



## **Informativa su Salute e Sicurezza per il Lavoro Agile all'INFN**

### **Premessa**

Il “Lavoro Agile” è una modalità di lavoro innovativa basata su un forte elemento di flessibilità, in particolare nella scelta del luogo ove prestare l’attività lavorativa che, non necessariamente, coincide con il domicilio del lavoratore.

Il presente documento fornisce indicazioni utili per la tutela della salute e sicurezza ricordando che è dovere del dipendente mettere in atto ogni comportamento utile a limitare i rischi derivanti dell’esecuzione della prestazione lavorativa. Tale dovere assume fondamentale importanza al di fuori dei locali aziendali ove in particolare viene meno la possibilità, da parte del Datore di Lavoro, di poter verificare puntualmente il rispetto dei principi ergonomici e tecnici di salute e sicurezza del lavoro (art. 22, comma 2, Legge 81/2017).

Il dipendente deve responsabilmente accertarsi dell’idoneità del luogo di lavoro ai requisiti ergonomici, assumere posizioni posturali corrette, attuare comportamenti rispondenti a criteri e regole di prevenzione; inoltre dovrà osservare le norme di sicurezza e assicurarsi dell’efficienza ed integrità dei dispositivi e delle attrezzature prima e durante l’uso. Più in generale il lavoratore:

- non dovrà in alcun modo adottare comportamenti che possano generare rischi per la sua salute e sicurezza o per quella di terzi;
- dovrà evitare ogni luogo, ambiente, situazione e circostanza che possa comportare un pericolo per la sua salute e la sua sicurezza o per quella di terzi.

La presente informativa sarà consegnata con cadenza annuale al dipendente e al RLS (Rappresentante dei lavoratori per la sicurezza).

Si rimanda inoltre alle indicazioni contenute nell’opuscolo INFN sulla sicurezza Videoterminale da scaricare alla pagina web:

“ <https://web.infn.it/CNPISA/index.php/it/98-manualistica/507-2018-03-opuscolo-informativo-videoterminali> ”.

### **Principi generali**

Nello svolgimento di attività che prevedono l’utilizzo prevalente di computer portatili, i luoghi di lavoro individuati per l’esecuzione della prestazione lavorativa agile devono rispettare, per quanto possibile, le indicazioni previste per la sicurezza dei videoterminalisti.

Il lavoratore deve dunque rifarsi a quelle istruzioni per ciò che riguarda:

- i requisiti generali dei luoghi di lavoro;

- le caratteristiche della postazione di lavoro;
- le pause da rispettare;
- la corretta postura da tenere.

Data la difficoltà di valutare correttamente i rischi connessi ad attività lavorative svolte in ambienti aperti (outdoor) si sconsiglia tale modalità di prestazione.

## Spazi di lavoro

Nella scelta del luogo di lavoro è necessario adottare i seguenti accorgimenti:

- accertarsi del corretto posizionamento dei cavi di alimentazione del computer, in modo tale da evitare il rischio di inciampo e quindi di eventuali cadute;
- disporre di spazio sufficiente per muoversi agevolmente (alzarsi e spostarsi senza rischiare di urtare contro mobili e spigoli);
- evitare di posizionarsi nell'area di apertura di porte ed armadi;
- accertarsi di avere a disposizione vie di fuga agevoli e prive di ostacoli;
- verificare che i locali abbiano agibilità evitando preferibilmente seminterrati;
- accertarsi che sia illuminato e areato naturalmente, che sia ben asciutto, difeso contro l'umidità e possieda condizioni adeguate di igiene.

## Microclima

Nei luoghi di lavoro devono essere garantite adeguate condizioni di benessere relativamente al microclima e alla qualità dell'aria, sia ricorrendo a scambi naturali con l'ambiente esterno, sia utilizzando appositi impianti di riscaldamento e condizionamento dell'aria.

Fermo restando che sono numerosi i fattori che influiscono sul microclima, ad esempio il tipo di attività fisica svolta e l'abbigliamento indossato, i parametri di riferimento suggeriti sono:

- temperatura interna invernale compresa tra i 18 e i 22 °C;
- temperatura interna estiva inferiore all'esterna di non più di 7 °C;
- umidità relativa compresa tra 40 - 60 %;
- velocità dell'aria inferiore a 0,15 m/sec.

I lavoratori che si trovano ad operare in postazioni o in ambienti che, a loro giudizio, non offrono adeguate condizioni in termini di temperatura, livello di umidità o presenza di fastidiose correnti d'aria, devono ricercare opportune soluzioni.

## Illuminazione

La quantità di luce necessaria in ciascun ambiente dipende dal tipo di attività svolta e dalle capacità visive del lavoratore.

Per la prevenzione dei disturbi visivi occorre illuminare correttamente il posto di lavoro e, in tutti i casi in cui sia possibile, utilizzando un'adeguata illuminazione naturale:

- è preferibile evitare la luce solare diretta perché può essere fonte di abbagliamento o di rilessii;
- gli impianti di illuminazione artificiale devono essere previsti per le situazioni e gli orari in cui la luce naturale non è sufficiente;
- i lavoratori provvedono ad integrare, se necessario, con sistemi di illuminazione localizzata i singoli posti di lavoro.

## Rischio elettrico

Durante l'esecuzione della prestazione lavorativa agile i dipendenti devono porre in essere comportamenti adeguati a limitare il rischio elettrico. Di seguito alcuni suggerimenti esemplificativi, ma non esaustivi:

- verificare quali prese di corrente elettrica è possibile utilizzare per alimentare le proprie utenze in funzione degli assorbimenti richiesti e della tipologia delle prese stesse;
- non collegare tra loro spine incompatibili ma utilizzare idonei adattatori;
- evitare l'utilizzo di prese multiple con numerose spine;
- l'inserimento e il disinserimento delle spine devono essere effettuati impugnando correttamente la presa e ad apparecchiatura spenta;
- mantenere prese ed interruttori integri e ben fissati alle pareti;
- non utilizzare prese o apparecchiature elettroniche in situazioni in cui potrebbero trovarsi a contatto con l'acqua;
- impiegare le apparecchiature in conformità con le istruzioni d'uso fornite dal costruttore.

## Postura e comportamento

La principale misura di prevenzione per l'insorgenza di problematiche muscolo-scheletriche è legata all'assunzione di una corretta postura durante il lavoro al videoterminale. Si consulti l'opuscolo informativo INFN sui Videoterminali per la realizzazione di una corretta postazione di lavoro.

Allo scopo di ridurre al minimo il rischio di affaticamento fisico e mentale, la normativa prevede un'interruzione della propria attività con pause di 15 minuti ogni 2 ore. Il lavoratore deve comunque seguire eventuali altre prescrizioni del medico competente o del datore di lavoro.

## Attrezzature di lavoro

Controllare sempre l'efficienza e l'integrità di tutte le attrezzature, apparecchiature, strumenti e dispositivi prima del loro utilizzo. Consultare preventivamente le istruzioni d'uso.

In caso di eventuali anomalie o malfunzionamenti riscontrati nell'utilizzo delle attrezzature, non intervenire con arbitrarie operazioni di modifica del funzionamento o di riparazione, ma lasciare tali azioni al personale autorizzato.

Per computer portatili, in caso di uso prolungato è necessario configurare la postazione di lavoro con tastiera e mouse esterni, nonché con un supporto idoneo a consentire il corretto posizionamento dello schermo in modo da emulare, per quanto possibile, una postazione fissa. È bene usare un monitor esterno se i caratteri o lo schermo del computer portatile sono troppo piccoli.

Nello specifico si elencano le buone pratiche opportune nell'uso dei computer portatili:

- sistemare la postazione di lavoro in maniera ottimale prestando particolare attenzione alla posizione di finestre o fonti di luce che potrebbero abbagliare o creare fastidiosi riflessi sullo schermo;
- regolare l'inclinazione, la luminosità e il contrasto sullo schermo in modo adeguato;
- cambiare spesso posizione facendo pause frequenti;
- evitare di piegare la schiena in avanti.

Smartphone e tablet vanno utilizzati seguendo opportuni accorgimenti per limitare gli effetti negativi che potrebbero causare. Si suggerisce pertanto:

- l'uso congiunto di entrambe le mani;
- l'impiego di supporti che riducano la necessità di tenere testa e collo piegati;
- di ricorrere a tastiere fisiche separate laddove il sistema operativo lo consenta.

In particolare, per l'utilizzo dello smartphone si consiglia di:

- utilizzare l'auricolare durante le conversazioni telefoniche;
- evitarne il continuo contatto con il corpo.

## **Emergenza**

Il lavoratore dovrà evitare di prestare la propria attività in luoghi isolati e remoti e dovrà avere sempre a disposizione un mezzo per la chiamata dei soccorsi.

Nel caso in cui l'attività venga prestata in locali pubblici e/o privati nei quali è presente un piano di emergenza, il lavoratore si impegna a prenderne visione in modo da conoscere:

- le vie e le uscite di emergenza e la relativa segnaletica;
- le modalità di attivazione dell'allarme di evacuazione;
- l'ubicazione del punto di raccolta ed i comportamenti da tenere in caso di emergenza;
- la dislocazione delle risorse per la gestione delle emergenze.

In ogni caso, seguire le indicazioni degli Addetti all'Emergenza del sito se presenti, altrimenti attivare direttamente le procedure di primo intervento chiamando i numeri pubblici di emergenza (**112 – 115 - 118**).

Si riportano di seguito alcune informazioni da seguire in caso di emergenza:

### **Incendio**

- dare l'allarme a voce o mediante gli appositi pulsanti segnalando a tutti i presenti quanto sta accadendo;
- uscire dai locali interessati, allontanarsi ed allontanare le altre persone, chiudendo le porte alle spalle;
- nel caso di presenza di fumo, spostarsi chinati e respirare attraverso un fazzoletto, possibilmente bagnato;
- attenersi alle disposizioni impartite dai soccorritori mantenendo la calma e segnalare loro eventuali feriti e/o dispersi.

Nel caso in cui la fuga fosse preclusa:

- rimanere nel locale chiudendo con cura la porta;
- sigillare ogni fessura della porta mediante stracci o abiti, possibilmente bagnati;
- portarsi in prossimità delle finestre e segnalare la propria presenza.

### **Terremoto**

- cercare rifugio sotto un tavolo robusto oppure addossarsi alle pareti perimetrali o sotto gli stipiti delle porte che si aprono in un muro maestro, e prepararsi a fronteggiare la possibilità di ulteriori scosse;
- allontanarsi da finestre, specchi, vetrine, lampadari, scaffali, apparati elettrici, recipienti contenenti sostanze chimiche;
- muoversi con estrema prudenza, possibilmente lungo i muri.

### **Black-Out Elettrico**

- restare calmi: la maggior parte degli edifici, negli spazi comuni, è dotata di luci di emergenza ad attivazione automatica;
- se ci si trova in un'area buia, spostarsi con molta prudenza verso l'uscita o un'area dotata di illuminazione di emergenza;
- se bloccati in ascensore, premere il pulsante di allarme per l'attivazione dei soccorsi ed attenersi alle disposizioni impartite dal personale addetto;

- utilizzare la funzione torcia del proprio smartphone, se disponibile.

### **Emergenza Sanitaria**

- non spostare assolutamente una persona colta da malore o traumatizzata, a meno che non sia in evidente e immediato pericolo di vita (crolli, incendio, ecc.);
- chiamare il numero **112** o **118** per la richiesta di soccorso, segnalando con precisione la posizione e le condizioni dell'infortunato e indicando: le proprie generalità e il tipo di infortunio;
- seguire le eventuali istruzioni impartite.

## **Infortunati**

Nel caso in cui il dipendente sia oggetto d'infortunio deve fornire dettagliata e tempestiva informazione sull'evento secondo le modalità concordate con la propria Amministrazione locale.

## **Conclusioni**

Il lavoratore può rivolgersi al SPP (Servizio di Prevenzione e Protezione), al Medico Competente e/o al RLS per richiedere eventuali informazioni in merito all'applicazione delle norme a tutela della salute e sicurezza.

La presente informativa potrà essere integrata con eventuali ulteriori procedure di sicurezza in funzione di specifiche necessità organizzative, nonchè aggiornata ogniqualvolta il contesto di riferimento normativo lo richieda.

Per quanto non espressamente previsto, si richiamano le disposizioni legislative, normative e regolamentari vigenti in materia e le indicazioni fornite dai manuali di uso e manutenzione delle attrezzature utilizzate.

## **Eventuali integrazioni del Direttore, RSPP o Medico di struttura**

.....

.....

.....

.....

.....