



SICUREZZA SUL LAVORO

1. Qual è il modo corretto di sollevare oggetti pesanti per prevenire infortuni?

- ☐ Piegarsi rapidamente alla vita
- ☐ Piegare le ginocchia e mantenere la schiena dritta
- ☐ Tenere le gambe dritte e usare i muscoli della schiena
- ☐ Chiedere a un collega di farlo per te



2. Quale tipo di estintore deve essere usato su incendi elettrici?

- ☐ Acqua
- ☐ Schiuma
- ☐ Anidride carbonica (CO2)
- ☐ Agente chimico umido



3. Qual è la posizione migliore della tastiera per ridurre al minimo l'affaticamento di polsi e braccia durante il lavoro?

- ☐ All'altezza dei gomiti, con i polsi dritti e rilassati
- ☐ Più in alto dei gomiti, così le mani puntano verso il basso
- ☐ Sulle ginocchia mentre digiti
- ☐ Il più lontano possibile dalla sedia



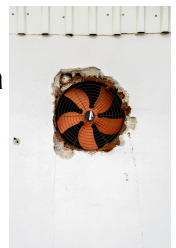
4. Cosa dovresti fare se suona l'allarme antincendio al lavoro?

- ☐ Assicurarsi che tutte le finestre siano chiuse prima di uscire
- ☐ Evacuare immediatamente utilizzando le vie di fuga designate
- ☐ Raccogliere prima i propri effetti personali
- ☐ Attendere la conferma che sia reale



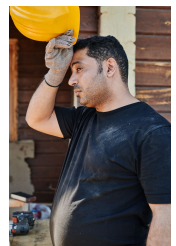
5. Perché è importante mantenere i sistemi di ventilazione e le prese d'aria libere da ostruzioni?

- ☐ Potrebbe rendere la stanza scomoda
- ☐ Può causare surriscaldamento o scarsa qualità dell'aria
- ☐ Spreca elettricità
- ☐ È contro il regolamento aziendale



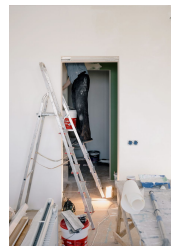
6. Quale di questi è un segno comune di stress da calore tra i lavoratori?

- ☐ Pelle fredda e sudata
- ☐ Perdita di appetito
- ☐ Sete intensa
- ☐ Sudorazione eccessiva



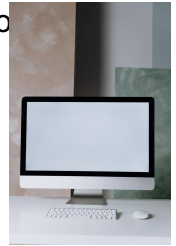
7. Quale delle seguenti cose NON dovrebbe essere fatta quando si usa una scala?

- ☐ Posizionare la scala su una superficie stabile e piana
- ☐ Stare sull'ultimo gradino per arrivare più in alto
- ☐ Rivolgersi verso la scala
- ☐ Indossare scarpe antiscivolo durante la salita



8. Qual è la posizione consigliata per il monitor del computer?

- ☐ All'altezza degli occhi, a circa una distanza di un braccio
- ☐ Sopra il livello degli occhi, così guardi leggermente verso l'alto
- ☐ Il più lontano possibile per ridurre l'affaticamento degli occhi
- ☐ All'altezza delle ginocchia, inclinato verso l'alto



9. Cosa dovresti fare prima di utilizzare i dispositivi di protezione individuale?

- ☐ Indossarli immediatamente e iniziare il compito
- ☐ Presumere che siano sicuri se nessuno ha segnalato problemi
- ☐ Controllarli solo dopo aver terminato il compito
- ☐ Ispezionarli attentamente prima di ogni utilizzo



10. Qual è il modo migliore per prevenire rischi di inciampo in un ufficio?

- ☐ Mantenere i passaggi liberi da ingombri
- ☐ Mettere le borse sotto le scrivanie, non nei corridoi
- ☐ Usare copricavi per i fili elettrici
- ☐ Tutte le precedenti

