

Unfallprävention an Ihrem Betriebs-Skitag (10–40 Teilnehmende)

Jeden Winter verletzen sich mehr als 33000 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 auf der Piste

Warm-up

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

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?

Fitnessstest

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

Ein möglicher Tagesablauf

09.00 Uhr	Angeleitetes Warm-up bei der Bergstation
09.15 Uhr	Ski- und Snowboardfahren, Belastungsmessungen mit der App «Slope Track»
	Tempomessungen mit Bremsweg-Sensibilisierung
12.00 Uhr	Mittagessen
	Belastungen in der App sichten, Fitness Hocke-Challenge
	Wo und wann entstehen Belastungen?
	Tipps für die letzte sichere Abfahrt
15.30 Uhr	Gemeinsamer Abschluss, Heimreise

Was kostet das Event?

Die Suva stellt ihren Kunden das Präventionsprogramm mit ein bis zwei Coaches kostenlos zur Verfügung. Darin inbegriffen sind: Planung, Organisation, Betreuung der Aktivitäten, persönliche Präventionstipps, Event-Geschenk.

Eckdaten

Zeitraum:	buchbar von Dezember 2023 bis und mit März 2024
Destination:	je nach Kundenwunsch
Voraussetzung:	10 bis 40 Teilnehmende.

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

