



<b>Data</b>	
<b>Nome e Cognome</b>	
<b>Argomento</b>	POSTAZIONI AL VIDEOTERMINALE

<b>1</b>	Lo schermo è posizionato di fronte a te in modo da non dover continuamente ruotare la testa o il busto?	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO
<b>2</b>	La tastiera è correttamente posizionata di fronte a te? (a circa 5-10cm dall'inizio della scrivania)	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO
<b>3</b>	La tua postazione di lavoro è disposta in modo tale che sullo schermo non vengono riflesse fonti luminose? (verificare a schermo spento)	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO
<b>4</b>	Se allunghi il braccio di fronte a te c'è ancora spazio (5-10cm) tra la punta delle tue dita e lo schermo? Vedi immagine esemplificativa.	 <input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO
<b>5</b>	Accanto alla tastiera c'è abbastanza spazio per il mouse?	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO
<b>6</b>	Sotto il tuo piano di lavoro hai spazio sufficiente per muovere liberamente le gambe, le ginocchia e i piedi?	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO
<b>7</b>	L'altezza della sedia è regolata in modo da avere entrambi i piedi appoggiati al pavimento?	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO
<b>8</b>	Il bordo superiore dello schermo si trova 5-10cm al di sotto della linea dello sguardo? Vedi immagine esemplificativa.	 <input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO
<b>9</b>	Se utilizzi il notebook dalla tua postazione lo fai con l'ausilio di una tastiera, un mouse e uno schermo esterni?	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> A volte <input type="checkbox"/> NO
<b>10</b>	Sai come regolare al meglio i singoli componenti della tua postazione di lavoro? (Schermo, sedia, mouse, tastiera)	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> In parte <input type="checkbox"/> NO
<b>11</b>	Mentre sei al videoterminale reputi di mantenere una postura corretta durante tutta la giornata lavorativa?	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO
<b>12</b>	Se hai risposto NO alla domanda precedente, indica la percentuale di tempo in cui presumi di assumere una postura non corretta	.....