



LICEO SCIENTIFICO DI STATO "CARLO CATTANEO"
Sede Centrale: Via Sostegno 41/10 - 10146 TORINO - tel: 011 7732013-7732014 fax: 011 7732014
Succursale: Via Postumia 57/60 - 10142 TORINO - tel: 011 7071984 fax: 011 7078256
email: segreteria@liceocarlocattaneo.it TOPS120003@istruzione.it
Cod scuola TOPS120003 ISTITUTO CERTIFICATO ISO 9001:2008 C.F.80091280018



Circolare DOCENTI n. 23 (MAIL)
Circolare ALLIEVI n. 23
Circolare Personale A.T.A. n. 23

(S TO)

Torino, 11/09/2017

Programma di informazione/istruzione circa l'uso dei videotermini

Indicazioni sull'ergonomia del posto di lavoro

Sono indicate le modalità di utilizzo e le attrezzature di cui dispone il personale di segreteria e gli allievi durante lo svolgimento delle attività di laboratorio informatico.
(da D.Lgs 09.04.2008 n. 81)

Descrizione	Rischio rilevato
Struttura del locale	Il luogo di lavoro deve essere ben dimensionato ed allestito in modo che vi sia spazio sufficiente per permettere cambiamenti di posizione e movimenti operativi
Posizione rispetto alle fonti di luce naturale e artificiale D.Lgs. 81/08, Allegato XXXIV	L'illuminazione generale e specifica deve garantire un illuminamento sufficiente e un contrasto appropriato tra lo schermo e l'ambiente circostante, ciò tenuto conto delle caratteristiche del lavoro e delle esigenze visive dell'utilizzatore. Riflessi sullo schermo, eccessivi contrasti di luminanza e abbagliamenti dell'operatore devono essere prevenendo la postazione di lavoro in funzione dell'ubicazione delle fonti di luce naturale e artificiale. Si dovrà tener conto che dell'esistenza di finestre, pareti trasparenti o traslucide, pareti e attrezzature di colore chiaro che possono determinare fenomeni di abbagliamento diretto e/o indiretto e/o riflessi sullo schermo. Le finestre devono essere di un opportuno dispositivo di copertura regolabile per attenuare la luce diurna che illumina il posto di lavoro.
Tipologia tavolo da lavoro. (colore, dimensione 80 cm e larghezza inferiore a 120 cm., altezza) D.Lgs. 81/08, Allegato	Il piano di lavoro deve avere una superficie a basso indice di riflessione, essere stabile, di dimensioni sufficienti a permettere una disposizione flessibile dello schermo, della tastiera, dei documenti e del materiale accessorio. L'altezza del piano di lavoro fissa o regolabile deve essere indicativamente compresa fra i 70 e gli 80 cm. Lo spazio a disposizione deve permettere

<p>XXXIV</p>	<p>l'alloggiamento e il movimento degli arti inferiori, nonché l'ingresso del sedile e dei braccioli se presenti.</p> <p>La profondità del piano di lavoro deve essere tale da assicurare una adeguata distanza visiva dallo schermo.</p> <p>Il supporto per i documenti deve essere e regolabile e deve essere collocato in modo tale da ridurre al minimo i movimenti della testa e degli occhi.</p>
<p>Tipologia sedia (ergonomia regolabile in altezza, schienale regolabile, a cinque razze.) D.Lgs. 81/08, Allegato XXXIV</p>	<p>Il sedile di lavoro deve essere e permettere all'utilizzatore libertà nei movimenti, nonché una posizione comoda. Tale sedile deve avere un'altezza regolabile in maniera indipendente dallo schienale e dimensioni della seduta adeguate alle caratteristiche antropometriche dell'utilizzatore.</p> <p>Lo schienale deve fornire un adeguato supporto alla regione dorso-lombare dell'utente. Pertanto deve essere adeguato alle caratteristiche antropometriche dell'utilizzatore e deve avere altezza e inclinazione regolabile. Nell'ambito di tali regolazioni l'utilizzatore dovrà poter fissare lo schienale nella posizione selezionata.</p> <p>Lo schienale e la seduta devono avere bordi smussati. I materiali devono presentare un livello di permeabilità tali da non compromettere il comfort dell'utente e pulibili.</p> <p>Il sedile deve essere dotato di un meccanismo girevole per facilitare i cambi di posizione e deve poter essere spostato agevolmente secondo le necessità dell'utilizzatore.</p>
<p>Monitor D.Lgs. 81/08, Allegato XXXIV</p>	<p>La risoluzione dello schermo deve essere tale da garantire una buona definizione, una forma chiara, una grandezza sufficiente dei caratteri e, inoltre, uno spazio adeguato tra essi.</p> <p>L'immagine sullo schermo deve essere stabile; esente da farfallamento, tremolio o da altre forme di instabilità.</p> <p>La brillantezza e/o il contrasto di luminanza tra i caratteri e lo sfondo dello schermo deve essere facilmente regolabili da parte dell'utilizzatore del videoterminale e facilmente adattabili alle condizioni ambientali.</p> <p>Lo schermo deve essere orientabile ed inclinabile liberamente per adeguarsi facilmente alle esigenze dell'utilizzatore.</p> <p>È possibile utilizzare un sostegno separato per lo schermo o un piano regolabile.</p> <p>Sullo schermo non devono essere presenti riflessi e riverberi che possano causare disturbi all'utilizzatore durante lo svolgimento della propria attività.</p> <p>Lo schermo deve essere posizionato di fronte all'operatore in maniera che, anche agendo su eventuali meccanismi di regolazione, lo spigolo superiore dello schermo sia posto un po' più in basso dell'orizzontale che passa per gli occhi dell'operatore e ad una distanza degli occhi pari a circa 50-70 cm, per i posti di lavoro in cui va assunta preferibilmente la posizione seduta.</p>
<p>Tastiera D.Lgs. 81/08, Allegato XXXIV</p>	<p>La tastiera deve essere dallo schermo e facilmente regolabile e dotata di meccanismo di variazione della pendenza onde consentire al lavoratore di assumere una posizione confortevole e tale da non provocare l'affaticamento delle braccia e delle mani.</p> <p>Lo spazio sul piano di lavoro deve consentire un appoggio degli avambracci davanti alla tastiera nel corso della digitazione, tenendo conto delle caratteristiche antropometriche dell'operatore.</p> <p>La tastiera deve avere una superficie opaca onde evitare i riflessi.</p>

	La disposizione della tastiera e le caratteristiche dei tasti devono agevolare/agevolano l'uso. I simboli dei tasti devono presentare sufficiente contrasto ed essere leggibili dalla normale posizione di lavoro.
Computer portatili	Se il computer portatile è utilizzato per molto tempo necessita della fornitura di una tastiera e di un mouse o altro dispositivo di puntamento esterni nonché di un idoneo supporto che consenta il corretto posizionamento dello schermo
Interfaccia	Il Datore di Lavoro deve tenere conto dei seguenti fattori: a) il software deve essere adeguato alla mansione da svolgere; b) il software deve essere di facile uso adeguato al livello di conoscenza e di esperienza dell'utilizzatore. Inoltre nessun dispositivo di controllo quantitativo o qualitativo può essere utilizzato all'insaputa dei lavoratori; c) il software deve essere strutturato in modo tale da fornire ai lavoratori indicazioni comprensibili sul corretto svolgimento dell'attività; d) i sistemi devono fornire l'informazione in un formato e ad un ritmo adeguato agli operatori; e) i principi dell'ergonomia devono essere applicati in particolare all'elaborazione dell'informazione da parte dell'uomo.
Mouse D.Lgs. 81/08, Allegato XXXIV	Il mouse o qualsiasi dispositivo di puntamento in dotazione alla postazione di lavoro deve essere posto sullo stesso piano della tastiera, in posizione facilmente raggiungibile e disporre di uno spazio adeguato per il suo uso.
Poggiapiedi D.Lgs. 81/08, Allegato XXXIV	Un poggiapiedi deve essere messo a disposizione di coloro che lo desiderano per far assumere una postura adeguata agli arti inferiori. Il poggiapiedi non deve spostarsi involontariamente durante il suo uso.
Arredi D.Lgs. 81/08, Allegato XXXIV	Gli Arredi devono essere predisposti in modo da non intralciare le uscite e le vie di circolazione.
Cavi elettrici delle apparecchiature	I cavi elettrici delle attrezzature devono essere fascettati e non devono creare pericolo di inciampo.
Visita Medica D.Lgs. 81/08, art. 176	Il Datore di Lavoro deve provvedere a sottoporre i lavoratori ritenuti videoterminalisti alla visita medica necessaria.
Formazione informazione D.Lgs. 81/08, art. 177	Il Datore di Lavoro deve provvedere ad informare il lavoratore in merito ai problemi legati alla postura ed all'affaticamento fisico o mentale.

Torino, 11/09/2017



IL DIRIGENTE SCOLASTICO
(prof. Giorgio PIDELLO)