



MINISTERO DELL'ISTRUZIONE DELL'UNIVERSITA' E DELLA RICERCA
UFFICIO SCOLASTICO REGIONALE PER IL LAZIO
ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE STATALE
"LUCIO ANNEO SENECA"

Liceo Classico – Linguistico - Scientifico

Via F. Albergotti, 35 – 00167 ROMA - Tel. 06/121124585

C.F. 97046920589 – Cod. M.P.I. RMIS063007 – Distretto 26 – Ambito 8

E-mail: rmis063007@istruzione.it - rmis063007@pec.istruzione.it Web: www.liceoseneca.edu.it

ROMA, 23/11/2020

CIRCOLARE N. 176 – 2020/2021

AI DIRETTORE SERVIZI AMMINISTRATIVI
e personale amministrativo

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

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

- Gli operatori utilizzatori di Videoterminali, 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.ssa Loredana Carloni

Firma autografa omessa ai sensi dell'art.3 del D.Lgs n°39/1993