Ihren Körper wirkt.

#### Fitnessstest

Wie lange können Sie in der Hocke bleiben? Wer gewinnt die Challenge?

### Aktivitäten auf der Piste

#### App «Slope Track»

Die App misst, was Ihr Körper beim Schneesport aushalten muss und sie zeigt auf, wie Sie Unfällen vorbeugen können.

#### Tempomessung & Bremsweg

Wie schnell fahren Sie auf der Piste? Und wie viel Raum benötigen Sie zum Ausweichen, wenn es knapp wird?



### Ein möglicher Tagesablauf

<b>09.00 Uhr</b>	Angeleitetes Warm-up beim Suva-Zelt
<b>09.15 Uhr</b>	Erleben der Aktivitäten in der Gruppe oder individuell, Ski- und Snowboardfahren mit der App «Slope Track»
<b>12.00 Uhr</b>	Mittagessen Ski- und Snowboardfahren, Tempomessungen mit Bremsweg-Sensibilisierung Persönliches Fazit und Abgabe des Event-Geschenks, Ski- und Snowboardfahren mit der App «Slope Track»
<b>15.30 Uhr</b>	Gemeinsamer Abschluss, Heimreise

### Was kostet das Event?

Die Suva stellt ihren Kunden das Präventionsprogramm mit Suva-Zelt kostenlos zur Verfügung. Dies umfasst: Planung, Organisation, Infrastruktur, Betreuung der Aktivitäten, persönliche Präventionstipps, Event-Geschenk.

### Eckdaten

<b>Zeitraum:</b>	buchbar von Dezember 2023 bis und mit März 2024
<b>Destination:</b>	je nach Kundenwunsch
<b>Voraussetzung:</b>	Über 40 Teilnehmende. Das Suva-Zelt kann an einem zentralen Ort aufgebaut und auch von unabhängigen Schneesportlern besucht werden.

### Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Kontaktieren Sie uns gerne für ein erstes unverbindliches Gespräch. Unser Beratungsteam freut sich auf Ihren Anruf: Telefon 041 419 50 19 oder via E-Mail:

[praeventionsmodule@suva.ch](mailto:praeventionsmodule@suva.ch)