



**INFORMAZIONE AGLI STUDENTI AI
DOCENTI E PERSONALE ATA**
(ai sensi dell'artt. 36 e 37 del D.Lgs.81/2008)



IL DIRIGENTE SCOLASTICO
Prof.ssa Concetta SENESE

Il R.S.P.P.
Arch. Antonio ZOMPARELLI

IL RESPONSABILE DOCUMENTAZIONE
Prof.ssa Daniela TENNENINI

Pagina 1 di 29



INDICE

PREMESSA	p. 3
LA NORMATIVA	p. 3
LA SICUREZZA NELLA SCUOLA	p. 4
- Le figure coinvolte	p. 6
GLI INTERPRETI DELLA SICUREZZA IN SCUOLA	p. 8
- Servizio di prevenzione e protezione dei rischi (SPP)	p. 8
- Responsabile del servizio e protezione dei rischi (RSPP)	p. 8
- Rappresentante dei lavoratori per la sicurezza (RLS)	p. 8
- Medico competente (MC)	p. 9
- La valutazione dei rischi	p. 9
INFORMAZIONE E FORMAZIONE	p. 9
I RISCHI NEGLI AMBIENTI DI LAVORO	p. 11
- Rischi per la sicurezza	p. 11
- Rischi per la salute	p. 12
- Rischi per la sicurezza e la salute	p. 13
- Il rischio chimico	p. 13
- La movimentazione manuale dei carichi	p. 16
LA SEGNALETICA DI SICUREZZA	p. 18
PRIMO SOCCORSO	p. 24
VIDEOTERMINALI (VDT)	p. 26
PIANO DI SICUREZZA PER LA SCUOLA	p. 33
- Segnaletica	p. 33
- Mappe e informazioni logistiche	p. 33
- Norme di prevenzione	p. 35
- Ruoli e comportamenti	p. 37
- Tipologie di emergenza	p. 39
PROCEDURA GENERALE DI SGOMBERO	p. 41
IL DECALOGO DELLA SICUREZZA PER GLI STUDENTI	p. 44



PREMESSA

Questo opuscolo, destinato agli studenti, al personale ATA e ai docenti del Liceo Scientifico e Linguistico di Ceccano (FR), contiene alcune informazioni sulle norme di prevenzione, di emergenza e di sicurezza, alle quali tutti devono attenersi, nel rispetto di quanto disposto dalla normativa in materia per garantire la salute di tutti coloro che, a vario titolo, operano nell'Istituto.

La salute e la sicurezza sono diritti fondamentali ed inalienabili di ogni persona sanciti dalla Costituzione.

In caso d'infortunio le spese sanitarie e le assenze dello studente sono a carico della collettività e la responsabilità dell'accaduto ricade spesso su una o più persone.

Le Direttive Europee, recepite nella legislazione italiana dal Decreto Legislativo n° 626 del 19/09/94, prevedono espressamente che anche la scuola rientri tra le attività soggette alle norme di salute e sicurezza per l'attuazione e il miglioramento continuo della prevenzione.

L'opuscolo fornisce altresì suggerimenti per una corretta gestione degli impianti, degli apparecchi e delle attrezzature normalmente presenti negli ambienti scolastici.

Nella convinzione che il rispetto delle norme di sicurezza consenta di migliorare anche la qualità del lavoro, si ricorda che la non osservanza delle stesse può comportare sanzioni penali.

LA NORMATIVA



Il Decreto Legislativo n. 626 del 19 settembre 1994 ed il successivo D.L. n. 242 del 19 marzo 1996, recependo le direttive 89/391/CEE e seguenti sulla sicurezza dei lavoratori sui luoghi di lavoro, hanno introdotto una serie di obblighi per i dirigenti degli istituti scolastici, per i preposti e per i lavoratori. Con il D.Lgs. n.81 del 9/4/81 il legislatore ha effettuato una integrale revisione, riordino e razionalizzazione dell'intera disciplina prevenzionistica. L'art. 2 del decreto ha definito la figura dello studente equiparandola ad un lavoratore. Lo stesso decreto fissa altresì una serie di norme che di seguito sono riassunte e schematizzate, stabilendo per il dirigente l'obbligo della informazione ai lavoratori sui problemi della sicurezza. Per adempiere agli artt. 36 e 37 del D.L.vo 81/08 il presente

manuale viene distribuito a tutti gli studenti e al personale consentendo una informazione generale omogenea

L'applicazione del decreto, come del resto era già avvenuto con l'entrata in vigore del precedente D.Lgs. n. 626/94, segna una tappa fondamentale nel processo di sviluppo di una più efficace e partecipata "cultura della prevenzione" a tutti i livelli, da quello produttivo e sociale a quello delle istituzioni e del servizio pubblico in generale.

Ciascun "lavoratore" (docente, ATA o studente), tradizionalmente considerato soggetto passivo "da tutelare", ha ora un ruolo attivo chiaramente delineato dall'art. 20 della legge col titolo "Obblighi dei lavoratori" che, per comodità, si riporta di seguito. 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.



LA SICUREZZA NELLA SCUOLA

Per rendere ogni Scuola più sicura, sono necessarie la collaborazione e l'attenzione di tutte le persone che vi lavorano. La prevenzione, cioè l'insieme delle regole o delle misure necessarie per evitare o diminuire i rischi professionali, rappresenta un passo fondamentale che ogni SCUOLA può realizzare, attraverso queste prime essenziali fasi di lavoro:

"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". Questo è il dettato che l'articolo 20 del D.Lgs. n. 81/2008; come si è detto, infatti, la sicurezza nella Scuola viene realizzata anche grazie **alla partecipazione attiva ed alla collaborazione** che ciascun lavoratore è tenuto a prestare nella propria Scuola. Questo importante ruolo attribuito ai lavoratori era già stato introdotto dal decreto legislativo n. 626/1994 ed è stato poi ripreso e confermato anche dai successivi provvedimenti di legge in materia. Proprio per questo motivo, però, il lavoratore che non assume un comportamento corretto nei confronti della sicurezza è sanzionato dalla legge, come si vedrà più avanti.

Tutti i soggetti che sono coinvolti in attività lavorativa all'interno della SCUOLA sono tenuti a garantire il rispetto di tutte le indicazioni e le precauzioni che ciascuna Scuola decide di adottare al suo interno.

A. I lavoratori devono in particolare rispettare le regole di seguito esposte:

- **contribuire**, insieme a tutti i soggetti che si occupano della sicurezza in SCUOLA, all'adempimento di tutti gli obblighi previsti;
- **osservare** ed attuare tutte le indicazioni in materia di sicurezza impartite dal datore di lavoro o dai soggetti da lui individuati;
- **utilizzare** secondo le indicazioni ricevute
 - le eventuali sostanze e preparati pericolosi durante l'esercizio della propria attività,
 - i mezzi di trasporto,
 - i dispositivi per la sicurezza che vengono messi a disposizione del lavoratore,
 - le attrezzature di lavoro;
- **segnalare** qualsiasi carenza o deficienza dei dispositivi di sicurezza e di protezione in uso,
- **segnalare** qualsiasi condizione di pericolo di cui si sia venuti a conoscenza, compatibilmente con le proprie competenze e le proprie possibilità,
- **attivarsi** nei casi di urgenza per eliminare o ridurre le situazioni di pericolo grave, segnalando la situazione al datore di lavoro e al rappresentante dei lavoratori per la sicurezza,
- **non rimuovere** o modificare senza esserne preventivamente autorizzati:
 - i dispositivi di sicurezza
 - i dispositivi di segnalazione
 - i dispositivi di controllo
- **non compromettere** la sicurezza propria o altrui, compiendo operazioni o manovre non di propria competenza,
- **partecipare** ai programmi di formazione e di addestramento organizzati dal datore di lavoro,
- **sottoporsi** ai controlli sanitari previsti o comunque disposti dal medico competente della Scuola.

B. Campo di applicazione del D.Lgs. n. 81/08

Le disposizioni contenute nel decreto si applicano a TUTTI i settori di attività, privati o pubblici e a tutte le tipologie di rischio.

C. Obblighi fondamentali del D.Lgs. n. 81/08

Gli obblighi del D.Lgs. 81/08 sono enunciati dall'art. 15:

- a) **valutare** tutti i rischi per la salute e sicurezza;
- b) **programmare** la prevenzione;
- c) **eliminare** i rischi e, ove ciò non sia possibile, ridurli;
- d) **rispettare** i principi ergonomici ;
- e) **ridurre** i rischi alla fonte;
- f) **sostituire** ciò che è pericoloso con ciò che non lo è, o è meno pericoloso;
- g) **limitare** al minimo il numero dei lavoratori che sono, o che possono essere, esposti al rischio;
- h) **limitare** l'uso degli agenti chimici, fisici e biologici sui luoghi di lavoro;
- i) la priorità delle misure di protezione collettiva rispetto alle misure di protezione individuale;
- j) **sottoporre** a controllo sanitario dei lavoratori;
- k) l'allontanamento del lavoratore dall'esposizione al rischio per motivi sanitari inerenti la sua persona e l'adibizione, ove possibile, ad altra mansione;
- l) **l'informazione** e formazione adeguate per i lavoratori;
- m) l'informazione e formazione adeguate per dirigenti e i preposti;



- n) l'informazione e formazione adeguate per i rappresentanti dei lavoratori per la sicurezza;
- o) **le istruzioni** adeguate ai lavoratori;
- p) la partecipazione e consultazione dei lavoratori;
- q) **la partecipazione** e consultazione dei rappresentanti dei lavoratori per la sicurezza;
- r) **la programmazione** delle misure ritenute opportune per garantire il miglioramento nel tempo dei livelli di sicurezza, anche attraverso l'adozione di codici di condotta e di buone prassi;
- s) **le misure di emergenza** da attuare in caso di primo soccorso, di lotta antincendio, di evacuazione dei lavoratori e di pericolo grave e immediato;
- t) **l'uso di segnali** di avvertimento e di sicurezza;
- u) **la regolare manutenzione** di ambienti, attrezzature, impianti, con particolare riguardo ai dispositivi di sicurezza in conformità alla indicazione dei fabbricanti.

LE FIGURE COINVOLTE

L'intera disciplina in materia di sicurezza e salute sui luoghi di lavoro si rivolge sostanzialmente **a tutte le persone che operano negli ambienti di lavoro**. Per aiutare ad identificare le figure coinvolte ed i ruoli che ciascuno assume, il legislatore fornisce queste definizioni.

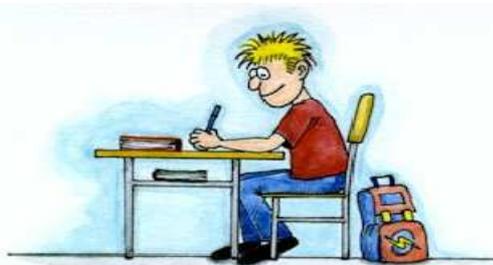
Datore di lavoro nelle pubbliche amministrazioni

È il soggetto titolare del rapporto di lavoro con il lavoratore o, comunque, il soggetto che, secondo il tipo e l'assetto dell'organizzazione nel cui ambito il lavoratore presta la propria attività, ha la responsabilità dell'organizzazione stessa o dell'unità produttiva in quanto esercita i poteri decisionali e di spesa. Nelle pubbliche amministrazioni per datore di lavoro si intende il dirigente al quale spettano i poteri di gestione, ovvero il funzionario non avente qualifica dirigenziale, nei soli casi in cui quest'ultimo sia preposto ad un ufficio avente autonomia gestionale, individuato dall'organo di vertice delle singole amministrazioni tenendo conto dell'ubicazione e dell'ambito funzionale degli uffici nei quali viene svolta l'attività, e dotato di autonomi poteri decisionali e di spesa.

Lavoratore

Persona che, indipendentemente dalla tipologia contrattuale, svolge un'attività lavorativa nell'ambito dell'organizzazione di un datore di lavoro pubblico o privato, con o senza retribuzione, anche al solo fine di apprendere un mestiere, un'arte o una professione, esclusi gli addetti ai servizi domestici e familiari.

Lavoratori equiparati



Sono equiparati al lavoratore, il socio lavoratore di cooperativa o di società, anche di fatto; l'associato in partecipazione di cui all'articolo 2549, e seguenti del cod. civ.; il soggetto beneficiario delle iniziative di tirocini formativi e di orientamento, l'allievo degli istituti di istruzione ed universitari e il partecipante ai corsi di formazione professionale nei quali si faccia uso di laboratori, attrezzature di lavoro in genere, agenti chimici, fisici e biologici, ivi comprese le apparecchiature fornite di videoterminali limitatamente ai periodi in cui l'allievo sia effettivamente applicato alla strumentazioni o ai laboratori in questione.

Dirigente

«Persona che, in ragione delle competenze professionali e di poteri gerarchici e funzionali adeguati alla natura dell'incarico conferitogli, attua le direttive del datore di lavoro organizzando l'attività lavorativa e vigilando su di essa».

Preposto

Persona che, in ragione delle competenze professionali e nei limiti di poteri gerarchici e funzionali adeguati alla natura dell'incarico conferitogli, sovrintende alla attività lavorativa e garantisce l'attuazione delle direttive ricevute, controllandone la corretta esecuzione da parte dei lavoratori ed esercitando un funzionale potere di iniziativa



GLI INTERPRETI DELLA SICUREZZA IN SCUOLA

Come si è visto, l'intero organico di una Scuola deve essere attivo e partecipe della propria sicurezza e quindi tutti i soggetti coinvolti nell'attività lavorativa sono i veri protagonisti della sicurezza della Scuola; ci sono però alcuni incarichi speciali e dei ruoli particolari, che sono attribuiti a specifici soggetti.

Il D. Lgs. n. 81/08 prevede l'istituzione di una serie di servizi e l'individuazione di nuove figure aventi le competenze per attuare i provvedimenti della sicurezza sui luoghi di lavoro.

Essi sono:

Servizio di prevenzione e protezione dei rischi (SPP)

L'art. 2 definisce il servizio di prevenzione e protezione dei rischi come: "insieme delle persone, sistemi e mezzi esterni o interni all'azienda finalizzati all'attività di prevenzione e protezione dai rischi professionali per i lavoratori"

I compiti di tale organo sono:

- individuazione dei fattori di rischio (pericoli)
- valutazione dei rischi
- individuazione ed elaborazione delle misure preventive/protettive
- programmazione e fornitura dei programmi di informazione e formazione

Responsabile del servizio di prevenzione e protezione dei rischi (RSPP)

Persona in possesso delle capacità e dei requisiti professionali di cui all'articolo 32 designata dal datore di lavoro, a cui risponde, per coordinare il servizio di prevenzione e protezione dai rischi

Rappresentante dei lavoratori per la sicurezza (RLS)

Questa figura, che deve essere **presente in ogni Scuola**, è stata istituita dalla precedente disciplina e attribuisce ai lavoratori un **ruolo attivo e concreto** nella gestione di tutta la materia legata alla sicurezza e salute dei luoghi di lavoro. Il Rappresentante dei lavoratori è la persona designata ovvero eletta dai lavoratori stessi, secondo modalità che, di norma, contrattazione collettiva o accordi anche territoriali prevedono.

Ha il compito di rappresentare i lavoratori, di farsi carico di eventuali problematiche e di interfacciarsi con il datore di lavoro.

Ha diritto ad una formazione specifica in tema di salute e sicurezza con particolare riferimento ai rischi esistenti nella scuola, tale da permettergli di acquisire buone competenze per poter esercitare un'attività di controllo e prevenzione dei rischi.

Per garantire un corretto assolvimento dei suoi incarichi, il rappresentante dei lavoratori per la sicurezza accede ai luoghi di lavoro in cui si svolgono le lavorazioni,

- è consultato preventivamente e tempestivamente in ordine alla valutazione dei rischi, alla individuazione, programmazione, realizzazione e verifica della prevenzione nella Scuola,
- è consultato sulla designazione del responsabile e degli addetti al servizio di prevenzione, alla attività di prevenzione incendi, al primo soccorso, alla evacuazione dei luoghi di lavoro e del medico competente,
- è consultato in merito all'organizzazione della formazione, riceve, tra le altre, le informazioni e la documentazione Scuola inerenti alla valutazione dei rischi e le misure di prevenzione relative, nonché quelle inerenti agli infortuni ed alle malattie professionali, riceve le informazioni provenienti dai servizi di vigilanza,
- riceve una formazione adeguata, promuove l'elaborazione, l'individuazione e l'attuazione delle misure di prevenzione idonee a tutelare la salute e l'integrità fisica dei lavoratori,
- formula osservazioni in occasione di visite e verifiche effettuate dalle autorità competenti, dalle quali è, di norma, sentito,
- partecipa alla riunione periodica, fa proposte in merito alla attività di prevenzione, avverte il responsabile della Scuola dei rischi individuati nel corso della sua attività,
- può fare ricorso alle autorità competenti qualora ritenga che le misure di prevenzione e protezione dai rischi adottate dal datore di lavoro non siano idonee a garantire la sicurezza e la salute durante il lavoro Persona eletta o designata per rappresentare i lavoratori per quanto concerne gli aspetti della salute e della sicurezza durante il lavoro.

Medico competente (MC)

E' una figura che, per le proprie competenze scientifico-professionali, collaborare con il datore di lavoro ai fini della valutazione dei rischi ed è nominato dallo stesso per effettuare la sorveglianza sanitaria vale a dire l'insieme degli atti medici, finalizzati alla tutela dello stato di salute e sicurezza dei lavoratori, in relazione all'ambiente di lavoro, ai fattori di rischio professionali e alle modalità di svolgimento dell'attività lavorativa.





La valutazione dei rischi

Valutazione globale e documentata di tutti i rischi per la salute e sicurezza dei lavoratori presenti nell'ambito dell'organizzazione in cui essi prestano la propria attività, finalizzata ad individuare le adeguate misure di prevenzione e di protezione e ad elaborare il programma delle misure atte a garantire il miglioramento nel tempo dei livelli di salute e sicurezza .

Valutare il rischio significa in sostanza:

1. stimare la probabilità che si verifichi un evento che ha il potenziale di causare un danno;
2. stimare l'entità del danno derivante da quell'evento;
3. predisporre i mezzi con i quali si può ridurre al minimo la probabilità che l'evento si verifichi;

ove fosse impossibile eliminare il rischio, intervenire per contenere il più possibile l'entità del danno (per esempio uso di Dispositivi di Protezione Individuali , formazione dei lavoratori, ...).

Gli esiti della valutazione dei rischi devono essere riportati nel documento di valutazione dei rischi (DVR), che va custodito presso l'azienda o l'unità produttiva.

INFORMAZIONE E FORMAZIONE

Il D.Lgs. n. 81/08 sancisce l'obbligo (artt. 36 e 37) per il datore di lavoro di provvedere affinché ciascun lavoratore riceva un'adeguata informazione circa i rischi e l'organizzazione della sicurezza nella azienda, e riceva un'informazione sufficiente e adeguata in materia di sicurezza e salute.

L'informazione riguarda

- a) i rischi per la salute e sicurezza sul lavoro connessi alla attività della impresa in generale;
- b) le procedure che riguardano il primo soccorso, la lotta antincendio, l'evacuazione dei luoghi di lavoro;
- c) i nominativi dei lavoratori incaricati di applicare le misure di cui agli articoli 45 e 46;
- d) i nominativi del responsabile e degli addetti del servizio di prevenzione e protezione, e del medico competente
- e) rischi specifici cui e' esposto in relazione all'attività svolta, le normative di sicurezza e le disposizioni aziendali in materia
- f) i pericoli connessi all'uso delle sostanze e dei preparati pericolosi sulla base delle schede dei dati di sicurezza previste dalla normativa vigente e dalle norme di buona tecnica;
- g) le misure e le attività di protezione e prevenzione adottate

La formazione riguarda

a) concetti di rischio, danno, prevenzione, protezione, organizzazione della prevenzione aziendale, diritti e doveri dei vari soggetti aziendali, organi di vigilanza, controllo, assistenza;

b) rischi riferiti alle mansioni e ai possibili danni e alle conseguenti misure e procedure di prevenzione e protezione caratteristici del settore o comparto di appartenenza dell'azienda



I RISCHI NEGLI AMBIENTI DI LAVORO

I rischi presenti negli ambienti di lavoro, in conseguenza dello svolgimento delle attività lavorative, possono essere divisi in tre categorie:

1. rischi per la sicurezza o rischi di natura infortunistica
2. rischi per la salute o rischi di natura igienico-ambientale
3. rischi per la sicurezza e la salute o rischi trasversali

Rischi per la sicurezza

I rischi per la sicurezza, sono quelli responsabili del potenziale verificarsi di incidenti o infortuni ovvero di danni o menomazioni fisiche (più o meno gravi), in conseguenza di un impatto fisico-traumatico di diversa natura (meccanica, elettrica, chimica, termica, etc.).

In generale, le cause di tali rischi sono da ricercare in un non idoneo assetto delle caratteristiche di sicurezza inerenti l'ambiente di lavoro, le macchine e/o le apparecchiature utilizzate, le modalità operative, l'organizzazione del lavoro, etc.

Di seguito si riportano una serie di esempi di rischi per la sicurezza.

1. Rischi da carenze strutturali dell'ambiente di lavoro relativamente a:

- Altezza, superficie e volume dell'ambiente
- Illuminazione (normale e di sicurezza)
- Pavimenti (lisci o sconnessi) e pareti (semplici o attrezzate)
- Solai (tenuta)
- Uscite e porte (in numero sufficiente in funzione della densità di affollamento)

2. Rischi da carenze di sicurezza su macchine e apparecchiature relativamente a:

- Protezione di organi di avviamento, trasmissione, lavoro e di comando
- Protezione nell'uso di apparecchi di sollevamento, di ascensori e montacarichi
- Protezione nell'uso di apparecchi a pressione (bombole e circuiti)

3. Rischi da manipolazione da sostanze pericolose

4. Rischi da carenze di sicurezza elettrica

5. Rischi da incendio e/o esplosione per:

6. Rischi da incendio e/o esplosione per:

- Presenza di materiali infiammabili
- Carenza di sistemi antincendio e di segnaletica di sicurezza

7. Ulteriori esempi di azioni a rischio:

- Lasciare attrezzature o attrezzi di lavoro in posizione pericolosa
- Manipolare senza precauzione sostanze pericolose
- Fumare o usare fiamme libere in luoghi ove esiste il pericolo di incendio o esplosione
- Rimuovere senza giustificato motivo i dispositivi di sicurezza trascurandone il ripristino
- Danneggiare le protezioni o la cartellonistica di sicurezza
- Avvicinarsi pericolosamente a parti di tensione, non isolate, di impianti elettrici
- Usare attrezzi in genere inadeguati o in cattive condizioni
- Effettuare riparazioni provvisorie
- Accatastare male i materiali
- Operare su parti elettriche in tensione, senza le necessarie precauzioni
- Trascurare l'ordine e la pulizia nei luoghi di lavoro
- Non prestare sufficiente attenzione a chi è preposto a coordinare un lavoro eseguito da più persone
- Usare in modo non idoneo i mezzi protettivi personali
- Danneggiare i mezzi protettivi personali
- Usare mezzi protettivi in cattivo stato di conservazione



Rischi per la salute

I rischi per la salute o igienico-ambientali sono responsabili della potenziale compromissione dell'equilibrio biologico del personale addetto ad operazioni o a lavorazioni che comportano l'emissione nell'ambiente di fattori ambientali di rischio, di natura chimica, fisica e biologica.

Le cause di tali rischi sono dovute alla presenza di fattori ambientali di rischio generati dalle lavorazioni e da modalità operative.

Tali rischi si possono suddividere in rischi derivanti da:

1. Agenti chimici

Rischi di esposizione connessi con l'impiego di sostanze chimiche tossiche o nocive

2. Agenti Fisici

Rischi da esposizione e grandezze fisiche che interagiscono in vari modi con l'organismo umano (rumore, vibrazioni, radiazioni, carenze nei livelli di illuminamento ambientale e dei posti di lavoro, carenze nella climatizzazione)

3. Agenti Biologici

Rischi connessi con l'esposizione (ingestione, contatto cutaneo, inalazione) a organismi e microorganismi patogeni o non, colture cellulari, endoparassiti umani, presenti nell'ambiente.

Rischi per la sicurezza e la salute

I rischi per la sicurezza e la salute sono individuabili all'interno della complessa articolazione che caratterizza il rapporto tra il lavoratore e il contesto in cui è inserito. Tali rischi sono essenzialmente dovuti a:

Organizzazione

- processi di lavoro usuranti: p.es. lavori in continuo, sistemi di turni, lavoro notturno;
- pianificazione degli aspetti attinenti alla sicurezza e la salute: programmi di controllo e monitoraggio;
- manutenzione degli impianti, comprese le attrezzature di sicurezza;
- procedure adeguate per far fronte agli incidenti e a situazioni di emergenza;
- movimentazione manuale dei carichi;
- lavoro ai videoterminali (VDT)

Fattori psicologici

- Intensità, monotonia, solitudine, ripetitività del lavoro;
- carenze di contributo al processo decisionale e situazioni di conflittualità;
- complessità delle mansioni e carenza di controllo;
- reattività anomala a condizioni di emergenza.

Fattori ergonomici

- Sistemi di sicurezza e affidabilità delle informazioni;
- conoscenze e capacità del personale;
- norme di comportamento;
- soddisfacente comunicazione e istruzioni corrette in condizioni variabili;
- conseguenze di variazioni ragionevolmente prevedibili dalle procedure di lavoro in condizioni di sicurezza;
- ergonomia delle attrezzature di protezione personale e del posto di lavoro;
- carenza di motivazione alle esigenze di sicurezza.

Condizioni difficili

- Lavoro con animali;
- lavoro in atmosfere a pressione superiore o inferiore al normale;
- condizioni climatiche esasperate;
- lavoro in acqua: in superficie (es. piattaforme) e in immersione.



▪ Il rischio chimico

Il rischio di natura chimica è un rischio igienico-ambientale legato alla presenza di agenti chimici. E' legato essenzialmente alla mancata cognizione della pericolosità di ciò che si utilizza durante le lavorazioni e/o attività di laboratorio. Ogni sostanza o preparato può essere tossica per l'uomo quando causa danni organici e/o funzionali. La sostanza tossica può presentarsi sotto diverse forme (gas, polveri, vapori, ecc.) e può causare danni all'organismo venendo inalata attraverso le vie respiratorie, per contatto cutaneo, per ingestione, ecc.

Definizioni

Sostanze: elementi chimici e loro composti;

Preparati: miscugli o soluzioni composti da due o più sostanze;



Polveri: particelle originatesi durante la lavorazione da operazioni meccaniche e trattamenti termici;

Fumi: particelle solide disperse in aria, con dimensioni inferiori a 0,1 micron originatesi da fenomeni di sublimazione, condensazione, ossidazione;

Nebbie: goccioline disperse in aria originatesi da spruzzatura o ebollizione di liquidi e condensazione di gas e vapori;

Gas: sostanze che alle normali condizioni di pressione e temperatura (1 atm e 25 °C) sono in forma gassosa;

Vapori: sostanze aeriformi che alle normali condizioni di pressione e temperatura (1 atm e 25 °C) sono in forma liquida;

Dose limite (DL 50): quantità di prodotto per unità di peso corporeo (mg/Kg) che, assorbita, provoca la morte del 50% degli animali da esperimento.

Rischi

Le vie attraverso le quali gli agenti chimici si possono introdurre nell'organismo sono tre:

- inalazione
- penetrazione attraverso la cute o le mucose
- ingestione

La classificazione delle sostanze e dei preparati pericolosi

Per classificare, ai fini della pericolosità, le sostanze (cioè gli elementi chimici o i loro composti) e i preparati (cioè miscugli o soluzioni contenenti due o più sostanze) si considerano gli effetti fisici (esplosività, potere comburente, infiammabilità) e gli effetti biologici. Le sostanze pericolose (e di conseguenza i preparati da queste derivate) sono suddivise nelle classi di pericolo in funzione della loro potenzialità.

Norme di comportamento durante l'impiego di agenti chimici

- analizzare con attenzione la scheda di sicurezza che accompagna l'agente chimico in uso;
- tenere aperti i recipienti contenenti prodotti pericolosi solo per il tempo strettamente necessario;
- osservare le indicazioni riportate sulle etichette;
- evitare il travaso di prodotti pericolosi in contenitori non idonei, privi di indicazioni sul contenuto

È inoltre necessario osservare alcune fondamentali norme di difesa contro gas, fumi, polveri, vapori nocivi:

- verificare che gli impianti di aspirazione e ventilazione siano in funzione;
- evitare di porsi in corrispondenza del flusso di gas, fumi, polveri e vapori determinato dagli impianti di aspirazione

Simboli ed indicazioni di pericolo



Per le sostanze infiammabili, cancerogene, teratogene e mutagene non esistono simboli.

L'indicazione in questi casi viene fatta con frasi di rischio (vedi appendice A) che precisano la natura dei rischi.



▪ **La movimentazione manuale dei carichi**



Secondo l'articolo 167 del D. Lgs 81/08 per movimentazione manuale di carichi (MMC), s'intendono quelle attività che comprendono fra esse sia quelle di sollevamento sia quelle, rilevanti, di spinta, traino e trasporto di carichi che in conseguenza di condizioni ergonomiche sfavorevoli comportano rischi di patologie da sovraccarico biomeccanico, in particolare dorso - lombari. Nella movimentazione manuale di carichi vi sono altri tipi di rischio anche per altri segmenti dell'apparato locomotore e per altre sedi diverse dal rachide dorso - lombare (per esempio la spalla) o ancora per altri apparati (es. cardiovascolare).

Elementi di riferimento

Caratteristiche del carico

La MMC può costituire un rischio di patologie da sovraccarico biomeccanico, in particolare dorso-lombari nei seguenti casi:

- il carico è troppo pesante;
- è ingombrante o difficile da afferrare;
- è in equilibrio instabile o il suo contenuto rischia di spostarsi;
- è collocato in una posizione tale per cui deve essere tenuto o maneggiato a una certa distanza dal tronco o con una torsione o inclinazione del tronco;
- può, a motivo della struttura esterna e/o della consistenza, comportare lesioni per il lavoratore, in particolare in caso di urto.

Sforzo fisico richiesto

Lo sforzo fisico può presentare rischi di patologie da sovraccarico biomeccanico, in particolare dorso-lombari nei seguenti casi:

- è eccessivo;
- può essere effettuato soltanto con un movimento di torsione del tronco;
- può comportare un movimento brusco del carico;
- è compiuto col corpo in posizione instabile.

Caratteristiche dell'ambiente di lavoro

Le caratteristiche dell'ambiente di lavoro possono aumentare le possibilità di rischio di patologie da sovraccarico biomeccanico, in particolare dorso-lombari nei seguenti casi:

- lo spazio libero, in particolare verticale, è insufficiente per lo svolgimento dell'attività richiesta;
- il pavimento è ineguale, quindi presenta rischi di inciampo o è scivoloso
- il posto o l'ambiente di lavoro non consentono al lavoratore la movimentazione manuale di carichi a un'altezza di sicurezza o in buona posizione;
- il pavimento o il piano di lavoro presenta dislivelli che implicano la manipolazione del carico a livelli diversi;
- il pavimento o il punto di appoggio sono instabili;
- la temperatura, l'umidità o la ventilazione sono inadeguate.

Esigenze connesse all'attività

L'attività può comportare un rischio di patologie da sovraccarico biomeccanico, in particolare dorso-lombari se comporta una o più delle seguenti esigenze:

- sforzi fisici che sollecitano in particolare la colonna vertebrale, troppo frequenti o troppo prolungati;
- pause e periodi di recupero fisiologico insufficienti;
- distanze troppo grandi di sollevamento, di abbassamento o di trasporto;
- un ritmo imposto da un processo che non può essere modulato dal lavoratore.

Fattori individuali di rischio

Fatto salvo quanto previsto dalla normativa vigente in tema di tutela e sostegno della maternità e di protezione dei giovani sul lavoro, il lavoratore può correre un rischio nei seguenti casi:

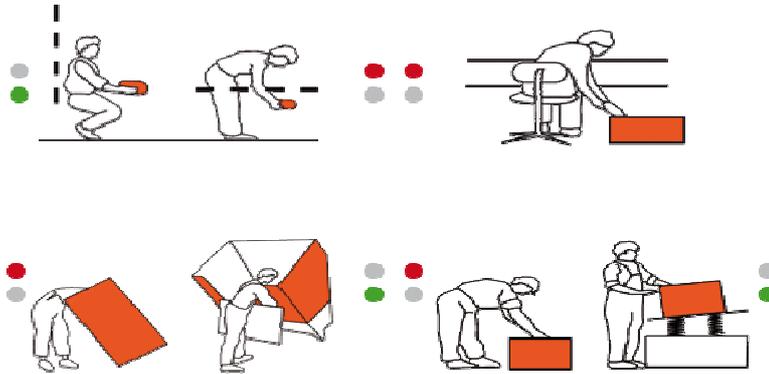
- inidoneità fisica a svolgere il compito in questione tenuto altresì conto delle differenze di genere e di età;
- indumenti, calzature o altri effetti personali inadeguati portati dal lavoratore;
- insufficienza o inadeguatezza delle conoscenze o della formazione o dell'addestramento



Valutazione del rischio

La MMC è presente in moltissime attività lavorative ed è tra la causa principali di denuncia di malattia professionale. Le norme ISO 11228-1 e 2, esplicitamente citate nel D.Lgs 81/08, prevedono come strumento di valutazione del rischio da sovraccarico biomeccanico del rachide, l'utilizzo del metodo proposto dall'Ente americano NIOSH (National Institute for Occupational Safety and Health). La costante di peso da indicare nell'applicazione del metodo (peso massimo sollevabile in condizioni ideali per sollevamento occasionale) non può essere:

- 25 kg per uomo di età compresa tra 18 e 45 anni
- 20 kg per donne di età compresa tra 18 e 45 anni e per uomini sotto i 18 e sopra i 45 anni
- **Modo corretto e modo sbagliato di sollevare i pesi, dal punto di vista medico**





LA SEGNALETICA DI SICUREZZA

La segnaletica di sicurezza ha lo scopo di avvertire i lavoratori, tramite cartelli indicatori, su tutte le situazioni di pericolo a cui questi possono andare incontro.

Collocazione

La segnaletica di sicurezza, per adempiere allo scopo, deve attirare in modo rapido e facilmente comprensibile, l'attenzione su oggetti e situazioni che possono provocare determinati pericoli e pertanto dovrà essere di dimensione adeguata e installata in posizione perfettamente visibile.

Colori di sicurezza e contrasto

I segnali di sicurezza, analogamente a quanto avviene per la segnaletica stradale, sono composti da una combinazione tra una forma geometrica, un colore e un simbolo. Essi si dividono in segnali di divieto, avvertimento, prescrizione, salvataggio, informazione e complementari. Di seguito si riportano i tipi di cartelli così come indicati al paragrafo 3 dell'allegato II del D. Lgs. 493/96 che ha recepito la direttiva 92/58/CEE concernente le prescrizioni minime per la segnaletica di sicurezza e/o di salute sul luogo di lavoro.

Cartelli di divieto

Caratteristiche intrinseche:

- forma rotonda;
- pittogramma nero su fondo bianco; bordo e banda (verso il basso da sinistra a destra lungo il simbolo, con un'inclinazione di 45°) rossi (il rosso deve coprire almeno il 35% della superficie del cartello).



Vietato fumare



Vietato fumare
o usare
fiamme libere



Acqua non
potabile



Vietato ai
carrelli di
movimentazione



Vietato
ai pedoni



Divieto di
spegnere
con acqua



Non toccare



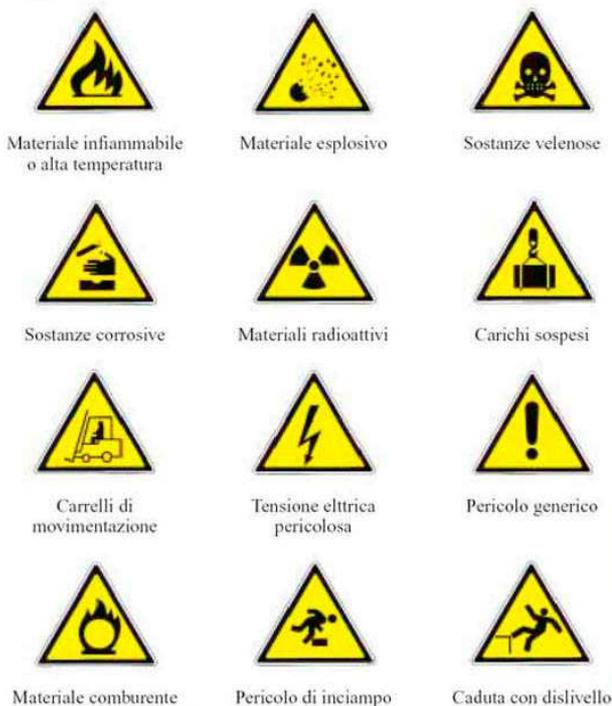
Divieto di
accesso alle
persone non
autorizzate



Cartelli di avvertimento

Caratteristiche intrinseche:

- forma triangolare,
- pittogramma nero su fondo giallo, bordo nero (il giallo deve coprire almeno il 50 % della superficie del cartello)



Cartelli di prescrizione

Caratteristiche intrinseche:

- forma rotonda,
- pittogramma bianco su fondo azzurro (l'azzurro deve coprire almeno il 50 % della superficie del cartello)





Cartelli di salvataggio

Caratteristiche intrinseche:

- forma quadrata o rettangolare,
- pittogramma bianco su fondo verde (il verde deve coprire almeno il 50 % della superficie del cartello)



Cartelli per le attrezzature antincendio

Caratteristiche intrinseche:

- forma quadrata o rettangolare,
- pittogramma bianco su fondo rosso (il rosso deve coprire almeno il 50 % della superficie del cartello)





PRIMO SOCCORSO

Il primo soccorso è l'aiuto dato al soggetto infortunato o malato, da personale non sanitario, in attesa dell'intervento specializzato. Si intuisce che il primo soccorso, implica il ricorso a semplici manovre finalizzate a mantenere in vita l'infortunato e a prevenire le complicazioni, senza l'utilizzo di farmaci e/o di strumentazioni. Il primo soccorso è praticabile da qualsiasi persona che, in caso di omissione, è perseguibile penalmente.

Organizzazione del primo soccorso

Il dirigente scolastico (datore di lavoro), consultato il medico competente, prende i provvedimenti necessari in materia di primo soccorso e di assistenza medica di emergenza, tenendo conto delle altre eventuali persone presenti sui luoghi di lavoro e stabilendo i necessari rapporti con i servizi esterni, anche per il trasporto dei lavoratori infortunati.



Il primo adempimento del datore di lavoro è quello di nominare gli addetti al primo soccorso e conseguentemente quello di garantire loro una adeguata formazione in materia. La formazione degli addetti andrà ripetuta con cadenza triennale per quanto attiene alle capacità di intervento pratico.

Le caratteristiche minime delle attrezzature di primo soccorso, i requisiti del personale addetto e la sua formazione, individuati in relazione alla natura dell'attività, al numero dei lavoratori occupati ed ai fattori di rischio sono individuati dal decreto ministeriale 15 luglio 2003, n. 388.

Nel Decreto le aziende sono raggruppate in tre categorie: A (lavori ad alto rischio), B (rischio medio) e C (rischio basso). I criteri di classificazione sono tre:

- 1) pericolosità intrinseca delle attività lavorative svolte nelle aziende e nelle unità produttive;
- 2) numero dei lavoratori occupati (gli allievi, a tal fine, non sono computati);
- 3) indice infortunistico di inabilità permanente, desumibile dalle statistiche nazionali Inail relative al triennio precedente e aggiornate al 31 dicembre dello scorso anno.

Generalmente si ritiene che le scuole siano da includere nel gruppo B.

Nelle aziende o unità produttive di gruppo A e di gruppo B, il datore di lavoro deve garantire le seguenti attrezzature:

a) cassetta di pronto soccorso, tenuta presso ciascun luogo di lavoro, adeguatamente custodita in un luogo facilmente accessibile ed individuabile con segnaletica appropriata, contenente la dotazione minima indicata nell'allegato 1, che fa parte del presente decreto, da integrare sulla base dei rischi presenti nei luoghi di lavoro e su indicazione del medico competente, ove previsto, e del sistema di emergenza sanitaria del Servizio Sanitario Nazionale, e della quale sia costantemente assicurata, la completezza ed il corretto stato d'uso dei presidi ivi contenuti;

b) un mezzo di comunicazione idoneo ad attivare rapidamente il sistema di emergenza del Servizio Sanitario Nazionale.

Nozioni di primo soccorso

Di seguito vengono fornite informazioni e consigli pratici su come riconoscere e trattare le emergenze sanitarie.

- In questo tipo di emergenze è molto importante attivare immediatamente la catena della sopravvivenza: precoce allertamento (**telefonare al 118, o in mancanza al Pronto soccorso**);
- precoce rianimazione cardiorespiratoria (ad opera del soccorritore);
- precoce defibrillazione, in ambiente ospedaliero;
- precoce trattamento medico, in ambiente ospedaliero avanzato.

Il supporto delle funzioni vitali attraverso la rianimazione cardio - polmonare è di fondamentale importanza perché permette di mantenere ossigenato il cervello, limitando i danni neurologici, il cuore e altri organi in attesa dell'arrivo del medico.



VIDEOTERMINALI (VDT)

Il Titolo VII del D.Lgs. n. 81/09 e il testo direcepimento della Direttiva 90/270/CE relativa alle «prescrizioni minime in materia di sicurezza e disalute per le attività lavorative svolte su attrezzature munite di videoterminali».

Definizioni (art. 173 D.Lgs 81/08):

Videoterminale (VDT)

Uno schermo alfanumerico o grafico, a prescindere dal tipo di procedimento di visualizzazione adottato;

Posto di lavoro

L'insieme che comprende le attrezzature munite di videoterminale, eventualmente tastiera ovvero altro sistema di immissione dati, incluso il mouse, il software per l'interfaccia uomo-macchina, gli accessori opzionali, le apparecchiature connesse, comprendenti l'unità a dischi, il telefono, il modem, la stampante, il supporto per i documenti, la sedia, il piano di lavoro, nonché l'ambiente di lavoro immediatamente circostante.



Lavoratore al VDT

Il lavoratore che utilizza un'attrezzatura munita di videoterminali, in modo sistematico o abituale, per venti ore settimanali, dedotte le interruzioni di cui all'articolo 175.

Gli effetti sulla salute

I principali effetti sulla salute possono essere ricondotti a:

- rischi per l'apparato visivo;
- disturbi muscolo scheletrici;
- stress.

Questi disturbi non sono l'inevitabile conseguenza del lavoro con VDT; in generale derivano da una inadeguata progettazione dei posti e delle modalità di lavoro. Essi possono essere prevenuti con l'applicazione dei principi ergonomici e con comportamenti adeguati.



Valutazione dei rischi, organizzazione del lavoro e pause

Il datore di lavoro, all'atto della valutazione del rischio di cui all'articolo 28, analizza i posti di lavoro con particolare riguardo:

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

Il datore di lavoro adotta le misure appropriate per ovviare ai rischi riscontrati in base alle valutazioni di cui al comma 1, tenendo conto della somma ovvero della combinazione della incidenza dei rischi riscontrati. Un altro aspetto riguarda le interruzioni (Art. 175): *Il lavoratore, ha diritto ad una interruzione della sua attività mediante pause o verocambiamento di attività.* Le modalità di tali interruzioni sono stabilite dalla contrattazione collettiva anche aziendale. In assenza di una disposizione contrattuale riguardante l'interruzione di cui al comma 1, il lavoratore comunque ha diritto ad una pausa di quindici minuti ogni centoventi minuti di applicazione continuativa al videoterminale. Le modalità e la durata delle interruzioni possono essere stabilite temporaneamente a livello individuale ove il medico competente ne evidenzia la necessità.



Informazione, formazione, consultazione e partecipazione

Ogni lavoratore ha diritto ad un'informazione e formazione adeguata riguardante:

- le misure applicabili sul posto di lavoro;
- le modalità di svolgimento dell'attività;
- la protezione di occhi e vista.

Un'informazione preventiva sui cambiamenti tecnologici deve essere data (Art. 177) ai lavoratori ed al loro rappresentante per la sicurezza.

Sorveglianza sanitaria

I lavoratori addetti ai VDT sono sottoposti alla sorveglianza sanitaria con particolare riferimento:

- ai rischi per la vista e per gli occhi;
- ai rischi per l'apparato muscolo-scheletrico.

Caratteristiche del posto di lavoro

Per quanto possibile, il posto di lavoro deve essere adattato alle caratteristiche fisiche dell'individuo ed alle preferenze individuali in relazione al compito da svolgere.

La posizione

E' necessario sedersi in posizione eretta e rilassata, senza contrarre le spalle. I piedi bendistesi sul pavimento, gli avambracci e le cosce debbono risultare paralleli al piano orizzontale. Periodicamente è necessario cambiare posizione, rilassarsi e riassumere una postura corretta..



Sedile di lavoro

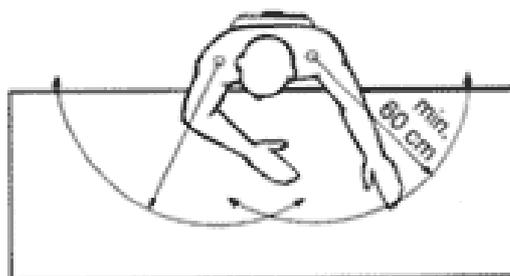
Una sedia conforme alle norme di sicurezza deve essere ben bilanciata, traslabile su rotelle autofrenanti, con supporto a cinque razze e prevede il sedile regolabile in altezza. Lo schienale deve essere moderatamente sagomato nella parte alta, con possibilità di regolazione della profondità, dell'altezza edell'inclinazione e con ulteriore imbottitura, a sostegno della regione lombare. Il supporto lombare deve essere a livello del giro-vita, di norma fra i 16 ed i 20 centimetri dal piano del sedile.



Piano di lavoro

Il tavolo, preferibilmente con bordi arrotondati, deve avere dimensioni adatte a garantire la comoda disposizione delle attrezzature di lavoro;

- l'altezza e la profondità del tavolo devono lasciare spazio adeguato per le gambe dell'operatore e consentire comodi aggiustamenti posturali;
- per tenere conto delle diverse variabili antropometriche degli operatori, deve essere possibile intervenire sull'altezza del piano di lavoro (meglio se regolabile) o sull'altezza dell'"insieme" piano del sedile e appoggio dei piedi".



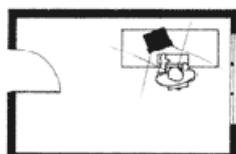


- la superficie del piano di lavoro deve essere poceriflettente, opaca, meglio se di colori tenui e neutri in mododa evitare abbagliamenti e riflessi fastidiosi;
- la tastiera deve essere separata dal video, mobile,inclinabile, con i tasti in materiale opaco e con caratterileggibili;
- il video deve essere orientabile e inclinabile, con lo schermo antiriflettente conluminosita e contrasto regolabili, con l'immagine stabile, i caratteri definiti e leggibili;
- per il lavoro di videoscrittura, in funzione dei compiti previsti, puo essere necessaria la dotazione di un portadocumenti regolabile in altezza e in inclinazione.

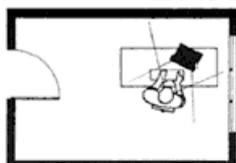
Illuminazione del posto di lavoro

L'installazione dei posti di lavoro dove si utilizzano VDT deve tenere conto delladisposizione della illuminazione naturale (finestre o altro); i sistemi di illuminazioneartificiale andranno collocati in relazione all'attivit  prevista e in modo tale da evitare riflessie contrasti fastidiosi.In particolare andranno osservati i seguenti criteri:ne davanti ne dietro allo schermo video ci devono essere delle finestre, o fonti diluce artificiale non schermata;

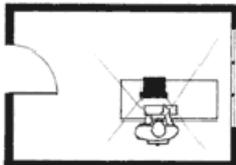
- la direzione dello sguardo operatore - schermo deve trovarsi parallela alle finestre;
- i VDT devono essere disposti il piu lontano possibile dalle finestre;
- tutte le finestre devono avere tende interne orientabili di colore neutro;
- l'illuminazione artificiale generale deve essere schermata e disposta a file parallelealle finestre;
- l'illuminazione localizzata con lampade da tavolo deve permettere la regolazione dell'intensita;
- le pareti, i pavimenti, i soffitti e le porte, come il piano di lavoro, devono essereopachi e di colore chiaro neutro.



Sbagliato: le finestre si riflettono nello schermo video.



Sbagliato: finestra nel campo visivo, elevate differenze di intensita luminosa.



Corretto: differenza equilibrata dell'intensit  luminosa. Nella zona di riflessione dello schermo video non esistono superfici luminose.

Il microclima

E' preferibile che le condizioni microclimatiche, allo scopo di assicurare situazioni di confort sia nella stagione estiva che invernale, siano le seguenti:

- la temperatura, in estate, non dovrebbe essere inferiore a quella esterna di oltre 7  C; nelle altre stagioni, dovrebbe essere compresa tra 18 e 20  C;
- l'umidita va mantenuta fra il 40 e il 60% nella stagione calda e fra il 40 e il 50% /onelle altre stagioni; va evitata l'eccessiva secchezza dell'aria che favorisce l'irritazione delle mucose congiuntivali e dell'apparato respiratorio;
- la velocita dell'aria deve essere inferiore a 0,15 m/s;
- il ricambio dell'aria deve garantire almeno 32 m3 per persona e per ora (esufficiente tenere aperte le finestre per una decina di minuti ogni ora)



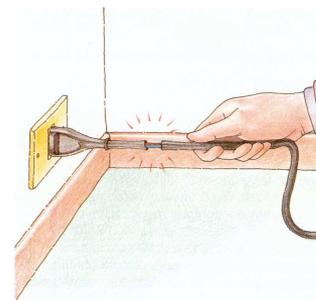
Problemi connessi con l'uso dei VDT

Le numerose indagini cliniche ed epidemiologiche svolte sino ad oggi indica che **l'uso di attrezzature munite di videoterminali non provoca danni permanenti, anatomici o funzionali, all'apparato oculo-visivo**. La stessa Organizzazione Mondiale della Sanità, nel proprio documento denominato "WHO/OMS Update on visual display terminals and workers" afferma che "... **non esiste alcuna evidenza di danni o compromissioni permanenti a carico dell'apparato visivo delle persone che lavorano con i VDT...**". L'uso prolungato e intenso di attrezzature munite di videoterminali può, tuttavia, provocare fatica visiva, irritazione oculare, visione confusa e mal di testa. Tali disagi, come confermato da molti ed autorevoli studiosi, non determinano alterazioni permanenti della vista. Poiché l'impegno visivo durante il lavoro al videoterminale risulta apprezzabile, debbono essere rispettate alcune regole importanti:

- la distanza fra gli occhi e lo schermo deve essere compresa fra 50 e 70 cm; il piano dello schermo deve essere regolabile, posizionato in verticale o leggermente inclinato verso il basso (inclinazione verticale +/- 15°) per eliminare i riflessi sulla superficie dello schermo (in caso spostare lo schermo o modificare, se possibile, i sistemi di illuminazione);
- Per minimizzare i riflessi sullo schermo il piano dello stesso dovrà risultare a 90° rispetto alle finestre, e nel verso coerente con la direzione di installazione delle eventuali plafoniere antiabbagliamento.
- fare in modo che non ci siano sorgenti di illuminazione con abbagliamento nel campo visivo (corpi illuminanti direttamente visibili o finestre non schermate);
- scegliere un'altezza dei caratteri tale che la lettera maiuscola sia maggiore di 3 mm
- pulire frequentemente la superficie dello schermo
- scegliere caratteri scuri su fondo chiaro (rappresentazione positiva). Tale soluzione presenta il vantaggio di ridurre le riflessioni e lo sforzo di adattamento. Lo sfondo colorato aumenta lo sforzo visivo (accomodazione). Evitare comunque i colori rosso intenso e azzurro (campo limite dello spettro visibile) in quanto sollecitano eccessivamente il meccanismo di messa a fuoco dell'occhio.
- Regolare la luminosità e il contrasto in modo adeguato
- Correggere eventuali disturbi visivi

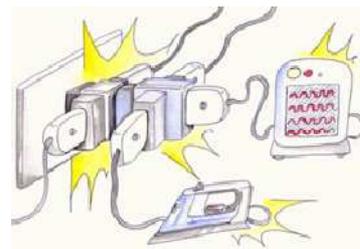
Norme di comportamento per una corretta gestione e fruizione degli impianti ed utilizzatori elettrici

1. Accertarsi che l'apparecchio sia dotato di certificazioni, omologazioni, garanzie e istruzioni d'uso
2. Utilizzare gli apparecchi secondo le istruzioni
3. Non manomettere gli apparecchi e/o gli impianti
4. Non intervenire mai in caso di guasto, improvvisandosi elettricisti e, in particolare, non intervenire sui quadri elettrici
5. accertarsi dell'ubicazione del quadro che alimenta la zona presso cui si opera in modo da poter togliere tempestivamente tensione all'impianto
6. non coprire i quadri elettrici e i comandi con armadi o altre suppellettili, per consentire la loro ispezione e un pronto intervento in caso di anomalie
7. far sostituire i cavi, le prese e le spine deteriorate
8. accertarsi che i cavi di alimentazione delle apparecchiature elettriche siano adeguatamente protette contro le azioni meccaniche (oggetti taglienti, passaggio di persone, ecc.), le azioni termiche (sorgenti di calore) o le azioni chimiche (sostanze corrosive)





9. segnalare tempestivamente la presenza di cavi danneggiati e con parti conduttrici in vista
10. non rimuovere mai le canalette di protezione dei cavi elettrici
11. accertarsi che sia tolta l'alimentazione elettrica prima di effettuare qualsiasi operazione sugli impianti (anche la sostituzione di una lampada)
12. segnalare eventuali deterioramenti di parti dell'impianto e degli apparecchi
13. collegare gli apparecchi a una presa di corrente idonea 10 A (alveoli piccoli) 16 A (alveoli più grandi), in relazione alle dimensioni della spina;
14. non tirare il cavo di alimentazione per scollegare dalla presa un apparecchio elettrico, ma staccare la spina
15. assicurarsi che l'apparecchio sia spento prima di staccare la spina
16. non sovraccaricare le prese di corrente con troppi utilizzatori elettrici utilizzando adattatori o spine multiple. In caso di necessità utilizzare le prese mobili a ricettività multipla ("ciabatte").
17. evitare, se possibile, l'uso di prolunghe
18. non depositare nelle vicinanze degli apparecchi sostanze suscettibili di infiammarsi, non depositare sopra gli apparecchi contenitori ripieni di liquidi
19. Non esporre gli apparecchi a eccessivo irraggiamento oppure a fonti di calore
20. non impedire la corretta ventilazione degli apparecchi
21. evitare l'uso di stufe o fornelli elettrici, poiché oltre a sovraccaricare gli impianti sono causa di incendio
22. non usare acqua per spegnere incendi di origine elettrica
23. rispettare la segnaletica di sicurezza e le relative disposizioni
24. se scatta un interruttore, richiedere sempre l'intervento dell'ufficio tecnico





PIANO DI SICUREZZA PER LA SCUOLA

Queste istruzioni hanno la finalità di prevenire e ridurre i rischi negli ambienti della scuola e di educare allieve ed allievi alla sicurezza. Le norme di sicurezza debbono essere conosciute ed osservate da tutti per la protezione propria e degli altri.

Segnaletica

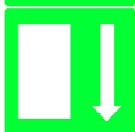
All'interno della scuola sono collocati, in modo ben visibile, i seguenti cartelli:

SEGNALI DI PERCORSO

(di colore verde)



Indica la direzione da seguire



Segnale collocato sopra l'uscita d'emergenza



Indica la direzione in cui si trova l'uscita d'emergenza

SEGNALI IDENTIFICATIVI

(di colore rosso)



Indica la presenza di un estintore



Indica la presenza di un idrante

MAPPE E INFORMAZIONI LOGISTICHE

All'interno di ogni classe, laboratorio e nei locali di servizio sono appesi:

- La planimetria del piano con le indicazioni per l'esodo
- Un estratto delle istruzioni di sicurezza

Chi richiede un intervento d'emergenza

La richiesta di intervento di emergenza è disposta dal dirigente scolastico.

In assenza e subordine: D.s.g.a., vicario, fiduciari, collaboratori del dirigente, docenti.

Come si richiede un intervento d'emergenza

Comunicare con calma:

- Cognome, nome e qualifica.
- Da dove si telefona (località, scuola, indirizzo, numero di telefono).
- Tipo di emergenza, cosa sta succedendo e in quale locale.
- Se e quante persone sono coinvolte.
- Condizioni fisiche oggettive (cosciente si/no, danni e reazioni rilevabili)
- Ascoltare con attenzione le istruzioni e trasmettere le disposizioni ricevute

A chi si richiede un intervento d'emergenza

Vigili del Fuoco
Carabinieri

115
112

Emergenza Sanitaria
Centro Antiveleni MI

118
02 66 1010 29



Norme di prevenzione

Il D.M. 26/08/1992 "Norme di prevenzione incendi per l'edilizia scolastica" prevede che per ogni edificio scolastico debba essere predisposto un piano di emergenza e debbano essere effettuate prove di evacuazione almeno due volte nel corso dell'anno scolastico.

Il Piano di Emergenza è uno strumento operativo, specifico per ogni scuola, attraverso il quale vengono individuati i comportamenti da tenere e le operazioni da compiere in caso di emergenza, al fine di consentire un esodo ordinato e sicuro di tutti gli occupanti dell'edificio scolastico.

Gli insegnanti cureranno che nelle aule e nei laboratori gli arredi siano disposti in maniera non solo funzionale, ma anche razionale, in modo cioè da non ostacolare un pronto allontanamento degli alunni.

In caso di evacuazione è necessario dominare con prontezza e con calma l'eventuale eccitazione degli allievi e delle allieve, rispettare le vie di fuga e l'ordine di uscita assegnati ad ogni classe, attenendosi alle disposizioni eventualmente impartite dal coordinatore in quel momento presente.

- non usare mai l'ascensore ma, sempre e comunque, le scale esterne antincendio;
- verificare, se possibile, che nei servizi igienici e locali accessori non siano rimaste bloccate persone;
- per tutto il tempo che dura l'emergenza è necessario non intralciare l'opera degli addetti al soccorso con iniziative inopportune o causando ingombro;
- occorre inoltre presidiare gli ingressi impedendo l'accesso a chiunque non sia addetto alle operazioni che l'emergenza richiede.
- Non usare mai l'acqua per tentare di spegnere l'incendio, in quanto il getto può interessare componenti o parti elettriche in tensione e non più isolate a causa del calore.
- Estintori e idranti vanno usati solo da personale addestrato.
- Se il fumo rende impraticabili le vie di fuga, restare nell'aula chiudendo la porta ed ogni altra apertura che dia verso l'interno; si apriranno invece le finestre esterne, procedendo nel medesimo modo previsto dal protocollo di esodo per aggressione.

Il docente che nel quadro della programmazione di classe si occupa di educazione alla sicurezza informa gli allievi della necessità di una disciplinata osservanza delle procedure indicate nel piano al fine di assicurare l'incolumità a sé stessi e agli altri.

Egli svolge le necessarie lezioni teorico-pratiche sulle problematiche derivanti dall'instaurarsi di una situazione di emergenza nell'ambito dell'edificio scolastico; provvede altresì a fare eseguire nel corso dell'anno scolastico, alcune prove di esodo a sorpresa, anche al di fuori dell'orario previsto dalla sua materia.

La conoscenza del piano di evacuazione è un obiettivo didattico sottoposto a valutazione.

I docenti devono essere pronti ad affiancare la classe in fase di sgombero, intervenire prontamente laddove si dovessero determinare situazioni critiche dovute a condizioni di panico, controllare che gli allievi apri-fila e serra-fila eseguano correttamente i compiti, assicurarsi del completamento dell'esodo, portare con sé il registro di classe per effettuare un controllo delle presenze ad evacuazione avvenuta.

Gli insegnanti di sostegno, con l'aiuto, ove occorra, di altro personale, cureranno le operazioni di sfollamento unicamente dello o degli alunni portatori di svantaggio loro affidati.

La sicurezza di tutti si fonda sulla perfetta conoscenza delle procedure da utilizzare per affrontare le emergenze. La responsabilità e la professionalità degli operatori non ammettono comportamenti diversi da quelli che derivano dalla competenza e dalla preparazione.



Ruoli e comportamenti

La responsabilità di rilevare situazioni di oggettivo ed urgente pericolo, tali da consigliare l'attivazione delle procedure di esodo degli ambienti scolastici, compete a tutti gli adulti che operano professionalmente nell'istituto. La decisione di attivare la segnalazione di esodo per l'intero edificio scolastico è affidata alla coscienza professionale del personale.

I dispositivi di sicurezza (estintori, idranti ecc...) devono essere utilizzati esclusivamente da personale addestrato.

Il segnale di esodo viene dato con il suono continuo e incessante della campanella o della tromba marina di emergenza. Il suono ad impulsi va impiegato solo nel caso di emergenze di aggressione.

Ogni azione e scelta va finalizzata alla protezione dei minori e del personale.

La conservazione e la sicurezza di ciascuno viene prima di ogni improvvisato atto di apparente eroismo.

Dirigente scolastico, vicario, fiduciari, collaboratori del dirigente, docenti

Dirigono e coordinano, ciascuno per il proprio livello di responsabilità e competenza, le operazioni le operazioni correlate alla sicurezza negli ambienti scolastici.

Intervengono laddove si determinano situazioni critiche e conducono la scolaresca al punto di sicurezza esterno portando con sé il registro di classe, necessario ai controlli.

In caso di evacuazione, è compito dell'insegnante segnalare tempestivamente il numero e le probabile localizzazione dei dispersi. L'insegnante di sostegno, se presente, si occupa dell'esodo degli alunni portatori di handicap con l'aiuto del personale non docente. Se assente, tale incombenza spetta all'insegnante di classe.

È compito del docente che si occupa dell'educazione alla sicurezza individuare gli allievi e le allieve cui viene assegnato il ruolo di apri-fila e di serra-fila, addestrare tutta la classe a seguire le procedure previste, provvedere a periodiche esercitazioni. Egli annoterà i nomi di apri-fila e di serra-fila sulla prima pagina del registro di classe.

Personale non docente

Ha il compito di segnalare tempestivamente le situazioni di potenziale pericolo.

I collaboratori scolastici provvedono, se necessario, a interrompere l'alimentazione della corrente elettrica e l'alimentazione della centrale termica.

Essi dirigono il deflusso verso l'uscita e assistono chiunque si trovi in difficoltà; si accertano che la zona di loro pertinenza risulti evacuata in modo completo (compresi spogliatoi, aule speciali, servizi e depositi). I collaboratori scolastici controllano quotidianamente, all'inizio delle lezioni, il funzionamento dell'apertura delle porte di sicurezza e dei cancelli di uscita, segnalando tempestivamente gli eventuali malfunzionamenti al D.s.g.a che provvede immediatamente.

Il D.s.g.a. identifica gli addetti al servizio antincendio ed al primo soccorso e controlla la corretta applicazione dei comportamenti finalizzati alla prevenzione. Egli provvede altresì a predisporre la prevista formazione in servizio.

Il personale amministrativo tiene sempre in evidenza, su un apposito pannello, i numeri telefonici di emergenza ed ha il compito di richiedere gli opportuni interventi per le diverse tipologie di emergenza.

Sull'armadio posto nell'atrio della scuola deve essere sempre pronto per l'uso il megafono.

Il collaboratore scolastico assegnato all'ingresso della scuola provvede ad aprire immediatamente il cancello in modo da consentire l'accesso dei mezzi di soccorso. Egli rimane inoltre a presidiare il cancello per impedire l'accesso a chiunque non sia addetto alle operazioni richieste dall'emergenza.

La classe

Al segnale di evacuazione per emergenza tutti gli allievi cessano qualsiasi attività ed abbandonano ogni cosa. Essi assumono immediatamente i comportamenti previsti senza attendere ulteriori autorizzazioni.

Allievi ed allieve si alzano, inseriscono la sedia sotto al banco spingendovi anche lo zainetto o la cartella, in modo di liberare ogni percorso all'interno dell'aula.

Gli apri-fila hanno il compito di aprire il passaggio e non devono essere scavalcati da nessuno. Essi guidano la classe lungo il percorso di evacuazione prestabilito, fino al punto esterno di raccolta.

Allievi ed allieve si prendono per mano si inseriscono progressivamente in fila, uscendo man mano che i gruppi di due o di tre si formano.

I serra-fila verificano che nessuno sia rimasto indietro, escono dall'aula CHIUDENDO LA PORTA e si congiungono rapidamente con il resto della classe.

Lo sgombero va eseguito

- **SENZA CORRERE**
- **IN SILENZIO**

Il docente raccoglie il registro di classe, necessario per i successivi controlli, affianca e coordina l'esodo della classe.



Tipologie di emergenza per:

Terremoto [115 Vigili del Fuoco, 118 Emergenza sanitaria]

Al verificarsi dell'evento sismico:

Se si è nell'edificio:

- Mantenere la calma.
- Non precipitarsi fuori dall'aula.
- Rimanere in classe e ripararsi o sotto il banco o sotto l'architrave della porta o vicini i muri portanti.
- Allontanarsi dalle finestre, dalle porte con vetri e dagli armadi.
- Se si è nel corridoio nel vano delle scale si deve rientrare nell'aula o in quella più vicina.
- Dopo il terremoto, all'ordine di evacuazione, si deve abbandonare l'edificio senza usare l'ascensore e ricongiungersi con gli altri nella zona di raccolta assegnata.
- Per lo sfollamento rispetta i percorsi segnalati sulle cartine esposte nei corridoi.

Se si è all'aperto:

- allontanarsi dall'edificio, dagli alberi, dai lampioni e dalle linee elettriche
- Non avvicinarsi ad animali spaventati.

Al cessare delle scosse gli operatori scolastici provvedono a disinserire qualsiasi apparecchiatura elettrica sia stata in funzione. Gli interruttori generali vanno staccati. L'ordine di evacuazione si intende come già dato, e si esegue direttamente lo sgombero. **NON si usa l'ascensore.** Non si rientra negli edifici per alcun motivo. Le successive disposizioni vengono impartite dal Dirigente scolastico.

Incendio [115 Vigili del Fuoco, 118 Emergenza sanitaria]

Il fuoco ha bisogno di aria. Spesso un incendio può essere domato sul nascere soffocando le fiamme. **NON USARE** per questo scopo tessuti in materiale sintetico.

Come mi devo comportare in caso di incendio?

1. Mantenere la calma e avvisare il personale scolastico.
2. Se l'incendio si è sviluppato in classe devo uscire subito e chiudere la porta.
3. Se l'incendio è fuori dalla mia aula ed il fumo rende impraticabili le scale e i corridoi, devo chiudere la porta e cercare di sigillare le fessure possibilmente con panni bagnati.
4. Se il fumo non mi fa respirare, devo proteggere la bocca con un fazzoletto, meglio se bagnato, e sdraiarmi sul pavimento (il fumo tende a salire verso l'alto).

Se i vestiti prendono fuoco:

- non correre, non agitare scompostamente braccia e gambe: l'aria alimenta le fiamme; rannicchiarsi e rotolarsi a terra;
- con una coperta, un asciugamani, un indumento, si possono soffocare le fiamme.

Se si è all'interno di un locale in cui si è sviluppato un incendio:

- non usare acqua per spegnere le fiamme in prossimità di impianti o dispositivi elettrici, disattivare tutti gli interruttori.
- abbandonando il locale, assicurarsi che tutti siano usciti e chiudere dietro di sé tutte le porte, così si frappone una barriera tra noi e l'incendio;
- si usa la scala di emergenza, non l'ascensore;
- se il fuoco è fuori dalla porta dell'aula, sigillare le fessure e mettersi possibilmente vicino ad una finestra;
- se il fumo è nell'aula, filtrare l'aria attraverso un fazzoletto e sdraiarsi a terra, il fumo tende a salire verso l'alto.

Anche in questo caso, per abbandonare la scuola seguire le vie di fuga indicate nel piano d'esodo. L'estintore o l'idrante può essere utilizzato esclusivamente dal personale addestrato.

Com'è il segnale d'allarme

ORDINE DI EVACUAZIONE:

SUONO PROLUNGATO della campanella e/o suono di tromba d'emergenza attivato dal DS o dal coordinatore delle emergenze (collaboratori del DS) che ORDINA L'EVACUAZIONE DELL'ISTITUTO





Evento atmosferico potenzialmente pericoloso [115 Vigili del Fuoco]

Appena si manifesta l'inizio di una tempesta le finestre vanno chiuse e le tapparelle abbassate. Nel caso di condizioni meteorologiche che facciano presagire l'arrivo di una tromba d'aria si procede allo stesso modo, si sgombera la classe nel corridoio interno, nella sezione priva di finestre. Le porte vanno accuratamente chiuse.

Aggressione [112 Carabinieri, 118 Emergenza sanitaria]

Al segnale di emergenza (campanella o tromba a impulsi) tutte le porte vanno chiuse.

Le classi al piano superiore eseguono l'evacuazione attraverso la scala di sicurezza esterna con le modalità già previste nei casi di emergenza generale.

Le classi al piano terra procedono all'ostruzione della porta. Gli allievi accanto alle finestre accostano le sedie al muro e l'esodo procede direttamente attraverso le finestre, sotto la direzione del docente.



PROCEDURA GENERALE DI SGOMBERO

Tutti gli operatori e gli utenti della scuola debbono essere a conoscenza della procedura di sgombero rapido di emergenza.

AVVIO DELLA PROCEDURA DI SGOMBERO RAPIDO DI EMERGENZA

Lo sgombero rapido dell'edificio interessato all'emergenza viene avviato quando:

- A) il responsabile direttivo in quel momento presente, ravvisatane la necessità, ordina a un collaboratore scolastico di attivare lo sgombero rapido d'emergenza;
- B) un operatore adulto della scuola, valutato il livello di pericolo e assumendosene la responsabilità, attiva un collaboratore scolastico per provvedere all'immediato sgombero.

SEGNALAZIONE DI SGOMBERO IMMEDIATO

Il segnale di esodo viene dato con il suono continuo e incessante della campanella o della tromba marina di emergenza. Il suono ad impulsi va impiegato solo nel caso di emergenze da aggressione. Chi ha attivato l'emergenza DEVE SUBITO avvertire il personale amministrativo perché richieda il tipo di intervento esterno necessario.

EMERGENZA

Innanzitutto i collaboratori scolastici provvedono all'apertura completa delle vie di fuga e del cancello.

È fatto divieto di utilizzare l'ascensore per evitare di rimanervi bloccati in condizione di grave pericolo, chi è in difficoltà verrà trasportato a braccia.

Ogni cosa che sia già stata deposta, compresi tutti gli effetti personali, deve essere abbandonata senza esitazione.

- A) **In caso di sisma** tutti si proteggono immediatamente sotto il tavolo di lavoro presso cui operano, al cessare delle scosse gli operatori scolastici provvedono a disinserire qualsiasi apparecchiatura elettrica sia stata in funzione e a provvedere allo sgombero nei modi e nei tempi che la situazione consentirà; l'uso della scala tra il piano terra e il primo piano è consentito solo dopo averne ragionevolmente verificato lo stato. La via d'uscita prevista per l'esodo di emergenza dal piano superiore è la scala di sicurezza.
- B) **In caso di incendio**, ogni porta deve essere accuratamente richiusa appena l'ultima persona ha lasciato il locale interessato; gli operatori scolastici devono conoscere la posizione e le modalità di impiego degli estintori, in modo da poterli eventualmente utilizzare; qualsiasi apparecchiatura elettrica sia stata in funzione va disinserita; i locali invasi da fumo devono essere percorsi tenendosi quanto più possibile chinati.
- C) **In caso di evento atmosferico potenzialmente pericoloso**, alle avvisaglie di tempesta le finestre vanno chiuse e le tapparelle abbassate. Nel caso si possa presagire l'arrivo di una tromba d'aria, si procede allo stesso modo e si sgombera la classe portandosi nel corridoio interno, in corrispondenza della sezione priva di finestre. Le porte vanno accuratamente chiuse.
- D) **In caso di nube tossica**, non si attua lo sgombero all'esterno. Si chiudono le finestre, si abbassano le tapparelle, si chiude la porta, si sigillano con il nastro adesivo tutti gli infissi, compresi i cassonetti delle finestre. Si utilizza il telefono cellulare per richiedere il soccorso.
- E) **In caso di aggressione**, Al segnale di emergenza (campanella o tromba a impulsi) tutte le porte vanno chiuse. Le classi al piano superiore eseguono l'evacuazione attraverso la scala di sicurezza esterna con le modalità previste nei casi di emergenza generale. Le classi al piano terra procedono invece nel modo seguente: la cattedra viene spinta contro la porta; gli allievi accanto alle finestre inseriscono i banchi nel fossato esterno; le sedie vengono accostate al muro e l'esodo procede direttamente attraverso le finestre.
- F) **In tutti gli altri casi**, si attua la procedura generale di sgombero.



MODALITÀ DI SGOMBERO

- I collaboratori scolastici si posizionano, all'interno dell'edificio, sui fianchi delle uscite, addossandosi al muro e mantenendosi a distanza dalla soglia; da lì interverranno per risolvere eventuali ostruzioni.
- I docenti raccolgono il registro di classe, necessario per i successivi controlli, affiancano e coordinano l'esodo della classe
- La classe attua la procedura di esodo per cui è stata addestrata, senza attendere ulteriori conferme e ordini.
 - Tutti cessano qualsiasi attività ed abbandonano ogni cosa.
 - Ci si alza e si dispone la sedia sotto al banco/cattedra, spingendovi anche lo zainetto o la cartella, in modo di liberare ogni percorso all'interno dell'aula.
 - Gli apri-fila partono e si inseriscono sul corridoio SOLO DOPO avere verificato che sia terminato il transito della/delle classi che eventualmente sono già in uscita.
 - Gli apri-fila non devono essere scavalcati da nessuno e guidano la classe lungo il percorso di evacuazione prestabilito, fino al punto esterno di raccolta.
 - Allievi ed allieve si prendono per mano si inseriscono progressivamente in fila, uscendo man mano che i gruppi di due o di tre si formano.
 - I serra-fila, collaborando con il docente, verificano che nessuno sia rimasto indietro, escono dall'aula e si congiungono rapidamente con il resto della classe.
 - NON SI CORRE e si rimane in SILENZIO, in modo che gli ordini necessari possano essere subito compresi con chiarezza. Ciò nel caso che si verificano contrattempi che richiedono una improvvisa modificazione delle procedure previste.
 - Tutte le classi che si trovano al piano superiore utilizzano la scala di sicurezza.

PUNTO DI RACCOLTA IMMEDIATO

- Gli allievi si radunano temporaneamente in cortile nelle aree predisposte per ciascuna classe;
- i docenti verificano la presenza di tutti gli allievi e segnalano al responsabile di istituto, in quel momento presente, eventuali emergenze.

PUNTO DI CONCENTRAMENTO

- le classi, sotto la guida dei docenti, si concentrano nell'area di raccolta assegnata.

CONTROLLI E VERIFICHE

- i docenti raggruppano le classi, verificano ancora la presenza di tutti e prendono i provvedimenti che la situazione richiede;
- il responsabile di Istituto in quel momento presente impartisce le disposizioni necessarie ad affrontare la prima emergenza.

CESSAZIONE EMERGENZA

il rientro delle classi va effettuato solo quando la situazione di emergenza sia risolta in modo assolutamente indiscutibile e il rischio sia totalmente assente.



IL DECALOGO DELLA SICUREZZA PER GLI STUDENTI

- 1. AFFOLLAMENTO:** evita di correre, spingere i compagni, abbandonare zaini a terra nei passaggi, non gridare, non creare panico, non aprire improvvisamente le porte, non gettare carte o altri materiali a terra perché possono originare scivoloni pericolosi: usa gli appositi cestini.
- 2. FINESTRE E SUPERFICI VETRATE:** presta attenzione al tuo comportamento quando sei in prossimità di superfici vetrate, dalle finestre non gettare mai nulla e non sporgerti dai davanzali.
- 3. SCALE PASSAGGI TRA I DUE EDIFICI:** le scale possono rivelarsi un luogo particolarmente insidioso specie se percorse di corsa, non protenderti mai dalle ringhiere. Non sostare nei vani delle scale durante gli intervalli. Il passaggio coperto di collegamento tra le due sedi ha problemi di inciampo dovuti alla presenza di due strisce metalliche e al dislivello con le porte. Pertanto deve essere utilizzato con estrema attenzione.
- 4. ASCENSORI:** sono riservati al personale scolastico e ai soli disabili accompagnati dal personale ausiliario.
- 5. ARREDI E ATTREZZATURE:** attenzione perché banchi, seggiole, termosifoni ecc. possono presentare spigoli vivi che risultano pericolosi se urtati violentemente. Ove siano presenti le tende oscuranti del tipo pesante ed i vasi, fai particolare attenzione prestandone un uso corretto, se forzi i meccanismi e si staccano dal muro o dagli infissi ti possono colpire e ferire. Segnala immediatamente al tuo insegnante qualsiasi difetto o inconveniente. Ricorda che gli spintoni in prossimità degli attaccapanni possono causare ferite.
- 6. POSTURA - SCOLIOSI:** ti potrà sembrare più comodo stare seduto con la schiena piegata o ingobbita, ma per il bene della tua spina dorsale e per migliorare la concentrazione sforzati di stare con la schiena ben dritta e appoggiata allo schienale evitando di dondolarti sulla sedia.
- 7. SPOGLIATOI E SERVIZI IGIENICI:** gli spogliatoi e i servizi igienici sono distinti fra i due sessi: l'igiene si garantisce anche con il corretto uso. In questi ambienti non puoi consumare vivande, gettare sacchetti di plastica negli scarichi, bottigliette, bicchierini e altro materiale non degradabile.
- 8. DISTRIBUTORI DI VIVANDE:** nella scuola esistono aree dotate di distributori di bibite e merendine, ricorda che sono apparecchiature elettriche che quindi vanno usate correttamente: in caso di errato funzionamento non manometterle, perché oltre che essere pericoloso potresti incorrere nel risarcimento economico del danno causato; piuttosto avvisa il personale ausiliario.
- 9. LABORATORI PER ESERCITAZIONI:** gli alunni non possono accedere ai laboratori senza la presenza del docente. Leggi e memorizza il regolamento esposto in ogni laboratorio con i possibili rischi nei quali puoi incorrere mentre svolgi un'esercitazione.
- 10. PALESTRA:** è il luogo ove statisticamente si verificano più infortuni perciò è necessario eseguire gli esercizi secondo le istruzioni dell'insegnante e con le specifiche attrezzature. Nelle competizioni l'entusiasmo non diventi una esasperazione tale da compromettere l'altrui e la propria sicurezza. Nei giochi col pallone ricordati che la palestra non è un campo da calcio; una attrezzatura o una lampada del soffitto colpita con violenza potrebbe cadere causandoti serie ferite.