



CARTELLI DI AVVERTIMENTO - segue



Radiazioni non ionizzanti



Tensione elettrica pericolosa



Caduta con dislivello



Materiale comburente



Campo magnetico intenso



Rischio biologico



Sostanze nocive o irritanti



Bassa temperatura



Pericolo di inciampo

CARTELLI DI PRESCRIZIONE



Protezione obbligatoria per gli occhi



Casco di protezione obbligatoria



Protezione obbligatoria dell'udito



Protezione obbligatoria delle vie respiratorie



Calzature di sicurezza obbligatorie



Guanti di protezione obbligatoria



Obbligo generico (con eventuale cartello supplementare)



Protezione individuale obbligatoria contro le cadute



Protezione obbligatoria del corpo



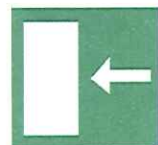
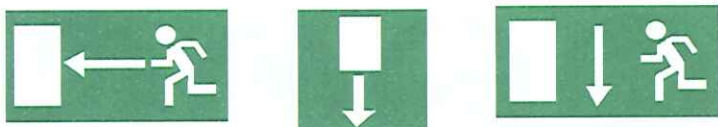
Protezione obbligatoria del viso



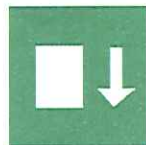
Passaggio obbligatorio per i pedoni



CARTELLI DI SALVATAGGIO



Percorso/Uscita emergenza



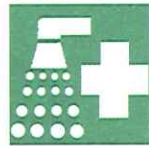
Percorso da seguire
(segnali di informazione aggiuntiva ai pannelli che seguono)



Pronto soccorso



Barella



Doccia di sicurezza



Lavaggio degli occhi



Telefono per salvataggio pronto soccorso

CARTELLI DI AVVERTIMENTO



Materiale infiammabile o alta temperatura (1)



Materiale esplosivo



Sostanze velenose



Sostanze corrosive



Materiali radioattivi



Carichi sospesi



Carrelli di movimentazione



Raggi laser



Pericolo generico

(1) In assenza di un controllo specifico per alta temperatura



Vietato fumare

CARTELLI DI DIVIETO



Vietato ai pedoni



Divieto di spegnere con acqua



Vietato fumare o usare fiamme libere



Non toccare



Vietato ai carrelli di movimentazione



Acqua non potabile



Divieto di accesso alle persone non autorizzate

CARTELLI PER ATTREZZATURE ANTINCENDIO



Lancia antincendio



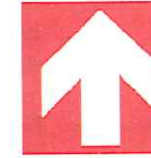
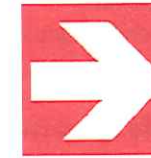
Scala



Estintore



Telefono per gli interventi antincendio



Direzione da seguire
(Cartello da aggiungere a quelli che precedono)

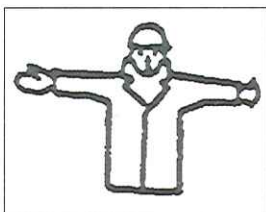


COMUNICAZIONI VERBALI E SEGNALI GESTUALI

Comando: **Attenzione inizio operazioni**

Verbale: **VIA**

Gestuale: *Le due braccia sono aperte in senso orizzontale, le palme delle mani rivolte in avanti*



Comando: **Alt interruzione fine del movimento**

Verbale: **ALT**

Gestuale: *Il braccio destro è teso verso l'alto, con la palma della mano destra rivolta in avanti*



Comando: **Fine delle operazioni**

Verbale: **FERMA**

Gestuale: *Le due mani sono giunte all'altezza del petto*



Comando: **Sollevare**

Verbale: **SOLLEVA**

Gestuale: *Il braccio destro, teso verso l'alto, con la palma della mano destra rivolta in avanti, descrive lentamente un cerchio*



LA SEGNALETICA

Scopo della segnaletica di sicurezza è quella di attirare in modo rapido e facilmente comprensibile l'attenzione su oggetti e situazioni che possono provocare determinati pericoli.

TIPOLOGIE DI SEGNALETICA UTILIZZATA

- **Segnali di DIVIETO**

Vietano un comportamento dal quale potrebbe risultare un pericolo.

- **Segnali di AVVERTIMENTO**

Trasmettono ulteriori informazioni sulla natura del pericolo.

- **Segnali di PRESCRIZIONE**

Obbligano ad indossare un DPI e a tenere un comportamento di sicurezza.

- **Segnali di SALVATAGGIO**

Danno indicazioni per l'operazione di salvataggio.

- **Segnali ANTINCENDIO**

Indicano le attrezzature antincendio.





DISPOSITIVI DI PROTEZIONE DELL'INTERO CORPO

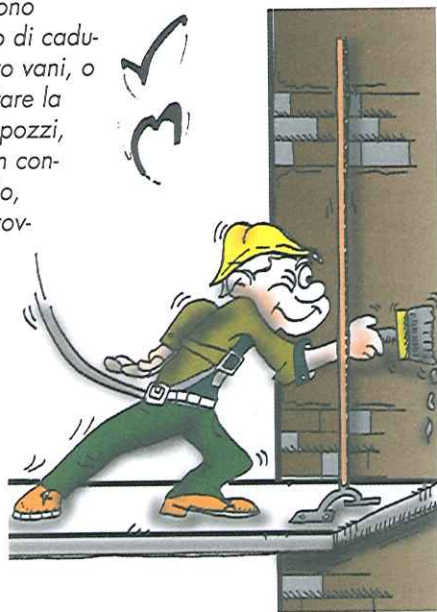
- Qualora sia necessario proteggere talune parti del corpo contro rischi particolari, i lavoratori devono avere a disposizione idonei mezzi di difesa, quali schermi adeguati, grembiuli, pettorali, gambali.

DISPOSITIVI DI PROTEZIONE DALLE CADUTE DALL'ALTO

- I lavoratori che sono esposti a pericolo di caduta dall'alto o entro vani, o che devono prestare la loro opera entro pozzi, cisterne e simili in condizioni di pericolo, devono essere provvisti di adatta cintura di sicurezza.

- Imbracature di sicurezza

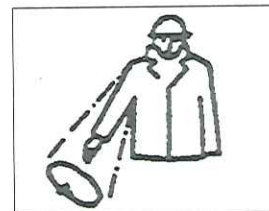
- Attacco di sicurezza con corda



Comando: **Abbassare**

Verbale: **ABBASSA**

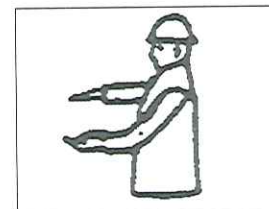
Gestuale: Il braccio destro, teso verso il basso, con la palma della mano destra rivolta verso il corpo, descrive lentamente un cerchio



Comando: **Distanza verticale**

Verbale: **MISURA DELLA DISTANZA**

Gestuale: Le mani indicano la distanza



Comando: **Avanzare**

Verbale: **AVANTI**

Gestuale: Entrambe le braccia sono ripiegate, le palme delle mani rivolte all'indietro; gli avambracci compiono movimenti lenti in direzione del corpo

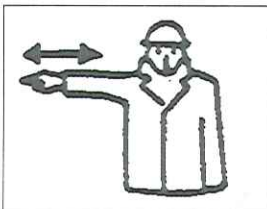




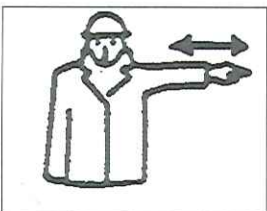
Comando: **Retrocedere**
Verbale: **INDIETRO**
Gestuale: *Entrambe le braccia piegate, le palme delle mani rivolte in avanti; gli avambracci compiono movimenti lenti che s'allontanano dal corpo*



Comando: **A destra**
Verbale: **A DESTRA**
Gestuale: *Il braccio destro, teso più o meno lungo l'orizzontale, con la palma della mano destra rivolta verso il basso, compie piccoli movimenti lenti nella direzione*

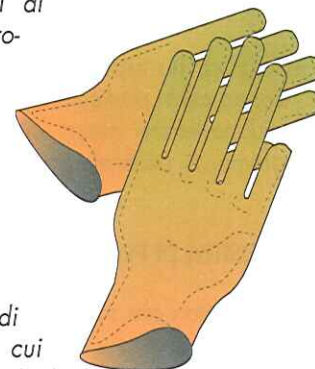


Comando: **A sinistra**
Verbale: **A SINISTRA**
Gestuale: *Il braccio sinistro, teso più o meno in orizzontale, con la palma della mano sinistra rivolta verso il basso, compie piccoli movimenti lenti nella direzione*



ratori devono essere forniti di manopole, guanti o altri appropriati mezzi di protezione.

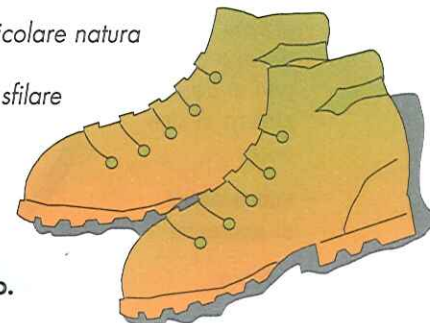
- Guanti nei vari materiali a seconda del tipo di rischio.



DISPOSITIVI DI PROTEZIONE DEI PIEDI E DELLE GAMBE

- Per la protezione dei piedi nelle lavorazioni in cui esistono specifici pericoli di ustioni, di causticazione, di punture o di schiacciamento, i lavoratori devono essere provvisti di calzature resistenti ed adatte alla particolare natura del rischio. Tali calzature devono potersi sfilare rapidamente.

- Scarpe antiscivolo con puntale.
- Scarpe antiscivolo con puntale e lamine antiforo.
- Scarpe antiacido.





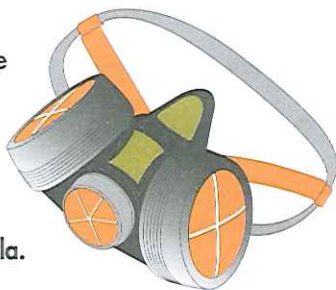
DISPOSITIVI DI PROTEZIONE DELL'UDITO

- Cuffia, tappi.

DISPOSITIVI DI PROTEZIONE DELLE VIE RESPIRATORIE

• I lavoratori esposti a specifici rischi di inalazioni pericolose di gas, polveri o fumi nocivi devono avere a disposizione maschere respiratorie o altri dispositivi idonei, da conservarsi in luogo adatto facilmente accessibile e noto al personale.

- Respiratori.
- Semimaschere con cartucce filtranti.
- Maschere a facciale completo.
- Autorespiratore con schienale portabombola.

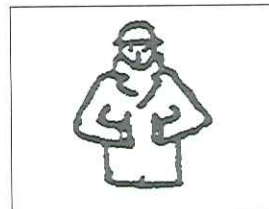


DISPOSITIVI DI PROTEZIONE DELLE MANI E DELLE BRACCIA

- Nelle lavorazioni che presentano specifici pericoli di punture, tagli, abrasioni, ustioni, causticazioni alle mani, i lavo-

Comando: **Distanza orizzontale**
Verbale: **MISURA DELLA DISTANZA**

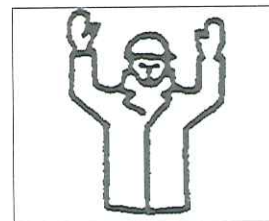
Gestuale: *Le mani indicano la distanza*



Comando: **Pericolo alto o arresto di emergenza**

Verbale: **ATTENZIONE**

Gestuale: *Entrambe le braccia tese verso l'alto; le palme delle mani rivolte in avanti*



Comando: **Movimento rapido**

Verbale: **PRESTO**

Gestuale: *I gesti convenzionali utilizzati per indicare i movimenti sono effettuati con maggiore rapidità*

Comando: **Movimento lento**

Verbale: **PIANO**

Gestuale: *I gesti convenzionali utilizzati per indicare i movimenti sono effettuati molto lentamente*

DISPOSITIVI DI PROTEZIONE DEGLI OCCHI E DEL VISO

- *I lavoratori esposti al pericolo di offesa agli occhi per proiezione di schegge o di materiali roventi, caustici, corrosivi o comunque dannosi, devono essere muniti di occhiali, visiere o schermi appropriati.*



- Occhiali a mascherina.
- Occhiali per saldatori.
- Maschera a cristalli liquidi.



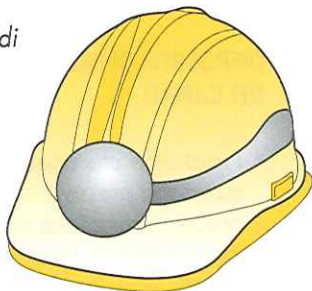


materiali incandescenti, devono essere provvisti di appropriata cuffia di protezione, resistente e lavabile e che racchiuda i capelli in modo completo.

- Cuffia

DISPOSITIVI DI PROTEZIONE DELLA TESTA

- I lavoratori esposti a specifici pericoli di offesa al capo per caduta di materiali dall'alto o per contatto con elementi comunque pericolosi devono essere provvisti di copricapo appropriato. Parimenti devono essere provvisti di adattati copricapo i lavoratori che devono permanere, senza altra protezione, sotto l'azione prolungata dei raggi del sole.
- Elmetti leggeri, con bordatura interna antisudore.
- Elmetto omologato.



L'UFFICIO

IL POSTO DI LAVORO

- Mantenere i cassetti delle scrivanie chiusi per evitare urti e inciampi.
- Mantenere il tavolo di lavoro libero da materiale non necessario.
- Verificare il buono stato dei collegamenti elettrici e delle apparecchiature (in caso di anomalie richiedere l'intervento tecnico).
- Per il collegamento di più apparecchiature non utilizzare prese a T ma richiedere l'installazione di più prese.





- Posizionare le apparecchiature e raccogliere i cavi elettrici e di trasmissione in modo che non provochino intralci.

NORME COMPORTAMENTALI

- Verificare il buono stato di ancoraggio e stabilità degli scaffali e stabilità degli scaffali (in caso di anomalie richiedere l'intervento tecnico).
- Non sovraccaricare gli scaffali con oggetti troppo pesanti e posizionarli in modo stabile.
- Nel prendere o posare pacchi di documenti non caricarsi, e nel sollevare utilizzare la forza delle gambe e non della schiena.
- Nel movimentare pesi evitare di ruotare il tronco, ma girare su tutto il corpo.

Non arrampicarsi su cataste di documenti ma utilizzare scale a norma.



I DISPOSITIVI DI PROTEZIONE INDIVIDUALE (D.P.I.)

DEFINIZIONE DI "D.P.I."

Si intende per dispositivo di protezione individuale (DPI) qualsiasi attrezzatura destinata ad essere indossata e tenuta dal lavoratore allo scopo di proteggerlo contro uno o più rischi suscettibili di minacciarne la sicurezza o la salute durante il lavoro, nonché ogni complemento o accessorio destinato a tale scopo.

*Protezione...
... del capo,
degli occhi*

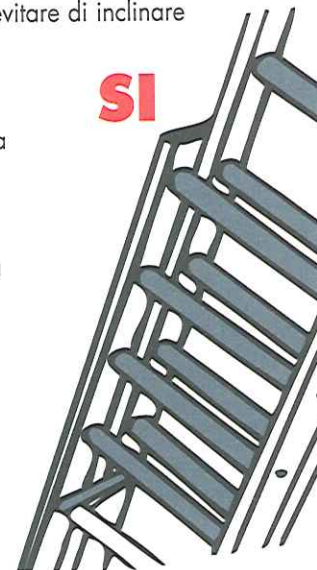
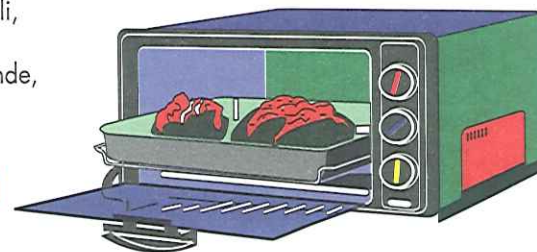


TIPI ED UTILIZZI

DISPOSITIVI DI PROTEZIONE DEI CAPELLI

- I lavoratori che operano o che transitano presso organi in rotazione presentanti pericoli di impigliamento dei capelli, o presso fiamme o

- Se si devono porre oggetti in alto evitare di inclinare la schiena, ma usare una scala a norma.
- Verificare prima di salire sulla scala che sia correttamente aperta e posizionata.
- Verificare il buono stato della scala (in caso di anomalie richiedere l'intervento tecnico).
- Non utilizzare le scale in modo non conforme o arrampicarsi sugli scaffali, su cataste di documenti, o su sedie.
- Non installare utilizzatori non autorizzati, quali fornelli, stufette, scaldavivande, ecc.

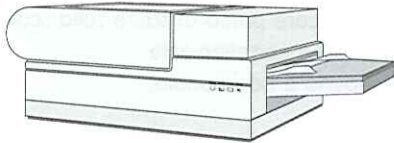
SI**NO**



LE ATTREZZATURE

Stampante

- Mantenere il libretto delle istruzioni nelle vicinanze della macchina e consultarlo in caso di dubbi.
- In alcuni casi con stampanti ad aghi il livello delle emissioni sonore potrebbe essere elevato (anche se l'esposizione personali dei lavoratori è entro i limiti del D.Lgs. n. 195/06) per tali motivi vengono inseriti in involucri insonorizzanti che devono rimanere chiusi nelle fasi in cui la macchina è in funzione.
- Se la sostituzione delle cartucce delle stampanti non è affidata alla ditta di manutenzione, seguire le istruzioni di uso e manutenzione della macchina.



Video

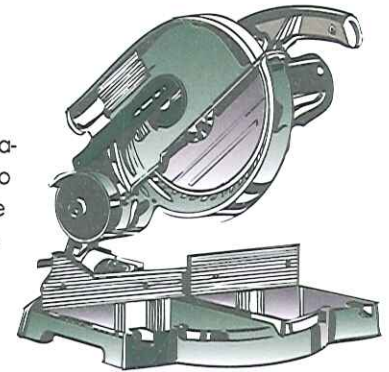
- Polvere e impronte possono impedire una corretta visione, è buona norma pulire il video con prodotti adeguati.



doni per l'alimentazione abbiano il rivestimento isolante in perfette condizioni di integrità e pulizia, e che le prese e le spine non siano difettose.

Lubrificazione

- Evitare sempre la lubrificazione degli elementi in moto di macchine e di attrezzi e curare con la massima attenzione che non si verifichino cadute di olio o grasso sul pavimento.
- Occorre aver cura che i conduttori elettrici flessibili per l'alimentazione, non intralcino i passaggi.



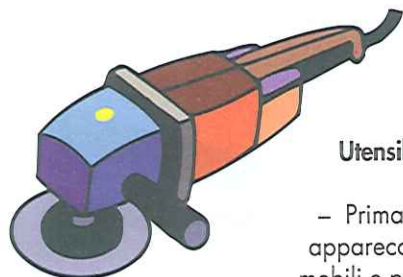


potrebbero procurare ferite e perché si potrebbero creare nell'utensile delle sbavature pericolose per le mani.

- Assicurarsi che la zigrinatura delle ganasce sia tale da garantire un'efficace presa.

Chiavi varie

- Controllare che le chiavi non siano difettose e in particolare che non presentino incrinature o ganasce smussate, per evitare il pericolo di rottura o slittamento sui dadi;
- Non aumentare, con mezzi di fortuna, il braccio delle chiavi, per non sottoporre la testa a sforzi eccessivi che potrebbero provocarne la rottura.



Utensili elettrici

- Prima di usare utensili elettrici, apparecchi o macchine elettriche mobili o portatili, assicurarsi che i cor-

Fotocopiatrici – Stampanti laser

- Mantenere il libretto delle istruzioni nelle vicinanze della macchina e consultarlo in caso di dubbi.
- Ridurre la quantità di toner immagazzinata al quantitativo minimo di consumo.
- Se la sostituzione del toner non è affidata ad una ditta specializzata, seguire quanto appreso in apposito corso di formazione e utilizzare guanti monouso.
- Verificare che ci sia la dovuta aerazione nei locali ove sono installate fotocopiatrici e stampanti laser.
- Gettare nel contenitore differenziato i toner usati.

Macchina rilegatrice per incollaggio

- Mantenere il libretto delle istruzioni nelle vicinanze della macchina e consultarlo in caso di dubbi.
- Verificare che sia funzionante l'interruttore di emergenza in posizione visibile e facilmente raggiungibile.
- Verificare che le parti in movimento o ad alta temperatura siano protette mediante uno schermo trasparente, in caso contrario usare la massima prudenza.



Cucitrice

- Mantenere il libretto delle istruzioni nelle vicinanze della macchina e consultarlo in caso di dubbi.
- Sia quelle a filo che quelle a graffe hanno un'ideale protezione che impedisce alle dita di trovarsi nella zona pericolosa. Verificare che sia presente, al contrario o in particolari lavorazioni, usare la massima prudenza.

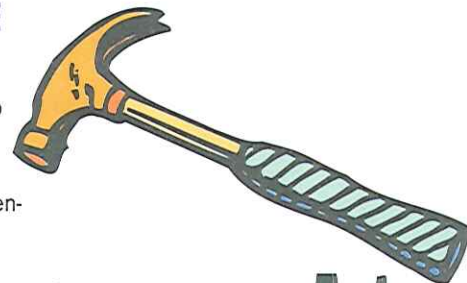
Taglierina elettrica

- Mantenere il libretto delle istruzioni nelle vicinanze della macchina e consultarlo in caso di dubbi.
- Verificare che non siano stati rimossi o vanificati i dispositivi di sicurezza e che quindi il comando di azionamento della lama di taglio avvenga con l'utilizzo delle due mani.
- La macchina deve essere utilizzata da un solo operatore per volta.
- Verificare che sia funzionante l'interruttore di emergenza in posizione visibile e facilmente raggiungibile.

LE ATTREZZATURE

Attrezzi muniti di manico

- Assicurarsi che l'utensile sia fissato saldamente al manico o all'impugnatura.
- Assicurarsi che il manico o l'impugnatura non siano deteriorati ed in particolare scheggiati o tarlati.



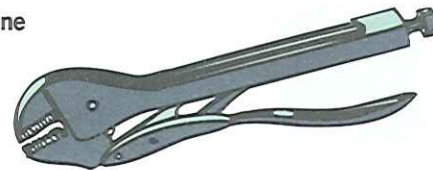
Cacciaviti

- Impiegare il cacciavite adatto per evitare che durante l'uso possa scivolare.
- Non usare il cacciavite come leva, né effettuare con esso lavori che devono essere eseguiti con lo scalpello.



Pinze varie, tronchesine

- Non impiegare questi utensili come martello, perché





Ricarica batterie di trazione



- Attenersi alle specifiche dettate dalla casa costruttrice che si trovano sul libretto di uso e manutenzione.
- Accertarsi che il locale sia dotato di impianto di aspirazione e che sia in funzione o che esista il necessario ricambio d'aria.

- Nella fase di ricarica il mezzo deve essere frenato.
- Per rabboccare il liquido della batteria utilizzare guanti e grembiuli anticido.

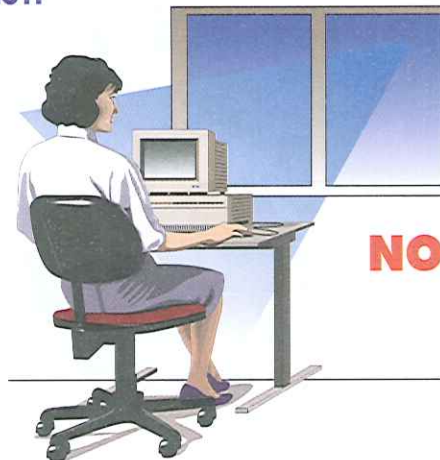


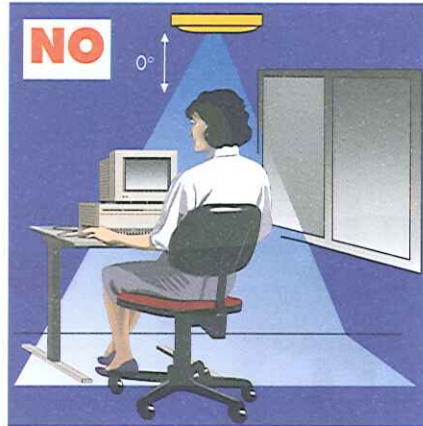
- Manovrare con cura e non appoggiare sulle batterie oggetti metallici che possano creare scintille.
- E' vietato fumare ed usare fiamme libere nei locali durante la ricarica delle batterie.

I VIDEOTERMINALISTI

Illuminazione

- Posizionare gli schermi correttamente rispetto alle fonti di luce naturale affinché non ci siano riflessi e abbagliamenti sugli schermi. (90° rispetto alle fonti luminose), e regolare le tende per evitare un'illuminazione troppo intensa.
- Le fonti di luce artificiali devono essere provviste di schermi ed esenti





da sfarfallio e devono essere poste in modo che siano al di fuori dal campo visivo del videoterminale.

– In caso di lampade a soffitto non schermate, la linea tra l'occhio e la lampada deve formare con l'orizzonte un angolo non inferiore a 60°.

– Le luci da tavolo o anche le altre luci per posto singolo non sono raccomandabili in quanto forniscono in genere una distribuzione non uniforme della luce.

In ogni caso, se utilizzate, devono essere schermate e posizionate in modo da non provocare riflessi sul video. Per ridurre al massimo i riflessi utilizzare anche le possibilità di orientamento ed inclinazione del video stesso.



– Nella marcia a vuoto, le forche devono essere tenute ad una posizione di 10-15 cm dal suolo.

– Prima di salire su mezzi (camion, vagoni), o di iniziare il carico o lo scarico verificare che gli stessi siano opportunamente frenati.

– Non salire su pedane o autocarri non progettati per sopportare il peso totale del carrello più il carico.

– Utilizzare l'avvisatore acustico in passaggi particolari o per segnalare la propria presenza ai pedoni.

– Procedere sempre a velocità ridotta, e mantenere una opportuna distanza di sicurezza da altri veicoli.

Segnalare la propria presenza ai pedoni



DISTANZA DI SICUREZZA





- Se dal posto di manovra la visibilità dell'area di transito del mezzo non è soddisfacente occorre richiedere l'impiego di un altro operatore per il necessario servizio di segnalazione.
- Tenere il carico più basso possibile durante gli spostamenti, e possibilmente inclinato all'indietro, per avere una migliore stabilità e una migliore visibilità.
- Non abbassare o alzare il carico durante la marcia ed evitare brusche frenate, sterzate o accelerazioni.
- Procedere a marcia indietro nel caso in cui si percorrano discese ripide o si trasportino carichi voluminosi per avere una migliore stabilità e visibilità.
- Procedere a marcia avanti nel caso in cui si percorrano salite ripide per non rischiare di perdere il carico.



Verificare
che i mezzi
siano
opportunitamente
frenati

Luminosità e contrasto del video

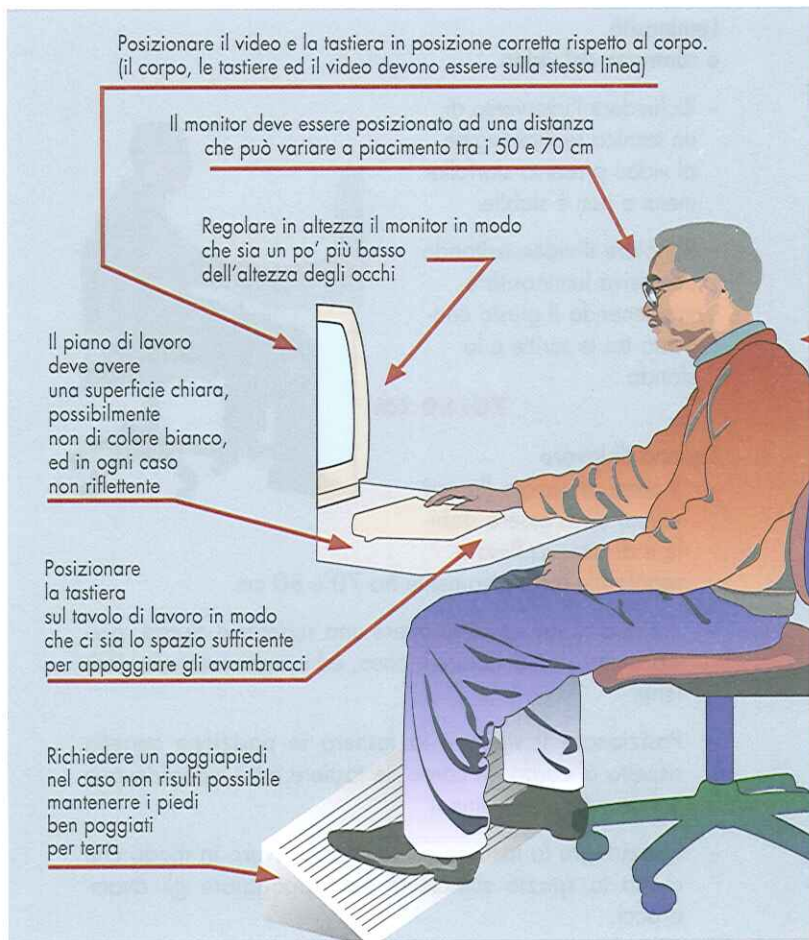
- Richiedere l'intervento di un tecnico se l'immagine al video presenta sfarfallamenti o non è stabile.
- Regolare il video evitando eccessiva luminosità e mantenendo il giusto contrasto tra le scritte e lo sfondo.

70/80 CM



Il piano di lavoro

- Il piano di lavoro (la scrivania) deve essere stabile e di altezza fissa o regolabile indicativamente fra 70 e 80 cm.
- Il piano di lavoro deve avere una superficie chiara, possibilmente non di colore bianco, ed in ogni caso non riflettente.
- Posizionare il video e la tastiera in posizione corretta rispetto al corpo. (il corpo, le tastiere ed il video devono essere sulla stessa linea).
- Posizionare la tastiera sul tavolo di lavoro in modo che ci sia lo spazio sufficiente per appoggiare gli avambracci.



mente del tanto necessario per provarne l'equilibrio, successivamente, sollevarlo ad una giusta altezza che permetta il trasbordo sopra tutti gli ostacoli lungo il percorso.

- Il carico deve essere fermato prima dell'intervento dei fine corsa; l'intervento dei fine corsa è previsto solo in caso di emergenza.
- Azionare i comandi delicatamente soprattutto quando il carico è alto.

Movimentazione

- Individuare, possibilmente prima di muoversi, quali sono le vie di passaggio ed in particolare se queste sono libere da persone od ostacoli.
- Tenere presente gli ingombri, per evitare urti del contrappeso in curva e delle forche durante la marcia.
- Nelle fasi di lavoro mantenere una corretta posizione di guida, in particolare, è necessario che durante il moto del carrello, le gambe e le braccia siano tenute entro la sagoma del carrello.





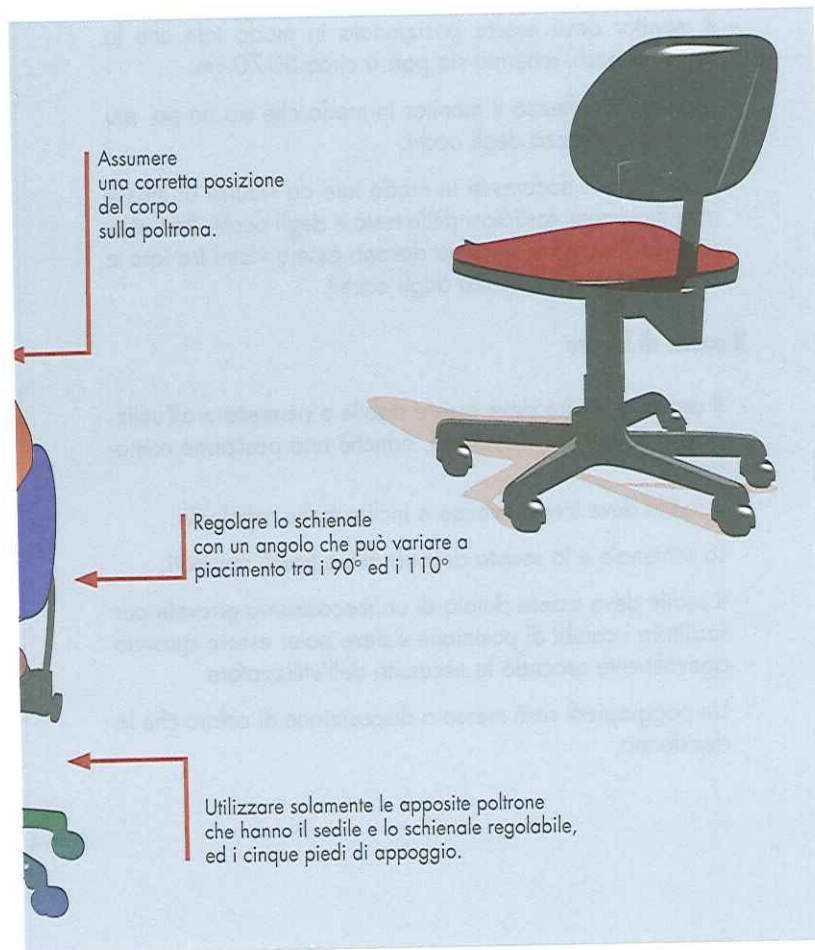
d'emergenza; le forche debbono essere abbassate, le chiavi di comando disinserite ed il freno di stazionamento inserito.

– Divieto di accesso in locali il cui pavimento non è predisposto per il passaggio del carrello.

Carico e scarico

– Rispettare la portata massima del mezzo, non aumentare il contrappeso per migliorare la capacità di carico e non cercare di spostare o sollevare il carico con due carrelli.

- Il carico deve essere sollevato e trasportato sulle apposite piattaforme, sulle forche di presa del carico.
- Caricare il pallet il più vicino possibile alla base delle forche per avere maggior stabilità.
- Verificare ed eventualmente ripristinare il corretto confezionamento del pallet prima di iniziare la movimentazione per evitare cadute dall'alto del materiale.
- Per verificare il buon equilibrio del carico, sollevare inizial-





- Il monitor deve essere posizionato in modo tale che la distanza occhi-schermo sia pari a circa 50-70 cm.
- Regolare in altezza il monitor in modo che sia un po' più basso dell'altezza degli occhi.
- Posizionare i documenti in modo tale da ridurre al massimo i movimenti fastidiosi della testa e degli occhi (la tastiera il documento ed il video devono essere vicini tra loro e circa alla stessa distanza dagli occhi).

Il sedile di lavoro

- Il sedile di lavoro deve essere stabile e permettere all'utilizzatore libertà nei movimenti, nonché una posizione comoda.
- Il sedile deve avere altezza e inclinazione regolabili.
- Lo schienale e la seduta devono avere bordi smussati.
- Il sedile deve essere dotato di un meccanismo girevole per facilitare i cambi di posizione e deve poter essere spostato agevolmente secondo le necessità dell'utilizzatore.
- Un poggiatesta sarà messo a disposizione di coloro che lo desiderino.

Divieti ed obblighi

- Non bisogna utilizzare i carrelli per scopi differenti da quelli per i quali sono stati costruiti.
- Se il carrello elevatore a forche è del tipo a scoppio, non si deve accedere in locali chiusi o poco ventilati.
- Non sollevare il carico se ci sono persone nella zona interessata alla manovra.
- Divieto di trasportare persone sui carrelli, o di sollevarle.
- Divieto di trasportare pallet di altezza superiore a 2 mt e/o 2 pallet sovrapposti.
- Durante la sosta il carrello elevatore a forche deve stazionare in un'apposita area, o comunque mai davanti a dispositivi antincendio o percorsi





- Manovrare all'indietro solo se necessario verificando che ci sia sufficiente spazio di manovra e mantenere i piedi lontani dalle ruote.
- Il conducente deve seguire a piedi il carrello e non stare seduto sul vano batteria.

Carrello elevatore

- Non utilizzare il carrello elevatore se non si è abilitati all'uso.
- Prima di utilizzare i mezzi di sollevamento e trasporto occorre verificarne l'integrità e l'efficienza, in particolare:
 - il carrello deve essere dotato di un robusto riparo del posto di guida, per proteggere il conducente da eventuali cadute del carico in elevazione o in caso di ribaltamento;
 - tutti i comandi devono avere il ritorno automatico in posizione neutra;
 - devono essere efficienti sia i freni di servizio che di stazionamento;
 - deve essere presente una protezione anticessoiamento, che impedisca di infilare parti del corpo nei meccanismi di sollevamento;
 - nel controllo della pressione dei pneumatici (gomme non piene) posizionarsi davanti o dietro o comunque lontani.

Misure comportamentali

- Effettuare le pause o i cambiamenti di attività, come previsto, per almeno 15 minuti ogni 2 ore di applicazione continuativa al videoterminale.

Computer portatili

- L'impiego prolungato dei computer portatili necessita della fornitura di una tastiera e di un mouse o altro dispositivo di puntamento esterni nonché di un idoneo supporto che consenta il corretto posizionamento dello schermo.





- se ci sono ferite evidenti;
- se la respirazione è normale;
- se ci sono ustioni;

fornendo l'esatto indirizzo ove ci si trova, assicurandosi che colui che ci risponde abbia capito esattamente il nostro messaggio.

COSA NON FARE

- **NON** cercare di muovere una persona inanimata, specialmente se la sua posizione, evidentemente scomposta, può far immaginare la presenza di fratture ossee.
- **NON** tentar di far rinvenire con spruzzi d'acqua fredda o lievi percosse sul viso.
- **NON** praticare iniezioni o somministrazione medicinali, salvo che per richiesta cosciente del soggetto o per certa conoscenza della sua patologia e dei farmaci normalmente assunti dal soggetto (sofferenti di cuore, diabetici).
- **NON** somministrare bevande ed in particolar modo bevande alcoliche.

MEZZI DI MOVIMENTAZIONE CARICHI

Transpallet a trazione manuale

- Rispettare la portata massima.
- I transpallet devono essere trainati e non spinti.
- Divieto assoluto di trasportare persone sui carrelli.

Transpallet elettrici ed elevatori

- Prima di utilizzare i mezzi di sollevamento e trasporto occorre verificarne l'integrità e l'efficienza. In particolare che:
 - con il timone completamente alzato od abbassato il mezzo si fermi;
 - premendo il pulsante all'estremità del timone il mezzo si muova in avanti;
 - sia presente una protezione anticesoimento.

Divieti ed obblighi

- Non bisogna utilizzare i carrelli per scopi differenti per i quali sono stati costruiti.





SI

La sistemazione di carichi su piani alti

– Evitare di inarcare troppo la schiena per porre degli oggetti su piani alti, usare una scala.



NO



SI

NO

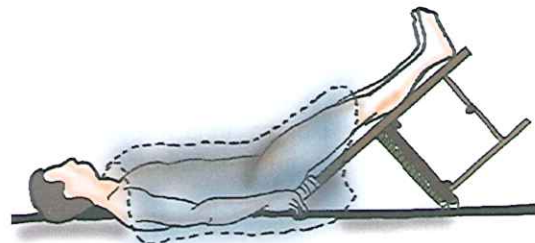
Lo spostamento di mobili o casse



– Non curvare mai la schiena in avanti o indietro, ma appoggiare la schiena in modo verticale e spingere con le gambe.

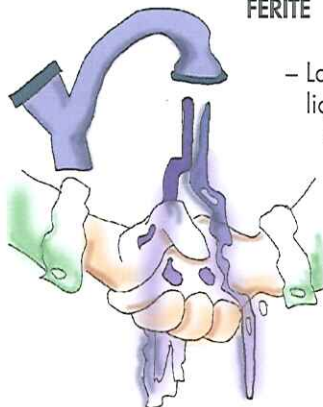
COSA FARE

- In attesa dell'intervento è importante, non abbandonare la persona coinvolta anche se incosciente ed assisterla psicologicamente.
- Se possibile mettere l'infortunato in posizione antishock.
- Aiutare la respirazione allentando la cravatta o foulard; slacciando il colletto della camicia, la cinghia dei pantaloni o il reggiseno.
- Coprire la persona con coperte o cappotti se la temperatura è relativamente bassa.
- Se le condizioni lo richiedono, in attesa dell'intervento medico, vanno attuate le seguenti norme di pronto soccorso.





FERITE



– Lavare subito la ferita, medicare con liquido disinfettante e coprirla con una compressa di garza idrofila e quindi fasciare;

– nel caso di ferite profonde che causano *emorragia*:

- se il sangue è di **colore scuro**, *emorragia venosa*, fasciare strettamente l'arto ferito avendo cura di tenerlo sollevato;
- se il sangue è di **colore rosso vivo**, *emorragia arteriosa*, applicare il laccio emostatico al di sopra della ferita.

EPISTASSI

– Nel caso in cui il sangue fuoriesca dal naso, l'emorragia prende il nome di epistassi: far sedere il soggetto con la testa reclinata all'indietro, farlo respirare con la bocca e applicargli impacchi freddi sulla fronte o dietro la nuca.

Non fargli soffiare il naso.



LO SPOSTAMENTO DEI CARICHI

- Evitare di ruotare solo il tronco nello spostare un carico, ma girare tutto il corpo, utilizzando le gambe, tenendo il carico vicino al corpo.





IL SOLLEVAMENTO E IL TRASPORTO DEI SACCHI

- Evitare di eseguire sollevamenti manuali, ricorrendo il più possibile ad ausili meccanici.
- Effettuare sollevamenti e spostamenti in due operatori (solo per sacchi eccessivamente pesanti >25 kg).

Per il sollevamento ed il trasporto da soli:

- Piegarle le ginocchia tenendo un piede più avanti dell'altro per avere più equilibrio e portare il peso vicino al corpo.
- Alzarsi lentamente, senza strappi, facendo leva sulle gambe.
- Mantenere il sacco, durante il trasporto, il più possibile vicino al corpo, senza però inarcare all'indietro la schiena.



CONTUSIONI

Le contusioni più gravi, che comportano un pericolo consistente, si indicano col termine di commozioni:

- *commozione cerebrale*, si manifesta con perdita della conoscenza, pallore, rilassamento muscolare e respirazione debole;
- *commozione toracica*, si manifesta con dolori acuti al petto, difficoltà di respiro ed espettorato sanguigno;
- *commozione addominale*, si manifesta con pallore, sudore freddo, difficoltà nella respirazione.



In tutti questi casi far distendere l'infortunato e applicare impacchi freddi con ghiaccio.

DISTORSIONI, LUSSAZIONI, STRAPPI MUSCOLARI

Anche nel caso di distorsioni, lussazioni, strappi muscolari è importante applicare subito impacchi freddi.

FRATTURE

Bisogna sospettare una frattura tutte le volte che la parte colpita appare deformata, gonfia, di tinta bluastra, e se viene accertato un dolore molto vivo quando si tenta di muoverla.



Poiché l'infortunato può essere colpito da shock, si consiglia di somministrargli, quando rinviene, bevande eccitanti, come tè e caffè. Inoltre, a seconda dei casi, si devono adottare le seguenti norme:

- Mantenere l'arto infortunato immobilizzato, in caso di frattura complicata o esposta e *non tentare mai di far rientrare il frammento osseo.*
- Se si sospetta *frattura della colonna vertebrale*, si deve evitare di spostare l'infortunato, e attendere l'intervento del medico.

COLPI DI CALORE

In caso di colpi di calore, che si manifestano con vertigini, offuscamento della vista, eventuale perdita dei sensi, e, nei casi più gravi, convulsioni si deve portare l'infortunato in luogo fresco e ventilato, sciogliergli i vestiti, spruzzargli il capo con acqua fredda e fargli impacchi freddi sul capo; *non somministrare alcolici.*

LA MOVIMENTAZIONE MANUALE DEI CARICHI

Si intendono per movimentazione manuale dei carichi le operazioni di trasporto o di sostegno di un carico, comprese le azioni di sollevare, deporre, spingere, tirare, portare o spostare un carico.

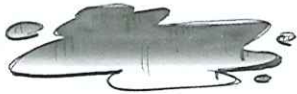
Il sollevamento dei carichi

- Flettere le ginocchia e non la schiena.
- Mantenere il carico il più vicino possibile al corpo.





- Mantenere in ordine il pavimento dei luoghi di lavoro e di passaggio, segnalare eventuali liquidi che possano renderlo scivoloso.



...non occupare i percorsi di emergenza

- Non occupare i percorsi di emergenza con materiali ed oggetti.
- Non chiudere o impedire la libera apertura delle porte di emergenza.
- Non imbrattare o rendere poco visibili i cartelli di segnalazione dei percorsi di fuga.



LESIONI AGLI OCCHI

In caso di lesioni agli occhi provocate da corpi estranei, non strofinare l'occhio colpito, ma tenerlo chiuso; molte volte le lacrime asportano il corpo estraneo.

Se ciò non avviene, ed è sotto la palpebra inferiore, abbassarla ed asportare il corpo estraneo con la punta di un fazzoletto pulito.

FOLGORAZIONE

In caso di folgorazione è necessario:

- interrompere immediatamente la corrente (agendo sull'interruttore centrale);
- allontanare la vittima dalla sorgente di energia elettrica servendosi di un bastone o di una scopa (comunque di un attrezzo isolante)





evitando cioè di toccare direttamente il folgorato per non essere colpiti dalla scarica.

BRUCIATURE E USTIONI

Nelle ustioni di ridotta entità mettere immediatamente la parte colpita sotto l'acqua fredda corrente per raffreddarla e per lavarla (se l'ustione è prodotta da sostanze chimiche) e non applicare pomate o altro.

Nelle ustioni più gravi occorre:

– eliminare al più presto l'elemento ustionante;

NON usare estintori per spegnere le fiamme sul soggetto.

– Rimuovere oggetti metallici (orologio, catenine, occhiali, ecc.) e gli indumenti che bruciano;

NON rimuoverli se aderenti alla pelle.

– Raffreddare la parte interessata con impacchi di acqua fredda.

– Se possibile far bere all'infortunato 2/3 bicchieri d'acqua.

– **NON** toccare la zona ustionata.

– **NON** applicare pomate od altro.

– Mantenere il posto di lavoro sempre in ordine e pulito, in quanto il disordine e l'ingombro possono provocare cadute e, in ogni caso, ostacoli al movimento.



– Usare le attrezzature igienico-sanitarie e segnalare eventuali disfunzioni: questo aiuta a prevenire malattie e rischi inutili.





– Non rimuovere o modificare senza autorizzazione i dispositivi di sicurezza o di segnalazione o di controllo.

– Non compiere di propria iniziativa operazioni o manovre che non sono di propria competenza ovvero che possono compromettere la sicurezza propria o di altri lavoratori.



SI!



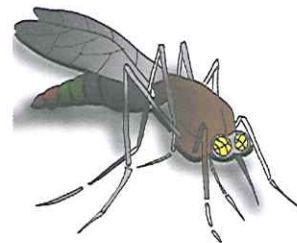
– Rispettare i divieti e gli avvertimenti evidenziati dalla segnaletica esposta.

– Effettuare una pausa o un cambiamento di attività di 15 minuti ogni due ore di lavoro al videoterminale.

...effettuare una pausa ogni due ore...

MORSICATURE E PUNTURE

In caso di punture di insetti (api, vespe, calabroni) estrarre il pungiglione e disinfettare, in casi particolari, quali la puntura alla base della lingua o in gola o l'insorgenza di disturbi, ricorrere alle cure del medico.



In caso di morsi di cani, anche se di lieve entità, curare normalmente la ferita e sottoporsi al controllo medico.

INFARTO

In caso di sospetto infarto richiedere l'intervento urgente del medico o del servizio di pronto soccorso e:

- controllare le funzioni vitali (battito cardiaco, respirazione);
- allontanare le persone rendendo l'ambiente tranquillo;
- liberare l'infortunato da indumenti troppo stretti (cravatta, cintura, reggiseno);
- in attesa dell'intervento è importante non abbandonare la persona coinvolta, anche se incosciente, ed assisterla psicologicamente.



ANTINCENDIO(*)

Il fuoco è pericoloso sia a causa dell'energia prodotta (calore), sia a causa dei gas di risulta che vengono sprigionati. Tali gas sono pericolosi sia per le vie respiratorie che per gli occhi.

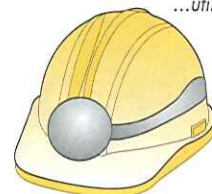
REGOLE PRINCIPALI DI PREVENZIONE INCENDI

- Nei luoghi in cui vi è pericolo di incendio o di esplosione per presenza di gas, vapori e polveri facilmente incendiabili o esplosive (per es. Sala Accumulatori), è tassativamente vietato fumare, saldare, smerigliare o usare fiamme libere.
- Spegnere il motore dei veicoli e delle installazioni durante il rifornimento carburante.
- E' vietato gettare mozziconi di sigaretta all'interno di ambienti dove sono presenti materiali o strutture incendiabili.
- Durante i lavori di saldatura, smerigliatura e molatura occorre adottare idonei ripari o schermi, qualora nelle vicinanze vi fossero sostanze o strutture incendiabili.
- L'accumulo di materiali infiammabili (legno, carta, stracci) deve essere evitato nei casi in cui, per il tipo di lavori svolti e per le condizioni ambientali, può verificarsi un pericolo di incendio.

(*) Della stessa collana ABC - L'informazione base per tutti lavoratori: ABC dell'Informazione Antincendio di S. Marinelli - Ed. EPC S.r.l. - Roma.

- Utilizzare correttamente i macchinari, le apparecchiature, gli utensili, le sostanze e i preparati pericolosi, i mezzi di trasporto e le attrezzature di lavoro, nonché i dispositivi di sicurezza.

...utilizzare i D.P.I.



- Utilizzare in modo appropriato i dispositivi di protezione messi a loro disposizione.

- Segnalare immediatamente al datore di lavoro, al dirigente o al preposto le deficienze dei mezzi e dispositivi, nonché le altre eventuali condizioni di pericolo di cui si viene a conoscenza, adoperandosi direttamente, in caso di urgenza, nell'ambito delle proprie competenze e

possibilità, per eliminare o ridurre tali deficienze o pericoli, dandone notizia al rappresentante dei lavoratori per la sicurezza.



...segnalare le deficienze di mezzi e dispositivi...



...dare immediatamente comunicazione dell'infortunio

- Dare immediatamente comunicazione ai diretti superiori dell'infortunio anche se non richiede particolari cure.
- Sottoporsi ai controlli sanitari previsti nei loro confronti.
- Osservare le disposizioni e le istruzioni impartite dal datore di lavoro, dai dirigenti e dai preposti, ai fini della protezione collettiva ed individuale.



- Il travaso di liquidi infiammabili deve essere effettuato senza provocare spandimenti, se accidentalmente ciò dovesse accadere, occorre immediatamente provvedere ad asciugarli.
- Eventuali saldature su recipienti metallici che abbiano contenuto liquidi infiammabili, devono essere eseguite adottando particolari misure.
- E' vietato esporre le bombole di gas combustibili e comburenti a forti fonti di calore ed usare fiamme per individuare eventuali perdite.

COSA FARE IN CASO DI INCENDIO

Nel caso l'incendio si sprigioni nella propria stanza e non lo si può spegnere, si deve:

- Chiudere bene la porta della stanza.
- Dare immediatamente l'allarme ed allontanare eventuali persone presenti nei luoghi pericolosi.

Nel caso si senta il segnale di allarme incendio si deve:

- Chiudere la porta della propria stanza.
- Abbandonare lo stabile senza indugi, ordinatamente e con calma, non creare allarmismo o confusione, non spingere, non gridare, non correre.
- Non portare a seguito nessun oggetto.
- Utilizzare unicamente le scale, è vietato usare gli ascensori e i montacarichi.
- Non tornare indietro per nessun motivo.



- Non sostare lungo i corridoi e nelle vicinanze delle uscite dello stabile.

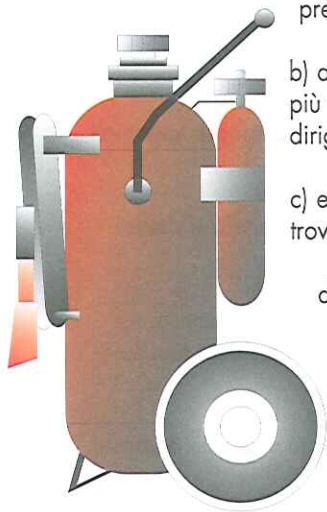
MEZZI DI ESTINZIONE

USO DEGLI ESTINTORI PORTATILI

In caso di incendio, occorre scegliere l'estintore idoneo a disposizione (v. tabella pagg. 76/77) ed attivarlo secondo le istruzioni d'uso, avendo cura di:

- erogare la sostanza estinguente con precisione evitando sprechi;
- agire per gradi iniziando dal focolaio più vicino fino a raggiungere il principale, dirigendo il getto alla base delle fiamme;
- erogare la sostanza estinguente né controvento, né contro le persone;
- fare attenzione ad erogare la sostanza estinguente su parti in tensione.

In questo caso, la stessa non deve essere conduttrice e l'operatore deve mantenersi a debita distanza di sicurezza dalle parti in tensione.



DOVERI GENERALI DEI LAVORATORI

Ciascun lavoratore deve:

- Prendersi cura della propria sicurezza e della propria salute e di quella delle altre persone presenti sul luogo di lavoro, su cui possono ricadere gli effetti delle sue azioni o omissioni, conformemente alla sua formazione ed alle istruzioni e ai mezzi forniti dal datore di lavoro.
- Contribuire, insieme al datore di lavoro, ai dirigenti e ai preposti, all'adempimento di tutti gli obblighi imposti dall'autorità competente o comunque necessari per tutelare la sicurezza e la salute dei lavoratori durante il lavoro.



...prendersi cura della propria sicurezza e della propria salute...





Per questo motivo, la più moderna cultura, prevenzionale, anche giuridica, pone in grande rilievo gli interventi di formazione ed informazione e attribuisce fondamentale importanza al comportamento prudente, diligente e collaborativo dei lavoratori.

• **PREVENZIONE:**

Il complesso delle disposizioni o misure necessarie anche secondo la particolarità del lavoro, l'esperienza e la tecnica, per evitare o diminuire i rischi professionali nel rispetto della salute della popolazione e dell'integrità dell'ambiente esterno.

• **AGENTE:**

L'agente chimico, fisico o biologico, presente durante il lavoro e potenzialmente dannoso per la salute.

• **SERVIZIO PREVENZIONE E PROTEZIONE:**

Insieme delle persone, sistemi e mezzi esterni o interni all'azienda finalizzati all'attività di prevenzione e protezione dai rischi professionali per i lavoratori.

• **MEDICO COMPETENTE:**

Medico, in possesso di uno dei titoli e dei requisiti formativi e professionali di cui all'articolo 38, che collabora, secondo quanto previsto all'articolo 29, comma 1, con il datore di lavoro ai fini della valutazione dei rischi ed è nominato dallo stesso per effettuare la sorveglianza sanitaria e per tutti gli altri compiti di cui al presente decreto.

• **RAPPRESENTANTE DEI LAVORATORI PER LA SICUREZZA:**

Persona eletta o designata per rappresentare i lavoratori per quanto concerne gli aspetti della salute e della sicurezza durante il lavoro.

USO DEGLI IDRANTI

Nell'uso degli idranti avere cura di:

- srotolare completamente il tubo prima di aprire l'acqua, al fine di evitare le strozzature;
- ricordarsi che l'acqua non può essere usata in presenza di quadri e/o apparecchi elettrici e su fuochi di gas (classe C), fuochi di metalli (classe D);
- gli estintori a base d'acqua o a schiuma possono essere utilizzati su apparecchiature elettriche in tensione solo se espressamente omologati a questo scopo e riportanti sull'adesivo delle istruzioni d'uso la frase **"Utilizzabile su apparecchiature elettriche in tensione fino a 1000 Volt ad un metro di distanza"**.



CLASSE NATURA DEL FUOCO

- A** Fuochi di materiali solidi, generalmente di natura organica, la cui combustione avviene normalmente con formazione di braci
- B** Fuochi di liquidi o di solidi liquefatti (ad esempio cera, paraffina ecc.)
- C** Fuochi di gas
- D** Fuochi di metalli (magnesio, alluminio ecc.).
- F** Fuochi che interessano mezzi da cottura (oli e grassi animali e vegetali) in apparecchi di cottura



CLASSIFICAZIONE DEI TIPI DI FUOCHI



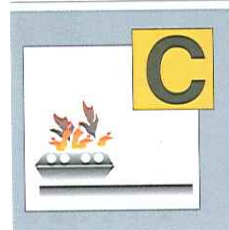
SIMBOLO A
Fuochi di materia solida (generalmente organica, la cui combustione avviene normalmente con produzione di braci che ardono allo stato solido(carbone).

Tipo di estinguente: **ACQUA - SCHIUMA**



SIMBOLO B
Fuochi di liquidi o di solidi che possono liquefarsi (es. cera, paraffina, ecc).

Tipo di estinguente:
**ACQUA (SOLO NEBULIZZATA) CO₂
POLVERE - SCHIUMA**



SIMBOLO C
Fuochi di gas

Tipo di estinguente: **ACQUA (SOLO NEBULIZZATA) CO₂ - POLVERE**

STRUTTURA DEL MANUALE

	Pag.
• DEFINIZIONI	5
• DOVERI GENERALI DEI LAVORATORI	7
• LA MOVIMENTAZIONE MANUALE DEI CARICHI	13
• MEZZI DI MOVIMENTAZIONE CARICHI	17
• LE ATTREZZATURE	27
• I DISPOSITIVI DI PROTEZIONE INDIVIDUALE (D.P.I.)	31
• LA SEGNALETICA	37
• L'UFFICIO	49
• I VIDEOTERMINALISTI.....	55
• PRONTO SOCCORSO	63
• ANTINCENDIO	72
• MEZZI DI ESTINZIONE	74
• CLASSIFICAZIONE DEI TIPI DI FUOCHI.....	78

ABC DELLA SICUREZZA

ISBN 978-88-6310-038-9

Dicembre 2009

Copyright © 2008 - 2009 EPC S.r.l.

Via dell'Acqua Traversa, 187 - 00135 Roma - www.epc.it

Servizio clienti: Tel. 06 33245259/277 - Fax 06 33111043

Redazione: Tel. 06 33245264/205 - Fax 06 3313212

Proprietà letteraria e tutti i diritti riservati alla EPC S.r.l. La struttura e il contenuto del presente volume non possono essere riprodotti, neppure parzialmente, salvo espressa autorizzazione della Casa Editrice. Non ne è altresì consentita la memorizzazione su qualsiasi supporto (magnetico, magneto-ottico, ottico, fotocopie ecc.).

La Casa Editrice, pur garantendo la massima cura nella preparazione del volume, declina ogni responsabilità per possibili errori od omissioni, nonché per eventuali danni risultanti dall'uso dell'informazione ivi contenuta.

Grafica e impaginazione: EPC S.r.l.

**SIMBOLO D**

Fuochi di metalli
(magnesio, alluminio).

Tipo di estinguente: **POLVERE**

**SIMBOLO F**

Fuochi che riguardano oli da cucina.

Tipo di estinguente: La Norma UNI EN 3/7, richiamata dal D.M. 7 gennaio 2005, non comprende i metodi di prova per i focolari di classe "F" (Fuochi che riguardano oli da cucina) e, di conseguenza,

per tale tipologia di estintore non esiste alcun tipo di omologazione. Attualmente è allo studio la revisione della Norma Europea EN3/7 che introdurrà i metodi di prova per i focolari di classe "F" e, di conseguenza, sarà possibile omologare anche tale tipologia di estintore.

La Norma UNI EN 3/7 prevede che per gli estintori portatili utilizzanti acqua o schiuma e che non hanno superato la prova dielettrica prevista al punto 9 della norma stessa, debbono riportare



L'informazione base per tutti i lavoratori



obbligatoriamente la seguente avvertenza **“Non utilizzare su apparecchiature elettriche sotto tensione”** unitamente al pittogramma che indica tale divieto.

Gli estintori portatili che utilizzano altri agenti estinguenti e gli estintori a schiuma o a base d'acqua, che hanno superato le prove previste dalla Norma UNI EN 3/7, debbono riportare l'indicazione della loro idoneità all'uso su apparecchiature elettriche in tensione con la scritta: **“Adatto all'uso su apparecchiature elettriche sotto tensione fino a 1000 Volt ad una distanza di un metro”**.

Finito di stampare nel mese di dicembre 2009
presso la tipografia ATI di Pomezia
per conto della EPC S.r.l.

00135 Roma - Via dell'Acqua Traversa, 187/189

MICHELE LEPORE



della SICUREZZA e della SALUTE SUI LUOGHI DI LAVORO

Manuale ad uso dei lavoratori

Informazione dei lavoratori
ai sensi dell'art. 36

del D.Lgs. 9 aprile 2008, n. 81 e s.m.



EPC LIBRI