

COMUNE DI CARBONIA
DISCIPLINA DEL LAVORO A DISTANZA

INFORMATIVA SULLA SALUTE E SICUREZZA NEL LAVORO A DISTANZA AI SENSI DELL'ART. 22, COMMA 1, L. 81/2017 e s.m.i.

MISURE DA ADOTTARE PER LA SALUTE E SICUREZZA NELLA MODALITA' LAVORATIVA "LAVORO AGILE" E "LAVORO DA REMOTO"

Sicurezza sul lavoro (art. 22 L. 81/2017)

Il datore di lavoro garantisce la salute e la sicurezza del lavoratore, che svolge la prestazione in modalità di lavoro agile, e a tal fine consegna al lavoratore e al rappresentante dei lavoratori per la sicurezza, con cadenza almeno annuale, un'informativa scritta, nella quale sono individuati i rischi generali e i rischi specifici connessi alla particolare modalità di esecuzione del rapporto di lavoro.

Il lavoratore è tenuto a cooperare all'attuazione delle misure di prevenzione predisposte dal datore di lavoro per fronteggiare i rischi connessi all'esecuzione della prestazione all'esterno dei locali aziendali.

Obblighi dei lavoratori (art. 20 D. Lgs. 81/2008)

Ogni lavoratore deve prendersi cura della propria salute e sicurezza e di quella delle altre persone presenti sul luogo di lavoro, su cui ricadono gli effetti delle sue azioni o omissioni, conformemente alla sua formazione, alle istruzioni e ai mezzi forniti dal datore di lavoro.

Il/La lavoratore/lavoratrice che opera in regime di lavoro a distanza, per i periodi concordati, è tenuto a cooperare diligentemente all'attuazione delle misure di prevenzione e protezione predisposte dal datore di lavoro per fronteggiare i rischi connessi all'esecuzione della prestazione in modalità a distanza, adottando misure che non causino rischi per la propria o altrui salute, ed individuando, secondo il principio di ragionevolezza, il luogo in cui svolgere l'attività lavorativa assegnata.

A seguito di tale principio, si comunicano le successive raccomandazioni relativamente ai luoghi di lavoro.

Le schede contengono i principi generali e suggerimenti in caso di emergenze; in particolare:

Scheda 1: Prestazione lavorativa IN AMBIENTE CHIUSO (proprio domicilio)

Scheda 2: Prestazione lavorativa IN AMBIENTE CHIUSO (luogo diverso dal proprio domicilio)

Scheda 3: Ergonomia, affaticamento visivo ed uso dello smartphone

Scheda 4: Prestazione lavorativa IN AMBIENTE APERTO/ESTERNO

Scheda 5: Sicurezza antincendio e suggerimenti sui comportamenti da tenersi in caso di emergenze

Scheda 6: Infortunio in itinere ed emergenza CoViD19

CONSEGNA DELL'INFORMATIVA

Il/La Dirigente consegna la presente informativa ai/alle lavoratori/trici che svolgono la loro prestazione in modalità di lavoro a distanza: lavoro agile / lavoro da remoto e ai rappresentanti dei lavoratori per la sicurezza (RLS). - Art. 22 della Legge 81/2017.

Carbonia, _____

Il/La dipendente

SCHEDA 1: Prestazione lavorativa IN AMBIENTE CHIUSO (proprio domicilio)

Premesso che la prestazione lavorativa assicurata dal dipendente deve rispettare le indicazioni previste per la salute e la sicurezza **dei videoterminalisti** (requisiti generali dei luoghi di lavoro, ergonomia postazione di lavoro, pause, postura, ecc.), si aggiunge che:

- si devono obbligatoriamente utilizzare macchine, attrezzature ed utensili con marcatura CE, rispondenti alle vigenti norme di legge;
- è necessario assicurarsi dell'efficienza ed integrità dell'impianto elettrico;
- si deve verificare efficienza ed integrità dei dispositivi e delle attrezzature prima dell'utilizzo e seguire le istruzioni del manuale d'uso;
- si devono predisporre le proprie postazioni di lavoro in modo da evitare che i cavi e i collegamenti elettrici possano intralciare il passaggio ed il normale transito delle persone o si possano danneggiare, favorendo il rischio di incendio;
- si possono utilizzare, solo in caso di necessità, adattatori e prolunghe idonei a supportare la corrente assorbita dagli apparecchi utilizzati e adatti all'ambiente in cui si opera (indoor/outdoor);
- si devono utilizzare le apparecchiature (personal computer, telefoni cellulari ecc.) verificando la stabilità sulle superfici di appoggio e la solidità del piano di lavoro;
- è necessario adottare una tastiera e un mouse o altro dispositivo di puntamento esterno e un idoneo supporto che consenta il corretto posizionamento dello schermo, nel caso di uso prolungato di computer portatili;
- è necessario utilizzare un piano di lavoro che abbia preferibilmente le seguenti caratteristiche:
 - colore opaco e non riflettente;
 - superficie sufficientemente ampia per disporre i materiali necessari e le attrezzature nonché consentire un appoggio per gli avambracci dell'operatore ai lati della tastiera, nel corso della digitazione;
 - profondità tale da assicurare una corretta distanza visiva dallo schermo;
 - stabilità e altezza, fissa o regolabile, indicativamente fra 70 e 80 cm;
 - presenza di uno spazio idoneo per il comodo alloggiamento e la movimentazione degli arti inferiori e per la seduta.

A ciò sopra descritto si aggiunge che:

- la mansione lavorativa non può essere svolta in locali tecnici o locali non abitabili (ad es. soffitte, seminterrati, rustici, box);
- il lavoratore deve avere adeguata disponibilità di servizi igienici e acqua potabile e presenzi di impianti a norma (elettrico, termoidraulico, ecc.) adeguatamente mantenuti ed a norma di legge;
- il luogo prescelto deve possedere illuminazione e areazione sufficiente (eventuali schermature alle finestre per evitare fastidiosi riflessi, ricambi d'aria anche garantito da impianti di unità trattamento aria);
- in relazione all'illuminazione del luogo di lavoro, essa deve essere naturale sufficiente o, se necessario, integrata con sistemi di illuminazione localizzata;
- il luogo di lavoro deve essere ben asciutto e difeso contro l'umidità ed in generali condizioni adeguate di igiene;
- non devono essere presenti rumori che disturbino l'attività lavorativa (rumori con picchi elevati temporanei o rumori di basso livello, ma costanti nel tempo);
- gli eventuali impianti di condizionamento dell'aria devono essere a norma e regolarmente mantenuti; i sistemi filtranti dell'impianto e i recipienti eventuali per la raccolta della condensa, vanno regolarmente ispezionati e puliti e, se necessario, sostituiti e la climatizzazione deve essere adeguata all'organismo umano durante il tempo di lavoro, tenuto conto dei metodi di lavoro applicati e degli sforzi fisici necessari;
- contro il rischio incendio, l'impianto a gas metano eventualmente presente deve rispettare le vigenti norme di sicurezza.

SCHEDA 2: Prestazione lavorativa IN AMBIENTE CHIUSO (luogo diverso dal proprio domicilio)

Nel caso in cui si operi in ambienti indoor diversi dal proprio domicilio è necessario:

- verificare che i tavoli e le scrivanie non abbiano spigoli vivi o parti usurate che potrebbero provocare tagli ed abrasioni;
- assumere posizioni di lavoro corrette, adeguando la propria postazione e la disposizione delle apparecchiature abitualmente utilizzate in modo da evitare affaticamento posturale e/o psicofisico;
- limitare i movimenti rapidi e ripetitivi e evitare il mantenimento della stessa posizione per tempi prolungati;
- informarsi preventivamente sull'adeguatezza e il funzionamento degli eventuali sistemi di estinzione presenti oltre che sui comportamenti da adottare per affrontare le eventuali situazioni di emergenza;
- nel caso in cui si operi in Strutture del Comune diverse dalla normale sede lavorativa, sapere come e a chi di competenza segnalare prontamente eventuali anomalie o malfunzionamenti riscontrati nell'utilizzo delle attrezzature fornite dal Comune, per evitare interventi manutentivi erronei o pericolosi;
- privilegiare il lavoro in luoghi non affollati per evitare interferenza tra la sfera privata e lavorativa oltre a ridurre le possibili infezioni virali;
- evitare esposizione al fumo passivo.

SCHEDA 3: Ergonomia, affaticamento visivo ed uso dello smartphone

Qualora l'attività a distanza preveda un uso prolungato di PC fissi o portatili, tablet, smartphone, di seguito si riportano le principali indicazioni in merito alla tutela della salute dei lavoratori.

Ergonomia e postura:

Si raccomanda:

- ✓ l'uso di sedute ergonomiche;
- ✓ di assumere posture corrette (es. non incrociare le gambe per non comprimere capillari e nervi);
- ✓ ove possibile, prediligere l'uso del mouse (meglio verticale per non appesantire le articolazioni del polso) e della tastiera esterni;
- ✓ usare il poggiapolsi in condizioni di riposo e non durante la digitazione;
- ✓ non premere eccessivamente sulla tastiera per non causare microtraumi alle articolazioni della mano e del polso;
- ✓ sfruttare le pause per effettuare piccoli esercizi di stretching per evitare l'intorpidimento muscolare e ripristinare il corretto irroramento vascolare.

Affaticamento visivo:

- ✓ allontanare lo sguardo dal video secondo le indicazioni (due pause ogni ora da 30 a 60 secondi ed una pausa più ampia di 15 minuti ogni due ore);
- ✓ illuminare e posizionare correttamente lo schermo rispetto alla linea visiva;
- ✓ evitare riflessi sullo schermo;
- ✓ non indossare lenti a contatto;
- ✓ umettare l'occhio muovendo spesso le palpebre;
- ✓ evitare letture protratte sullo smartphone.

Si raccomanda un uso consapevole dello Smartphone come strumento di lavoro:

- ✓ non usare lo smartphone quando si è alla guida;

- ✓ inviare mail o messaggi solo a veicolo fermo o se si è passeggeri;
- ✓ rispondere alle chiamate prediligendo l'uso degli auricolari ed un volume non troppo elevato;
- ✓ non utilizzare lo smartphone per scrivere testi o effettuare letture molto lunghi/e;
- ✓ evitare l'uso dello smartphone mentre si cammina;
- ✓ nel caso si sia portatori di apparecchi acustici, utilizzare gli auricolari sull'orecchio opposto a quello in cui vi è l'impianto e, in ogni caso, assicurandosi di poter "sentire" l'ambiente circostante;
- ✓ non utilizzare lo smartphone nelle aree di distribuzione del carburante;
- ✓ non collocare lo smartphone nelle vicinanze dell'airbag;
- ✓ evitare di usare il dispositivo in caso di sospetta interferenza con apparecchi medicali o impianti salva-vita (es. pacemaker).

SCHEDA 4: Prestazione lavorativa IN AMBIENTE APERTO/ESTERNO

Nel caso in cui l'attività a distanza si realizzi in ambienti outdoor, la/il dipendente deve assicurarsi che:

- sussistano protezioni contro gli agenti atmosferici, le radiazioni solari e la caduta di oggetti anche naturali; non si abbiano rumori che disturbino l'attività lavorativa (rumori con picchi elevati anche se temporanei o rumori di basso livello, ma costanti nel tempo);
- non siano riscontrabili agenti esterni nocivi quali gas, vapori o polveri;
- sia possibile abbandonare rapidamente il posto di lavoro in caso di pericolo e, se necessario, sia possibile attivare ed attuare rapidamente i soccorsi;
- nel caso la/il lavoratrice/ore sia allergico, flora (piante, fiori, ecc.) e fauna (animali, insetti, ecc.) non siano un pericolo;
- non si avvertano situazioni di scivolamento o inciampo;
- sia possibile approvvigionarsi di acqua potabile;
- non siano presenti sostanze infiammabili o combustibili e sorgenti di innesco (pericolo incendio);
- l'illuminazione sia sufficiente, senza causare fastidiosi riflessi e/o sostituibile con una sorgente artificiale (ore serali);
- l'esposizione alla radiazione ultravioletta (causa di fotosensibilità e lesioni oculari) sia assente o ridotta al minimo;
- la temperatura sia adeguata all'organismo umano durante il tempo di lavoro, in relazione agli sforzi fisici ed ai metodi di lavoro attuati;
- nel caso in cui ci si collochi in ambienti frequentati da altre persone, non via sia intralcio al passaggio delle stesse.
- Nel caso in cui il lavoratore, in base alla valutazione dei rischi e agli esiti della sorveglianza sanitaria, risulti soggetto allergico è fatto divieto di svolgere attività lavorativa in ambienti esterni, oppure in luoghi in cui sia possibile il contatto con animali domestici.

SCHEDA 5: Sicurezza antincendio e suggerimenti per comportamenti da tenersi in caso di emergenze

Sicurezza antincendio

Indicazioni generali:

- identificare il luogo di lavoro e avere a disposizione i principali numeri telefonici dei soccorsi nazionali e locali (ad es. VVF, Polizia, ospedale, ecc.);
- prendere visione della documentazione inerente alla normativa di prevenzione incendi (ad es. planimetrie di esodo, piani di emergenza, segnaletica, ecc.) relativa al luogo di lavoro;

- rispettare il divieto di fumo laddove presente;
- non ostruire le vie di esodo e non bloccare la chiusura delle eventuali porte tagliafuoco.

Comportamento in caso di incendio:

- mantenere la calma;
 - disattivare, per quanto possibile e di conoscenza, le utenze presenti (ad es. pc, termoconvettori, apparecchiature elettriche, ecc.) staccandone anche le spine;
 - avvertire i presenti all'interno dell'edificio o nelle zone esterne circostanti;
 - chiedere aiuto e, nel caso di impossibilità di agire, chiamare i soccorsi telefonicamente (ad es. VVF, Polizia, ecc.), fornendo loro cognome, luogo dell'evento, situazione, affollamento ecc.;
 - se l'evento lo permette, provare a spegnere l'incendio attraverso i mezzi di estinzione presenti:
- acqua: idonea allo spegnimento di incendi di manufatti in legno o in stoffa ma non per incendi che originano dall'impianto o da attrezzature elettriche;
 - coperte: in caso di principi di incendio dell'impianto elettrico o di altro tipo;
 - estintori a polvere: idonei per spegnere i fuochi generati da sostanze solide che formano bruce, da sostanze liquide e da sostanze gassose, nonché per lo spegnimento dei principi d'incendio di ogni sostanza anche in presenza d'impianti elettrici in tensione;
 - estintori ad anidride carbonica: idonei allo spegnimento di sostanze liquide e fuochi di sostanze gassose, possono essere usati anche in presenza di impianti elettrici in tensione;
 - non utilizzare acqua per estinguere l'incendio su apparecchiature o parti di impianto elettrico o quantomeno prima di avere tolto la tensione al quadro elettrico;
 - se non si riesce ad estinguere l'incendio, abbandonare il luogo dell'evento e aspettare all'esterno l'arrivo dei soccorsi per fornire indicazioni;
 - portarsi in prossimità dell'uscita di emergenza segnalata, evitando l'utilizzo dell'ascensore;
 - se non è possibile abbandonare l'edificio, chiudersi all'interno di un'altra stanza tamponando la porta con panni umidi, se disponibili, per ostacolare la diffusione dei fumi all'interno, aprire la finestra e segnalare la propria presenza.

Tecnica di impiego degli estintori:

Regole generali:

- Accertare la natura e la gravità dell'incendio;
- scegliere il tipo di estintore adatto alla classe di fuoco (prendere visione e rispettare le istruzioni d'uso dell'estintore);
- iniziare l'opera di estinzione solo con la garanzia di una via di fuga sicura alle proprie spalle e con l'assistenza di altre persone;
- nel caso di incendio all'aperto tenere conto delle condizioni ambientali sfruttando la direzione del vento (operare sopravvento);
- togliere la sicura tirando l'anello vicino all'impugnatura;
- portarsi a giusta distanza dal fuoco;
- impugnare l'erogatore dirigendo il getto alla base delle fiamme;
- in caso di spegnimento con più estintori gli operatori devono stare attenti a non ostacolarsi e a non investirsi con i getti (operatori in posizione rispetto al fuoco con angolo max di 90°);
- non dirigere mai il getto contro le persone anche se avvolte dalle fiamme, è preferibile ricorrere all'acqua o a coperte ed indumenti per soffocare le fiamme.

Pannello A: Spegnimento con estintore su incendio provocato da un liquido infiammabile: il getto va diretto alla base della fiamma in modo da non consentire l'aumento della superficie infiammabile del liquido.

Pannello B: Incendio provocato da combustibili solidi: la superficie del solido non aumenta, ma possono staccarsi parti di esso, data l'alta

temperatura, perciò l'angolo di impatto del getto
va aumentato maggiormente.

Norme comportamentali per la gestione di specifiche tipologie di emergenza

In caso di terremoto:

nel caso in cui ci si trovi in un ambiente interno:

- mantenere la calma;
- assicurarsi dell'apertura delle porte;
- ripararsi sotto tavoli/scrivanie, possibilmente collocate sulle pareti laterali della stanza, o sotto le strutture portanti (travi, muri portanti), ovvero ripararsi in corrispondenza del vano porta ubicato all'interno di una muratura portante;
- restare nella postazione più sicura e attendere la fine dell'evento calamitoso;
- allontanarsi da superfici vetrate, specchi, vetrine, lampadari, scaffali, strumenti ed apparati elettrici;
- terminata la scossa, uscire dell'edificio, **NON UTILIZZANDO** gli ascensori.

nel caso in cui ci si trovi in ambiente esterno:

- evitare di fermarsi nelle vicinanze di edifici, alberi, lampioni, linee elettriche, aree limitrofe al mare;

In caso di tromba d'aria:

nel caso in cui ci si trovi in ambiente interno:

- all'interno del luogo di lavoro, chiudere le finestre, se la situazione lo permette, e, se presenti, anche tapparelle e/o veneziane;
- **NON** sostare in prossimità delle finestre;
- **NON** utilizzare gli ascensori;
- restare nella postazione più sicura ed attendere la fine dell'evento climatico avverso;
- non allontanarsi dall'edificio ospitante quando l'ambiente circostante è soggetto al forte vento.

Nel caso in cui ci si trovi in ambiente esterno:

- ripararsi, se possibile, all'interno di un edificio più vicino al luogo in cui ci si trova;
- allontanarsi da alberi, linee elettriche;
- cessata la tromba d'aria, accertarsi della fruibilità degli ambienti;
- prestare attenzione alla presenza di pali divelti, alberi sradicati o spezzati, a tutte le strutture danneggiate dalla tromba d'aria;
- richiedere l'intervento degli enti di soccorso, segnalando la posizione e i luoghi in cui si sosta;
- attendere l'intervento dei soccorritori.

In caso di allagamenti, alluvioni:

- allontanarsi dall'area allagata ed evitare di raggiungere ambienti dei quali non si conosce il livello dell'acqua;
- attenersi alle disposizioni del personale addetto alla gestione delle emergenze.

In caso di intrappolamento in ascensore:

- mantenere la calma;
- provvedere all'attivazione del soccorso, premendo il pulsante di allarme presente all'interno della cabina;
- rimanere in attesa dell'intervento del personale specializzato;
- non tentare per nessun motivo l'apertura delle porte;
- non prendere iniziative personali.

In caso di blackout elettrico al di fuori del proprio domicilio:

- mantenere la calma, dato che 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 attenzione verso l'uscita o un'area dotata di illuminazione di emergenza;
- se ci si trova in ascensore, premere il pulsante di allarme ed attendere le istruzioni da parte del personale addetto, attendendo l'intervento del personale specializzato;
- non prendere iniziative personali.

SCHEDA 6: Infortunio in itinere

Infortunio in itinere

Nel caso in cui il lavoratore abbia indicato quale luogo di lavoro un domicilio diverso dalla propria abitazione (come da definizione organizzativa dello smartworking), il dipendente “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 necessità del lavoratore di conciliare le esigenze di vita con quelle lavorative e risponda a criteri di ragionevolezza” (art. 23 Legge 22 maggio 2017, n. 81)

Circa l'esistenza della diretta connessione tra l'evento dannoso e la prestazione lavorativa, l'INAIL, con la Circolare n. 48 del 2017, chiarisce che:

- a) gli infortuni occorsi mentre il lavoratore presta la propria attività lavorativa all'esterno dei locali aziendali e nel luogo prescelto dallo stesso sono tutelati se causati da un rischio connesso con la prestazione lavorativa;
- b) gli infortuni occorsi durante il normale percorso di andata e ritorno dal luogo di abitazione a quello prescelto per la prestazione lavorativa all'esterno dei locali aziendali sono tutelati quando il fatto di affrontare il percorso sia connesso a esigenze legate alla prestazione o alla necessità del lavoratore di conciliare le esigenze vita-lavoro e risponda a criteri di ragionevolezza, come previsto dal legislatore;
- c) gli infortuni, rispetto ai quali il lavoratore agile è tutelato, sono sia quelli collegati al rischio proprio della sua attività lavorativa ma anche quelli connessi alle attività prodromiche e/o accessorie, purché strumentali allo svolgimento delle mansioni proprie del suo profilo professionale.