



AGENZIA  
NAZIONALE  
INDIRE



INDIRE  
ISTITUTO  
NAZIONALE  
DOCUMENTAZIONE  
INNOVAZIONE  
RICERCA EDUCATIVA



**ISTITUTO COMPRENSIVO «D'ALCONTRES»**  
**Via San Vito, 33 - 98051 BARCELLONA P.G. (ME)**  
**Tel. 090- 9761049 - e-mail: meic824001@istruzione.it - pec: meic824001@pec.istruzione.it - C.F. 90008820830**

Circolare n° 97

Agli alunni e alle alunne

Ai Sigg. genitori

Al personale docente e ATA

Alla Responsabile del SPP Maria Muscarà

AL RLS Vittorio Crupi

Al Direttore dei SGA

All'Albo WEB della scuola

**Oggetto: Informativa sulle norme di salute e sicurezza (art.36 – art 177 del D.Lgs. 81/2008) durante le attività  
connesse alla Didattica a Distanza**

#### **II DIRIGENTE SCOLASTICO**

**VISTO il D. Lgs. n.81/2008** in materia di tutela della salute e della sicurezza nei luoghi di lavoro.

**VISTO l'Articolo 15 - Misure generali di tutela - lett. d)** che richiama il rispetto dei principi ergonomici nell'organizzazione del lavoro, nella concezione dei posti di lavoro, nella scelta delle attrezzature e nella definizione dei metodi di lavoro e produzione, in particolare al fine di ridurre gli effetti sulla salute del lavoro monotono e di quello ripetitivo;

**VISTO l'Articolo 18 Obblighi del datore di lavoro - lett. i)** "informare il più presto possibile i lavoratori esposti al rischio di un pericolo grave e immediato circa il rischio stesso e le disposizioni prese o da prendere in materia di protezione";

**VISTO il titolo VII del D. Lgs.81/2008 - ATTREZZATURE MUNITE DI VIDEOTERMINALI dall'art.172 all'art. 177**

**SENTITA** la Responsabile del SPP Maria Muscarà

**CONSULTATO** il RLS Vittorio Crupi

**TENUTO CONTO** che il lavoro sulle piattaforme digitali, in base alla durata del tempo di esposizione, potrebbe comportare i seguenti rischi specifici, quali: l'affaticamento oculo-visivo, i problemi muscolo- scheletrici, posturali, tipici dei lavoratori "videoterminalisti", nonché rischi di natura ergonomica e legati allo Stress Lavoro Correlato ;

**POSTO** le circolari Didattica a distanza prot. 0001694 del 06/03/2020 – didattica a distanza ulteriori precisazioni circ. 87 prot. 0002021/del 20/03/2020. – cir. N. 88 didattica a distanza decalogo operativo prot. 0002061 del 24/03/2020 – circ. N. 92 prot. 002231 del 02/04/2020 didattica a distanza rendicontazione attività e progetto di inclusione

**CONSIDERATO** che la didattica a distanza si può svolgere sia mediante attività **sincrone** che **asincrone**;

**PREMESSO** che:

- 1) Si consiglia di non superare i 30 minuti di collegamento video per ciascuna sessione per ciascun docente e, di fare in modo che nella stessa giornata, per la medesima classe, non si svolgano più di 2 videoconferenze.
- 2) Tutte le altre attività che gli alunni possono svolgere da casa in maniera asincrona, ossia accedendo alla piattaforma con i propri tempi, salvo l'impegno di rispettare il termine di scadenza della consegna di un compito, possono essere organizzate da ciascun docente in maniera libera purché vengano assegnate in piattaforma e comunicate sul R.E. entro la fascia oraria di servizio ;

**TUTTO CIO' PREMESSO**

ai fini dell'osservanza e della corretta applicazione delle misure generali di tutela in materia di igiene e sicurezza e in ottemperanza all'art.177 del D. Lgs.81/2008

**DISPONE**

quanto segue:

- Si dovranno prevedere in generale pause/sospensioni della durata di 15 minuti ogni 120 minuti di applicazione continuativa al videoterminale, in modo da consentire il riposo a VDT degli studenti, delle studentesse, e dei docenti, durante le quali è consigliabile sgranchirsi le braccia e la schiena, senza impegnare gli occhi. Nel rispetto delle indicazioni fornite con circ.88 del 24/03/2020 dovranno alternarsi 20' di collegamento al videoterminale, 30' di studio in modalità asincrona, 10 'di pausa. Gli effetti più benefici si hanno quando, durante le pause, si rivolge lo sguardo su oggetti lontani.
- **Le modalità di formazione sincrone e asincrone della didattica a distanza, dovranno essere adeguatamente gestite e commisurate da ciascun docente in modo da ridurre i rischi di affaticamento e di sovraesposizione al collegamento video.**
- L'illuminazione della postazione deve garantire una luminosità sufficiente e un contrasto appropriato tra lo schermo e l'ambiente circostante, tenuto conto delle caratteristiche del lavoro e delle esigenze visive degli studenti, delle studentesse e dei docenti.
- Evitare riflessi sullo schermo ed eccessivi contrasti di luminanza e abbagliamenti dell'operatore/trice, disponendo la postazione di lavoro in funzione dell'ubicazione delle fonti di luce naturale e artificiale (in particolare le postazioni vanno posizionate in modo da avere la sorgente luminosa di fianco)
- Assumere la postura corretta di fronte al video, con piedi ben poggiati sul pavimento e la schiena poggiata allo schienale della sedia nel tratto lombare. Non usare sedili senza schienale (evitare di stare seduti sugli sgabelli).
- Posizionare lo schermo del video di fronte 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 dagli occhi pari a circa 50-70 cm;
- Disporre la tastiera davanti allo schermo, il mouse od eventuali altri dispositivi di uso frequente, sullo stesso piano della tastiera ed in modo che siano facilmente raggiungibili;
- Eseguire la digitazione e utilizzare il mouse evitando irrigidimenti delle dita e del polso, curando di tenere gli avambracci appoggiati sul piano di lavoro in modo da alleggerire la tensione dei muscoli del collo e delle spalle;
- Per prevenire l'insorgenza di disturbi muscolo-scheletrici si dovranno evitare, per quanto possibile, posizioni di lavoro fisse per tempi prolungati. Ricordare che, per evitare i disturbi alla colonna vertebrale, è importante **spesso o almeno ogni ora cambiare posizione** , alternando la posizione seduta con quella in piedi o viceversa, facendo qualche passo e muovendo la schiena, le spalle, il collo e le braccia.

**IL DIRIGENTE SCOLASTICO**  
**Dott.ssa Patrizia ITALIA**  
**Firma autografa sostituita a mezzo stampa**  
**Ex art.3, comma 2, D.Lgs. 39**