Buongiorno a Tutti

Tra pochi minuti inizierà il Webinar

Durante la presentazione Vi preghiamo di disattivare i microfoni del vostro device per ridurre il rumore di fondo e permettere a tutti un ascolto senza interferenze.

Al termine dell'evento rimarremo a Vs disposizione per rispondere alle domande e per gli approfondimenti necessari.

info@frareg.com

Consulenza e Formazione

Sicurezza, Medicina del Lavoro, Sistemi
dii Gestione Qualità, Ambiente, Privacy
E Modelli Organizzativi

Frareg - Smart working

FRAREG
FRAFOR

Da oltre 25 anni il tuo partner per le tue esigenze consulenziali e formative in sicurezza sul lavoro, sorveglianza sanitaria, sistemi di gestione, ambiente e privacy a Milano Roma Bologna Padova

Cos'è lo Smart Working

Comunemente definito come la possibilità di svolgere il lavoro ovunque e in qualsiasi momento (*anywhere and at anytime*), utilizzando nuove tecnologie di informazione e di comunicazione, in particolare i dispositivi mobili (smartphone, tablet, laptop, ecc).

La mobilità e l'uso di tecnologia portatile sono le caratteristiche fondamentali di questo tipo di lavoro.

Gli smartworkers, sono identificati come quei lavoratori che, avvalendosi di una connessione a Internet, lavorano almeno dieci ore alla settimana in posti diversi dall'ufficio e dalla propria abitazione.

Cos'è lo Smart Working

Pc, tablet, smartphone: sono questi i principali strumenti che hanno rivoluzionato il mondo del lavoro, rendendolo sempre più smart, senza dubbio differente rispetto a come siamo stati abituati ad incasellarlo.

Le nuove tecnologie dell'informazione e della comunicazione ci permettono, oggi, di essere ininterrottamente in contatto con colleghi e clienti, di lavorare costantemente da casa, bar, spiagge e treni.

Cos'è lo Smart Working

Al tradizionale **telelavoro svolto da casa**, recentemente quindi si sono affiancate ulteriori nuove forme di lavoro: dal telelavoro ad alta mobilità, per chi non possiede una vera e propria postazione ma lavora sempre da posti differenti, al telelavoro a bassa mobilità, per chi lavora tendenzialmente in una o più postazioni diverse da quella dell'ufficio; dal telelavoro regolare al telelavoro occasionale, per chi solo di tanto in tanto lavora lontano dall'impresa.

Cos'è lo Smart Working

Orari flessibili, abbattimento dei tempi morti di spostamento, quiete e silenzio per lavorare: potrebbe sembrare il paradiso per il lavoratore.

Eccessivo prolungamento degli orari di lavoro, confini più sfumati tra la sfera privata e quella lavorativa, isolamento dai colleghi e problemi fisici derivanti dall'utilizzo di strumenti elettronici: sono solo alcuni dei fattori che potrebbero comportare crescita di insonnia e di stress.

Essere always on, e cioè sempre raggiungibili e disponibili per il datore di lavoro, può accentuare il conflitto tra il lavoro e la famiglia o comunque la propria sfera personale, perché il confine tra lavoro e vita privata tende a scomparire.

L'iper-connettività che può derivare dall'utilizzo delle nuove tecnologie digitali, per un verso, espone a maggiori rischi la salute - tanto fisica, quanto mentale - dei lavoratori da remoto, i quali possono incorrere più facilmente in patologie quali il techno-stress, la dipendenza tecnologica, il burnout; per altro verso, tende a confondere i confini tra vita professionale e vita personale, in contraddizione con la finalità stessa alla quale si assume sia orientato lo smart working.

Normativa di riferimento

Legge n. 81/2017

Per quanto riguarda gli aspetti legati alla salute e sicurezza sul lavoro, il modello normato è particolarmente incentrato su una responsabilizzazione dello smart worker, che è tenuto a cooperare nell'attuazione delle misure di prevenzione predisposte dal datore di lavoro per fronteggiare i rischi connessi all'esecuzione della prestazione al di fuori dei locali aziendali.

Mentre il datore di lavoro, per garantire la salute e sicurezza del lavoratore che svolge la prestazione in "modalità agile", è tenuto a tal fine solo a consegnare al lavoratore o al rappresentante dei lavoratori, con cadenza almeno annuale, un'informativa scritta nella quale sono individuati i rischi generali e specifici connessi a tale prestazione (appunto l'oggetto del presente opuscolo).

Quindi trattasi di una disciplina in materia di sicurezza sul lavoro incentrata sul duplice obbligo datoriale, in ossequio a quella che è anche la normativa generale in materia, ma anche fortemente del lavoratore che bilancia la sua maggiore "libertà" con una maggiore responsabilizzazione nello svolgere la prestazione.

Obblighi del datore di lavoro

1. Valuta i rischi connessi all'utilizzo delle attrezzature munite di VDT, in particolare:

   - rischi per la vista e per gli occhi;
   - problemi legati alla postura e all'affaticamento fisico e mentale;
   - condizioni ergonomiche e di igiene ambientale.

2. Adotta misure appropriate per ridurre i rischi

3. Organizza i posti di lavoro in modo conforme.

Rischi generali

Affaticamento visivo o astenotopia, dovuto a:

- utilizzo VDT;
- scorretta illuminazione artificiale;
- contrasti eccessivi sulle superfici,
- scelta non idonea dei corpi illuminanti;
- scarsa o assente illuminazione artificiale
- difetti visivi individuali non o mal corretti

Disturbi muscolo scheletrici con fastidi a collo schiena spalle e braccia, dovuti a:

- posizione lavoro inadeguata (arredo per VDT)
- posizione di lavoro mantenuta fissa per lunghi periodi
- movimenti rapidi del mouse

Inquinamento dell'aria dei locali di lavoro per insufficiente ricambio d'aria.

Rischi elettrici per contatti diretti od indiretti.

Cadute e scivolamenti.

Fattori di rischio stress correlati.

Per chi utilizza autovetture per motivi di servizio:

- rischi da incidenti stradali – postura scorretta alla guida;
- rischi da attività presso cliente.

Rischi specifici connessi alla particolare modalità di esecuzione del rapporto di lavoro

Rischi legati ai comportamenti:

- adottare comportamenti adeguati rispetto alla mansione lavorativa da compiere in modalità agile;
- rispettare procedure e le istruzioni aziendali;
- scelta del luogo idoneo per la prestazione lavorativa secondo i criteri illustrati dalla azienda:
  - illuminazione adeguata
  - microclima adeguato;

Rischi legati all'uso di strumenti ed attrezzature di lavoro di comunicazione:

- postura adeguata;
- seduta e scrivania adeguate;
- utilizzo unicamente delle attrezzature di lavoro fornite dalla Direzione / concordate con la Direzione.

Svolgimento quotidiano del lavoro

L'utilizzazione continuativa delle apparecchiature VDT comporta la necessità di prevedere interruzioni nel loro impiego.

(PAUSE O CAMBIAMENTO DI ATTIVITÀ)

- L'art. 175 del D.Lgs. 81/2008 prevede **PAUSE di 15 minuti ogni 120 minuti** di applicazione continuativa al VDT, salvo differenti disposizioni CONTRATTUALI o del MEDICO COMPETENTE.

Svolgimento quotidiano del lavoro

SORVEGLIANZA SANITARIA

VISITA PREVENTIVA ALL'ATTO DELL'ASSUNZIONE

VISITA PERIODICA DI CONTROLLO

GIUDIZIO DI IDONEITÀ

Sorveglianza sanitaria

La periodicità delle visite di controllo, effettuate per i lavoratori videoterminalisti, salvo casi particolari che richiedono frequenza diversa stabilita dal medico competente:

- è biennale per i lavoratori classificati come idonei con prescrizioni e per chi ha compiuto il cinquantesimo anno di età
- è quinquennale negli altri casi.

Consigli per una corretta sistemazione della propria postazione di lavoro

Rischi da utilizzo videoterminali

I disturbi che possono derivare da un lavoro non appropriato ai VDT sono quelli a carico dell'apparato visivo: bruciore, senso di fastidio o prurito agli occhi, arrossamento congiuntivale, cefalea, fatica visiva.

Inoltre, l'uso di VDT può essere causa di una postura scorretta: essa può determinare un'eccessiva o non uniforme sollecitazione di alcuni dischi intervertebrali, modificazioni della simmetria della colonna vertebrale, l'insorgenza di dolore muscolare localizzato e un ostacolato ritorno venoso con conseguente senso di peso alle gambe.

Scrivanie, sedie, monitor, tastiere e arredi sono pensati per soddisfare i requisiti di legge e per permettere al lavoratore di assumere la giusta postura. Anche l'orientamento delle scrivanie è opportunamente studiato per evitare fastidiosi riflessi.

- Lo schermo deve essere posizionato di fronte all'operatore in maniera che 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 degli occhi pari a circa 50-70 cm.
- Organizzate lo spazio sulla scrivania in modo che sia consentito un appoggio degli avambracci davanti alla tastiera durante la digitazione.
- Regolate lo schienale della sedia in modo da offrire un adeguato supporto alla regione dorso-lombare.

Il lavoro al videoterminale

- Vari disturbi sono stati associati al lavoro al VDT.
- Si tratta di disturbi prevalentemente legati alla postura assunta durante il lavoro e ai movimenti svolti.
- Stati di affaticamento mentale possono portare a una amplificazione di questi effetti, oltre a rappresentare un rischio in sé.

Il lavoro al videoterminale

I punti critici per i disturbi da VDT sono quindi:

- Gli occhi
- La colonna vertebrale
- Gli arti superiori e le mani

Consigli per un corretto utilizzo di PC portatili & Tablet

Nell'utilizzo di dispositivi portatili vengono meno tutti quei requisiti della postazione di lavoro e di ergonomia che vengono applicati ai videoterminali.

Il loro uso prolungato non è contemplato ma esistono delle soluzioni per associare a loro periferiche per agevolarne l'utilizzo.

Una soluzione normalmente in commercio sono le tastiere da connettere via bluetooth o le custodie per tablet con tastiera incorporata.

Utilizzare in questo modo i dispositivi ci riconduce direttamente alle stesse problematiche legate all'uso dei PC portatili; tuttavia lo schermo è più piccolo di quello di un pc ed in ogni caso non può sostituire nel suo uso il PC portatile. Può essere senza dubbio una soluzione da adottare nel breve ma che non deve diventare un'abitudine.

Via bluetooth possono essere connessi anche i mouse ed esiste la possibilità di collegare accessori come penne usb, hard disk esterni, fotocamere, mouse, tastiere e in alcuni casi addirittura stampanti.

Se scriviamo un sms tenendo la testa posizionata in modo che le orecchie siano allineate alle spalle e le scapole spinte all'indietro, vale a dire la postura corretta, il peso sul collo si mantiene tra 4,5 e 5,5 kg. Inclinando la testa in avanti di 15 gradi il peso della testa passa a circa 12 kg, un'inclinazione di 30 gradi corrisponde a un carico di 18 kg, 45 gradi pesano 22 kg e 60 gradi addirittura 27 kg.

Consigli per un corretto utilizzo di PC portatili & Tablet

Alcune accortezze nell'utilizzo dei tablets:

- orientare sempre lo schermo per evitare i riflessi dovuti all'illuminazione degli ambienti di lavoro;
- regolare adeguatamente la luminosità dello schermo;
- regolare adeguatamente il contrasto e la grandezza del carattere;
- per usi prolungati adottare le stesse accortezze adoperate per il monitor della postazione videoterminale classica;
- per usi prolungati dotarsi di tastiera autonoma.

Ergonomia

L'Ergonomia può esser definita come un insieme di regole finalizzate all'analisi e alla valutazione dell'ambiente in funzione del rispetto della salute e del benessere.

Nel rapporto uomo-ambiente devono essere soddisfatti alcuni requisiti relativi a:

- benessere acustico, igrotermico, ottico-visivo, respiratorio-olfattivo;
- fruibilità;
- sicurezza;
- igiene;
- aspetto.

L'obbiettivo è quello di perseguire coerenza e compatibilità tra oggetti, servizi, ambiente di vita e di lavoro.

Condizioni di salute e benessere

Il microclima dell'ambiente interno (temperatura dell'aria, umidità relativa e ventilazione) condiziona gli scambi termici tra l'uomo e l'ambiente e, di conseguenza, la sensazione di benessere di chi vi lavora.

Le caratteristiche degli elementi costruttivi impiegati nella realizzazione dell'edificio devono soddisfare alcuni importanti requisiti:

- contribuire a mantenere le condizioni microclimatiche richieste;
- garantire la ventilazione e i ricambi d'aria;
- limitare il rilascio di composti organici volatili, polveri e fibre.

Un microclima accettabile, insieme ad un'adeguata illuminazione degli ambienti e ad un contenuto livello di rumore, è essenziale per raggiungere condizioni di lavoro ottimali.

Anche l'illuminazione dei locali e dei posti di lavoro deve essere pensata per essere quantitativamente e qualitativamente adeguata a svolgere il proprio lavoro in tutte le stagioni e in tutte le ore del giorno.

La manutenzione provvede periodicamente, e nel minor tempo possibile, alla sostituzione dei corpi illuminanti guasti.

Requisiti dei luoghi di lavoro

Microclima ed illuminazione

Parametri microclimatici da valutare:

- Temperatura
- Umidità
- Velocità dell'aria
- Illuminazione

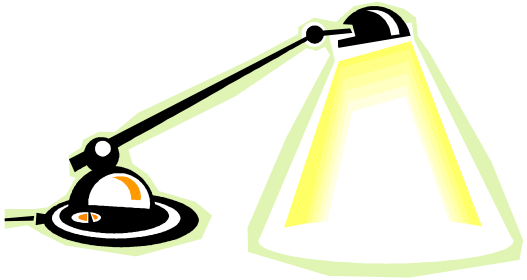
- E' sempre consigliabile prediligere l'aerazione naturale
- Dove ciò non fosse possibile, è comunque necessario garantire un ricambio d'aria costante
- L'abuso dell'aerazione forzata può comportare dei problemi alla persona anche seri

Disposizione delle fonti luminose

- L'illuminazione dell'ambiente deve essere omogenea ma non tale da causare effetti di monotonia.

- Si deve preferire in ogni caso la luce naturale, ma questa deve essere schermata, in quanto ha in genere un'intensità molto maggiore della luce artificiale. Come per la luce artificiale, la fonte di luce naturale non deve trovarsi nel campo visivo.

- Nel caso la luce naturale sia insufficiente, è necessario ricorrere all'illuminazione artificiale.



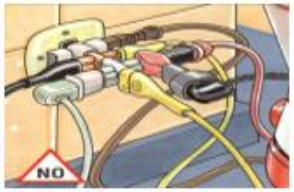
Rischio incendio

Risulta di fondamentale importanza quindi prevenire l'insorgere di incendi evitando le fonti di innesco.

§ E' preferibile non fumare sulla postazione di lavoro (e comunque non svuotare i portacenere nei cestini della carta)

Circa il 10-15% di tutti gli incendi infatti hanno origine dall'impianto elettrico o dagli apparecchi elettrici utilizzati. L'impianto elettrico deve essere sottoposto a verifiche e manutenzioni da parte di tecnici specializzati ed esperti, ma tutti possiamo contribuire alla prevenzione antincendio mediante il rispetto di semplici indicazioni.

NON COLLEGARE PIU' SPINE ALLA STESSA PRESA DI CORRENTE in quanto l'eccessivo carico elettrico puo' provocare surriscaldamento con pericolo di incendio. verificare sempre che l'intensità di corrente assorbita complessivamente dagli utilizzatori da collegare non superi i limiti della presa stessa.



L'uso di stufette, bollitori o prese multiple non omologate può sovraccaricare l'impianto e provocare un deterioramento anomalo dell'isolamento.

Rischio elettrico

L'impianto elettrico deve essere realizzato a regola d'arte; vale a dire secondo le norme CEI (Comitato Elettrotecnico Italiano).

Deve rispondere a tutti i requisiti di legge e viene periodicamente verificato e mantenuto in perfetta efficienza.

LA FAMILIARITÀ CHE OGNUNO DI NOI HA CON IL PROPRIO AMBIENTE DOMESTICO PORTA A SOTTOVALUTARE PERICOLI E RISCHI CHE POSSONO PREGIUDICARE LA NOSTRA SICUREZZA E QUELLA DI COLORO CHE CI STANNO VICINO

Di seguito si riportano semplici ma importanti avvertenze per un corretto impiego delle apparecchiature elettriche:

EVITARE RIPARAZIONI O INTERVENTI FAI DA TE (smontaggio, riparazione, sostituzione di pezzi).

NON INTERVENIRE mai in caso di guasto, improvvisandosi elettricisti e, in particolare non intervenire su quadri elettrici

NON UTILIZZARE APPARECCHIATURE ELETTRICHE PER SCOPI NON PREVISTI DAL COSTRUTTORE

.

Rischio elettrico

PRESTARE PARTICOLARE ATTENZIONE ALL'USO DI APPARECCHI ELETTRICI NEI LOCALI UMIDI (ad es. bagni) OPPURE CON MANI BAGNATE

PRESTARE ATTENZIONE A OGNI SITUAZIONE ANOMALA (prese/spine danneggiate, isolamento cavi danneggiato, scoppiettii provenienti da componenti elettrici, odore di bruciato proveniente dall'interno di un'apparecchiatura, ecc.)

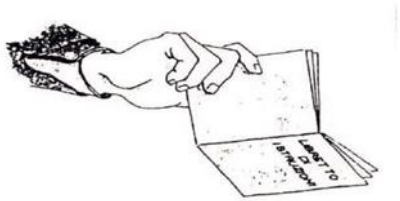
NON COPRIRE o NASCONDERE CON ARMADI O ALTRE SUPPELLETTILI I COMANDI E I QUADRI ELETTRICI

NON STACCARE MAI UNA SPINA TIRANDO IL FILO: IL GIA' DANNEGGIATO DA ALTRI POTREBBE SPEZZARSI IN MANO E PROVOCARE UNA PERICOLOSISSIMA SCARICA ELETTRICA

Se la spina non esce, evitare di tirare con forza eccessiva, perché si potrebbe strappare la presa dal muro.

Rischio elettrico

Utilizzare gli apparecchi elettrici attenendosi alle indicazioni fornite dal costruttore mediante il libretto di istruzione.



COLLEGARE L'APPARECCHIO ALLA PRESA PIÙ VICINA EVITANDO IL PIÙ POSSIBILE L'USO DI PROLUNGHE ELETTRICHE

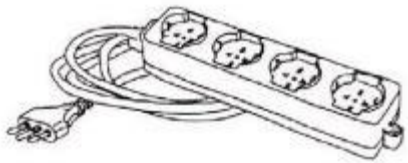
COLLEGARE L'APPARECCHIO A UNA PRESA DI CORRENTE IDONEA 10A (alveoli della presa più piccoli) o 16A (alveoli della presa più grandi), in relazione alle dimensioni della spina.

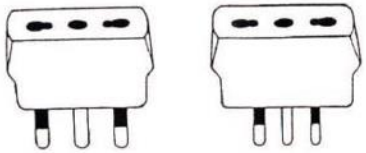
Quando un componente elettrico (presa, spina, cavo, ecc.) si danneggia richiederne l'immediata sostituzione con un altro nuovo marchiato IMQ (Istituto italiano del Marchio di Qualità).

nel caso si rendesse necessaria la sostituzione di una lampadina operare solo dopo aver aperto l'interruttore generale di zona

Rischio elettrico

Usare sempre adattatori e prolunghe adatti a sopportare la corrente assorbita dagli apparecchi utilizzatori.
Su tutte le prese e le “ciabatte” è riportata l'indicazione della corrente, in Ampere (A), o la potenza massima.





SI NO

È POSSIBILE utilizzare adattatori con spina 16 A e presa 10 A (o bipasso 10/16 A).

È VIETATO UTILIZZARE adattatori con spina 10 A e presa 16 A (o bipasso 10/16 A).

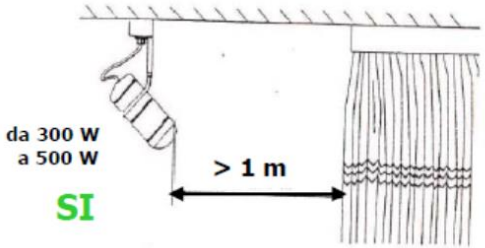
Spine di tipo tedesco (Schuko) possono essere inserite in prese di tipo italiano solo tramite un adattatore che trasferisce il collegamento di terra effettuato mediante le lamine laterali ad uno spinotto centrale.

E' assolutamente vietato l'inserimento a forza delle spine Schuko nelle prese di tipo italiano.
Infatti, in tale caso dal collegamento verrebbe esclusa la messa a terra.

NO

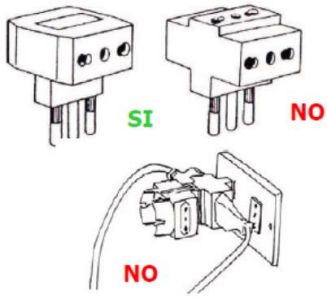
Rischio elettrico

Allontanare le tende o altro materiale combustibile dai faretti e dalle lampade.
Necessario lasciare libero lo spazio antistante i quadri elettrici.



Sono consentiti adattatori multipli con due sole prese laterali.

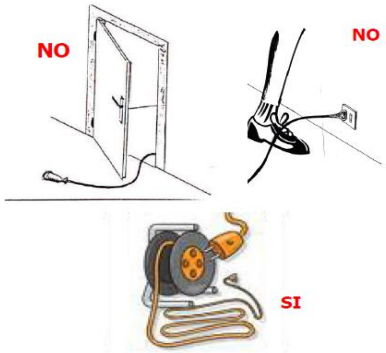
Quelli con una terza presa sono vietati in quanto consentono l'inserimento a catena di più prese multiple, con conseguente pericolo di superare la corrente massima sopportabile dalla presa o di provocare il cedimento meccanico della presa e degli adattatori a causa del peso eccessivo sugli alveoli.



Segnalare immediatamente eventuali condizioni di pericolo di cui si viene a conoscenza (ad esempio se vi sono segni di cedimento o rottura, sia da usura che da sfregamento, nei cavi o nelle prese e spine degli apparecchi utilizzatori, nelle prese a muro non adeguatamente fissate alla scatola, ecc.).

Rischio elettrico

Non impedire la corretta ventilazione degli apparecchi elettrici
Le stufette elettriche devono essere tenute lontane da tende, tappezzeria e altro materiale combustibile.
Non mettere ad asciugare sulle stufette stracci o indumenti umidi.
Prima di uscire, spegnere la stufetta e staccare la spina.
E' vietato posare contenitori di liquidi e vasi di fiori sopra gli apparecchi elettrici e sopra le prese mobili (ciabatte).



Collegare l'apparecchio utilizzatore alla presa più vicina evitando, per quanto possibile, l'uso di prolunghe.

Le prolunghe, i cavi e altre apparecchiature elettriche devono essere posate in modo da non costituire intralcio per le persone ed evitare deterioramenti per schiacciamento e taglio (non fare passare cavi o prolunghe sotto le porte, non posare cavi e prolunghe vicino a fonti di calore).

Nel caso di uso di prolunghe avvolgibili queste devono essere completamente svolte, prima del loro inserimento nella presa (con la prolunga avvolta il cavo ha una portata minore e quindi a parità di corrente assorbita si surriscalda maggiormente).

Il rischio elettrico

Contatto diretto

Toccare una parte
in tensione scoperta.

Contatto indiretto

Le parti metalliche
normalmente sicure, vanno
in tensione in caso di
guasto.

Protezione da contatti diretti

- **Protezione passiva:** segregare e rendere inaccessibili le parti attive mediante isolamento, barriere, involucri,….
- **Protezione attiva**: Interruzione immediata dell'alimentazione in caso di contatto diretto, ottenuta mediante l'uso di interruttore differenziale ad alte sensibilità.

Effetti sull'uomo

Il corpo umano è un conduttore di elettricità, che presenta una resistenza elettrica variabile da persona a persona e dalle condizioni ambientali .

Se il corpo umano viene attraversato da corrente elettrica si possono verificare i seguenti fenomeni:

- tetanizzazione;
- arresto della respirazione;
- fibrillazione ventricolare.

Altri effetti derivanti dalla elettrocuzione sono quelli di tipo termico, come **bruciature ed ustioni** (generalmente profonde) che vanno spesso a sommarsi agli effetti precedenti .

Cosa fare in caso di folgorazione?

1. Staccare immediatamente la corrente agendo sull'interruttore centrale e non toccare assolutamente l'infortunato, prima di questa manovra: in caso contrario, anche il corpo del soccorritore si trasforma in un mezzo di conduzione per l'elettricità, innescando un meccanismo a catena per cui anziché soccorritore si diventa vittima.

2. Se l'interruttore è molto lontano e se il suo spegnimento implica una forte perdita di tempo, staccare la spina e allontanare l'infortunato dalla fonte elettrica usando un bastone, una sedia o il manico di una scopa. L'importante è che il mezzo prescelto sia di legno, materiale che non fa da conduttore e che consente al soccorritore di rimanere isolato e quindi di non subire danni.

Utilizzo autovettura

Ricordiamo a tutti che la mobilità stradale comporta dei rischi che non devono essere sottovalutati, per questo motivo sono state fornite informazioni utili e comprensibili per contribuire alla sicurezza dei viaggi dei dipendenti.

Tutti i collaboratori che effettuano spostamenti di lavoro in automobile devono essere consapevoli delle proprie responsabilità individuali verso gli altri utenti della strada ed i terzi eventualmente trasportati e sono tenuti a conformarsi alle regole generali definite nella presente linea guida. Tutti i collaboratori sono, pertanto chiamati ad impegnarsi attivamente per garantire il rispetto delle normative e per contribuire al raggiungimento degli obiettivi definiti: di conseguenza le multe da infrazioni vengono addebitate ai collaboratori.

I collaboratori sono inoltre chiamati a fornire le informazioni necessarie all'indagine delle cause di eventuali incidenti stradali.

Rispetto del Codice della Strada

Il rispetto del codice della strada costituisce il requisito minimo di partenza per la definizione di una linea guida finalizzata alla prevenzione degli incidenti.

Utilizzo autovettura

In particolare:

• i conducenti devono essere in possesso di una patente di guida in corso di validità;

• i limiti di velocità devono essere sempre rispettati;

• la velocità e la distanza di sicurezza devono essere regolate tenendo conto delle caratteristiche della strada, del traffico, delle condizioni atmosferiche, del tipo e delle condizioni del veicolo;

• i conducenti sono responsabili del fatto che tutti i passeggeri indossino le cinture di sicurezza;

• gli anabbaglianti devono essere tenuti accesi anche di giorno durante la guida in autostrada e nei percorsi extraurbani.

Principio della guida difensiva

I conducenti devono essere in grado di riconoscere in anticipo le situazioni di potenziale pericolo che possono essere determinate volontariamente o involontariamente dal loro comportamento o da fattori esterni in modo da poter effettuare, in ogni eventualità, le manovre necessarie per evitare il verificarsi di un incidente (es. rallentare in presenza di pozzanghere, curve con scarsa visibilità, incroci).

Utilizzo autovettura

Uso delle cinture di sicurezza

L'uso delle cintura di sicurezza anteriori e posteriori è obbligatorio. Esistono delle esclusioni dall'obbligo per ragioni mediche, non specificate dal codice ma rimesse alla valutazione del sanitario. Tali esclusioni devono essere esplicitamente certificate da un medico di sanità pubblica (USSL) o da un medico ginecologo per quanto attiene l'esclusione dovuta a stato di gravidanza.

Uso di farmaci

L'assunzione di alcuni farmaci presenta rischi dovuti ai potenziali effetti sul cervello e sulle funzioni cognitive. Il conducente deve verificare all'interno del foglio illustrativo del farmaco eventuali informazioni circa l'incompatibilità del farmaco con la guida e riferirlo al proprio medico curante. Se necessario, quest'utimo provvederà ad escludere la prescrizione di tali medicinali che possono indurre sonnolenza, sostituendoli con altri capaci di non influire sullo stato di vigilanza.

Uso di alcolici

La guida sotto l'influenza di alcolici è vietata.

Si ricorda che è proibita l'assunzione di alcol durante l'orario di lavoro e che i lavoratori che svolgono mansioni a rischio sicurezza, propria e altrui, possono essere sottoposti, anche per ragionevole dubbio, ad accertamenti sanitari periodici di verifica.

Sebbene il Codice della Strada preveda limiti di alcolemia per la guida, il DLgs 81/08 ha stabilito che chi usa l'auto per lavoro ha divieto assoluto di assunzione di bevande alcoliche prima di mettersi alla guida e durante tutto l'orario di lavoro, e quindi il limite stabilito per il tasso alcolemico è di 0,0 g/l.

Utilizzo autovettura

Assunzione di stupefacenti

La guida sotto l'influenza di sostanze stupefacenti è vietata dal Codice della Strada.

Si ricorda che è proibito l'uso di sostanze stupefacenti, e che i lavoratori che svolgono mansioni a rischio sicurezza, propria e altrui, possono essere sottoposti, anche per ragionevole dubbio, ad accertamenti sanitari periodici di verifica.

Guida e stanchezza

La guida in condizioni di stanchezza è da evitare: è opportuno iniziare un viaggio sufficientemente riposati e, durante i lunghi viaggi, fermarsi e riposare per almeno mezz'ora ogni tre ore di guida. Inoltre il tempo di guida in una giornata non dovrebbe eccedere, ad eccezione di casi isolati, le sei ore complessive.

Trasporto di cose e persone

Gli oggetti da trasportare devono essere riposti preferibilmente nel bagagliaio e collocati in modo stabile e sicuro.

Particolare attenzione va posta, inoltre, nell'occultare personal computer e altre attrezzature informatiche di valore, documenti e simili durante fermate anche brevi.

Il trasporto di materiali pericolosi (infiammabili, esplosivi, ecc.) e di rifiuti è proibito.

Durante l'uso dell'auto per attività lavorative non è concesso dare passaggi a persone che non hanno relazione con l'attività lavorativa (es. autostoppisti).

Utilizzo autovettura

Uso di telefono cellulari e altre attività fonte di distrazione alla guida

I conducenti devono mantenere l'attenzione sulla guida.

Durante la guida pertanto non è consentito l'uso dei telefoni cellulari. L'uso del telefono è consentito solo se il dispositivo viva voce è incorporato nella vettura di serie.

Si suggerisce comunque di porre il telefono in modalità "segreteria" prima di mettersi alla guida e di controllare i messaggi ed effettuare chiamate in condizione di tutta sicurezza, con auto ferma e parcheggiata in luogo idoneo.

Dovranno poi essere evitate tutte le attività che distraggono durante la guida quali ad esempio mangiare, bere, inserire od estrarre CD o utilizzare i comandi dell'autoradio, consultare mappe e impostare navigatore, scrivere o leggere sms, cura personale, lettura, scrittura e uso del computer portatile o di altre attrezzature informatiche.

Fumo

Durante la guida è sconsigliato fumare.

Il fumo infatti, non solo rappresenta un rischio per la salute, ma risulta anche una distrazione per la persona alla guida, al pari dell'uso del telefono cellulare o delle attività elencate nel paragrafo precedente.

Formazione e informazione

Una adeguata *formazione e informazione* dei lavoratori sui rischi presenti e sulle azioni corrette da seguire per utilizzare la propria postazione di lavoro, e un adeguato addestramento sui software e sui metodi da utilizzare, possono evitare l'attuazione di azioni che pregiudicherebbero anche le altre scelte di prevenzione fatte.

In caso di infortunio

Si ricorda a tutti i lavoratori che IN CASO DI INFORTUNIO SI È TENUTI A DARNE COMUNICAZIONE ALL'UFFICIO DEL PERSONALE in modo che possa essere correttamente aperta la pratica di infortunio.

In caso di infortunio la 81/2017

Art. 23

Assicurazione obbligatoria per gli infortuni
e le malattie professionali

1. L'accordo per lo svolgimento della prestazione lavorativa in modalita' di lavoro agile e le sue modificazioni sono oggetto delle comunicazioni di cui all'articolo 9-bis del decreto-legge 1° ottobre 1996, n. 510, convertito, con modificazioni, dalla legge 28 novembre 1996, n. 608, e successive modificazioni.

2. Il lavoratore ha diritto alla tutela contro gli infortuni sul lavoro e le malattie professionali dipendenti da rischi connessi alla prestazione lavorativa resa all'esterno dei locali aziendali.

3. Il lavoratore ha diritto alla tutela contro gli infortuni sul lavoro occorsi durante il normale percorso di andata e ritorno dal luogo di abitazione a quello prescelto per lo svolgimento della prestazione lavorativa all'esterno dei locali aziendali, nei limiti e alle condizioni di cui al terzo comma dell'articolo 2 del testo unico delle disposizioni per l'assicurazione obbligatoria contro gli infortuni sul lavoro e le malattie professionali, di cui al decreto del Presidente della Repubblica 30 giugno 1965, n. 1124, e successive modificazioni, quando la scelta del luogo della prestazione sia dettata da esigenze connesse alla prestazione stessa o dalla necessita' del lavoratore di conciliare le esigenze di vita con quelle lavorative e risponda a criteri di ragionevolezza.

Riferimenti

info@frareg.com

Telefono 02 6901 0030

Viale Edoardo Jenner, 38, 20159 Milano MI