



## INFORMATIVA SULLA SALUTE E SICUREZZA NEL LAVORO DA REMOTO

### Indice

<b>PREMESSA</b> .....	<b>1</b>
<b>INFORMATIVA</b> .....	<b>2</b>
<b>AMBIENTE DI LAVORO</b> .....	<b>2</b>
Spazio .....	2
Parametri microclimatici .....	2
Illuminazione .....	2
Rumore .....	2
<b>POSTAZIONE DI LAVORO</b> .....	<b>3</b>
Sedile di lavoro.....	3
Piano di lavoro .....	3
Schermo.....	3
Tastiera e dispositivi di puntamento.....	4
Computer portatili.....	4
<b>VADEMECUM FOTO DELLA POSTAZIONE DI LAVORO</b> .....	<b>5</b>
Vista frontale (posteriore se gli spazi non consentono foto frontale) .....	5
Vista laterale .....	5
Vista sotto il ripiano di lavoro .....	6
Visione panoramica della stanza .....	6

### PREMESSA

**VISTO** l'art. 3, comma 10, il Titolo II - Allegato IV e il Titolo VII - Allegato XXXIV, del D. Lgs. 81/08;

**VISTO** il CCNL comparto Istruzione e Ricerca del 18 gennaio 2024;

**VISTO** il Regolamento sul Lavoro a distanza per il personale tecnico amministrativo approvato in CdA del 29/10/2024 (punto 2/02).

Il seguente documento contiene l'informativa sui requisiti minimi della postazione di lavoro e dell'ambiente circostante necessari per la tutela della salute e sicurezza del lavoratore per lo svolgimento del lavoro da remoto.



## INFORMATIVA

### AMBIENTE DI LAVORO

Ai fini della sicurezza del telelavoratore, per la postazione di lavoro e l'ambiente circostante, sono previsti i seguenti requisiti:

- impianti elettrici a norma (DiCo/DiRi);
- abitabilità;
- locale di superficie e volume adeguati per la postazione di telelavoro;
- condizioni ambientali idonee in termini di illuminamento, microclima, rumore.

### **Spazio**

- il posto di lavoro deve essere ben dimensionato e allestito in modo che vi sia spazio sufficiente per permettere cambiamenti di posizione e movimenti operativi;
- lo spazio di lavoro deve essere adeguatamente pulito e mantenuto in ordine;
- nei luoghi di lavoro chiusi, è necessario far sì che il lavoratore disponga di aria salubre in quantità sufficiente ottenuta con aperture naturali;
- se sono utilizzati impianti di condizionamento dell'aria o di ventilazione meccanica, essi devono funzionare in modo che il lavoratore non sia esposto a correnti d'aria fastidiosa;
- gli stessi impianti devono essere periodicamente sottoposti a controlli, manutenzione, pulizia e sanificazione per la tutela della salute del lavoratore;
- qualsiasi sedimento o sporcizia che potrebbe comportare un pericolo immediato per la salute dei lavoratori dovuto all'inquinamento dell'aria respirata deve essere eliminato rapidamente;
- i pavimenti ed i passaggi non devono essere ingombri da materiali che possono ostacolare la normale circolazione.

### **Parametri microclimatici**

- le condizioni microclimatiche non devono essere causa di discomfort per i lavoratori;
- le attrezzature in dotazione al posto di lavoro non devono produrre un eccesso di calore che possa essere fonte di discomfort per i lavoratori.

### **Illuminazione**

- l'illuminazione generale e specifica (lampade da tavolo) deve garantire un illuminamento sufficiente e un contrasto appropriato tra lo schermo e l'ambiente circostante, 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 evitati disponendo la postazione di lavoro in funzione dell'ubicazione delle fonti di luce naturale e artificiale;
- si dovrà tener conto 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 munite di un opportuno dispositivo di copertura regolabile per attenuare la luce diurna che illumina il posto di lavoro.

### **Rumore**

- il rumore emesso dalle attrezzature presenti nel posto di lavoro non deve perturbare l'attenzione e la comunicazione verbale;



- al momento dell'allestimento del posto di lavoro occorre tener presente il livello di rumore emesso dalle attrezzature, al fine di non dar luogo a perturbazioni dell'attenzione e della comunicazione verbale, influenzabili anche da fonti di rumore ambientale esterno dovuto alla circolazione veicolare.

## POSTAZIONE DI LAVORO

Particolare attenzione va posta all'ergonomia del posto di lavoro per evitare o ridurre malesseri o controindicazioni quali stanchezza, indolenzimento degli arti, bruciore agli occhi, astenopia, segni di nervosismo. Il videoterminale di per sé non provoca queste alterazioni: tali malesseri insorgono spesso a causa di un uso non ottimale dell'apparecchio, ad un suo errato posizionamento ed a una postura dell'operatore non sempre corretta. Il posto di lavoro deve essere composto di tavolo e sedia ergonomici, i quali devono rispettare alcuni requisiti specifici.

L'utilizzazione in sé dell'attrezzatura non deve essere fonte di rischio per i lavoratori. Il lavoratore si impegna ad utilizzare gli strumenti e le attrezzature esclusivamente ai fini della prestazione di telelavoro e a vietarne l'utilizzo ad altre persone.

### **Sedile di lavoro**

- il sedile di lavoro deve essere stabile e permettere all'utilizzatore libertà nei movimenti, nonché una posizione comoda. Deve avere altezza regolabile in maniera indipendente dallo schienale e dimensioni della seduta adeguate alle caratteristiche antropometriche dell'utilizzatore;
- 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;
- 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;
- 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;

### **Piano di lavoro**

- 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 70 e 80 cm. Lo spazio a disposizione deve permettere l'alloggiamento e il movimento degli arti inferiori, nonché l'ingresso del sedile e dei braccioli se presenti;
- la profondità del piano di lavoro deve essere tale da assicurare una adeguata distanza visiva dallo schermo.

### **Schermo**

- 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;
- l'immagine sullo schermo deve essere stabile; esente da farfallamento, tremolio o da altre forme di instabilità;
- la brillantezza e/o il contrasto di luminanza tra i caratteri e lo sfondo dello schermo devono essere facilmente regolabili da parte dell'utilizzatore del videoterminale e facilmente adattabili alle condizioni ambientali;

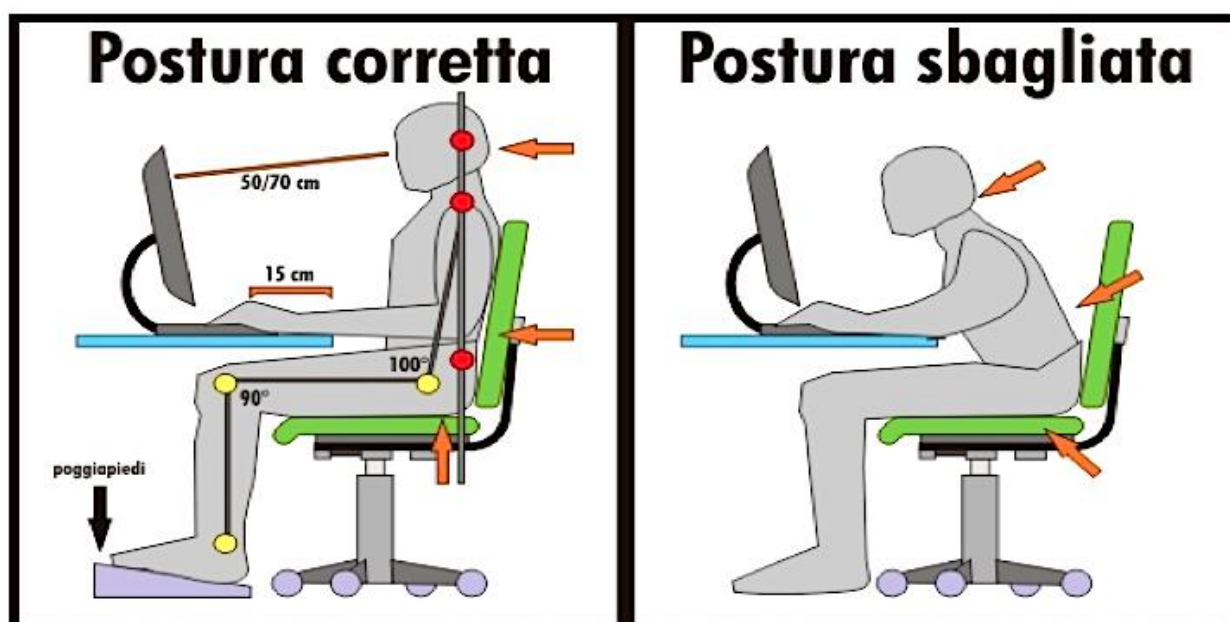
- lo schermo deve essere orientabile ed inclinabile liberamente per adeguarsi facilmente alle esigenze dell'utilizzatore. È possibile utilizzare un sostegno separato per lo schermo o un piano regolabile;
- sullo schermo non devono essere presenti riflessi e riverberi che possano causare disturbi all'utilizzatore durante lo svolgimento della propria attività;
- 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 preferenzialmente la posizione seduta.

### Tastiera e dispositivi di puntamento

- la tastiera deve essere separata 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;
- 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;
- la tastiera deve avere una superficie opaca onde evitare i riflessi;
- la disposizione della tastiera e le caratteristiche dei tasti devono agevolare l'uso. I simboli dei tasti devono presentare sufficiente contrasto ed essere leggibili dalla normale posizione di lavoro;
- 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.

### Computer portatili

L'impiego prolungato dei computer portatili necessita 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.

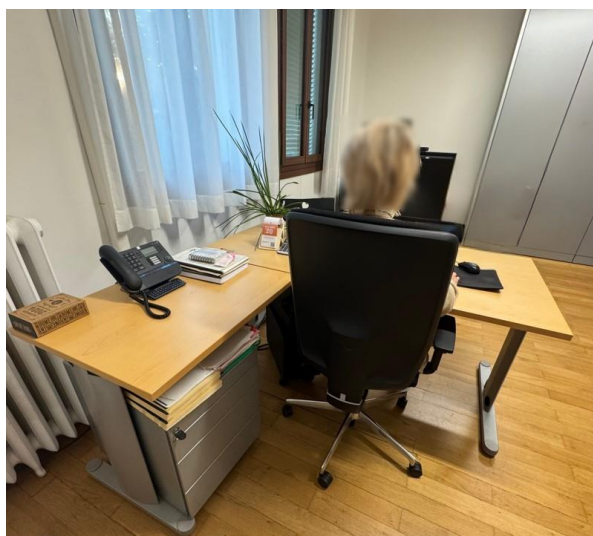
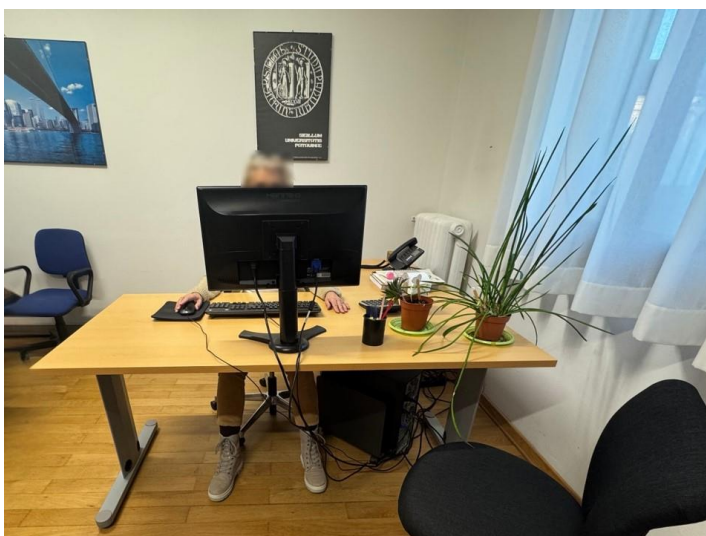


## VADEMECUM FOTO DELLA POSTAZIONE DI LAVORO

### Vista frontale (posteriore se gli spazi non consentono foto frontale)

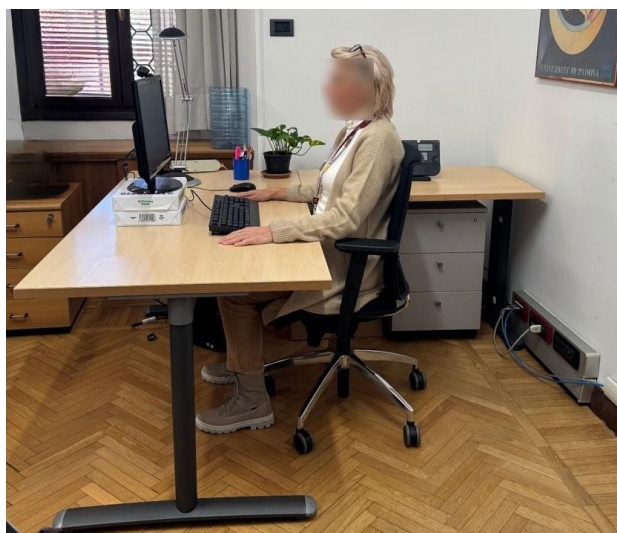
Nella vista frontale deve essere ben visibile la collocazione centrale schermo rispetto alla postazione, eventuali ingombri sotto la scrivania. Sarebbero da preferire foto con il lavoratore presente e seduto in postazione, altrimenti è sufficiente la foto della sola postazione.

Nel caso di foto da vista posteriore deve essere visibile lo spazio circostante la postazione e l'allineamento con lo schermo, meglio foto con lavoratore presente, altrimenti sufficiente la foto della sola postazione.



### Vista laterale

Deve essere visibile lo spazio circostante la postazione e sotto il piano di lavoro, meglio foto con lavoratore presente, altrimenti sufficiente la foto della sola postazione.



### Vista sotto il ripiano di lavoro

Deve essere visibile lo spazio sotto il piano di lavoro, che deve essere privo di ingombri. Eventuali prese e cavi elettrici ben utilizzati e organizzati. Sufficiente la foto della sola postazione.



### Visione panoramica della stanza

Consigliamo di utilizzare la funzione panoramica della fotocamera del telefono per fornire una visuale quanto più completa dell'ambiente ove si svolgerà l'attività di lavoro da remoto. È preferibile che venga inquadrata anche la posizione della finestra rispetto al piano di lavoro. Sufficiente la foto della sola postazione.

