



ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE APRIGLIANO

Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di Primo Grado ad Indirizzo Musicale

VIA C.CALVELLI (VICO) – Tel 0984-421191 C.F. 80007240783 - C.M. CSIC81000R

Mail: csic81000r@istruzione.it PEC: csic81000r@pec.istruzione.it

www.icapigliano.edu.it

Prot.n. 1111 del 23/04/2020

Ai **Docenti** e ai **Genitori degli alunni** delle Scuole di ogni ordine e grado
di questa Istituzione Scolastica *inviato a mezzo mail*
Al **Direttore dei S.G.A.** *inviato a mezzo mail*
Agl**i Assistenti Amministrativi** di questa Istituzione Scolastica *inviato a mezzo mail*

Oggetto: DISPOSIZIONI E MISURE PREVENTIVE PROTETTIVE RELATIVE AI RISCHI CONNESSI CON L'USO DEI VIDEOTERMINALI.

In riferimento alle attività di D.A.D. per i Docenti e gli Alunni e alle modalità di lavoro agile per gli Assistenti Amministrativi, si ritiene opportuno ricordare che il *TESTO UNICO PER LA SICUREZZA SUL LAVORO (Dlgs 81/2008)*, di cui si riportano in calce gli articoli di interesse, prevede particolari prescrizioni e/o raccomandazioni per coloro che utilizzano i videoterminali per oltre venti ore settimanali, per i connessi rischi da eccessiva esposizione a cui potrebbero essere esposti. Prescrizioni che obbligano la scrivente all'adozione di disposizioni organizzative, misure di prevenzione e protezione atte a ridurre, fino ad eliminarli, i rischi connessi con l'attività di D.A.D. e di *SMART WORKING* svolta e che devono impegnare tutti, nel rispetto delle misure organizzative, all'adozione di condotte dettate dal buon senso e dall'esperienza.

Per quanto sopra si dispone l'adozione delle misure di prevenzione e protezione di seguito riportate.

Gli Assistenti Amministrativi eviteranno di superare le 20 ore settimanali di utilizzo medio del PC senza rispettare il riposo previsto dalla normativa dopo due ore di utilizzo dei video terminali.

I Docenti organizzeranno le attività a distanza secondo criteri e modalità precedentemente indicate, utili comunque a far sì che non vengano superate le n. 20 ore settimanali al videoterminale, calcolate al netto delle pause di 15 minuti, da effettuarsi obbligatoriamente ogni due ore di lavoro continuativo. Si adatterà ogni utile iniziativa, tesa a ridurre i tempi dell'esposizione al videoterminale, anche degli alunni, favorendo l'alternanza tra l'attività in video e attività autonoma di studio ed esercitazione. A tal fine si raccomanda di limitare ed ottimizzare il tempo della ricerca individuale di materiali e stimoli e della preparazione delle esercitazioni, condividendole e scambiandole in spazi condivisi. L'attività in classe virtuale, potrà trovare efficace integrazione con l'attività di studio e ricerca o di esercitazione e produzione autonoma.

I docenti del consiglio di classe programmeranno preventivamente le attività in video al fine di non sovraccaricare gli alunni e nel rispetto della normativa sull'uso dei video terminali che prescrive una pausa di almeno un quarto d'ora ogni due ore passate davanti al monitor. I coordinatori di classe provvederanno a segnalare criticità o eccessi di esposizione ai colleghi così da rimodulare gli impegni al videoterminale.

A scopo preventivo si comunicano le seguenti indicazioni valide per tutti le tipologie di lavoro al videoterminale:

IL LAVORO AI VIDEOTERMINALI (VDT)

L'uso prolungato degli apparecchi muniti di videoterminali può comportare:

- *disturbi alla vista (stanchezza, bruciore, lacrimazione, visione annebbiata, sensazione di corpo estraneo) e agli occhi;*
- *disturbi muscolari e scheletrici e legati alla postura (dolore e rigidità al collo, alle spalle, alla schiena, alle braccia, alle mani) e all'attività fisico intellettuale.*

Generalmente questi disturbi sono dovuti:

- *ad un'illuminazione poco idonea dell'ambiente di lavoro, con riflessi e fastidiosi abbagliamenti;*
- *ad un impegno della vista troppo ravvicinato e senza pause, con conseguente affaticamento da sforzo di messa a fuoco;*
- *ad una sistemazione del posto di lavoro poco corretta dal punto di vista ergonomico, con conseguenti posture errate del corpo.*

Per ridurre l'affaticamento e i rischi della vista è necessario:

- *eliminare o schermare le superfici lisce e riflettenti nell'ambiente di lavoro;*
- *orientare il VDT in modo da non avere sorgenti luminose anteriori o posteriori allo schermo, evitando riverberi e abbagliamenti;*
- *far in modo che le sorgenti luminose a soffitto, se non sono schermate, rimangano al di fuori della direzione dello sguardo, e che la linea tra l'occhio e la lampada formi un angolo di almeno 60° con l'orizzonte.*

Inoltre:

- *i caratteri sullo schermo debbono essere ben definiti e l'immagine stabile;*
- *la distanza degli occhi dallo schermo dovrebbe essere compresa tra i 50 e i 70 centimetri. Essa può variare per fattori soggettivi o per le dimensioni dei caratteri sullo schermo, ma non dovrebbe mai essere inferiore a 40, né superiore a 90 centimetri: altrimenti bisogna adottare dei correttivi.*

Per evitare o ridurre i disturbi scheletrici o muscolari, soprattutto in caso di uso prolungato dei VDT, è consigliabile:

- *tenere il sedile ad un'altezza inferiore di qualche centimetro alla distanza che corre tra il pavimento e la parte posteriore del ginocchio, con gamba piegata a 90°;*
- *usare eventualmente una pedana poggiapiedi per raggiungere quella posizione ottimale;*
- *tenere il piano di lavoro ad un'altezza tale che, appoggiandovi gli avambracci, l'angolazione dei gomiti non sia inferiore a 90°;*
- *tenere il bordo superiore dello schermo ad un livello leggermente inferiore a quello degli occhi;*
- *stare seduti col bacino leggermente spostato in avanti e la colonna vertebrale leggermente piegata all'indietro;*
- *variare di tanto in tanto la posizione del corpo;*
- *evitare di tenere a lungo il capo inclinato in avanti o all'indietro;*
- *tenere la tastiera in linea con lo schermo.*

Gli Assistenti Amministrativi, i Docenti e gli alunni dovranno, obbligatoriamente, rispettare una pausa di 15 minuti ogni due ore di applicazione continuativa ai VDT.

IL DIRIGENTE SCOLASTICO

Immacolata Cairo

Documento firmato digitalmente ai sensi del c.d. Codice dell'Amministrazione Digitale e norme ad esso connesse

**TESTO UNICO IN MATERIA DI TUTELA DELLA SALUTE E DELLA SICUREZZA
(Decreto Legislativo 09/04/2008, n. 81)**

**TITOLO VII
ATTREZZATURE MUNITE DI VIDEOTERMINALI**

Capo I

Disposizioni generali

Art. 172.

Campo di applicazione

1. Le norme del presente titolo si applicano alle attività lavorative che comportano l'uso di attrezzature munite di videoterminali.
2. Le norme del presente titolo non si applicano ai lavoratori addetti:
 - a) ai posti di guida di veicoli o macchine;
 - b) ai sistemi informatici montati a bordo di un mezzo di trasporto;
 - c) ai sistemi informatici destinati in modo prioritario all'utilizzazione da parte del pubblico;
 - d) alle macchine calcolatrici, ai registratori di cassa e a tutte le attrezzature munite di un piccolo dispositivo di visualizzazione dei dati o delle misure, necessario all'uso diretto di tale attrezzatura;
 - e) alle macchine di videoscrittura senza schermo separato.

Art. 173.

Definizioni

1. Ai fini del presente decreto legislativo si intende per:
 - a) videoterminale: uno schermo alfanumerico o grafico a prescindere dal tipo di procedimento di visualizzazione utilizzato;
 - b) posto di lavoro: l'insieme che comprende le attrezzature munite di videoterminale, eventualmente con tastiera ovvero altro sistema di immissione dati, incluso il mouse, il software per l'interfaccia uomo-macchina, gli accessori opzionali, le apparecchiature connesse, comprendenti l'unità a dischi, il telefono, il modem, la stampante, il supporto per i documenti, la sedia, il piano di lavoro, nonché l'ambiente di lavoro immediatamente circostante;
 - c) lavoratore: il lavoratore che utilizza un'attrezzatura munita di videoterminali, in modo sistematico o abituale, per venti ore settimanali, dedotte le interruzioni di cui all'articolo 175.

Capo II

Obblighi del datore di lavoro, dei dirigenti e dei preposti

Art. 174.

Obblighi del datore di lavoro

1. Il datore di lavoro, all'atto della valutazione del rischio di cui all'articolo 28, analizza i posti di lavoro con particolare riguardo:
 - a) ai rischi per la vista e per gli occhi;
 - b) ai problemi legati alla postura ed all'affaticamento fisico o mentale;
 - c) alle condizioni ergonomiche e di igiene ambientale.
2. Il datore di lavoro adotta le misure appropriate per ovviare ai rischi riscontrati in base alle valutazioni di cui al comma 1, tenendo conto della somma ovvero della combinazione della incidenza dei rischi riscontrati.
3. Il datore di lavoro organizza e predispone i posti di lavoro di cui all'articolo 173, in conformità ai requisiti minimi di cui all'allegato XXXIV.

Art. 175.

Svolgimento quotidiano del lavoro

1. Il lavoratore, ha diritto ad una interruzione della sua attività mediante pause ovvero cambiamento di attività.
2. Le modalità di tali interruzioni sono stabilite dalla contrattazione collettiva anche aziendale.
3. In assenza di una disposizione contrattuale riguardante l'interruzione di cui al comma 1, il lavoratore comunque ha diritto ad una pausa di quindici minuti ogni centoventi minuti di applicazione continuativa al videoterminale.
4. Le modalità e la durata delle interruzioni possono essere stabilite temporaneamente a livello individuale ove il medico competente ne evidenzi la necessità.
5. E' comunque esclusa la cumulabilità delle interruzioni all'inizio ed al termine dell'orario di lavoro.
6. Nel computo dei tempi di interruzione non sono compresi i tempi di attesa della risposta da parte del sistema elettronico, che sono considerati, a tutti gli effetti, tempo di lavoro, ove il lavoratore non possa abbandonare il posto di lavoro.
7. La pausa è considerata a tutti gli effetti parte integrante dell'orario di lavoro e, come tale, non è riassorbibile all'interno di accordi che prevedono la riduzione dell'orario complessivo di lavoro.

Art. 176.

Sorveglianza sanitaria

1. I lavoratori sono sottoposti alla sorveglianza sanitaria di cui all'articolo 41, con particolare riferimento:
 - a) ai rischi per la vista e per gli occhi;
 - b) ai rischi per l'apparato muscolo-scheletrico.
2. Sulla base delle risultanze degli accertamenti di cui al comma 1 i lavoratori vengono classificati ai sensi dell'articolo 41, comma 6.
3. Salvi i casi particolari che richiedono una frequenza diversa stabilita dal medico competente, la periodicità delle visite di controllo è biennale per i lavoratori classificati come idonei con prescrizioni o limitazioni e per i lavoratori che abbiano compiuto il cinquantesimo anno di età; quinquennale negli altri casi.
4. Per i casi di inidoneità temporanea il medico competente stabilisce il termine per la successiva visita di idoneità.
5. Il lavoratore è sottoposto a visita di controllo per i rischi di cui al comma 1 a sua richiesta, secondo le modalità previste all'articolo 41, comma 2, lettera c).
6. Il datore di lavoro fornisce a sue spese ai lavoratori i dispositivi speciali di correzione visiva, in funzione dell'attività svolta, quando l'esito delle visite di cui ai commi 1, 3 e 4 ne evidenzia la necessità e non sia possibile utilizzare i dispositivi normali di correzione.

Art. 177.

Informazione e formazione

1. In ottemperanza a quanto previsto in via generale dall'articolo 18, comma 1, lettera l), il datore di lavoro:
 - a) fornisce ai lavoratori informazioni, in particolare per quanto riguarda:
 - 1) le misure applicabili al posto di lavoro, in base all'analisi dello stesso di cui all'articolo 174;
 - 2) le modalità di svolgimento dell'attività;
 - 3) la protezione degli occhi e della vista;
 - b) assicura ai lavoratori una formazione adeguata in particolare in ordine a quanto indicato al comma 1, lettera

Immacolata Cairo

Documento firmato digitalmente ai sensi del c.d. Codice dell'Amministrazione Digitale e norme ad esso connesse