

Opuscolo informativo
per i lavoratori della scuola

“Uso di attrezzature munite
di videotermini”

Altezza della sedia/del tavolo



Altezza della sedia: sedile leggermente inclinato in avanti. Se i piedi non toccano terra: utilizzate un poggiapiedi. Altezza del tavolo: gomiti alla stessa altezza della tastiera



Ergonomia del lavoro al videoterminale



Illuminazione/contrasto



Nessun riflesso di lampade sullo schermo
Nessuna finestra davanti o dietro lo schermo
Superficie dello schermo chiara: meno riflessi



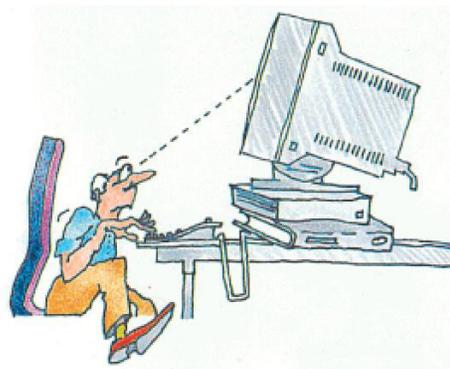
Posizione forzata



Guardate dritto davanti a voi
Utilizzate correttamente la forma anatomica
della sedia



Altezza dello schermo



Altezza degli occhi =
bordo superiore dello schermo



Disturbi agli occhi



Più volte nell'arco di un'ora lasciate vagare lo
sguardo su oggetti lontani
Consultate il vostro oculista nel caso di
problemi agli occhi

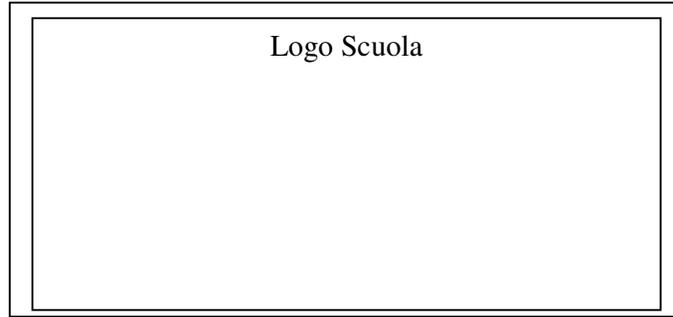


Pause/movimento



Il movimento è la migliore misura preventiva
contro i dolori causati da una cattiva posizione
del corpo





Obbligo di informazione

OBBLIGHI PER IL DATORE DI LAVORO

Titolo I Capo III Sezione IV - Articolo 36

del D.Lgs. 09.04.2008 N. 81 e successive modificazioni

RICEVUTA DI CONSEGNA DEL MATERIALE INFORMATIVO

Il sottoscritto : _____

Dipendente del/della _____

dichiara di aver ricevuto dal Dirigente Scolastico copia dell'opuscolo

"USO DI ATTREZZATURE MUNITE DI VIDEOTERMINALI"

Tale documentazione è stata fornita per ottemperare agli obblighi di informazione di cui all'art. 36 del D.Lgs. 81/2008 e successive modificazioni.

Per ricevuta (firma)

Data