

Cómo hacer de la capacitación una herramienta efectiva de prevención

Capacitar es clave para la gestión de prevención de riesgos.

Los trabajadores deben conocer e identificar los riesgos de su tarea y saber cómo actuar para no accidentarse ni enfermarse a causa del trabajo. Asimismo, es obligación de la empresa capacitar a sus empleados en esta temática. Para ello, EXPERTA ART le acerca un material con el que podrá realizar charlas de capacitación a sus trabajadores.

Qué tener en cuenta para una capacitación eficaz

Saber qué se quiere comunicar y de qué manera, ayudará a que la charla sea efectiva. Por eso es importante, aunque parezca obvio, presentar el objetivo de la charla.

Qué se espera que ocurra y por qué.



La Escucha. Es importante partir de lo que los participantes creen y piensan sobre el tema, sus saberes personales. Escuchar a los participantes, proponerles preguntas disparadoras como puntapié para reflexionar sobre la problemática y transmitir contenidos y conceptos, es clave para poder desarrollar aprendizajes significativos.



El Tiempo. Es bueno buscar el momento más oportuno para capacitar. Planificar una actividad semanal es una forma de mantener continuidad en las actividades sin entorpecer demasiado las tareas laborales. Pueden realizarse charlas de no más de 20 minutos.



El lugar. Las actividades de capacitación y reflexión sobre la tarea pueden realizarse en el puesto de trabajo.



Tips para el instructor

Una buena manera de plantear un tema es hacer preguntas simples y concretas. En el caso de la educación vial las preguntas para empezar la charla podrían ser:

¿A qué riesgos consideran que están expuestos cuando viajan todos los días al trabajo? o ¿Cómo se comportan cuando conducen? y ¿Cuando toman alcohol, quién maneja?

En esas respuestas, en lo dicho y en lo no dicho, encontrarán la punta del hilo para desarrollar el tema y dar el mensaje propuesto.



Cumplimiento Legal

Es muy importante que se acredite la participación de cada asistente con su firma, para dar cumplimiento al requerimiento legal sobre capacitación. Para ello, lo más simple es elaborar una lista de asistentes que tenga el nombre de la actividad, la fecha, el título del instructor, y los datos completos de cada trabajador (nombres- apellido- legajo y firma), donde certifiquen que fueron capacitados en el tema. Con el envío de ese registro de capacitación, EXPERTA ART, podrá hacerle llegar a la empresa el certificado correspondiente.

Para ello hay que comunicarse con capitacion@experta.com.ar

Hagamos entre todos el camino más seguro.

Todos los días recorremos la ciudad. En solo cuestión de segundos pasamos de ser usuarios de transporte público a peatones o de peatones a conductores. Consideramos clave ser conscientes de los riesgos y peligros a los que estamos expuestos y saber cómo actuar frente a ellos para así, reducir al máximo las posibilidades de que algo malo nos suceda.

Cómo circular en la ciudad

En el sistema de tránsito la prioridad la tiene siempre el usuario más vulnerable y pequeño en comparación con el más fuerte y grande.



Peatón



Usuarios en dos ruedas



Usuarios de transporte público.



Conductores al volante.



Todos somos peatones

- ✘ Caminá siempre por la vereda. En caso de que no haya, transitá lo más cerca posible de las casas y en sentido contrario al sentido vehicular.
- ✘ Cruzá siempre por la senda peatonal. Si no existe tal demarcación, el lugar apropiado para el cruce es la esquina, NUNCA la mitad de la cuadra.
- ✘ Cruzá siempre que el semáforo esté en verde. Si está en rojo o titilando, espera sobre la vereda.
- ✘ Al momento de cruzar mirá, escuchá y prestá atención a tu alrededor.
- ✘ No cruces hablando por celular.
- ✘ No inicies el cruce si hay vehículos atascados en la intersección por más que el semáforo peatonal lo indique, ya que estos pueden arrancar en cualquier momento.
- ✘ Si vas a cruzar una avenida tené en cuenta el tiempo necesario para hacerlo ya que quedarse en el medio de ella puede resultar muy peligroso.
- ✘ Al cruzar las vías del tren mirá siempre a ambos lados y no cruces nunca con las barreras bajas.
- ✘ Los niños deben cruzar siempre de la mano de un adulto, y, al caminar por la vereda, deben ir siempre del lado de la pared.
- ✘ Si sacás a pasear a tu mascota, no la llesves suelta ya que puede molestar a los demás, ser atropellada o provocar accidentes.



Usuarios en dos ruedas

El uso de la bicicleta suma a los beneficios que trae andar en ella para el usuario, el cuidado del medio ambiente. Su presencia cambió el escenario vial, por eso, aquí te damos algunas consideraciones para que la convivencia en el tránsito sea segura y organizada.

- Usá los elementos de protección.
- Asegurate de que tu bicicleta esté en condiciones de salir a la calle y que sea seguro andar en ella.
- No hables por celular.
- No escuches música, es necesario que estés atento a todo lo que pasa a tu alrededor.
- Respetá las señales de tránsito.
- Cedé el paso a los peatones.
- A la noche verificá que tu bicicleta tenga señal lumínica y que vos lleves el atuendo indicado (ropa clara y/o algún elemento reflectante). Esto facilita tu visibilidad, y que otros puedan verte.
- No transites por la vereda.
- Mantené tu carril.
- Llevá timbre, es obligatorio, te servirá para indicar tu presencia en algunos casos.
- Indicá las maniobras que harás por medio de gestos. Es fundamental el contacto visual con conductores y peatones.
- Si tomaste alcohol no conduzcas.



Conductores al volante.

- Usá el cinturón de seguridad siempre.
- No uses el celular cuando estás manejando.
- Encendé las luces bajas durante el día, esto hará que tu vehículo sea visto a mayor distancia.
- No lleves elementos sueltos dentro del auto, pueden convertirse en un peligro ante una frenada brusca.
- Respetá todas las señales de tránsito.
- Los niños deben ir en los asientos traseros con el cinturón de seguridad puesto o con el asiento infantil apropiado según su peso y estatura.
- Respetá los límites de velocidad.
- Mantené una distancia de seguimiento segura, eso te garantizará manejar en forma más comfortable y ante una detención inesperada del vehículo que te precede, podrás detenerte sin ser embestido por el que está detrás.
- Sé un conductor defensivo. Explorá los potenciales peligros que te puede ofrecer el tránsito, planeá cuál sería la maniobra evasiva (frenar, cambiar de carril, etc.) en el caso de que el peligro percibido se concrete, y actuá correctamente y a tiempo.

Respetá los límites de velocidad.

Las velocidades máximas son:

- Calles : 40 KM/H
- Avenidas : 60 KM/H
- Rutas: 110 km/h para autos y camionetas, 90 km/h para ómnibus, y 80 km/h para camiones.
- Autopistas: Varía de 110 a 130 km/h para autos y camionetas, 90 km/h para ómnibus, y 80 km/h para camiones.



Usuarios de transporte público.

- No corras el colectivo si ya está en movimiento
- No bajes ni subas del colectivo en movimiento.
- No distraigas a quien conduce.
- No saques ninguna parte del cuerpo por la ventana
- Si viajas parado tomate siempre del pasamano.

SI TOMASTE NO MANEJES

El alcohol te quita aptitudes en la conducción y disminuye tu percepción del riesgo.

Si salís acompañado, considerá la figura del conductor designado.



