



MINISTERO DELL'ISTRUZIONE, DELL'UNIVERSITÀ E DELLA RICERCA

UFFICIO SCOLASTICO REGIONALE PER IL LAZIO

ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE "PIO LA TORRE"

Via di Torvecchia, 793 - 00168 ROMA - 27° DISTRETTO SCOLASTICO

C. F. 97197460583 – Codice Meccanografico RMIC846009 Tel./fax 06/6146943

E-mail: [rmic846009@istruzione.it](mailto:rmic846009@istruzione.it) Sito web <http://www.icpiolatorre.edu.it>

Circolare n.17

Roma 21/09/2021

PER DIRETTORE SERVIZI AMMINISTRATIVI e personale amministrativo

**Oggetto:** prevenzione del rischio da postura/VdT

Si riportano le principali accortezze per l'utilizzo dei videotermini e mantenimento della postura:

- Gli operatori utilizzatori di Videotermini, apparecchi VDT e/o PC con un impegno superiore ai limiti di legge (All. VII L. 81/08) delle venti ore settimanali per tutte le settimane lavorative dell'anno dovranno essere sottoposti a sorveglianza sanitaria da parte di un Medico Competente nominato dalla scuola.
- Dove l'arredo e le suppellettili non siano progettati secondo criteri ergonomici va programmata la sostituzione con altri arredi rispondenti alla vigente normativa UNI e allegati al D.lgvo 81/08 (sedili regolabili e girevoli con base a cinque raggi con ruote, tavoli da lavoro sufficientemente ampi ecc.).
- Il lavoratore dovrà evitare di mantenere per troppo tempo posture incongrue. È opportuno effettuare periodicamente esercizi di stiramento.
- L'organizzazione del lavoro deve essere realizzata considerando la necessità di ridurre le condizioni di disagio psicofisico (ripetitività e monotonia) e di affaticamento della vista mediante pause di almeno 15 minuti ogni due ore.
- L'orientamento dello schermo DVT deve essere tale da mantenere l'asse sguardo monitor trasversale rispetto alla fonte di luce naturale dell'ambiente.
- Il monitor deve essere inclinabile e la tastiera indipendente.
- È opportuno, durante le pause, fissare lo sguardo alternativamente su un punto in lontananza e un punto in vicinanza per qualche minuto. In caso di prescrizione, il lavoratore dovrà indossare gli occhiali durante la lavorazione.

• IL DIRIGENTE SCOLASTICO

• Prof. Giulio

• Silvestro (Firma autografa sostituita a mezzo stampa ai sensi dell'art. 3 comma 2