



ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE RENDE CENTRO
Via D. Vanni, 43 - 87036 Rende (Cs) ☎ tel. e fax 0984 – 443004
e-mail csic89000n@istruzione.it - web: www.icrendecentro.edu.it
C.F. 80004280782 – Cod. mecc. CSIC89000N

Prot. N° 1828 A - 15/d

Rende, 08/04/2020

Al personale Docente Dell'IC Rende Centro

Ai genitori degli alunni delle Classi
di ogni ordine e grado dell'IC Rende Centro

Agli Atti della Scuola
Al Sito Web dell'IC Rende Centro

SEDI

Oggetto: Informativa relativa ai rischi per la salute che possono insorgere in seguito all'esposizione prolungata ai video terminali per la DAD (Didattica a Distanza).

La recente Nota MIUR 388/2020 recante ad oggetto "*emergenza sanitaria da nuovo Coronavirus. Prime indicazioni operative per le attività didattiche a distanza*" in merito alla "*Progettazione delle attività*" precisa che "*occorre ricercare un giusto equilibrio tra attività didattiche a distanza e momenti di pausa, in modo da evitare i rischi derivanti da un'eccessiva permanenza davanti agli schermi.*"

L'adozione della didattica a distanza comporta l'uso di strumentazione informatica e videotermini che richiede una corretta applicazione delle misure di prevenzione relative alla tutela della salute e della sicurezza nei luoghi di lavoro, in ottemperanza ai dettami del D.lgs 81/08.

Al fine di minimizzare i rischi VDT connessi allo svolgimento della didattica a distanza, si riportano all'attenzione di docenti ed alunni (equiparati a lavoratori) le indicazioni tratte dal Documento di Valutazione dei rischi.

Agli insegnanti è chiesto di adottare ogni utile iniziativa tesa a ridurre i tempi dell'esposizione ai videotermini.

A tal fine si invitano i singoli docenti a coordinare gli impegni della classe in relazione agli interventi dei colleghi, evitando in tal modo sovrapposizione di attività ed eccessivi carichi di lavoro.

I videoterminali possono provocano:

- disturbi oculo-visivi
- dolori muscolari
- stress
- affaticamento fisico
- affaticamento mentale

Misure di prevenzione e protezione

Postazione

- Posizionare il video e la tastiera in posizione corretta rispetto al corpo (il corpo, la tastiera ed il video devono essere sulla stessa linea).
- Posizionare la tastiera sul tavolo di lavoro in modo che si siano circa tra i 5 e i 10 cm tra la tastiera e il bordo del tavolo per appoggiare le mani.
- Il monitor deve essere posizionato ad una distanza che può variare a piacimento tra i 40 e 60 cm.
- Regolare in altezza il monitor in modo che sia un po' più basso dell'altezza degli occhi.
- Posizionare il monitor in modo da evitare i riflessi di luce naturale o artificiale.
- Mantenere il tavolo di lavoro sgombero da materiali ed attrezzature che al momento non servono.
- Richiudere i cassetti delle scrivanie e delle cassettiere una volta utilizzati.
- Controllare periodicamente lo stato dei collegamenti elettrici.
- Non collegare più macchine alla stessa presa rischiando un sovraccarico.
- Disporre i cavi in modo ordinato per evitare intralci e cadute.

Misure comportamentali

- Effettuare le pause lavorative con cambiamenti di attività per almeno 15 minuti ogni due ore di lavoro al videoterminale.
- Qualche volta, distogliere lo sguardo da oggetti vicini e rivolgerlo verso oggetti lontani (ad esempio fuori dalla finestra).
- Cambiare posizione (da eretto a seduto e viceversa) almeno ogni ora in modo da evitare possibili disturbi alla colonna vertebrale.

ALLEGATO: pubblicazione INAIL "*Il lavoro al videoterminale*" - disponibile anche sul sito della scuola al link: <http://www.icrendecentro.edu.it/sicurezza.html> nella cartella "Opuscoli sulla sicurezza per il personale della scuola" a cui si rimanda in particolare per "*Gli esercizi di stretching e rilassamento*" pagg. 32-37

Il Dirigente Scolastico
Prof.ssa Maria Teresa Barbuscio

Firma autografa sostituita a mezzo stampa
ai sensi dell'art. 3 comma 2 del D.L. 39/93