



MINISTERO DELL'ISTRUZIONE  
DELL'UNIVERSITÀ E DELLA  
RICERCA



1° Circolo Didattico di Pozzuoli  
"Guglielmo Marconi"  
Viale Capomazza, n° 1- 80078 Pozzuoli (NA)  
E-mail: naee16600e@istruzione.it  
Web: www.1circolopozzuoli.it



Polo Qualità Napoli



Unione Europea

Pozzuoli, li 01 settembre 2016

**Prot. n. 2347 Tit. A35  
INFORMATIVA N. 19**

**Ai Lavoratori con mansioni che prevedono  
la movimentazione manuale dei carichi  
del 1° Circolo Didattico Statale di Pozzuoli  
"Guglielmo Marconi"**

**LORO SEDI**

**OGGETTO:** *D. Lgs. 81/2008 – Sicurezza e salute dei lavoratori sui luoghi di lavoro:  
Informativa per la movimentazione manuale dei carichi.*

In esecuzione all'art. 168, comma 2, lettera c) del D. Lgs 9 aprile 2008, n° 81 e s.m.i., al fine di ridurre i rischi, particolarmente di patologie dorso-lombari connesse alla movimentazione manuale dei carichi (apertura cancelli, spostamento suppellettili, sollevamento bambini, ecc.), si precisa che i valori-limite dei pesi movimentabili a mano:

- ☞ età 15-18 anni: 20 Kg maschi, 15 Kg femmine
- ☞ età maggiore di 18 anni: 30 Kg maschi, 20 Kg femmine

Nella movimentazione manuale dei carichi vanno rispettate le seguenti norme:

- ☞ In caso di sollevamento del carico:
  - flettere le ginocchia e non la schiena;
  - mantenere il carico quanto più possibile vicino al corpo;
  - evitare movimenti bruschi o strappi;
  - nel caso si movimentino scatole, sacchi, imballaggi di vario genere verificare la stabilità del carico all'interno, per evitare sbilanciamenti o movimenti bruschi e/o innaturali; assicurarsi che la presa sia comoda e agevole; effettuare le operazioni, se necessario, in due persone.
- ☞ In caso di spostamento dei carichi:
  - evitare le rotazioni del tronco, ma effettuare lo spostamento di tutto il corpo;
  - tenere il peso quanto più possibile vicino al corpo.

**1° CIRCOLO DIDATTICO DI POZZUOLI "GUGLIELMO MARCONI"**

Viale Capomazza, n° 1 - 80078 Pozzuoli (NA) - E-mail: naee16600e@istruzione.it

- In caso di spostamento di mobili o casse, evitare di curvare la schiena in avanti o indietro: è preferibile invece appoggiarla all'oggetto in modo che sia verticale e spingere con le gambe.
- In caso di sistemazione di carichi su piani o scaffalature alte, evitare di compiere movimenti che facciano inarcare troppo la schiena; qualora non si arrivi comodamente al ripiano, utilizzare una scala.

Nel ribadire che questa dirigenza scolastica è disponibile a fornire tutti gli strumenti per una migliore consapevolezza dei diritti e delle responsabilità in capo a ciascuno, si coglie l'occasione per augurare buon lavoro.

Il Dirigente scolastico  
prof.ssa Angela PALOMBA  
Firma autografa omessa a mezzo stampa  
ai sensi del D. Lgs 39/1993