Istituto Comprensivo Statale "A. Crosara"
Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di I° grado
Via G. G. Trissino, 1 – 36073 CORNEDO VICENTINO (VI)
Tel . 0445/951007 – C.M. VIIC82400G
e-mail: viic82400g@istruzione.it - viic82400g@pec.istruzione.it
http://www.iccrosaracornedo.edu.it

Ai docenti dell'IC Crosara
Ai genitori e agli alunni
Albo

E.p.c
RSPP
Dsga

Oggetto: **Informativa rischi utilizzo videoterminale per la Didattica a distanza.**

La Nota MI 388/2020 sulla Didattica a distanza, a seguito dell'emergenza dovuta al Coronavirus, riporta la "Progettazione delle attività" in cui è indicato 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." Ciò in quanto questa modalità didattica comporta un maggior utilizzo del videoterminale da parte di docenti e alunni rispetto all' attività ordinaria.
A tale scopo sono riportate le indicazioni tratte dal Documento di Valutazione dei rischi da diffondere ad insegnanti e alunni per prevenire i rischi legati all'uso del videoterminale, seppure per una durata limitata all'emergenza sanitaria in atto.
Agli insegnanti è chiesto di tenere conto nella programmazione delle attività didattiche anche del susseguirsi delle altre lezioni e di ricordare agli alunni i comportamenti da adottare nell'utilizzo del videoterminale. Si chiede altresì ai genitori di vigilare sul corretto uso degli strumenti digitali da parte dei propri figli.

I videoterminali possono provocare:
- 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 i 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

Firmato digitalmente da PATRIZIA LOMBARDI

Istituto Comprensivo Statale "A. Crosara"
Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di I° grado
Via G. G. Trissino, 1 – 36073 CORNEDO VICENTINO (VI)
Tel . 0445/951007 – C.M. VIIC82400G
e-mail: viic82400g@istruzione.it - viic82400g@pec.istruzione.it
http://www.iccrosaracornedo.edu.it

- 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.

ALLEGATI:

- pubblicazione INAIL "Il lavoro al videoterminale", cui si rimanda in particolare per "Gli esercizi di stretching e rilassamento" pp. 32-37
- INAIL - Documento tecnico sulla possibile rimodulazione delle misure di contenimento del contagio da SARS-CoV-2 nei luoghi di lavoro e strategie di prevenzione

Il Dirigente Scolastico
Patrizia Lombardi

Firmato digitalmente da PATRIZIA LOMBARDI