



# illuminazione nei luoghi di lavoro

## Lista di controllo

### **Avete scelto l'illuminazione adatta per i posti di lavoro nella vostra azienda?**

Già nella fase di pianificazione e progettazione dei posti di lavoro è necessario tener conto dei requisiti indicati in questa lista di controllo.

I problemi principali sono i seguenti:

- abbagliamento dovuto alla luce artificiale e naturale
- eccessivo contrasto chiaro-scuro
- riflessi sullo schermo, sul piano e sulle attrezzature di lavoro

La presente lista di controllo vi aiuta ad affrontare meglio questi problemi.



## 1. Compilate la lista di controllo.

## 2. Mettete in pratica le misure di miglioramento.

Se rispondete «no» a una domanda sarà necessario adottare le misure opportune. Potete annotare le misure da attuare sul retro della lista di controllo.

### illuminazione dei locali

1. I valori di **illuminamento medi** nel luogo dell'attività visiva corrispondono ai valori riportati sulla tabella a lato?  sì  no

Per rispondere a questa domanda dovete utilizzare un luxmetro.

2. Il locale è illuminato in modo **uniforme**?  sì  no

Per «uniforme» si intende: il valore di illuminamento medio alla distanza di 3 metri dal luogo dell'attività visiva corrisponde almeno al 20% dei valori riportati sulla tabella alla domanda 1.

Per rispondere a questa domanda dovete utilizzare un luxmetro.

3. Le lampade vengono sottoposte a **manutenzione** periodica (pulite, controllate e, se necessario, sostituite)?  sì  no

Intervallo di manutenzione:

- ambienti con sporcizia normale: massimo 3 anni
- ambienti con sporcizia eccessiva: massimo 2 anni

4. Nei locali di lavoro prevalgono i **toni di colore chiaro** sui soffitti e sulle pareti?  sì  no

I colori abbaglianti e intensi provocano fastidio.

5. È possibile **adattare** l'illuminazione nel singolo posto di lavoro alle attività specifiche e alle esigenze individuali del personale?  sì  no

Per es. posto di lavoro in open space, lavori di precisione, capacità visiva ridotta, persona mancina o destrimane. (Fig. 1 e 2)

6. L'illuminazione è concepita in modo da fornire luce **diretta e indiretta**?  sì  no

Nei locali con molta luce indiretta l'ambiente di lavoro risulta essere più gradevole.

7. Le finestre posizionate sulla facciata sud e sud-ovest sono dotate di una **protezione contro l'irraggiamento solare**?  sì  no

Per es. tapparelle, elementi che gettano ombra sulle facciate, lamine o avvolgibili riflettenti tra i vetri, vetri antitermici

### Valori minimi di illuminamento per differenti attività

100 lx	Zone di circolazione, locali di stoccaggio
150 lx	Locali di lavoro con intervento manuale saltuario sulle installazioni, vie di circolazione miste per veicoli e persone, gabbie di scale
200 lx	Locali di lavoro per attività senza esigenze particolari, impianti con intervento manuale permanente, locali di archivio
300 lx	Locali di lavoro per attività sbrigative o che richiedono una visibilità semplice, settore d'imballaggio e di spedizione, montaggio di pezzi grandi, locali di soggiorno
500 lx	Scrivere, leggere, elaborare dati, locali con lavoro allo schermo (incl. disegno tecnico/progettazione assistita da computer (CAD), locali di lavoro per attività di precisione media o che richiedono una buona visibilità, locali di infermeria
750 lx	Locali di lavoro per lavori di precisione
1000 lx	Attività che richiedono un'ottima visibilità



Fig. 1: deve essere possibile adattare l'illuminazione del posto di lavoro alle specifiche attività (per es. lavori di precisione).



Fig. 2: deve essere possibile adattare l'illuminazione anche alle esigenze individuali (per es. occhiali con lenti progressive).

## Luce naturale e vista sull'esterno

8. Dai posti di lavoro permanenti è possibile **guardare all'esterno**?  sì  
 no

Per i posti di lavoro occupati durevolmente senza vista sull'esterno è necessario adottare misure compensative per la tutela della salute. Vedi Indicazioni relative all'ordinanza 3 concernente la legge sul lavoro (art. 24 OLL 3).

9. Nei locali **senza luce naturale** si lavora soltanto se sono state adottate misure compensative per tutelare la salute?  sì  
 no

Vedi Indicazioni relative all'ordinanza 3 concernente la legge sul lavoro (art. 15 OLL 3).

## Riflessi, abbagliamenti e contrasti

10. I posti di lavoro sono disposti in modo da **non causare riflessi e abbagliamenti** sul piano di lavoro (scrivania, banco di lavoro) e sulle attrezzature di lavoro (tastiera, documenti, attrezzi)?  sì  
 no

I riflessi e gli abbagliamenti possono essere causati, per esempio, da lampade, da superfici chiare (finestre, schermi), da materiali lucidi o superfici levigate. (Figg. 3 e 4)

11. I posti di lavoro sono disposti in modo che nella zona dell'attività visiva **non vi sia un forte contrasto chiaro-scuro**? (Figg. 5 e 6)  sì  
 no

12. I **mobili, il pavimento e le pareti** sono fatti in modo da non causare riflessi fastidiosi?  sì  
 no

Gradi di riflessione ammessi:

- soffitto: da 0,7 a 0,9
- pareti: da 0,5 a 0,8
- pavimento: da 0,2 a 0,4
- piano di lavoro, mobili, macchine: da 0,2 a 0,7

13. Le lampade sono dotate di **dispositivi antiabbaglianti**? (Immagine di copertina)  sì  
 no

### Per ulteriori informazioni consultare:

- Indicazioni relative alle ordinanze 3 e 4 concernenti la legge sul lavoro (in particolare gli articoli 15 e 24 OLL 3 e gli articoli 4 e 17 OLL 4), SECO, codice Suva 710.250.i
- UNI EN 12464-1 «Luce e illuminazione – Illuminazione dei posti di lavoro – Parte 1: Posti di lavoro in interni»
- Sito web della Associazione svizzera per la luce: [www.slg.ch](http://www.slg.ch).
- Per consulenza e assistenza consigliamo di rivolgersi a un progettista di illuminazione diplomato.

## Posto di lavoro occupato durevolmente?

Per posto di lavoro occupato durevolmente si intende una zona di lavoro occupata da un lavoratore, oppure da più persone successivamente, per un periodo superiore a due giorni e mezzo alla settimana.



Fig. 3: riflessi su un pezzo da lavorare



Fig. 4: riflessi su uno schermo



Fig. 5: una finestra dietro lo schermo o alle spalle del collaboratore può causare un contrasto eccessivo.



Fig. 6: un contrasto molto forte può essere causato anche se si usa una luce artificiale in un ambiente scuro.

