



*Istruzioni ad uso  
dei collaboratori familiari*



**INAIL**



## Introduzione

Il progetto “**Casa sicura - Campagna sulla salute e sicurezza per i collaboratori domestici stranieri in Italia**” nella sua I edizione è stato finanziato dal Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali ed ha visto la preziosa collaborazione tra l’Inail - Istituto Nazionale per l’Assicurazione contro gli Infortuni sul Lavoro e la Fondazione Labos - Laboratorio per le politiche sociali.

Tale progetto si è posto principalmente gli obiettivi di promuovere una cultura della prevenzione e della sicurezza tra colf e badanti stranieri residenti in Italia e di sensibilizzare le famiglie/datori di lavoro, presso cui questi lavoratori svolgono la loro attività di cura e assistenza, con l’auspicio di contribuire alla riduzione dei rischi di infortuni domestici.

## Introducere

Prima ediție (2012) a proiectului „**O casă sigură – Campania privind sănătatea și siguranța lucrătorilor casnici de origină străină din Italia**” („*Casa sicura – Campagna sulla salute e sicurezza per i collaboratori domestici stranieri in Italia*”) a fost finanțată de Ministerul Muncii și Politicilor Sociale și a beneficiat de prețioasa colaborare dintre Inail – Institutul Național de Asigurare împotriva Accidentelor de Muncă și Fundația Labos – Laboratorul pentru Politici Sociale.

Acest proiect și-a propus ca obiective principale promovarea unei culturi de prevenire și siguranță a menajerelor și îngrijitoarelor străine ce locuiesc în Italia și sensibilizarea familiilor/angajatorilor la care acești lucrători își desfășoară activitatea de îngrijire și asistență, cu scopul de a contribui la reducerea riscului de producere a accidentelor casnice.

## Chi è INAIL

# INAIL

ISTITUTO NAZIONALE PER L'ASSICURAZIONE  
CONTRO GLI INFORTUNI SUL LAVORO

L'INAIL è l'Istituto Nazionale per l'Assicurazione contro gli Infortuni sul Lavoro che tutela i lavoratori per tutte quelle attività che vengono giudicate come rischiose. In Italia tutti i lavoratori dipendenti, ma anche quelli parasubordinati che prestano servizio in ambienti e luoghi di lavoro giudicati a rischio, devono essere obbligatoriamente assicurati all'Inail.

L'Inail persegue una serie di obiettivi volti al miglioramento delle condizioni di lavoro come: la riduzione del tasso di infortuni, il reinserimento nella vita lavorativa degli infortunati sul lavoro, la realizzazione di iniziative mirate al monitoraggio continuo dell'andamento dell'occupazione e degli infortuni, la formazione e consulenza di piccole e medie imprese in materia di prevenzione ed il finanziamento di imprese, che investono sulla sicurezza dei propri lavoratori.

## Cine este INAIL

# INAIL

ISTITUTO NAZIONALE PER L'ASSICURAZIONE  
CONTRO GLI INFORTUNI SUL LAVORO

INAIL este Institutul Național de Asigurare împotriva Accidentelor de Muncă ce protejează lucrătorii în toate acele activități considerate periculoase.

În Italia toți lucrătorii angajați, dar și cei cu contract parasubordonat care își desfășoară activitatea în medii și locuri de muncă ce sunt considerate periculoase, trebuie să fie asigurați în mod obligatoriu la Inail.

Inail urmărește o serie de obiective ce vizează îmbunătățirea condițiilor de lucru, precum: reducerea ratei accidentelor, reintegrarea în muncă a persoanelor accidentate la locul de muncă, implementarea unor inițiative privind monitorizarea continuă a evoluției gradului de ocupare și a accidentelor de muncă, formare și consultanță furnizate întreprinderilor mici și mijlocii cu privire la prevenire și finanțarea firmelor ce investesc în securitatea lucrătorilor acestora.

# Gruppo di lavoro - Grupul de lucru

## **INAIL - Direzione Centrale Prevenzione**

### ***INAIL - Direcția Centrală de Prevenire***

Ester Rotoli

Elena Mattace Raso

Maria Rigano

## **INAIL - Settore Ricerca, Certificazione e Verifica**

### **Dipartimento Processi Organizzativi**

### ***INAIL - Sectorul de Cercetare, Certificare și Control***

### ***Departamentul proceselor organizaționale***

Adriano Papale

Maria Castriotta

Maria Cristina Dentici

Sara Stabile

Mauro Pellicci

Vanessa Manni

Francesca Grosso

Ghita Bracaletti

Cristiano De Luca

Brunella Malorgio

Teresa Moschetta

Angela Palazzo

Antonio Pizzuti

Massimo Spagnuolo

Alessia Williams

Giusy Piga

Renata Di Leo

Alfredo Parrinello

Emma Pietrafesa

Cristina Cianotti

Francesca Romana Romani

Chiara Brunetti

Antonella De Cristofaro

## **Direzione Centrale Comunicazione**

### ***Direcția Centrală de Comunicare***

Toni Saracino

Si ringrazia per le elaborazioni grafiche Valentina Pacini e Davide Candiani

*Mulțumim Valentinei Pacini și lui Davide Candiani care s-au ocupat de realizarea grafică*

## **Progetto grafico di copertina**

Tiziana Rizzi - INAIL Direzione Centrale Comunicazione

### ***Proiect grafic al copertei***

Tiziana Rizzi - Direcția Centrală de Comunicare

Traducere efectuată prin grija INAIL - BIROUL RELAȚII DE ASIGURARE EXTRANAȚIONALE

# Legenda - Legendã

**DIRITTI E DOVERI DEI  
LAVORATORI DOMESTICI**

**RISCHIO ELETTRICO**

**GAS**

**FUOCO**

**RISCHIO CHIMICO**

**ACQUA**

**RISCHIO DA MOVIMENTAZIONE  
CARICHI E POSTURE**

**CADUTE**

**RISCHIO BIOLOGICO**

**CONSERVAZIONE ALIMENTI**

**TAGLI E ABRASIONI**

**CURA E SOMMINISTRAZIONE FARMACI**

**COME INTERVENIRE NELLE  
SITUAZIONI DI EMERGENZA**

**ASPETTI RELAZIONALI E COMUNICATIVI**

**RISCHIO STRESS**

**INFORMAZIONI UTILI**

**GLOSSARIO**

**PRAWA I OBOWIÅZKI DOMOWE  
PRACOWNIKÓW**

**RYZYKO PORAÅZENIA PRÅDEM  
ELEKTRYCZNYM**

**GAZ**

**OGIEŃ**

**RYZYKO CHEMICZNE**

**WODA**

**RYZYKO ZWIÅZANE Z PRZESUWANIEM  
CIÅZARÓW I POSTAWÅ CIAÅA**

**UPADKI**

**NIEBEZPIECZEŃSTWO BIOLOGICZNE**

**PZRECHOWYWANIE PRODUKTÓW  
SPOŻYWCZYCH**

**ZACIĘCIA I ZADRAPANIA**

**PODAWANIE LEKARSTW**

**CO ROBIĆ W NAGŁYCH SYTUACJACH**

**ASPEKTY RELACJONARNE I  
KOMNIKATYWNE**

**STRESS**

**PRZYDATNE INFORMACJE**

**GLOSARIUSZ**





# I LAVORATORI DOMESTICI: DIRITTI, DOVERI, PRATICHE E TUTELA ASSICURATIVA, ELEMENTI UTILI IN CASO DI INFORTUNIO

In questa sezione vengono fornite sintetiche informazioni sui diritti e sui doveri dei lavoratori/lavoratrici e dei datori di lavoro utili allo svolgimento dell'attività lavorativa domestica. I contenuti qui presentati sono ripresi principalmente dai siti: [www.inps.it](http://www.inps.it) e [www.inail.it](http://www.inail.it).

## DEFINIZIONE

I lavoratori domestici sono coloro che prestano un'attività lavorativa continuativa per le necessità della vita familiare del datore di lavoro, come ad esempio colf, assistenti familiari o baby sitter, governanti, camerieri, cuochi, ecc.

Rientrano in questa categoria anche i lavoratori che prestano tali attività presso comunità religiose (conventi, seminari), caserme e comandi militari, nonché presso orfanotrofi e ricoveri per anziani, il cui fine è prevalentemente assistenziale.

## COSA FARE PRIMA DELL'ASSUNZIONE

PER I LAVORATORI ITALIANI O DI PAESI DELL'UNIONE EUROPEA

### Cosa deve fare il lavoratore

Il lavoratore per essere assunto deve essere in possesso di alcuni documenti: il codice fiscale, un documento di identità e la tessera sanitaria (aggiornata e rilasciata dall'ASL).

### Cosa deve fare il datore di lavoro

Il datore di lavoro può assumere direttamente il lavoratore domestico, dopo aver definito gli elementi del rapporto di lavoro (orario, retribuzione, ferie ecc.).

## PER I LAVORATORI EXTRACOMUNITARI

Le procedure sono diverse se il lavoratore risiede già in Italia o se invece risiede all'estero

### Se il lavoratore extracomunitario già risiede in Italia

#### Cosa deve fare il lavoratore

1. Essere in possesso di un permesso di soggiorno\* valido per lo svolgimento di un'attività lavorativa;
2. compilare insieme al datore di lavoro, il modulo Q per il contratto di soggiorno per lavoro\*\*.  
Tale modulo è scaricabile dai siti [www.lavoro.gov.it](http://www.lavoro.gov.it) [www.solidarietasociale.gov.it](http://www.solidarietasociale.gov.it), [www.interno.it](http://www.interno.it) o dal sito dello Sportello Unico dell'Immigrazione della Prefettura di residenza.

#### Cosa deve fare il datore di lavoro

Il datore di lavoro deve stipulare con il lavoratore un contratto di soggiorno per lavoro, procedendo come segue:

1. compilare e sottoscrivere, con il lavoratore straniero, il modulo Q ai fini del contratto di soggiorno per lavoro;
2. inviare tramite raccomandata a/r l'originale del contratto di soggiorno (mod. Q) con allegata la copia di un proprio documento d'identità, allo Sportello Unico per l'Immigrazione della Prefettura di residenza;

\* In base al Decreto 4 giugno 2010 del Ministero dell'Interno, per il rilascio del permesso di soggiorno Ce per "soggiornanti di lungo periodo" (a tempo indeterminato) è obbligatorio il superamento di un test di conoscenza della lingua italiana. Per maggiori informazioni: [www.interno.it](http://www.interno.it) e [www.poliziadistato.it](http://www.poliziadistato.it).

\*\* Dal 15 novembre tutti i datori di lavoro domestico che intendono assumere lavoratori extracomunitari già residenti in Italia non dovranno più compilare il "modello Q" per stipulare il contratto di soggiorno. Infatti, le obbligazioni contenute nel modello Q sono state recepite nell'ultima versione (legge 2/2009) delle Comunicazioni obbligatorie di assunzione, variazione e cessazione che i datori di lavoro domestico devono trasmettere all'Inps utilizzando le procedure online dell'Istituto (circolare del Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali n.4773 del 28 novembre). Per maggiori informazioni consultare [www.inps.it](http://www.inps.it)



3. consegnare al lavoratore straniero una copia del contratto di soggiorno (mod. Q) e della ricevuta postale di ritorno, timbrata dallo Sportello Unico. Sulla ricevuta postale è necessario indicare cognome e nome del lavoratore con il quale è stato stipulato il contratto di soggiorno.

---

### **Se il lavoratore extracomunitario non è ancora entrato in Italia**

#### **Cosa deve fare il lavoratore**

Dal momento in cui ottiene il visto d'ingresso, tramite lo Sportello Unico per l'Immigrazione, il lavoratore domestico dovrà:

- recarsi presso lo Sportello Unico e firmare il contratto e la richiesta di permesso di soggiorno, entro 8 giorni dall'ingresso in Italia, e spedire il tutto alla prefettura con raccomandata a/r postale. (La Questura convocherà il cittadino extracomunitario per la consegna del permesso di soggiorno);
- ritirare presso lo Sportello Unico anche una copia della Carta dei valori ed una guida alle leggi sull'immigrazione.

Per ulteriori informazioni: [www.poliziadistato.it](http://www.poliziadistato.it)

---

#### **Cosa deve fare il datore di lavoro**

Il datore di lavoro che vuole instaurare un rapporto di lavoro domestico con un cittadino extracomunitario residente all'estero, deve attendere la pubblicazione sulla Gazzetta Ufficiale del Decreto flussi dell'anno in corso e, a partire dalle scadenze indicate, presentare la domanda di nulla osta al lavoro.

Per ulteriori informazioni consultare il sito del Ministero dell'Interno [www.interno.it](http://www.interno.it)

---

#### **Come presentare la domanda di nulla osta**

La domanda può essere compilata e inviata esclusivamente via internet collegandosi al sito [www.interno.it](http://www.interno.it).

---

#### **Procedura per il rilascio del nulla osta al lavoro**

Lo Sportello Unico convoca il datore di lavoro per la consegna del nulla osta - che ha una validità di 6 mesi - e la sottoscrizione del contratto di soggiorno, predisposto dallo stesso Sportello.

Lo Sportello Unico trasmette il nulla osta e la proposta di contratto di soggiorno alla competente rappresentanza diplomatico-consolare italiana all'estero, la quale rilascia allo straniero il visto d'ingresso.

Come previsto, inoltre, nel contratto di soggiorno, il datore di lavoro dovrà:

- impegnarsi al pagamento delle spese di viaggio per il rientro del lavoratore nel paese di provenienza;
- impegnarsi a comunicare ogni variazione relativa al rapporto di lavoro;
- assicurare la disponibilità di un alloggio adeguato e, al momento della convocazione presso lo Sportello Unico per la consegna del nulla osta, esibire la ricevuta dell'avvenuta richiesta del certificato di idoneità alloggiativa rilasciato dal Comune o dall'ASL di competenza (il certificato va richiesto anche nel caso in cui il lavoratore alloggerà presso l'assistito per svolgere le mansioni di assistente alla persona)\*.

---

\* Si specifica che il collaboratore domestico residente nello stesso appartamento del datore di lavoro deve corrispondere alla Rai il pagamento del canone, in aggiunta a quello fornito dal datore di lavoro. E' esonerato soltanto nel caso in cui risulti nel nucleo familiare del datore di lavoro.



## L'ASSUNZIONE

Con l'assunzione del collaboratore domestico, la famiglia si impegna a sottoscrivere e rispettare un regolare contratto di lavoro, comprensivo di diritti e doveri da entrambe le parti: il datore di lavoro e il lavoratore (o lavoratrice).

Per informazioni utili alla stipula del contratto di lavoro vedere:

CCNL Fidaldo-Domina CgilCislUil Federcolf

CCNL Ebilcoba (dal sito [www.inps.it](http://www.inps.it)).

### La comunicazione all'INPS

La comunicazione dell'assunzione è obbligatoria entro le 24 ore del giorno precedente a quello di instaurazione del rapporto di lavoro.

L'obbligo di comunicazione all'Inps esiste anche in fase di rinnovo, trasformazione e conclusione del rapporto di lavoro. In questi casi la comunicazione dovrà essere effettuata entro cinque giorni dall'evento.

Da aprile 2011 per l'iscrizione e le eventuali variazioni il datore di lavoro domestico, potrà:

- avvalersi del Contact Center, al numero 803.164, fornendo telefonicamente i dati necessari;
- utilizzare l'apposita procedura internet di compilazione e invio on-line disponibile sul sito internet dell'Inps ([www.inps.it](http://www.inps.it)).

### Sanzioni amministrative e civili per il lavoro in nero

Nel momento in cui il datore di lavoro invia la comunicazione di assunzione all'Inps, il lavoratore viene iscritto all'Inps che ne gestisce la posizione assicurativa.

In caso contrario il lavoratore si definisce "in nero" ossia quando il lavoratore viene assunto senza comunicazione e senza iscrizione all'Inps.

Contro il lavoro in nero sono previste sanzioni amministrative e civili per il datore.

In particolare, per:

- mancata o tardiva comunicazione all'Inps;
- mancata iscrizione del lavoratore domestico all'Inps;
- mancato o tardivo pagamento dei contributi.

### I DIRITTI DEL LAVORATORE DOMESTICO IN REGOLA

Il lavoratore domestico, sia italiano sia straniero, ha diritto ad accedere alle prestazioni assicurative e pensionistiche di seguito elencate, se in possesso dei requisiti richiesti dalla legge.

Pertanto, una quota dei contributi versati è relativa alla tutela assicurativa Inail, cui ha diritto il lavoratore.

#### Prestazioni a carico INPS

- Assegno per il nucleo familiare
- Indennità di disoccupazione
- Indennità di maternità
- Indennità antitubercolosi
- Cure termali
- Assegno di invalidità
- Pensione di inabilità
- Pensione di anzianità
- Pensione di vecchiaia
- Pensione ai superstiti o di reversibilità

Per ulteriori informazioni e per la modulistica relativa ad ogni prestazione fare riferimento al sito dell'Inps: [www.inps.it](http://www.inps.it).



### **Prestazioni a carico INAIL**

- Indennità giornaliera per inabilità temporanea assoluta
- Rendita per inabilità permanente
- Rendita ed assegno una tantum ai superstiti in caso di morte

Altre prestazioni particolari connesse all'infortunio:

- fornitura di protesi e presidi ortopedici
- cure idrofangotermaali e climatiche
- cure mediche e chirurgiche
- cure ambulatoriali in convenzione con il Servizio Sanitario Nazionale

Per ulteriori informazioni: [www.inail.it](http://www.inail.it).

Ad integrazione della copertura contro gli infortuni, garantita dall'Inail, il lavoratore domestico può contare dal 1 luglio 2010 su **Cassa colf**, messa a disposizione dei lavoratori domestici per fornire prestazioni assistenziali, come le indennità giornaliere in caso di ricovero e convalescenza, e dei datori di lavoro garantendone l'assicurazione della responsabilità civile verso i prestatori di lavoro.

Per una completezza di informazioni consultare [www.cassacolff.it](http://www.cassacolff.it)

### **Prestazioni a carico del Servizio Sanitario Nazionale**

Assistenza sanitaria (medica, farmaceutica, ospedaliera, ambulatoriale, specialistica). Per ulteriori informazioni consultare il sito [www.salute.gov.it](http://www.salute.gov.it).

### **DIMISSIONI, LICENZIAMENTO E TRATTAMENTO DI FINE RAPPORTO**

Il rapporto di lavoro può concludersi per libera volontà del lavoratore e del datore di lavoro, a condizione che si dia regolare preavviso.

In caso di licenziamento, per il rapporto di lavoro che impegna il lavoratore per più di 24 ore settimanali, presso lo stesso datore di lavoro, il preavviso dovrà essere:

- 15 giorni (fino a cinque anni di anzianità);
- 30 giorni (oltre i cinque anni di anzianità).

Per il rapporto di lavoro che impegna il lavoratore fino a 24 ore settimanali il preavviso dovrà essere:

- 8 giorni (fino a due anni di anzianità);
- 15 giorni (oltre i due anni di anzianità).

Nel caso in cui il lavoratore decida volontariamente di licenziarsi (dimissioni), tali termini sono ridotti del 50%.

### **Trattamento di fine rapporto (TFR)**

Quando finisce il rapporto di lavoro, per licenziamento o per dimissioni, il lavoratore domestico ha sempre diritto alla liquidazione, anche se il lavoro è precario, saltuario e di poche ore a settimana. Per calcolare le somme dovute (a titolo di trattamento di fine rapporto), bisogna tenere conto della retribuzione mensile, della tredicesima e, per il lavoratore che consuma due pasti al giorno e dorme in casa, dell'indennità sostitutiva del vitto e dell'alloggio.

I calcoli variano a seconda del periodo a cui si riferisce il servizio.

Occorre distinguere tre periodi, ai quali corrispondono tre diverse modalità di calcolo del trattamento di fine rapporto (TFR):

- il primo periodo arriva fino al 31 maggio 1982;
- il secondo periodo va dal 1° giugno 1982 al 31 dicembre 1989;
- il terzo periodo dal 1° gennaio 1990 in poi.



### **La liquidazione frazionata**

La legge consente che il TFR sia pagato ogni anno, se richiesto dal lavoratore o dal datore di lavoro con il consenso dell'altro.

In ogni caso, la legge prevede che dopo otto anni di servizio il lavoratore abbia diritto ad un anticipo pari al 70% del TFR maturato.

### **AGEVOLAZIONI FISCALI E CONTRIBUTI**

In seguito all'iscrizione, l'Inps provvede ad aprire una posizione assicurativa in favore del lavoratore domestico ed invia al datore di lavoro un blocchetto di bollettini di conto corrente postale per il versamento dei contributi dovuti.

Il contributo è legato alla paga effettiva oraria e, nello specifico, agli elementi che compongono la paga oraria:

- la retribuzione oraria di fatto concordata tra le parti;
- il valore convenzionale del vitto e alloggio, ripartito in misura oraria;
- la tredicesima mensilità ripartita in misura oraria.

Se l'orario di lavoro non supera le 24 ore a settimana, il contributo orario è commisurato a tre diverse fasce di retribuzione; se l'orario di lavoro è di almeno 25 ore settimanali, il contributo è fisso per tutte le ore retribuite.

### **Agevolazioni fiscali**

Il datore di lavoro che versa regolarmente all'Inps i contributi per colf o assistenti familiari può usufruire di agevolazioni fiscali relative ai contributi versati.

### **Contributi**

Il datore di lavoro dovrà versare mensilmente al lavoratore i contributi, in relazione alla retribuzione stabilita.

Per calcolare i contributi l'Inps mette a disposizione dei datori di lavoro e dei lavoratori un software accessibile con il servizio: **Simulazione Calcolo Contributi**. Basta inserire i dati richiesti nei campi previsti e seguire le indicazioni specifiche.

### **Come pagare i contributi**

I contributi si pagano entro i seguenti termini:

- per il primo trimestre, dal 1 al 10 aprile;
- per il secondo trimestre, dal 1 al 10 luglio;
- per il terzo trimestre, dal 1 al 10 ottobre;
- per il quarto trimestre, dal 1 al 10 gennaio.

I contributi possono essere versati esclusivamente con le seguenti modalità:

- utilizzando i *bollettini MAV* (pagamento mediante avviso);
- rivolgendosi ai soggetti aderenti al circuito *“Reti Amiche”*. Il pagamento è disponibile presso:
  - tabaccherie che espongono il logo Servizi Inps;
  - sportelli bancari Unicredit;
  - tramite il sito internet del gruppo Unicredit Spa per i clienti titolari del servizio di Banca on-line;
- *on-line sul sito internet Inps* ([www.inps.it](http://www.inps.it)), nella sezione Servizi on-line utilizzando la carta di credito;
- *telefonando al Contact Center numero verde gratuito*, utilizzando la carta di credito.



## **TREDICESIMA E FERIE**

### **Tredicesima**

Ai lavoratori domestici in regola spetta la tredicesima mensilità che corrisponde ad un dodicesimo dell'intera retribuzione annua che i datori di lavoro devono pagare entro il mese di dicembre, in occasione delle festività natalizie.

La tredicesima matura anche durante le assenze per malattia, infortunio sul lavoro e maternità.

### **Ferie**

Indipendentemente dalla durata dell'orario di lavoro, per ogni anno di servizio presso lo stesso datore di lavoro, il lavoratore domestico ha diritto ad un periodo di ferie di 26 giorni (escluse le domeniche e le festività infrasettimanali), che deve essere deciso al momento dell'assunzione tra il datore di lavoro e il lavoratore.

I lavoratori stranieri possono chiedere di unire le ferie di due anni, così da programmare il rientro nel proprio Paese d'origine. Inoltre, non possono avere le ferie durante il periodo di preavviso di licenziamento né durante il periodo di malattia o infortunio.

## **MALATTIA**

Il lavoratore deve avvertire immediatamente il datore di lavoro, salvo cause di forza maggiore o impedimenti, entro l'orario previsto per l'inizio della prestazione lavorativa; successivamente, il lavoratore deve far pervenire al datore di lavoro, entro due giorni dal rilascio, il certificato medico consegnato entro il giorno successivo all'inizio della malattia.

Se il lavoratore domestico si assenta dal lavoro per malattia, l'Inps non paga alcuna indennità. Quando è ammalato, il lavoratore domestico, convivente o non convivente, ha diritto alla conservazione del posto, per periodi differenti secondo l'anzianità maturata presso la stessa famiglia:

- 10 giorni, per anzianità fino a sei mesi;
- 45 giorni, se ha più di sei mesi e fino a due anni di servizio;
- 180 giorni, se l'anzianità di servizio supera i due anni.

Negli eventuali giorni di ricovero ospedaliero o di degenza presso il datore di lavoro, al lavoratore non spetta l'indennità di vitto e di alloggio.

## **INFORTUNIO O MALATTIA PROFESSIONALE**

### **Cosa deve fare il datore di lavoro**

Se il lavoratore resta vittima di un infortunio durante lo svolgimento del lavoro domestico, il datore di lavoro deve denunciare l'infortunio all'Istituto Nazionale contro gli Infortuni sul Lavoro (Inail), secondo le seguenti modalità:

- non è tenuto ad inviare la denuncia, in caso di infortunio con prognosi che comporta assenza dal lavoro fino a 3 giorni;
- entro due giorni dalla ricezione del primo certificato medico, con prognosi che comporta assenza dal lavoro superiore a 3 giorni;
- se la prognosi si prolunga oltre il terzo giorno, entro due giorni dalla ricezione del nuovo certificato medico;
- entro 24 ore, in caso di infortunio che comporta la morte o il pericolo di morte deve inviare un telegramma.

In particolare, il datore di lavoro per gli infortuni con prognosi superiore a 3 giorni deve anche inviare, entro due giorni dalla ricezione del certificato medico, copia della denuncia all'Autorità locale di Pubblica Sicurezza del luogo dove è avvenuto l'infortunio.



Per i primi tre giorni di assenza dal lavoro, in cui non è prevista alcuna prestazione a carico dell'Inail, il datore di lavoro deve corrispondere la retribuzione pattuita, compresa l'eventuale indennità di vitto e alloggio.

Inoltre, deve permettere al lavoratore di conservare il posto di lavoro per un numero di giorni relativamente all'anzianità di servizio, nelle stesse modalità previste in caso di malattia.

Per indicazioni sui riferimenti normativi e sulle modalità per la denuncia dell'infortunio: [www.inail.it](http://www.inail.it)

### **Cosa deve fare il lavoratore**

Il lavoratore deve informare immediatamente il datore di lavoro di qualsiasi infortunio subito per evitare la perdita del diritto all'indennità relativa ai giorni precedenti la segnalazione.

Inoltre, deve controfirmare il modulo di denuncia infortunio che il datore avrà predisposto per ottenere, a seconda dei casi, le prestazioni Inail.

### **MATERNITÀ**

Quando la lavoratrice domestica è in gravidanza scattano le garanzie a tutela della maternità. Durante il periodo di astensione obbligatoria previsto dalla legge la lavoratrice ha diritto:

- a conservare il posto di lavoro;
- all'astensione dal lavoro;
- ad una indennità sostitutiva della retribuzione.

Dall'inizio della gestazione fino al momento dell'astensione obbligatoria dal lavoro, la lavoratrice può essere licenziata solo per mancanze gravi che non consentono la prosecuzione del rapporto. La tutela non è imposta dalla legge ma dal contratto collettivo.

Di recente è stata introdotta la cosiddetta flessibilità dell'astensione obbligatoria che consente alla lavoratrice di ritardare il periodo di assenza obbligatoria fino a un mese prima della data presunta del parto e fino a quattro mesi dopo la nascita del bambino.

### **L'indennità di maternità**

Durante il periodo di assenza obbligatoria la lavoratrice ha diritto all'indennità di maternità pagata dall'Inps, pari all'80% dello stipendio sul quale sono versati i contributi orari. Nel calcolo dell'indennità sono considerati solo i periodi di lavoro svolti come lavoratrice domestica.

### **L'assegno di maternità dello Stato**

Spetta alle madri residenti, cittadine italiane, comunitarie o extracomunitarie in possesso del 'permesso CE per soggiornanti di lungo periodo', per ogni figlio nato, adottato o in affidamento preadottivo.

La domanda deve essere presentata all'Inps entro 6 mesi dalla nascita o dall'adozione o dall'affidamento preadottivo.

Se l'Inps non accoglie la domanda, questa viene automaticamente trasmessa al comune territorialmente competente, per fare ricevere al richiedente l'assegno di maternità rilasciato dai Comuni.



# LA MAPPATURA DEL RISCHIO DOMESTICO







## CUCINA



La cucina è l'ambiente della casa a maggior rischio, come dimostrano i dati statistici sugli infortuni domestici. Infatti, le attività che vi si svolgono comportano l'uso di apparecchiature a gas ed elettriche, l'impiego di materiali pericolosi (liquidi bollenti, sostanze infiammabili, tossiche e caustiche) e di strumenti taglienti, nonché l'utilizzo di numerosi elettrodomestici in prossimità o a contatto diretto con l'acqua.

I rischi che si possono riscontrare in questo ambiente sono riconducibili a:

- elettricità;
- gas;
- fuoco;
- sostanze chimiche;
- acqua;
- cadute;
- agenti biologici da conservazione alimentare;
- taglio/abrasione.

## BAGNO



Il bagno insieme alla cucina è un ambiente ad alto rischio a causa della vicinanza tra l'acqua e le apparecchiature elettriche. Inoltre, questo spazio è spesso piccolo e i pavimenti sono scivolosi, per cui è probabile il rischio di cadute e distorsioni. I principali rischi che si possono incontrare in questo ambiente sono riconducibili a:

- elettricità;
- gas (ad es. scaldabagno, stufe);
- acqua;
- movimentazione manuale dei carichi;
- posture e cadute;
- sostanze chimiche;
- agenti biologici.



## CAMERA DA LETTO

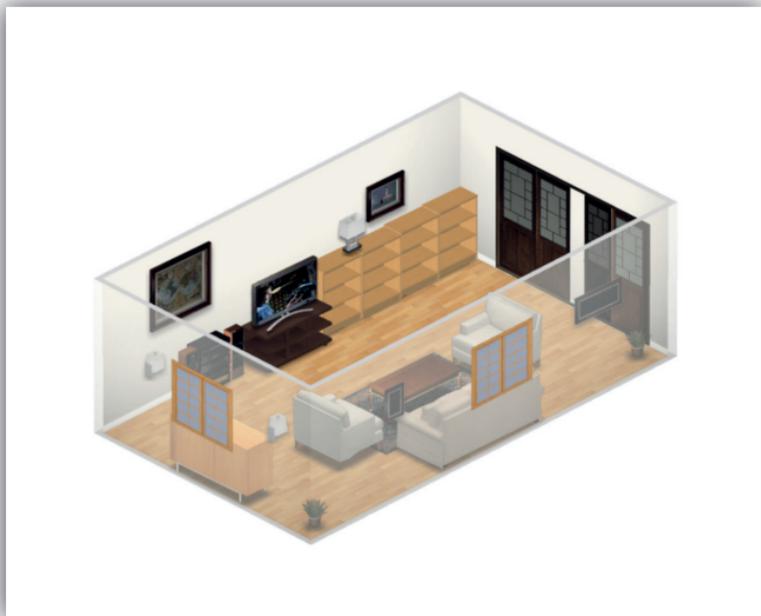


Anche nella camera da letto si possono trovare una serie di pericoli come i mobili, il pavimento o altri elementi strutturali presenti. Inoltre, l'ambiente può essere particolarmente a rischio di incendio, qualora non vengano rispettate alcune elementari regole di sicurezza (ad es., se si fuma a letto o si poggiano vestiti sulle lampade accese).

I principali rischi che si possono incontrare sono riconducibili a:

- fonti di calore;
- elettricità;
- gas (ad es. stufe);
- movimentazione manuale dei carichi e posture;
- cadute;
- agenti biologici;
- somministrazione farmaci.

## SOGGIORNO



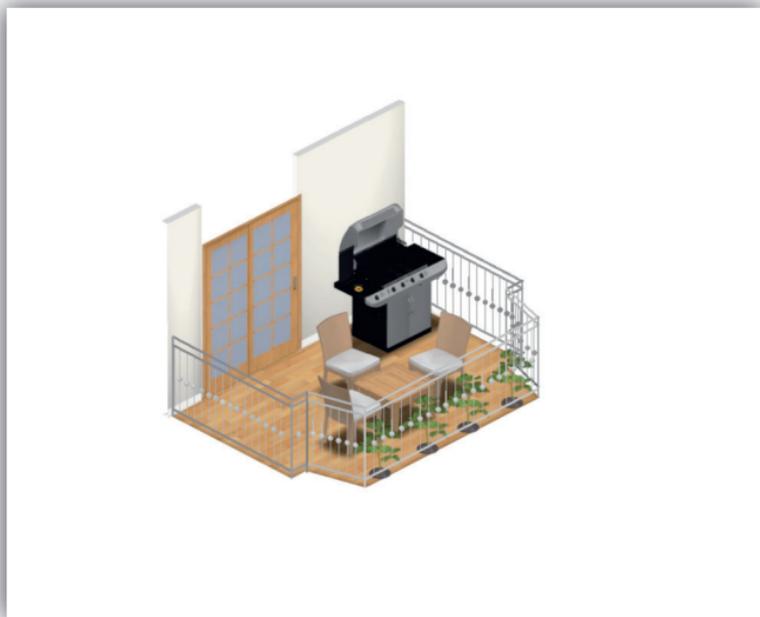
Molteplici sono le fonti di pericolo nel soggiorno o nel salone in quanto questo ambiente è quello in cui spesso sono presenti diversi elementi di arredamento più complessi: tavolini in legno o in cristallo, lampade, sedie, tendaggi, tappeti, scaffali, librerie, piante ornamentali e altro ancora.

I maggiori rischi che si possono incontrare sono riconducibili a:

- elettricità;
- gas (ad es. stufe);
- fonti di calore (ad es. camino);
- posture e cadute;
- agenti biologici;
- tagli e abrasioni.



## BALCONE/SCALE



Il balcone/terrazzo o giardino rappresenta l'ambiente esterno della casa. Il balcone o il terrazzo sono senz'altro piacevoli e utilissimi ma possono costituire un rischio nel caso in cui ci si sporge dalle ringhiere. È buona norma, inoltre, evitare di accostare ad esse fioriere, mobili e scatoloni. Infine, alcune piante possono essere tossiche, se ingerite, o irritanti, se vengono toccate.

Sia in esterno che sulle scale i rischi che si possono riscontrare sono essenzialmente riconducibili a:

- cadute;
- movimentazione manuale dei carichi.

## RIPOSTIGLIO, CANTINA, GARAGE



Garage, seminterrati, cantine e soffitte spesso sono utilizzati come depositi di materiali di vario genere tra cui i combustibili, come ad es. le bombole di GPL, che potrebbero provocare esplosioni o incendi.

Per prevenire eventuali infortuni, è necessario mantenere l'ambiente ordinato e pulito, utilizzando anche mensole e scaffali che siano fissati in maniera sicura. È, inoltre, importante che questi locali siano ben ventilati.

I principali rischi che si possono incontrare sono riconducibili a:

- elettricità;
- gas (ad es. stufe; gas di scarico macchina);
- fonti di calore;
- acqua;
- movimentazione manuale dei carichi;
- posture e cadute;
- sostanze chimiche;
- agenti biologici;
- conservazione cibi;
- tagli e abrasioni.



## INTRODUZIONE E CLASSIFICAZIONE DEI RISCHI

I rischi che si possono presentare in casa sono suddivisi in tre categorie:

- *rischi per la sicurezza;*
- *rischi per la salute;*
- *rischi trasversali.*

I **rischi per la sicurezza** sono i rischi che possono provocare un infortunio dovuto alla interazione con strutture, macchinari, impianti elettrici, sostanze pericolose oppure ad un incendio o un'esplosione.

I **rischi per la salute** sono quelli dovuti al contatto, all'ingestione o alla inalazione di agenti chimici e biologici, che possono provocare intossicazioni e malattie, oppure a particolari fenomeni fisici.

I rischi da agenti chimici sono collegati all'utilizzo di sostanze tossiche, nocive, irritanti, corrosive, cancerogene, mutagene e pericolose per l'ambiente.

I rischi biologici derivano invece dal contatto con i microrganismi.

I fenomeni fisici che comportano un rischio per la salute sono principalmente il rumore, le radiazioni, le vibrazioni, i cui effetti non sono immediatamente visibili.

I **rischi trasversali** sono quelli causati da tutti quei fattori riguardanti le condizioni e l'organizzazione del lavoro, i rapporti interpersonali e le carenze funzionali dell'ambiente e delle attrezzature di lavoro.

A questa categoria di rischi appartiene il rischio da stress lavoro correlato, che va a colpire l'aspetto emotivo del lavoratore.

## RISCHIO ELETTRICO

Il rischio elettrico è presente in ogni ambiente in cui vi siano prese e/o elettrodomestici e risulta ancora più elevato in ambienti quali cucina o bagno, in cui la presenza e l'utilizzo dell'acqua ne aumenta il pericolo (l'acqua è infatti un buon conduttore di corrente elettrica).

Le conseguenze del rischio elettrico sono fondamentalmente due: la folgorazione della persona e lo sviluppo di un incendio.

La folgorazione può avvenire per *contatto diretto*, inteso come contatto con le prese a muro o con cavi elettrici scoperti.



Per *contatto indiretto* si intende il contatto con l'elettrodomestico nel quale c'è una dispersione di corrente sulla superficie esterna, in caso di guasti o malfunzionamenti.



L'incendio può invece essere causato in caso di *corto circuito* o *sovraccarico di corrente*; quest'ultimo, in particolare, può verificarsi quando si collegano troppi elettrodomestici contemporaneamente alla stessa presa, ad esempio mediante una presa multipla.

### PREVENZIONE

- Non sovraccaricare le prese multiple (ad es. non collegare contemporaneamente ferro da stiro e stufetta);
- non usare apparecchi elettrici vicino all'acqua o con le mani bagnate, evitando inoltre di restare a piedi nudi quando si utilizzano;
- non tirare il cavo per togliere la spina;
- non pulire i piccoli elettrodomestici immergendoli in acqua;
- non far passare i cavi elettrici sotto i tappeti;
- controllare regolarmente le condizioni dei cavi di aspirapolvere, ferri da stiro, lucidatrici, ecc., in quanto soggetti a deterioramento;
- non avvolgere troppo strettamente i cavi intorno ai vari apparecchi, facendo attenzione soprattutto quando sono ancora caldi.

### Consigli per l'uso sicuro degli elettrodomestici più comuni

#### *Ferro da stiro*

Non stirare mai con le mani bagnate o a piedi nudi. Togliere sempre la spina quando si deve caricare il serbatoio dell'acqua.

#### *Frigoriferi e congelatori*

Vanno collocati lontano da fonti di calore e devono essere distanti almeno 10 cm dalla parete, al fine di avere una buona areazione.

#### *Asciugacapelli/phon*

Non adoperarli vicino ad una vasca da bagno o ad un lavandino pieni d'acqua e non usarli con i piedi e le mani umide.

#### *Condizionatori portatili*

Vanno tenuti lontano da tendaggi e tappezzerie, lasciandoli accesi solo quando si è presenti nel locale.





# GAS

L'impianto a gas può rappresentare un rischio: infatti, può provocare esplosioni con gravi conseguenze per gli abitanti della casa ed anche per l'intero palazzo.

Tale rischio è presente in cucina (impianto da rete fissa o bombola) od anche negli spazi esterni (caldaie a gas per riscaldamento acqua e ambienti, spesso collocate sul balcone).



## PREVENZIONE

- Quando si esce di casa chiudere la manopola generale del gas;
- fare attenzione se i fornelli accesi si spengono inavvertitamente con conseguente fuoriuscita di gas.

Nel caso in cui ci sia una fuoriuscita di gas (si percepisce dall'odore):

- non accendere la luce;
- non utilizzare alcun dispositivo (a corrente e non) che possa produrre scintille (ad es. non suonare il campanello, non accendere fiammiferi, non fumare, ecc.);
- aprire porte e finestre per aerare l'ambiente;
- telefonare ai vigili del fuoco ed attendere i soccorsi vicino a spazi esterni (finestre, balconi, ecc.).

# FUOCO

La presenza di fiamme accese può provocare il rischio da scottature e il rischio di sviluppo di incendio.

Tale rischio può essere presente in tutti gli ambienti della casa, in particolare in cucina.

Ci sono anche altri elementi che possono causare un incendio:

- utilizzo non corretto delle stufe;
- impianti elettrici difettosi e troppe spine attaccate alla stessa presa elettrica;
- mozziconi di sigarette non spenti gettati nel cestino della carta o nella pattumiera.



## PREVENZIONE

### In cucina

- Non tenere materiali che possono prendere fuoco (carta, legno, fiammiferi, giornali, alcool, ecc.) vicino ai fornelli accesi;
- tenere le padelle per il manico in modo da evitare scottature;
- quando ci sono liquidi in ebollizione (ad es. l'acqua per la pasta) controllare che non fuoriescano dal recipiente per non scottarsi ed evitare lo spegnimento del fuoco con possibile perdita di gas.



### In bagno

- Usare il phon o la piastra per i capelli ricordandosi di spegnerli e di staccare la spina dopo l'utilizzo;
- non asciugare indumenti bagnati vicino a lampade, per evitare che possano prendere fuoco.

### Nelle altre stanze

- Evitare di fumare a letto;
- quando si utilizzano termocoperte (coperte a riscaldamento elettrico) è opportuno spegnerle e staccare la spina prima di coricarsi;
- non mettere lampade alogene in prossimità di tende o materiali infiammabili. Non coprire lampade o lampadari con carta;
- non lasciare stufe elettriche accese sui tappeti o vicino a coperte o tende.

## INCENDIO IN CASA: COSA FARE?

Chiamare i soccorsi, dare l'allarme e allontanarsi!



## RISCHIO CHIMICO

Detergenti, disinfettanti, insetticidi, sgrassatori e altri prodotti per la pulizia della casa, se non utilizzati correttamente, possono essere dannosi per la salute e per l'ambiente.

Gli ambienti domestici nei quali tali prodotti vengono maggiormente utilizzati e depositati sono: il bagno, la cucina ed il ripostiglio/cantina.



Il contatto con la pelle o con gli occhi, l'ingestione e l'inalazione possono provocare effetti dannosi come intossicazione, allergie, irritazione.



Per questo motivo occorre sempre leggere attentamente le etichette sui recipienti che indicano i pericoli e riportano le indicazioni per l'utilizzo corretto dei prodotti.



I SIMBOLI DI PERICOLO PRESENTI SULLE ETICHETTE	ESEMPIO PRODOTTI CASALINGHI 	
 <b>F/F+</b> <b>INFIAMMABILE</b>	Alcool etilico, acetone, deodoranti spray, impermeabilizzanti per le scarpe	
 <b>C</b> <b>CORROSIVO</b>	Acidi (si trovano in prodotti anticalcare) Soda (si trova nei prodotti sgorganti per i lavandini e in piccole concentrazioni nei prodotti sgrassanti)	
 <b>Xn</b> <b>NOCIVO</b>	Detersivi, sbiancanti	
 <b>Xi</b> <b>IRRITANTE</b>	Ammoniaca, varechina o candeggina, prodotti anticalcare, detersivi per forni e per superfici della cucina, detersivi per lavastoviglie, sbiancanti	
 <b>N - PERICOLOSO PER L'AMBIENTE</b>	Prodotti candeggianti, vernici, solventi, insetticidi	
<b>ALTRI SIMBOLI</b>		
 <b>E</b> <b>ESPLOSIVO</b>	 <b>O</b> <b>COMBURENTE</b>	 <b>T/T+</b> <b>TOSSICO</b>



## NUOVI SIMBOLI DI PERICOLO

I nuovi simboli di pericolo cambieranno gradualmente in Europa e sui prodotti utilizzati in casa si troveranno i seguenti simboli:

 TOSSICO ACUTO	 EFFETTI PIÙ LIEVI PER LA SALUTE	 GRAVI EFFETTI
 GAS SOTTO PRESSIONE	 INFIAMMABILE	 CORROSIVO
 ESPLOSIVO	 PERICOLOSO PER L'AMBIENTE	 OSSIDANTE

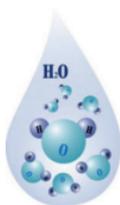
## PREVENZIONE

- Leggere e seguire sempre le indicazioni sull'etichetta;
- non fumare, non mangiare, non bere, quando si utilizzano i prodotti chimici;
- tenere i prodotti nel loro contenitore originale per evitare confusione e possibile ingestione per errore;
- non travasare e non conservare i prodotti chimici in contenitori alimentari o in contenitori non etichettati;
- non mescolare i prodotti (come ad esempio la candeggina e gli acidi), perché ciò potrebbe causare reazioni pericolose;
- usare i guanti, evitare gli schizzi, non inalare o ingerire il prodotto;
- lavare le mani con acqua e sapone dopo l'utilizzo;
- non usare i prodotti in quantità eccessive e per scopi diversi da quelli indicati;
- non utilizzare i prodotti su superfici molto calde;
- quando si usano prodotti corrosivi (quali anticalcare, sgorganti, ecc.), fare attenzione che nessuno vi entri in contatto e terminata l'azione del prodotto risciacquare abbondantemente con acqua;
- chiudere i contenitori dopo l'uso e conservarli in luogo sicuro, sempre lontano da fonti di calore;
- arieggiare i locali dove si impiegano prodotti per la pulizia;
- acquistare prodotti le cui etichette riportino informazioni con caratteri leggibili, visibili e non cancellabili e preferire prodotti non pericolosi per la salute e l'ambiente.

In caso di problemi consultare immediatamente il pronto soccorso e mostrare l'etichetta del contenitore.



# ACQUA



L'acqua è un elemento indispensabile per la nostra salute. I rischi legati a questo elemento possono essere presenti in modo particolare in cucina ed in bagno. Infatti:

- il contatto con liquidi bollenti può causare gravi ustioni;
- l'impianto idrico non ben funzionante può provocare rischi di allagamento;
- il contatto dell'acqua con elettrodomestici in funzione o con fili elettrici scoperti può causare folgorazioni;
- la presenza dell'acqua nella vasca da bagno o nella doccia oppure il pavimento bagnato possono provocare il rischio di scivolamento.

## PREVENZIONE

- Tenere l'acqua dello scaldabagno ad una temperatura di circa 45°;
- non iniziare a riempire la vasca da bagno con acqua troppo calda, ma aumentarne la temperatura gradualmente;
- usare i tappetini antiscivolo nella vasca o nella doccia per evitare di scivolare;
- chiudere il rubinetto centrale dell'acqua prima di partire per un viaggio;
- non utilizzare elettrodomestici con i piedi bagnati per terra né in vicinanza di rubinetti, vasca da bagno, ecc.;
- far riparare tempestivamente le perdite di acqua (un lavandino che perde, oltre ad essere fastidioso, provoca un grande spreco: con 90 gocce al minuto si sprecano 4000 litri di acqua all'anno).



In casa una persona consuma, in media, circa 250 litri di acqua al giorno:

- 60 lt per usi igienici;
- 80 lt per pulizie personali;
- 40 lt per pulizie della casa;
- 30 lt per lavaggio della biancheria;
- 30 lt per lavare le stoviglie;
- 10 lt per cucinare.



# RISCHIO DA MOVIMENTAZIONE DEI CARICHI E POSTURE

La cura della casa e l'assistenza quotidiana a persone non autonome o disabili comportano frequenti sforzi fisici che possono essere dannosi per la schiena. Si può ridurre il rischio di mal di schiena conoscendo e applicando le giuste posture da assumere e i corretti movimenti da fare.

## Negli spostamenti dell'assistito:

- cercare la collaborazione dell'assistito, quando è possibile;
- se l'assistito è molto pesante o non collabora, ricorrere all'aiuto di una seconda persona e/o utilizzare un ausilio (sedia a rotelle, sollevatore meccanico), per garantire la sicurezza di entrambi durante la movimentazione;
- mantenere una corretta postura, piegando le ginocchia e allargando i piedi, per abbassarsi;
- porsi il più vicino possibile all'assistito e utilizzare soprattutto la forza delle gambe, evitando di piegare la schiena.



## Nell'effettuare spostamenti di carichi:

- utilizzare calzature comode, chiuse, antiscivolo;
- evitare i tacchi alti;
- ricordarsi che è meglio spingere che tirare;
- tenere la schiena dritta evitando torsioni o flessioni del busto;
- tenere il carico il più vicino possibile al proprio corpo;
- salire su una scaletta per raggiungere oggetti posti in alto (in modo da arrivare al livello dell'oggetto);
- evitare il trasporto di carichi eccessivamente pesanti;
- evitare il sollevamento di pesi con un braccio solo;
- cercare di distribuire il peso sulle due braccia in maniera uguale.



# CADUTE

Le cadute possono essere provocate da pavimenti bagnati, ostacoli sul pavimento o tappeti, fili elettrici liberi, uso non corretto di sgabelli e sedie.

## PREVENZIONE

- Per raggiungere oggetti posti in alto usare scale adatte, evitare di salire su sgabelli, sedie o tavoli;
- non sporgersi sulla scala per raggiungere oggetti lontani, ma spostare la scala;
- fare attenzione a tappeti e altri ostacoli presenti sul pavimento;
- non lasciare fili circolanti in mezzo alla stanza;
- fare attenzione ai pavimenti bagnati e limitare l'uso di cere;
- usare tappeti antiscivolo, specialmente in bagno;
- evitare la presenza di spigoli o sporgenze nelle zone di passaggio.





## RISCHIO BIOLOGICO

Il rischio biologico è dovuto alla presenza dei cosiddetti microrganismi, virus, batteri, funghi microscopici, che possono causare infezioni, allergie ed intossicazioni. Tali microrganismi si possono trovare un po' ovunque:

- nell'acqua;
- nell'aria;
- nella terra;
- sul cibo;
- sugli oggetti;
- nell'uomo;
- negli animali;
- nelle piante.



I microrganismi si possono trasmettere in varie modalità:

- attraverso l'inalazione di aria;
- attraverso il contatto diretto con una persona malata;
- per ingestione di alimenti contaminati;
- attraverso la puntura d'ago o il taglio con oggetti contaminati (ad es. con sangue infetto);
- attraverso la puntura di insetti od il morso di animali;
- attraverso i rapporti sessuali.

Il rischio da microrganismi è diffuso in ogni parte della casa ed, in particolare, in alcuni ambienti come:

- la cucina (ad es. taglio con coltelli sporchi, consumo di cibi alterati);
- il bagno (ad es. scarsa pulizia dei servizi igienici);
- la cantina (ad es. per la presenza di topi o insetti che possono essere portatori di microbi);
- la camera da letto: quando ci si prende cura di persone con malattie infettive (ad es. durante il cambio dei pannoloni o nella somministrazione di iniezioni).



### PREVENZIONE



- Fare attenzione agli oggetti taglienti e pungenti (coltelli, siringhe per iniezioni);
- usare guanti di protezione nel caso di iniezioni, cambio biancheria e cambio pannoloni;
- mantenere la casa ed i servizi igienici puliti;
- lavarsi frequentemente le mani;
- evitare il contatto diretto con persone o animali infetti.



# CONSERVAZIONE DEGLI ALIMENTI

L'igiene degli alimenti e la loro corretta conservazione è fondamentale per evitare il rischio di intossicazioni alimentari. Per la conservazione dei cibi e per il mantenimento delle loro sostanze nutritive è necessario osservare delle specifiche regole.



## In frigo



Utilizzare gli appositi sacchetti per alimenti, i contenitori in vetro o in plastica. Se non si hanno a disposizione dei coperchi, utilizzare la pellicola di alluminio per coprire cibi grassi o umidi; quella trasparente non andrebbe invece messa a diretto contatto con i cibi, ma come coperchio teso sui recipienti. Non mettere troppi cibi in frigorifero e non disporre accanto cibi cotti e cibi crudi. La collocazione degli alimenti dovrebbe seguire queste indicazioni:

- \* in alto (meno freddo): uova, dolci, formaggi, burro e yogurt;
- \* in mezzo (temperato): affettati, verdure cotte, sughi, cibi cotti;
- \* in basso (più freddo): carne, pesce, cibi crudi, frutta e verdura nell'apposito cassetto.

## In congelatore

Gli alimenti congelati hanno una durata che varia da uno a sei mesi. Devono essere conservati negli appositi sacchetti di plastica o contenitori per i liquidi. Ricordarsi di applicare sempre un'etichetta con la data della congelazione e la descrizione dell'alimento. Una volta scongelati, i cibi non vanno ricongelati ma consumati al più presto.

## Nella dispensa

Chiudere con cura le confezioni degli alimenti aperti con delle clips o degli elastici. Tenere pulita la dispensa, tenendo la sua superficie sempre asciutta.

## PREVENZIONE

- Lavare sempre le mani prima di preparare i cibi o di mangiare;
- lavare la frutta e la verdura con abbondante acqua prima di consumarla;
- tenere detersivi e detergenti lontano dagli alimenti e dai piani di lavoro riponendoli in un apposito spazio;
- non aprire continuamente il frigorifero ed assicurarsi di averlo chiuso bene una volta usato;
- non appoggiare cose sporche o cadute in terra sui piani di lavoro o sul tavolo della cucina;
- leggere l'etichetta dei cibi, verificando la data di scadenza e l'eventuale presenza di elementi cui si è allergici. Osservare che il prodotto non presenti odori sgradevoli o caratteristiche strane come rigonfiamenti della confezione, colore modificato della carne, muffe nei formaggi;
- trasportare gli alimenti congelati acquistati sempre all'interno di borse termiche.



## TAGLI E ABRASIONI

I tagli e le abrasioni sono le ferite più comuni che costituiscono lesioni sulla pelle più o meno profonde.

Possono avvenire principalmente in cucina e in bagno. Le forme più frequenti sono:

- ferite da taglio o da punta;
- abrasioni al ginocchio e ai gomiti;

Le cause di queste ferite possono essere diverse:

- oggetti taglienti: coltelli, forbici, apriscatole, vetri, carta, rasoi, ecc.;
- oggetti appuntiti: ferri, chiodi, aghi, siringhe, spine di piante ecc.

Le ferite non devono mai essere trascurate, perché danno origine a vari tipi di infezione, in particolare quella tetanica, prodotta da oggetti sporchi.

Assicurarsi di avere la vaccinazione antitetanica per evitare il rischio di infezioni.

In caso di tagli, se non si è vaccinati, recarsi subito dal medico per la prevenzione necessaria (profilassi).



### PREVENZIONE

- Usare gli oggetti taglienti e appuntiti con attenzione, conservarli in luoghi sicuri e riportarli al loro posto immediatamente dopo l'utilizzo;
- utilizzare coltelli, apriscatole, forbici e altri utensili da cucina in buono stato;
- quando si utilizzano utensili elettrici quali frullatori, tritatutto, affettatrici ecc., staccare sempre la spina prima di svuotarli o pulirli;
- usare palette o altro per raccogliere vetri rotti e proteggere le mani con i guanti;
- evitare la presenza di spigoli o sporgenze nelle zone di passaggio.



## CURA E SOMMINISTRAZIONE DEI FARMACI

Le attività che vengono richieste al collaboratore domestico sono di tipo assistenziale e non a carattere sanitario. In ogni caso, è necessario porre un'attenzione particolare al tipo di patologia/e della persona assistita. Occorre inoltre essere informati su:

- i problemi di salute dell'assistito;
- i farmaci che deve assumere, gli orari e le modalità di somministrazione;
- cosa fare in caso di problemi improvvisi di salute;
- eventuali intolleranze o allergie;
- azioni da proporre e quelle da evitare.

È importante che i familiari provvedano a dare tutte le informazioni necessarie per l'assistenza al proprio caro.

Il/la badante dovrà innanzitutto curare:

- l'igiene dell'ambiente e della persona;
- la dieta dell'individuo che assistono;
- l'autonomia della persona;
- il mantenimento di uno stile di vita sano;
- il controllo scrupoloso nell'uso dei farmaci. A tal fine, per facilitare il ricordo degli orari di somministrazione può essere utile predisporre un contenitore, dove conservare i farmaci, suddiviso in comparti con indicati i giorni della settimana e gli orari.

I farmaci sono prodotti chimici ed è quindi importante:

- somministrare solo quelli prescritti dal medico e prima di somministrarne altri, chiedere sempre il consenso al medico;
- seguire le istruzioni scritte nella confezione e nel foglietto illustrativo;
- non assumere o somministrare farmaci scaduti;
- tenerli in ordine nelle confezioni originali e con i foglietti illustrativi per evitare di assumere o somministrare un farmaco sbagliato o scaduto;
- conservarli possibilmente in armadietti chiusi a chiave;
- conservarli secondo le indicazioni del foglio illustrativo e comunque in un luogo lontano da fonti di calore, luce e aria;
- gettare i farmaci scaduti e non ben conservati negli appositi contenitori presso le farmacie; non smaltirli nei comuni rifiuti domestici.

Tutti i farmaci possono dare effetti collaterali, è importante comunicare tempestivamente al medico o ai familiari dell'assistito ogni effetto imprevisto o insolito dei farmaci che vengono somministrati.



# COME INTERVENIRE NELLE SITUAZIONI DI EMERGENZA

È buona norma avere in casa un armadietto per il primo soccorso contenente almeno un disinfettante, cotone, garze, bende e cerotti.

Per le emergenze più gravi chiamare il **118** specificando: il numero del telefono da cui si sta chiamando, il luogo dove è avvenuto l'infortunio, le condizioni di chi si è fatto male e se esiste una situazione di pericolo (fuoco, gas, ecc.).

Ecco cosa fare in alcune situazioni di emergenza frequenti in ambito domestico:

**ESCORIAZIONI E FERITE:** lavarsi le mani, indossare i guanti se sono disponibili, lavare la ferita con acqua e sapone, disinfettarla e coprirla con un cerotto o con garza sterile. Se fuoriesce molto sangue (emorragia) premere forte sulla ferita con una garza sterile o con un panno pulito preferibilmente bagnato per almeno 3 minuti senza interruzione.

**EPISTASSI (sangue dal naso):** lavarsi le mani, indossare i guanti se sono disponibili, comprimere la base del naso con un fazzoletto bagnato in acqua fredda per 3 minuti senza interruzione, far sputare se il sangue è andato in bocca.

**FRATTURA:** non spostare la persona e cercare di chiamare il 118 per portarla in ospedale.

**CONTUSIONE:** pulire e lavare la parte contusa, applicare la borsa del ghiaccio. In caso di contusione cranica se la persona è confusa e dice cose senza senso chiamare subito i soccorsi.

**DISTORSIONE:** tenere a riposo la parte interessata del corpo e applicare la borsa del ghiaccio per alcuni minuti. Se il dolore è troppo forte e c'è il sospetto di una frattura non spostare la persona e chiamare subito il 118.

**USTIONE:** sciacquare abbondantemente con acqua fredda, pulire con acqua e sapone, coprire con garza sterile o un panno pulito, se si sono formate vesciche, non forare per evitare infezioni. Se le ustioni sono in zone del corpo coperte, non sfilare i vestiti. Se la pelle ustionata è vasta o annerita occorre chiamare subito il 118.

**COLPO DI CALORE O DI SOLE:** sdraiare al fresco, spogliare, sollevare le gambe, raffreddare il corpo con pezze bagnate con acqua fredda.

**AVVELENAMENTO:** sciacquare la bocca, non provocare il vomito. Se la persona inizia a vomitare tenere la testa piegata in avanti (o girata di lato se è sdraiata) per evitare che soffochi. Chiamare il 118.

**PUNTURA DI VESPA:** lavare la parte, disinfettare possibilmente con acqua ossigenata, mettere il ghiaccio sulla lesione e pomata antibiotica. Se vi sono difficoltà respiratorie o perdita di coscienza chiamare il 118.

**“CORPO ESTRANEO” negli occhi:** controllare l'occhio, non strofinarlo, lavare l'occhio e rimuovere il corpo estraneo. Se non è possibile rimuovere il corpo estraneo, trasportare subito in ospedale.

**FOLGORAZIONE:** staccare l'interruttore generale. Di solito in questi casi entra in funzione automaticamente l'interruttore salvavita che stacca la corrente. È pericolosissimo toccare un soggetto a contatto con una fonte di elettricità: utilizzare un bastone di legno o di plastica per



allontanare il soggetto dalla sorgente elettrica e chiamare il 118. Allontanare la persona dai fili, lavare e coprire le parti ustionate.

**EPILESSIA:** fare sdraiare la persona su un fianco, tenergli la testa di lato per evitare che batta contro qualcosa, mettere un fazzoletto tra i denti per evitare che si morda la lingua.

**SVENIMENTO:** fare sdraiare la persona, slacciare cintura e colletto e alzare le gambe a 30° - 40° da terra, areare l'ambiente e se ha freddo coprirla con una coperta. Non sostenerla in piedi, non dare da bere se ha perso i sensi.

**SOFFOCAMENTO:** esortare a tossire (la tosse può facilitare l'espulsione del corpo estraneo), non tentare di togliere il boccone mettendo un dito in gola, controllare la bocca, chinarla in avanti, battere con le mani il dorso se respira con difficoltà, trasportare subito in ospedale.

**MANOVRA DI HEIMLICH:** Questa manovra va messa in atto immediatamente in presenza di soffocamento per ingestione di cibo o di un corpo estraneo al fine di rimuovere l'ostacolo e salvare una vita:

1. mettersi alle spalle della persona che sta soffocando;
2. passare le braccia sotto le sue ascelle e dopo avere circondato il torace posizionare le mani nella zona situata a metà tra l'ombelico e l'estremità inferiore dello sterno;
3. posizionare le mani in modo che l'una stringa l'altra chiusa a pugno con il pollice posto all'interno del pugno;
4. con entrambe le mani esercitare una brusca compressione a scatto all'interno verso l'alto così da comprimere la parte superiore dell'addome e spingere verso l'alto del diaframma;
5. ripetere 5 volte, poi fare una pausa e ricominciare: in genere dopo 3 volte il corpo estraneo viene espulso.





## ASPETTI RELAZIONALI E COMUNICATIVI

I cambiamenti più significativi che si manifestano quando una nuova persona entra in famiglia investono prevalentemente la sfera relazionale e comportamentale.

Le differenze culturali, di età, di comprensione e di comunicazione linguistica sono elementi che possono rendere più difficile l'inserimento in famiglia del collaboratore domestico. Una buona relazione si basa su aspetti importanti, quali l'ascolto e la condivisione di norme comportamentali e di emozioni; sono tutti elementi utili per ottenere una comunicazione efficace ed evitare possibili incomprensioni. Si può comunicare non solo attraverso messaggi verbali, ma anche attraverso altri aspetti.

In alcuni casi è più facile esprimere la propria vicinanza e trasmettere tranquillità e fiducia attraverso una comunicazione non verbale, ad esempio con le espressioni del viso, la postura del corpo, i gesti, o paraverbale, ad esempio il tono della voce, ecc.

L'ingresso nella famiglia richiede alla colf o alla badante una grande prudenza e molta delicatezza, un atteggiamento accogliente, modi rispettosi e soprattutto la capacità di ascoltare. Risulta importante per chi svolge questo lavoro conoscere quanto più possibile le abitudini della famiglia.

Nonostante la colf o la badante debbano adeguarsi alle richieste di assistenza, secondo i modi e le forme ritenute più opportune dalla famiglia, è necessario che anche loro esprimano le esigenze personali.

È quindi raccomandabile definire chiaramente orari, compiti e giornate di riposo, ciò per favorire un sereno clima di lavoro, ma soprattutto un benessere organizzativo.

L'instaurarsi della relazione richiede un atteggiamento di fiducia e di rispetto reciproco che con il tempo si può rafforzare e migliorare.



# LO STRESS

Quando le richieste e la pressione del lavoro diventano eccessive possono causare lo stress. Uno stress intenso per periodi prolungati può causare problemi mentali e fisici come depressione, esaurimento nervoso e problemi cardiaci.

Scopriamo assieme come si presenta lo stress. Segna nella **Tabella 1** i sintomi che riconosci di avere nei tuoi momenti di difficoltà e scopri così come il tuo corpo e la tua mente reagiscono allo stress.

## **Quali sono alcune situazioni che possono portare alla comparsa dello stress?**

- Incomprensioni con la persona che si assiste spesso dovute a differenze di età, lingua, abitudini, cultura;
- difficoltà nelle relazioni con la famiglia dell'assistito;
- necessità di capacità di organizzazione al di sopra delle proprie possibilità, tempestività nelle decisioni, assunzioni di responsabilità;
- numero ore lavorative in eccesso, mancanza di adeguati periodi di riposo;
- necessità di un'attenzione costante all'assistito;
- richiesta nel lavoro di un carico emotivo oltre che fisico;
- svolgimento di un lavoro diverso da quello che si desidera o per il quale ci si è formati;
- lontananza della colf/badante dalle persone care e dalla terra d'origine.

## **PREVENZIONE: Cosa fare per ridurre lo stress?**

- Dedicare tempo al dialogo e all'ascolto con le persone di cui ci si occupa, spesso permette, tramite il miglioramento della conoscenza della lingua, delle abitudini e differenze culturali, di superare alcune incomprensioni che possono essere fonte di stress;
- pensare non solo al benessere dell'assistito, ma anche al proprio benessere, manifestare apertamente le situazioni difficili e ridurre al minimo le rinunce;
- garantirsi periodi di riposo in cui dedicarsi a qualcosa che piace veramente e che diverte;
- godere delle piccole cose: gustare un cibo, ammirare un panorama, vedere un film, ascoltare musica;
- rendere il proprio lavoro interessante e stimolante: darsi degli obiettivi e vivere i piccoli miglioramenti dell'assistito come vittorie gratificanti;
- non abusare di calmanti e tranquillizzanti;
- non pensare di dover essere perfetti in qualunque situazione;
- non pensare di dover sempre soddisfare le richieste altrui.

**TABELLA 1**

• Mal di testa	<input type="checkbox"/>
• Stanchezza	<input type="checkbox"/>
• Disturbi cardio-circolatori	<input type="checkbox"/>
• Stitichezza o diarrea	<input type="checkbox"/>
• Nervosismo	<input type="checkbox"/>
• Disturbi dell'apparato digerente (gastrite, ulcera, problemi di digestione, ecc.)	<input type="checkbox"/>
• Disturbi dermatologici (irritazione della pelle, orticaria)	<input type="checkbox"/>
• Sudorazione eccessiva	<input type="checkbox"/>
• Aumento o riduzione dell'appetito	<input type="checkbox"/>
• Sonno disturbato, insonnia, incubi	<input type="checkbox"/>
• Indebolimento del sistema immunitario (facilità ad avere malattie)	<input type="checkbox"/>
• Aumento/perdita di peso	<input type="checkbox"/>
• Tic nervosi	<input type="checkbox"/>
• Difficoltà di concentrazione	<input type="checkbox"/>
• Difficoltà a ricordarsi le cose	<input type="checkbox"/>
• Irritabilità	<input type="checkbox"/>
• Ansia	<input type="checkbox"/>
• Scarsa considerazione e fiducia di sé	<input type="checkbox"/>
• Indecisione	<input type="checkbox"/>
• Perdita di entusiasmo	<input type="checkbox"/>
• Difficoltà nel gestire situazioni anche semplici	<input type="checkbox"/>
• Distacco affettivo	<input type="checkbox"/>
• Tristezza	<input type="checkbox"/>
• Tendenza all'isolamento	<input type="checkbox"/>
• Tendenza a trascurare il proprio aspetto fisico	<input type="checkbox"/>
• Apatia verso persone e cose	<input type="checkbox"/>



## INFORMAZIONI UTILI

**112** - Carabinieri

**113** - Polizia di Stato

**115** - Vigili del Fuoco

**118** - Emergenza sanitaria - Croce Rossa Italiana

### AZIENDE SANITARIE LOCALI

<http://www.salute.gov.it/servizioSanitarioNazionale/regioneHome.jsp?menu=indirizzi&sottomenu=asl>

#### ABRUZZO

**L'AQUILA** 0862 368020

#### BASILICATA

**POTENZA** 800 541212 - 0971 310536

#### CALABRIA

**CATANZARO** 0961 741963 - 0961 703479 (Sportello Informazioni Distretto 0968 208410)

#### CAMPANIA

**NAPOLI 1** 081 2541111 - 081 2544414 - 081 2544452

**NAPOLI 2** 081 8891781

**NAPOLI 3** 081 8991111- 081 8891407

**NAPOLI 3 SUD** 081 8729029

#### EMILIA ROMAGNA

Numero verde regionale 800 033033

**BOLOGNA** 051 659 7144 / 7143

#### FRIULI VENEZIA GIULIA

**TRIESTE** 800 991170 - 040 3997178

#### LAZIO

**ROMA A** 06 77307215

**ROMA B** 06 4143.3677/3678

**ROMA C** 06 51001 - 0651004555/2

**ROMA D** 800 018972

**ROMA E** 06 68352553

**ROMA F** 06.9666.9666

#### **ROMA G**

**G1 - Distretto di Monterotondo** 06 90 07 59 11

**G2 - Distretto di Guidonia** 0774 65 45 719

**G3 - Distretto di Tivoli** 0774 70 47 68

**G4 - Distretto di Subiaco** 0774 81 15 210-5351

**G5 - Distretto di Palestrina** 06 9532 2822

**G6 - Distretto di Colferro** 06 97 09 75 32

**ROMA H** 800 489984 - 06 93273926

#### LIGURIA

**GENOVA** 010 8497582 - 010 849758, sportello multilingue 010.344 7584

#### LOMBARDIA

##### **MILANO**

**Distretto 1** 02 85788100



**Distretto 2** 02 85788200  
**Distretto 3** 02 85788300  
**Distretto 4** 02 85788400  
**Distretto 5** 02 85788500  
**Distretto 6** 02 85783906  
**Distretto 6 Sesto San Giovanni** 02 85784067  
**Distretto 6 Cologno Monzese** 02 85783906  
**Distretto 7** 02 85783352

#### **MARCHE**

**ANCONA** 800 645333 - 071/8705541/42

#### **MOLISE**

**CAMPOBASSO** 0874 409456

#### **PIEMONTE**

**TORINO 1** 011 5662266  
**TORINO 2** 011 4395815 - 011 2402415  
**TORINO 3** 011 4017271 - 0121 233318  
**TORINO 4** 0119217449 - 011 9176504  
**TORINO 5** 848 870960

#### **TRENTINO ALTO ADIGE**

**TRENTO** 848 816816 - 0461 904172  
**PROVINCIA AUTONOMA DI BOLZANO** 840 00 22 11

#### **PUGLIA**

**Numero verde regionale 800 955155**  
**BARI 1** 0883 577610 - 0883 577650  
**BARI 2** 800 713939 - 080 3357653  
**BARI 3** 800 019467 - 080 3108678  
**BARI 4** 080 5844091  
**BARI 5** 080 4050532

#### **SARDEGNA**

**CAGLIARI** 070 6093320

#### **SICILIA**

**PALERMO** 091 7032068

#### **TOSCANA**

**FIRENZE** 840 003003

#### **UMBRIA**

**PERUGIA** 075 5412067

#### **VALLE D'AOSTA**

**AOSTA** 0165 544418 - 0165 5444688

#### **VENETO**

**VENEZIA** 041 5294588  
**Mestre** 041 9658885/6/7



## **INAIL**

Il numero gratuito **803.164** (contact center unificato INAIL-INPS) risponde a richieste di informazioni su aspetti normativi, procedurali e su singole pratiche.

Attivo dal lunedì al venerdì dalle ore 8.00 alle ore 20.00

Sabato e prefestivi dalle ore 8.00 alle ore 14.00

Il **numero verde 800810810** fornisce servizio di ascolto, orientamento, informazione e consulenza sui temi della disabilità.

Attivo dal Lunedì al Venerdì dalle ore 9.00 alle ore 19.00

Sabato dalle 9,00 alle 13,00

La chiamata è gratuita da tutta Italia (esclusi telefoni cellulari).

***È possibile chiamare il Contact Center anche dall'estero, senza usufruire della gratuità, utilizzando il numero telefonico 0039 6 57177077***

## **ELENCO SEDI TERRITORIALI INAIL**

[http://www.inail.it/Portale/appmanager/portale/desktop?\\_nfpb=true&\\_pageLabel=PAGE\\_SICUREZZA&nextPage=Finanziamenti\\_alle\\_imprese/incentivi/bando2006/info-634486820.jsp](http://www.inail.it/Portale/appmanager/portale/desktop?_nfpb=true&_pageLabel=PAGE_SICUREZZA&nextPage=Finanziamenti_alle_imprese/incentivi/bando2006/info-634486820.jsp)

### **PIEMONTE**

Torino Nord Via B. Ramazzini 26 - 10154 Tel. 011 55931

Torino Centro Corso G. Ferraris 1 - 10121 Tel. 011 55931

Torino Sud Corso Orbassano 366 - 10137 Tel. 011 55931

### **VALLE D'AOSTA**

Aosta Corso Padre Lorenzo 18 - 11100 Tel. 0165 277411

### **LOMBARDIA**

Milano Sabaudia Via Sabaudia 3 - 20124 Tel. 02 62581

Milano Boncompagni Via Boncompagni 41 - 20139 Tel. 02 62581

Milano Porta Nuova Corso di Porta Nuova 19 - 20121 Tel. 02 62581

Milano Mazzini Via Mazzini 7 - 20123 Tel. 02 62581

### **PROVINCIA AUTONOMA DI BOLZANO**

Bolzano Viale Europa 31 - 39100 Tel. 0471 560211

### **PROVINCIA AUTONOMA DI TRENTO**

Trento Via Gazzoletti 1/3 - 38100 Tel. 0461 374211

### **VENETO**

Venezia Centro Storico S. Croce 706 - 30135 Tel. 041 2729111

Venezia Terraferma Via Della Pila 51 - 30175 Tel. 041 2573211

### **FRIULI VENEZIA GIULIA**

Trieste Via Teatro Romano 18/20 - 34121 Tel. 040 6729222

### **LIGURIA**

Genova Via G. D'annunzio 76 - 16121 Tel. 010 54631

### **EMILIA ROMAGNA**

Bologna Via A. Gramsci 4 - 40121 Tel. 051 6095111



## **TOSCANA**

Firenze Via delle Porte Nuove 61 - 50144 Tel. 055 32051

## **MARCHE**

Ancona Piazza S. Maria 5 - 60124 Tel. 071 2273111

## **UMBRIA**

Perugia Via G. Battista Pontani 12 - 06100 Tel. 075 50151

## **LAZIO**

Roma Centro Piazza delle Cinque Giornate 3 - 00192 Tel. 06 36431

Roma Aurelio Via Enrico de Ossò 16/18 - 00166 Tel. 36431

Roma Tuscolano Via M. De Marco 20 - 00169 Tel. 06 36431

Roma Nomentano Via D. Fabbri 74 - 00137 Tel. 06 36431

Roma Laurentino Via S. Gradi 55/57 - 00143 Tel. 06 36437999

## **ABRUZZO**

L'Aquila Via F. Filomusi Guelfi - 67100 Tel. 0862 6661

## **MOLISE**

Campobasso Via Garibaldi 2/c 86100 Tel. 0874 47621

## **CAMPANIA**

Napoli Via Nuova Poggioreale - 80143 Tel. 081 7784111

Napoli Nola Via A. Vespucci 20 - 80035 Tel. 081 8233511

## **PUGLIA**

Bari Corso Trieste 29 - 70126 Tel. 080 5436111

## **BASILICATA**

Potenza V.le G. Marconi - Rampa Pascoli - 85100 Tel. 0971 606111

## **CALABRIA**

Reggio Calabria Corso Garibaldi 635 - 89100 Tel. 0965 363111

## **SICILIA**

Palermo Del Fante V.le Del Fante 58 Torre b - 90100 Tel. 091 6705111

Palermo Titone Via M. Titone 23 - 90100 Tel. 091 6705111

## **SARDEGNA**

Cagliari Via Sonnino 96 - 09127 Tel. 070 60521

## **SITOGRAFIA**

### **Portali d'orientamento per gli immigrati**

[www.portaleimmigrazione.it](http://www.portaleimmigrazione.it)

<http://www.immigrazione.biz/index.php>

<http://www.stranieriinitalia.it/>

<http://www.migrare.it/>

### **Portale specifico per colf e badanti**

[www.unsicolf.it](http://www.unsicolf.it)



## **Associazioni**

<http://www.acli.it>

<http://www.aduc.it/dyn/immigrazione/>

[www.anolf.it](http://www.anolf.it)

[www.caritas.it](http://www.caritas.it)

[www.santegidio.org](http://www.santegidio.org)

[www.centroastalli.it](http://www.centroastalli.it)

[www.cir-onlus.org](http://www.cir-onlus.org)

[www.assindatcolf.it/public/](http://www.assindatcolf.it/public/)

[www.unsicolf.it](http://www.unsicolf.it)

[www.webcolf.com](http://www.webcolf.com)

[www.fondazioneelabos.org/](http://www.fondazioneelabos.org/)

[www.api-colf.it](http://www.api-colf.it)

## **Patronati**

[www.inca.it](http://www.inca.it) - (Inca Cgil)

[www.inas.it](http://www.inas.it) - (Inas Cisl)

[www.ital-uil.it](http://www.ital-uil.it) - (ItalUil)

[www.cafuil.it/servizi/colf\\_badanti/indice.asp](http://www.cafuil.it/servizi/colf_badanti/indice.asp)

[www.patronato.acli.it](http://www.patronato.acli.it)

## **Sindacati**

<http://www.cisl.it>

<http://www.cgil.it>

<http://www.uil.it/immigrazione/>

## **Siti istituzionali**

[www.inail.it](http://www.inail.it)

[www.inps.it](http://www.inps.it)

[www.lavoro.gov.it/Lavoro](http://www.lavoro.gov.it/Lavoro)

[www.comune.roma.it](http://www.comune.roma.it)

[www.interno.it](http://www.interno.it)

[www.esteri.it](http://www.esteri.it)

[www.permessidisoggiorno.anci.it](http://www.permessidisoggiorno.anci.it)

[www.salute.gov.it](http://www.salute.gov.it)



## MINI GLOSSARIO

**ABRASIONE:** parziale asportazione della pelle.

**AGENTI BIOLOGICI O MICRORGANISMI:** qualsiasi microbo che potrebbe provocare nell'uomo infezioni, allergie o intossicazioni.

**APATIA:** stato di indifferenza verso il mondo circostante caratterizzato da mancanza di sentimenti e di volontà di azione.

**CANCEROGENO:** sostanza che può causare il cancro.

**COMBURENTE:** sostanza che a contatto con sostanze infiammabili provoca un incendio.

**CONDUTTORE:** oggetto attraverso il quale si propaga calore, elettricità, ecc.

**CORROSIVO:** sostanza che, se toccata, causa la distruzione della pelle, ecc.

**CURE IDROFANGOTERMALI:** cure che utilizzano le acque termali o i loro derivati (fanghi, vapori).

**DEGENZA:** periodo trascorso da un paziente in ospedale o a casa per malattia.

**DETERGENTI:** prodotti utilizzati per pulire.

**DIAFRAMMA:** muscolo della respirazione situato tra torace e addome.

**DISINFETTANTI:** prodotti capaci di uccidere la maggior parte di microrganismi quali, batteri, virus, ecc.

**DISTORSIONE:** lesione dei legamenti di un'articolazione.

**FOLGORAZIONE:** detta anche scossa elettrica, è la reazione del corpo umano alla corrente elettrica.

**FUNGHİ MICROSCOPICI:** microrganismi che provocano infezioni chiamate micosi.

**IMPERMEABILIZZANTI:** sostanza che rende una superficie resistente all'acqua.

**INABILITÀ/INVALIDITÀ:** impossibilità di svolgere un'attività a causa di malattia.

**INDENNITÀ DI DISOCCUPAZIONE:** risarcimento economico che spetta ai lavoratori assicurati (almeno da due anni), contro la disoccupazione involontaria, che siano stati licenziati. L'indennità è riconosciuta anche a seguito di dimissioni derivanti da giusta causa (mancato pagamento della retribuzione, molestie sessuali, modifica delle mansioni, mobbing).

**INDENNITÀ GIORNALIERA PER INABILITÀ TEMPORANEA ASSOLUTA:** risarcimento economico dato al lavoratore nel caso in cui un infortunio sul lavoro o una malattia professionale abbia causato l'impossibilità di svolgere l'attività lavorativa per più di tre giorni.

**INFEZIONE TETANICA:** malattia infettiva, meglio nota come Tetano, che può essere contratta attraverso tagli o ferite.

**INSETTICIDI:** sostanze utilizzate per allontanare o uccidere insetti di vario genere.

**IRRITANTE:** sostanza, il cui contatto, prolungato o ripetuto con la pelle o le mucose può provocare una reazione infiammatoria.

**LIQUIDAZIONE:** corrispondenza di una somma in denaro (ad es. alla fine di un'attività lavorativa).



**MOVIMENTAZIONE MANUALE DEI CARICHI:** azione di portare/sollevare/ o spingere persone o oggetti pesanti.

**MUFFE:** funghi microscopici di color verdognolo o biancastro, che si possono formare su alimenti in decomposizione.

**MUTAGENE:** sostanze che causano danni che si possono trasmettere ai figli.

**NOCIVO:** sostanza che, in caso di inalazione, ingestione o assorbimento cutaneo, può provocare la morte oppure gravi danni.

**OSSIDANTE:** vedi comburente.

**PENSIONE DI INABILITÀ:** rendita in denaro per quei lavoratori che hanno una permanente impossibilità di svolgere qualsiasi attività lavorativa a causa di infermità o difetto fisico o mentale.

**POSIZIONE ASSICURATIVA:** riepilogo dei contributi versati dal datore di lavoro presso il quale si è prestato servizio; in essa sono registrati i seguenti dati: la qualifica del lavoratore, l'indicazione del datore di lavoro, il numero di giorni versati per ciascun periodo lavorativo e la retribuzione giornaliera.

**POSTURA:** posizione del corpo.

**PROGnosi:** previsioni riguardo il decorso e l'esito di una malattia.

**PROTESI E PRESIDI ORTOPEDICI:** plantari, scarpe ortopediche su misura, protesi di gamba.

**RENDITA PER INABILITÀ PERMANENTE:** rendita che spetta al lavoratore assicurato con un grado di inabilità superiore al 10%.

**REVERSIBILITÀ:** trattamento economico che, al momento della morte del lavoratore, viene dato ai familiari (ad es., il marito, la moglie o i figli), che possiedano determinati requisiti.

**SGORGANTI O DISGORGANTI:** prodotti utilizzati per eliminare ostruzioni nelle tubature (ad es. scarichi dei lavelli).

**SODA CAUSTICA:** idrossido di sodio, sostanza altamente corrosiva.

**SOLVENTI:** comunemente liquidi, spesso tossici, che sciolgono (solubilizzano) altre sostanze.

**SOSTANZE CAUSTICHE:** sostanze che a contatto con i tessuti (ad es. pelle) provocano un'azione distruttiva (ad es. ustione).

**USTIONE:** lesione dei tessuti (cute, mucose) causata dall'esposizione del tessuto stesso ad altissimo calore, a sostanze chimiche (causticazione) o a sorgenti elettriche.

**VARECHINA O CANDEGGINA:** prodotto a base di ipoclorito di sodio utilizzato per sbiancare e igienizzare il bucato o gli ambienti.



# LUCRĂTORII DOMESTICI: DREPTURI, ÎNDATORIRI, FORMALITĂȚI DE TUTELARE ȘI ASIGURARE, ELEMENTE UTILE ÎN CAZ DE ACCIDENT DE MUNCĂ



În această secțiune sunt furnizate informații sintetice privind drepturile și îndatoririle lucrătorilor/lucrătoarelor și ai angajatorilor utile în desfășurarea activității domestice de lucru. Tematicile prezentate aici se regăsesc în principal în site-urile: [www.inps.it](http://www.inps.it) și [www.inail.it](http://www.inail.it).

## DEFINIȚIE

Lucrătorii domestici sunt lucrătorii care prestează o activitate de muncă cu caracter continuu pentru necesitățile vieții familiare a angajatorului, ca de exemplu colf, asistenți familiari sau baby sitter, guvernanti, chelneri, bucătari, etc.

Din această categorie fac parte și lucrătorii care prestează aceleași activități în cadrul unor comunități religioase (mânăstiri, seminare), cazărmi și comandamente militare, ca și în orfelinate și azile de bătrâni, ale căror finalități au caracter predominant de asistență.

## CE TREBUIE FĂCUT ÎNAINTE DE ANGAJARE

PENTRU LUCRĂTORII ITALIENI SAU DIN ȚĂRI ALE UNIUNII EUROPENE

### Ce trebuie să facă lucrătorul

Pentru a putea fi angajat, lucrătorul trebuie să dețină o serie de documente: codul fiscal, un document de identitate și cardul de sănătate (actualizat și eliberat de Unitatea Sanitară ASL).

### Ce trebuie să facă angajatorul

Angajatorul poate să angajeze în mod direct lucrătorul domestic, după ce a stabilit elementele caracteristice ale raportului de muncă (program, retribuție, concediu, etc.).

## PENTRU LUCRĂTORII EXTRACOMUNITARI

Procedurile sunt diferite dacă lucrătorul se află deja în Italia sau dacă se găsește în străinătate.

### Dacă lucrătorul extracomunitar este deja rezident în Italia

#### Ce trebuie să facă lucrătorul

1. Să fie în posesia unui permis de ședere\* valabil pentru desfășurarea unei activități de muncă;
2. Să completeze împreună cu angajatorul formularul Q pentru contractul de ședere pentru lucru\*\*. Acest formular se poate descărca de pe site-urile [www.lavoro.gov.it](http://www.lavoro.gov.it), [www.solidarietasociale.gov.it](http://www.solidarietasociale.gov.it), [www.interno.it](http://www.interno.it) sau de pe site-ul *Sportello Unico dell'Immigrazione* (Ghișetul Unic pentru Imigrație) al Prefecturii unde își are reședința.

#### Ce trebuie să facă angajatorul

Angajatorul trebuie să stipuleze cu lucrătorul un contract de ședere pentru lucru, procedând după cum urmează:

1. Să completeze și să semneze, împreună cu lucrătorul străin, formularul Q necesar pentru a avea un contract de ședere pentru muncă;
2. Să expedieze prin recomandată A/R contractul de ședere (mod. Q) în original, anexând o copie a documentului de identitate, la Ghișetul Unic pentru Imigrație al Prefecturii de reședință (*Sportello Unico*);

\* Pe baza Decretului din 4 iunie 2010 al Ministerului de Interne, pentru eliberarea unui permis de ședere Ce pentru "ședere pe o lungă perioadă" este obligatorie susținerea unui test de cunoaștere a limbii italiene. Pentru alte informații: [www.interno.it](http://www.interno.it)

\*\* O cotă parte din contribuțiile INPS e destinată asigurării Inail. În cazul în care prognoza accidentului de muncă e stabilită pentru mai puțin de patru zile și deci nu e prevăzută nicio prestație în sarcina Inail, angajatorul are obligația să acorde colaboratorului domestic retribuția stabilită, inclusiv o eventuală indemnizație de cazare și masă. Ca integrare a acoperirii de asigurare împotriva accidentelor, garantată de Inail, activitatea de lucru domestic poate să conțene, de la 1 iulie 2010, pe Cassacolf, casa di asigurare în caz de boală pentru colf și badanti, care acordă indemnizații zilnice pentru internarea în spital. Cassacolf garantează, de asemenea, acoperirea pentru responsabilitatea civilă a angajatorilor.



3. Să înmâneze lucrătorului străin o copie a contractului de ședere (mod. Q) și a recipisei poștale de returnare, șampilată de *Sportello Unico*. Pe recipisa poștală e necesar să se indice numele și prenumele lucrătorului cu care s-a încheiat contractul de ședere.

---

### **Dacă lucrătorul extracomunitar nu a intrat încă în Italia**

#### **Ce trebuie să facă lucrătorul**

Din momentul în care obține viza de intrare, prin *Sportello Unico per l'Immigrazione*, lucrătorul domestic va trebui:

- Să meargă la *Sportello Unico* unde va semna contractul și cererea de permis de ședere în termen de 8 zile de la intrarea în Italia, și să expedieze toate acestea la prefectură cu recomandată poștală A/R. (Chestura îl va convoca pe cetățeanul extracomunitar pentru înmânarea permisului de ședere);
- Să ridice de la *Sportello Unico* și un exemplar al *Carta dei valori* ca și un ghid despre legile privind imigrația.

Pentru informații suplimentare: [www.poliziadistato.it](http://www.poliziadistato.it)

---

#### **Ce trebuie să facă angajatorul**

Angajatorul care vrea să instaleze un raport de muncă domestică cu un cetățean extracomunitar rezident în străinătate, va trebui să urmărească publicarea în *Gazzetta Ufficiale* a *Decretului Flussi* (decretul pe anul în curs și, începând cu termenele indicate, să înainteze cererea de *nulla osta/nimic nu se opune* la lucru).

Pentru informații suplimentare consultați site-ul Ministerului de Interne [www.interno.it](http://www.interno.it)

---

#### **Cum se va prezenta cererea de *nulla osta***

Cererea se va completa și se va trimite exclusiv via internet, conectându-se la site-ul [www.interno.it](http://www.interno.it).

---

#### **Procedura pentru eliberarea *nulla osta* la lucru**

*Sportello Unico* îl convoacă pe angajator pentru a i se înmâna *nulla osta* – care are o valabilitate de 6 luni – cu semnătura contractului de ședere, pregătit de *Sportello Unico*.

*Lo Sportello Unico* transmite *nulla osta* împreună cu propunerea de contract de ședere la reprezentanța diplomatică-consulară italiană competentă în străinătate iar aceasta va elibera cetățeanului străin viza de intrare în Italia.

De asemenea, așa cum prevede contractul de ședere, angajatorul va trebui:

- Să se angajeze la plata cheltuielilor de călătorie pentru reîntoarcerea lucrătorului în țara de proveniență;
- Să se angajeze să comunice orice schimbare privitor la contractul de muncă;
- Să asigure disponibilitatea unei cazări adecvate și, în momentul convocării la *Sportello Unico* pentru a primi documentul *nulla osta*, să prezinte chitanța care dovedește solicitarea efectivă a certificatului de abilitate la cazare eliberat de Comune (Primărie) sau de ASL competentă (certificatul se va cere chiar și în cazul în care lucrătorul va locui la persoana îngrijită pentru a desfășura atribuțiile de asistent la persoană)\*.

---

\* Se precizează că colaboratorul domestic rezident în același apartament cu angajatorul, va trebui să plătească abonamentul la Rai, ce se adaugă celui furnizat de angajator. Va fi scutit de la plată numai în cazul în care rezultă ca făcând parte din nucleul familial al angajatorului.



## ANGAJAREA

Prin angajarea colaboratorului domestic, familia se angajează să semneze și să respecte un contract de lucru, ce va conține drepturile și îndatoririle celor două părți: angajatorul și lucrătorul (lucrătoarea).

Pentru a avea informații utile la încheierea contractului de muncă, a se vedea:

[CCNL Fidaldo-Domina\\_CgilCislUil\\_Federcolf](#) (cu termen la 28 februarie 2011)

[CCNL Ebilcoba](#) (vezi site-ul [www.inps.it](http://www.inps.it))

### Comunicările la INPS

Comunicarea angajării este obligatorie în termen de 24 de ore din ziua precedentă celei de instaurare a raportului de lucru.

Obligația de a comunica la Inps există și în fază de reînnoire a contractului, de transformare și de încetare a acestuia. În acest caz comunicarea va avea loc în termen de 5 zile de la începutul situației respective.

Din luna aprilie 2011 pentru adnotarea eventualelor schimbări, angajatorul are posibilitatea:

- Să se preleveze de Contact Center, la numărul 803.164, furnizând prin telefon datele necesare;
- Să utilizeze procedura internet dedicată completării și expedierii on-line disponibilă pe site-ul internet al Inps ([www.inps.it](http://www.inps.it)).

### Sanctiuni administrative și civile pentru munca la negru

În momentul în care angajatorul trimite la Inps comunicarea privind angajarea, lucrătorul este înscris la Inps care va gestiona poziția de asigurare a acestuia.

În caz contrar lucrătorul se definește "la negru", adică angajat fără comunicare și fără înscriere la Inps.

Împotriva lucrului la negru sunt prevăzute sancțiuni administrative și civile față de angajator.

În particular, pentru:

- Comunicare absentă sau tardivă la Inps;
- Lipsa înscrierii lucrătorului domestic la Inps ;
- Plata contribuțiilor absentă sau tardivă.

### DREPTURILE LUCRĂTORULUI DOMESTIC REGLEMENTAR

Lucrătorul domestic, atât cel italian cât și cel străin, are dreptul de a accesa prestațiile de asigurare și de pensie preciate mai jos:

#### Prestații în sarcina INPS

- Alocație pentru nucleul familial
- Indemnizație de șomaj
- Indemnizație de maternitate
- Indemnizație antituberculoză
- Cure termale
- Alocație de invaliditate
- Pensie de disabilitate
- Pensie de vechime în muncă
- Pensie de bătrânețe
- Pensie de urmaș sau de reversibilitate

Pentru informații suplimentare și pentru formularele privind toate prestațiile a se vedea site-ul Inps: [www.inps.it](http://www.inps.it).



### **Prestații în sarcina INAIL**

- Indemnizație zilnică pentru disabilitate temporară absolută
- Alocație pentru disabilitate permanentă
- Venit și alocație ocazională pentru urmași în caz de moarte
- Alte prestații particulare în conexiune cu accidentul de muncă:
- Furnizarea de proteze și dispozitive ortopedice
- Cure de ape termale, nămol și climatice
- Terapii medicale și chirurgice
- Îngrijiri în ambulatoriu în convenție cu Serviciul Sanitar Național

Per informații suplimentare: [www.inail.it](http://www.inail.it)

### **Prestații în sarcina Serviciului Sanitar Național**

Asistență sanitară (medicală, farmaceutică, spitalicească, ambulatorială, specialistică). Pentru informații suplimentare a se consulta site-ul [www.salute.gov.it](http://www.salute.gov.it).

### **DEMISIE, CONCEDIERE ȘI INDEMNIZAȚIA DE ÎNCHEIEREA CONTRACTULUI DE MUNCĂ**

Raportul de muncă se poate încheia prin decizia liberă a lucrătorului și a angajatorului, cu condiția unui preaviz reglementar.

În caz de concediere, pentru un raport de muncă în care lucrătorul e angajat cu peste 24 ore pe săptămână la un același angajator, preavizul va trebui să fie:

- de 15 zile (până la cinci ani vechime);
- de 30 de zile (peste cinci ani vechime).

Pentru un raport de lucru care îl ocupă pe lucrător până la 24 ore pe săptămână, preavizul va trebui să fie:

- de 8 zile (până la doi ani vechime);
- de 15 zile (peste doi ani vechime).

În cazul în care lucrătorul decide în mod voluntar să se concedieze (și dă dimisia), aceste termene se reduc cu 50%.

### **Îndemnizația de încheiere a raportului de muncă (TFR)**

Când un raport de lucru se încheie, fie prin concediere, fie prin demisie, lucrătorul domestic are întotdeauna dreptul la o lichidare, chiar și în caz de muncă precară, saltuară sau numai de câteva ore pe săptămână.

Pentru calcularea sumelor convenite (cu titlul de indemnizație de încheiere raport TFR), trebuie ținut seamă de retribuiția lunară, de al treisprezecelea salariu, iar pentru lucrătorul care consumă două mese pe zi și doarme în casă, se ține seama de indemnizația pentru masă și cazare.

Calcululele variază după perioada la care se referă serviciul.

E necesară distincția între trei perioade de timp, cărora le corespund trei modalități diferite de calcul al indemnizației de încheiere raport TFR:

- prima perioadă - până la 31 mai 1982;
- a doua perioadă - de la 1° iunie 1982 până la 31 decembrie 1989;
- a treia perioadă - de la 1° ianuarie 1990 înainte.

### **Lichidarea fracționată**

Legea permite ca indemnizația TFR să poată fi plătită în fiecare an, la cererea lucrătorului sau a angajatorului, cu consimțământul celuilalt.

În orice caz, legea prevede ca după opt ani de serviciu lucrătorul să aibă dreptul la o anticipare egală cu 70 % din indemnizația TFR acumulată.



## INLESNIRI FISCALE ȘI CONTRIBUȚII

În urma înscrierii, Inps se ocupă de deschiderea unei poziții de asigurare în beneficiul lucrătorului domestic și trimite angajatorului un bloc cu buletine de cont curent poștale pentru vărsămăntul contribuțiilor datorate.

Contribuția este legată de plata efectivă pe oră și, mai precis, de elementele care compun plata pe oră:

- retribuirea pe oră stabilită de comun acord între părți;
- valoarea convențională a mesei și cazării, repartizată cu măsură orară;
- al treisprezecelea salariu repartizat cu măsură orară.

Dacă orele de lucru pe săptămână sunt mai puțin de 24 de ore, contribuția pe oră se consideră pe trei categorii de retribuire; dacă orele de lucru sunt de cel puțin 25 de ore pe săptămână, contribuția e fixă pentru toate orele retribuite.

### Înlesniri fiscale

Angajatorul care varsă cu regularitate la Inps contribuțiile pentru colf sau asistenți familiari poate beneficia de înlesniri fiscale legate de contribuțiile vărsate.

### Contribuții

Angajatorul va trebui să verse lunar contribuțiile către lucrător, conform retribuirii stabilite. Pentru a calcula contribuțiile, Inps pune la dispoziția angajatorilor și a lucrătorilor un software ce poate fi accesat cu serviciul: **Simulazione Calcolo Contributi** (Simularea calculării contribuțiilor). E suficient să se introducă datele cerute în spațiile prevăzute și să se urmeze indicațiile specifice.

### Cum se plătesc contribuțiile

Contribuțiile se plătesc la următoarele termene:

- pentru primul trimestru: de la 1 la 10 aprilie;
- pentru al doilea trimestru: de la 1 la 10 iulie;
- pentru al treilea trimestru: de la 1 la 10 octombrie;
- pentru al patrulea trimestru: de la 1 la 10 ianuarie.

Contribuțiile pot fi vărsate exclusiv cu următoarele modalități:

- utilizând *bollettini (buletine) MAV* (plata prin avis);
- adresându-se la subiecții ce aderă la circuitul "*Reti Amiche*" (**Rețele amice**). Plata se poate face la:
  - tutungerii care expun inscripția/logo *Servizi Inps*;
  - ghișetele bancare Unicredit;
  - prin site-ul internet al Grupului Unicredit Spa pentru clienții titulari ai serviciului de *Banca online*;
- online pe site-ul internet Inps ([www.inps.it](http://www.inps.it) , în secțiunea *Servizi on line> cittadino> "Lavoratori domestici: pagamento online contributi"*) utilizând cardul de credit;
- telefonând la Contact Center numero verde gratuito, utilizând cardul de credit.

## AL TREISPREZECELEA SALARIU ȘI CONCEDIUL

### Al treisprezecelea salariu

Lucrătorilor domestici cu contract în regulă li se cuvine al treisprezecelea salariu care corespunde cu a doisprezecea parte din întreaga retribuire anuală și pe care angajatorii au obligația să o plătească în luna decembrie, cu ocazia sărbătorilor de Crăciun.

Al treisprezecelea salariu se acumulează și în perioada absențelor pe caz de boală, de accident de muncă sau de maternitate.



## Concediul

Indiferent de durata programului de lucru, pentru fiecare an de serviciu la același angajator, lucrătorul domestic are dreptul la o perioadă de concediu de 26 de zile (excluse duminicile și sărbătorile din timpul săptămânii), care va fi stabilit între angajator și lucrător în momentul angajării.

Lucrătorii străini au posibilitatea să ceară reunirea concediilor pe doi ani, astfel încât să-și poată programa călătoria în propria țară de origine. De asemenea, nu vor putea avea concediu în timpul perioadei de preaviz de concediere și nici în perioada de boală sau de accident de muncă.

## PERIOADĂ DE BOALĂ

Lucrătorul are datoria să-l avertizeze imediat pe angajator, cu excepția cauzelor de forță majoră sau de impedimente, înainte de programul prevăzut pentru prestația de lucru; ulterior, lucrătorul are obligația de a prezenta angajatorului certificatul medical, după cel mult două zile de la data eliberării, certificat obținut cel târziu a doua zi după începerea perioadei de boală. Dacă lucrătorul domestic este absent de la lucru pe motive de boală, Inps nu plătește nicio indemnizație.

Când se îmbolnăvește, lucrătorul domestic, fie în conviețuire sau nu, are dreptul să-și păstreze locul de muncă pe perioade diferite după vechimea acumulată la aceeași familie:

- 10 zile, pentru vechime până la șase luni;
- 45 zile, dacă are mai mult de șase luni vechime și până la doi ani de serviciu;
- 180 de zile, dacă vechimea în muncă e de peste doi ani.

În zilele de eventuală internare în spital sau de rămânere la pat la angajator, lucrătorului nu i se cuvine o indemnizație de masă și cazare.

## ACCIDENT DE MUNCĂ SAU BOALĂ PROFESIONALĂ

### Ce trebuie să facă angajatorul

Dacă lucrătorul rămâne victima unui accident în timpul desfășurării activității domestice, angajatorul are obligația de a comunica accidentul la INAIL - Institutul Național pentru Accidentele de Muncă, cu următoarele modalități:

- nu are obligația de a trimite comunicarea în cazul în care accidentul are o prognoză ce presupune o absență de la lucru de până la trei zile;
- în termen de două zile de la primirea primului certificat medical cu prognoză ce comportă absența de la lucru de peste 3 zile;
- dacă prognoza se prelungește peste a treia zi, în timp de două zile de la primirea noului certificat medical;
- în timp de 24 de ore, în caz de accident care comportă moartea sau pericolul de moarte, are obligația să comunice faptul prin telegramă.

În particular, angajatorul, pentru accidentele cu prognoză de peste 3 zile, trebuie să trimită, în termen de două zile de la primirea certificatului medical, o copie a comunicării la Autoritatea locală de Siguranță Publică din locul unde a avut loc accidentul.

Pentru primele trei zile de absență de la lucru, angajatorul va plăti retribuirea globală. De asemenea, va permite lucrătorului domestic să-și mențină locul de muncă pentru un număr de zile legat de vechimea în serviciu, cu acelerași modalități prevăzute în caz de boală.

Pentru indicații privitor la normativele asupra modalităților de comunicare a accidentului de muncă, vezi site-ul: [www.inail.it](http://www.inail.it)



### **Ce trebuie să facă lucrătorul:**

Lucrătorul trebuie să-l informeze *imediat* pe angajator despre orice accident a suferit, pentru a evita pierderea dreptului la indemnizația referitoare la zilele anterioare semnalării.

În același timp, lucrătorul va contosemna formularul de comunicare pe care îl va completa angajatorul, pentru a avea acces, după caz, la prestațiile Inail.

### **MATERNITATE**

În cazul în care o lucrătoare domestică intră în stare de graviditate, intră în vigoare garanțiile de ocrotire a maternității. În timpul perioadei de absență obligatorie de la locul de muncă prevăzută de lege, lucrătoarea are dreptul:

- să-și mențină locul de muncă;
- să se abțină de la lucru;
- să primească o indemnizație care înlocuiește retribuiția.

De la începutul perioadei de graviditate și până în momentul absenței obligatorii de la lucru, lucrătoarea poate fi concediată numai pentru motive grave care nu permit continuarea raportului de muncă. Tutelarea nu este impusă prin lege, ci prin contractul colectiv.

Recent a fost introdusă așa zisa flexibilitate a absenței obligatorii care permite lucrătoarei să amâne perioada de absență obligatorie până la o lună înainte de data prezumtivă a nașterii și până la patru luni după nașterea copilului.

### **Indemnizația de maternitate**

Pe durata perioadei de absență obligatorie, lucrătoarea are dreptul la indemnizația de maternitate plătită de Inps, ce se ridică la 80 % din salariul pentru care se varsă contribuțiile pe oră. La calcularea indemnizației sunt considerate numai perioadele de lucru efectuate în calitate de lucrătoare domestică.

### **Alocația de maternitate de la Stat**

Aceasta revine mamelor rezidente, cu cetățenie italiană, comunitare sau extracomunitare care dețin un permis de ședere CE pentru ședere de lungă durată, pentru fiecare fiu născut, adoptat sau luat în încredințare de preadoptie.

Cererea se va prezenta la Inps în timp de 6 luni de la naștere sau de la adopție sau de la încredințarea de preadoptie.

Dacă Inps nu aprobă cererea, aceasta va fi transmisă automat la primăria competentă pe teritoriul, pentru a înlesni primirea contribuției de maternitate eliberată de Primărie.

Pentru informații suplimentare consultați și următoarele site-uri:

[www.cassacolf.it](http://www.cassacolf.it) [www.ministerointerno.it](http://www.ministerointerno.it)



## HARTA RISCURILOR DIN MEDIUL CASNIC







## BUCĂTĂRIE

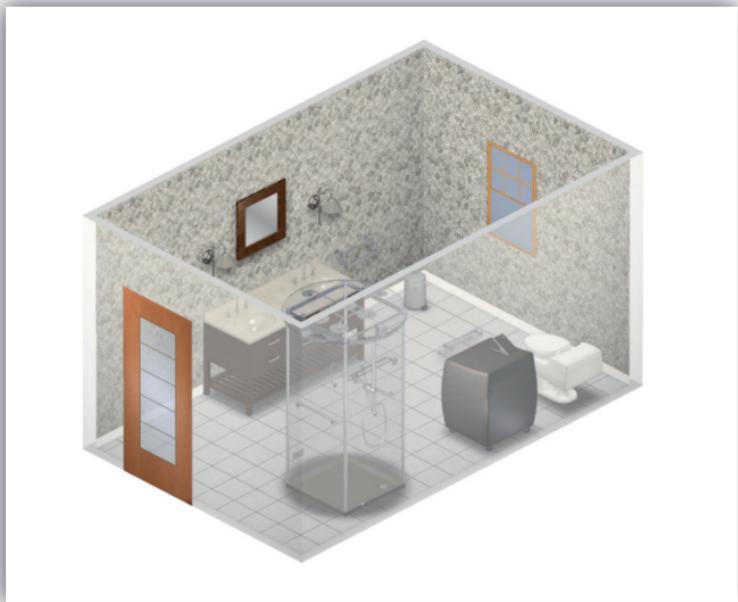


Bucătăria este locul din locuință cu cel mai ridicat risc, așa cum e demonstrat de datele statistice privind accidentele domestice. Într-adevăr, activitățile care se desfășoară aici presupun utilizarea aparaturii cu gaz sau electrice, folosirea de materiale periculoase (lichide fierbinți, substanțe inflamabile, toxice și caustice) a unor instrumente tăioase, precum și utilizarea a numeroase electrocasnice în apropierea sau în contact direct cu apa.

Riscurile care se pot întâlni în acest mediu sunt în legătură cu:

- electricitatea;
- gazul;
- focul;
- substanțele chimice;
- apa;
- căderile eventuale;
- agenți biologici pentru conservarea alimentelor;
- tăiere/abraziune.

## BAIA



Baia, împreună cu bucătăria, este un mediu ambiant cu înalt risc din cauza apropierii dintre apă și aparatele electrice. De asemenea, fiind un spațiu în general redus și cu dușurile alunecoase, este destul de probabil riscul unor căderi și distorsiuni. Riscurile principale care se pot întâlni în acest mediu se referă la:

- electricitate;
- gaz (ex. boilerul, radiatoarele);
- apă;
- deplasarea manuală a greutăților;
- postură și căderi;
- substanțe chimice;
- agenți biologici.



## DORMITORUL

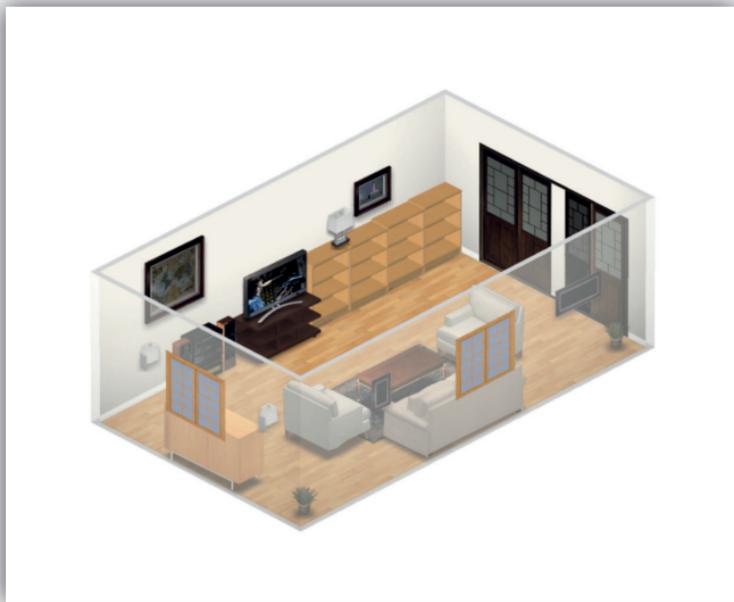


Și în dormitor se pot găsi o serie de pericole, precum mobila, dușumeaua sau alte elemente structurale prezente aici. De asemenea, mediul poate fi supus riscurilor de incendiu, dacă nu sunt respectate normele elementare de siguranță (de exemplu, dacă se fumează în pat sau se sprijină îmbrăcămintea pe veiozele aprinse).

Riscurile principale care se pot întâlni se referă la:

- sursele de căldură;
- electricitatea;
- gazul (de ex. radiatoarele);
- deplasarea manuală a greutăților și postura;
- căderile;
- agenți biologici;
- administrare de medicamente.

## CAMERA DE ZI



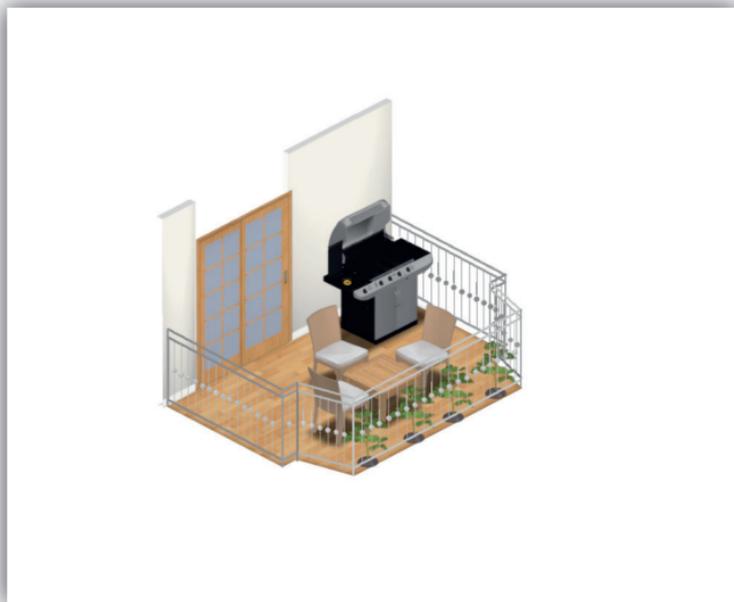
Sunt multiple sursele de pericol în camera de zi sau în salon, deoarece această ambianță este aceea în care se găsesc o serie întreagă de elemente decorative mai complexe: măsuțe de lemn sau de cristal, veioze, scaune, perdele, covoare, rafturi, biblioteca, plante ornamentale și multe altele.

Riscurile mai mari care se pot întâlni se referă la:

- electricitate;
- gaz (ex. radiatoarele);
- surse de căldură (ex. șemineul);
- postură și căderi;
- agenți biologici;
- tăieri și abraziuni.



## BALCON/SCĂRI



Balconul/terasa sau grădina reprezintă mediul extern al casei. Balconul sau terasa sunt, fără îndoială, plăcute și utile dar pot constitui și acestea un risc în cazul în care ne aplecăm peste balustradă. Se recomandă, de asemenea, să se evite plasarea în apropierea acestora a jardinielor, obiectelor de mobilier și a cutiilor de dimensiuni mari. În sfârșit, unele plante pot să fie toxice, dacă sunt ingerate, sau iritante, dacă sunt atinse.

Atât în exterior cât și pe scări, riscurile care se pot întâlni sunt în esență referite la

- căderi;
- deplasarea manuală a greutăților.

## DEBARAUA, PIVNIȚA, GARAJUL



Garajul, subsolurile, pivnițele și podurile sunt utilizate des ca magazii de materiale de diferite genuri printre care: combustibili, ca de ex.emplu butelii cu gaz GPL, care ar putea provoca explozii sau incendii.

Pentru a preveni eventuale accidente, e necesară menținerea încăperilor ordonate și curate, utilizând rafturi și dulapuri fixate în deplină siguranță. E important, de asemenea, ca aceste încăperi să aibă o ventilație corespunzătoare.

Principalele riscuri care se pot întâlni, pot fi în conexiune cu următoarele cauze:

- electricitate;
- gaz (de ex. radiatoare; gaze de eșapament de mașină);
- surse de căldură;
- apă;
- deplasarea manuală a greutăților;
- postură și căderi;
- substanțe chimice;
- agenți biologici;
- conservarea alimentelor;
- tăieri și abraziuni.



## INTRODUCERE ȘI CLASIFICAREA RISCURILOR

Riscurile care pot apărea într-o casă se pot împărți în trei categorii:

- *riscuri pentru siguranță;*
- *riscuri pentru sănătate;*
- *riscuri transversale.*

**Riscurile pentru siguranță** sunt riscurile care pot provoca un accident datorită contactului cu structuri, aparate, instalații electrice, substanțe periculoase sau din cauza unui incendiu sau a unei explozii.

**Riscurile pentru sănătate** sunt cele datorate contactului, ingerării sau expunerii la agenți chimici și la agenți biologici, care pot provoca boli, sau sunt datorate unor fenomene fizice deosebite.

Riscurile provocate de agenți chimici sunt legate de folosirea de substanțe toxice, nocive, iritante, corozive, cancerigene, mutagene și periculoase pentru mediul înconjurător.

Riscurile biologice derivă din contactul cu microorganismele.

Fenomenele fizice care presupun un risc pentru sănătate sunt în principal zgomotul, radiațiile, vibrațiile, ale căror efecte nu sunt imediat vizibile.

**Riscurile transversale** sunt cele provocate de diferiți factori precum condițiile de muncă prea dificile, organizarea muncii, relațiile interpersonale și carențele sau neregularitățile structurale. Acestei categorii de riscuri îi aparține riscul provocat de stresul la locul de muncă care afectează aspectul emotiv al lucrătorului.



## RISCULE ELECTRIC

Riscul electric este prezent în orice mediu în care există prize și/sau aparate electrocasnice și rezultă și mai ridicat în încăperi precum bucătăria sau baia, în care prezența și utilizarea apei sporește pericolul (într-adevăr, apa este un bun conductor de electricitate).

Consecințele riscului electric sunt în esență două: electrocutarea persoanei și declanșarea unui incendiu.



Electrocutarea poate avea loc prin *contact direct*, respectiv prin contactul cu prizele din perete sau cu cabluri electrice descoperite.

Prin *contact indirect* se înțelege contactul cu aparatul electrocasnic în care există o dispersie de curent pe suprafața externă, în caz de defecțiuni sau de funcționare necorespunzătoare.

În schimb, incendiul poate fi provocat de un *scurt circuit* sau de *supraîncărcare electrică*; în speță, aceasta din urmă se poate înregistra atunci când sunt conectate prea multe aparate electrocasnice concomitent la aceeași priză, de pildă printr-o priză multiplă.

### PREVENIRE

- Nu supraîncărcați prizele multiple (de pildă nu se conectează concomitent fierul de călcat și radiatorul electric);
- nu folosiți aparate electrice în apropierea apei sau cu mâinile ude, și evitați să stați descălțați atunci când le folosiți;
- nu trageți cablul pentru a scoate din priză aparatul;
- nu curățați aparatele electrocasnice înmuindu-le în apă;
- nu întindeți cabluri electrice sub covoare;
- controlați cu regularitate starea cablurilor de la aspirator, fier de călcat, aparate de lustruit parchet, etc., deoarece acestea sunt supuse deteriorării;
- nu înfășurați prea strâns firele în jurul diferitelor aparate, și mai cu seamă fiți atenți până când rămân calde.

### Sfaturi pentru folosirea în siguranță a celor mai comune aparate electrocasnice

#### Fier de călcat

Nu călcați niciodată cu mâinile ude sau descălțați. Scoateți ștecherul atunci când umpleți recipientul fierului cu apă.

#### Frigidere și congelatoare

Trebuie așezate departe de sursa de căldură și trebuie să fie la o distanță de cel puțin 10 cm de perete, pentru a avea o bună aerisire.

#### Uscător de păr/phon

A nu se folosi în apropierea unei căzi de baie sau a unei chiuvete pline cu apă și nici când picioarele și mâinile sunt umede.



#### Condiționatoare portabile

Trebuie ținute departe de perdele și draperii sau tapiserii, lăsându-le deschise numai atunci când suntem prezenți în încăpere.



# GAZ

Instalația de gaz poate reprezenta un risc: într-adevăr, poate provoca explozii cu consecințe grave pentru locatarii apartamentului și chiar pentru întregul bloc.

Acest risc este prezent în bucătărie (instalația de gaz de la rețea fixă sau butelie) sau chiar și în spațiile externe (centrale pe gaz pentru încălzirea apei și a interioarelor, instalate adesea în balcoane).



## PREVENIRE

- Când ieșiți din casă, închideți robinetul principal;
- fiți atenți dacă ochiurile aprinse de la aragaz se sting pe neașteptate și deci se înregistrează o scurgere de gaz.

În cazul în care există o scurgere de gaz (se percepe după miros):

- nu aprindeți lumina;
- nu folosiți niciun fel de dispozitiv (pe bază de curent sau nu) care poate produce scânteii (de exemplu nu apăsați pe sonerie, nu aprindeți chibrituri, nu fumați, etc.);
- deschideți ușile și ferestrele pentru a aerisi încăperea;
- telefonați la pompieri și așteptați ajutoarele în apropierea unor spații externe (ferestre, balcoane, etc.).

## FOC

Prezența unor flăcări aprinse poate provoca riscul de ardere și riscul declanșării unui incendiu.

Acest risc poate fi prezent în toate încăperile casei, îndeosebi în bucătărie.

Există și alte elemente care pot provoca un incendiu:

- folosirea incorectă a sobelor;
- instalații electrice defecte și prea multe ștechere puse în aceeași priză electrică;
- mucuri de țigări nestinse aruncate în coșul pentru hârtii sau în lada de gunoi.



### PREVENIRE

#### În bucătărie

- Nu păstrați materiale care pot lua foc (hârtie, lemn, chibrituri, ziare, alcool, etc.) lângă aragazul cu ochiurile aprinse;
- prindeți castroanele de mâner pentru a evita arsurile;
- când fierbeți lichide (de pildă apa pentru paste) controlați să nu iasă din recipient pentru a nu vă arde și pentru a evita o eventuală stingere a focului și o scurgere de gaz.

#### În baie

- Folosiți fonul sau placa pentru păr dar nu uitați să le închideți și să scoateți ștecherul din priză după folosire;
- nu uscați îmbrăcămintea udă în apropierea becurilor pentru a evita o posibilă aprindere.

#### În celelalte camere

- Evitați să fumați în pat;
- când se folosesc plăpumi termice (pături cu încălzire electrică) este oportun să le stingeți și să scoateți ștecherul înainte de a vă culca;
- nu așezați lămpi halogene în apropierea unor corturi sau materiale inflamabile. Nu acoperiți becurile sau veiozele cu hârtie;
- nu lăsați sobe electrice aprinse pe covoare sau aproape de cuverturi sau perdele.



### INCENDIU ÎN CASĂ: CE POȚI FACE?

Să chemi ajutoare, să dai alarma și să fugi!



## RISCUL CHIMIC

Detergenții, substanțele dezinfectante, insecticidele, substanțele degresante și alte produse pentru curățenia casei, dacă nu sunt folosite în mod corect, pot fi periculoase pentru sănătate și pentru mediu.



Locurile din casă în care aceste produse sunt folosite cel mai mult și depozitate sunt: baia, bucătăria și camera/pivnița. Contactul cu pielea sau cu ochii, ingerarea și inhalarea pot provoca efecte dăunătoare cum ar fi intoxicare, alergii, iritații.



De aceea, trebuie să citiți întotdeauna cu atenție etichetele de pe recipiente unde sunt indicate pericolele și redate indicații pentru folosirea corectă a produselor.



SIMBOLURI DE PERICOL PREZENTE PE ETICHETE	EXEMPLU PRODUSE CASNICE 	
 <b>F/F+</b> <b>INFLAMABIL</b>	Alcool etilic, acetonă, deodorante spray, impermeabilizante pentru încălțăminte	
 <b>C</b> <b>COROZIV</b>	Acizi (se găsesc în produse anticalcar) Soda (se găsește în produsele de desfundare pentru chiuvete și în concentrații mici în produsele degresante)	
 <b>Xn</b> <b>NOCIV</b>	Detergenți, înălbitori	
 <b>Xi</b> <b>IRITANT</b>	Amoniac, clor, decoloranți, produse anticalcar, detergenți pentru cuptor și pentru suprafețe din bucătărie, detergenți pentru mașina de spălat vase, substanțe de albit	
 <b>N - PERICULOS PENTRU MEDIU</b>	Produse pentru decolorarea țesăturilor, vopsele, solvenți, insecticide	
<b>ALTE SIMBOLURI</b>		
 <b>E</b> <b>EXPLOZIV</b>	 <b>O</b> <b>COMBURANT</b>	 <b>T/T+</b> <b>TOXIC</b>



## NOI SIMBOLURI DE PERICOL

Noile simboluri de pericol se vor schimba treptat în Europa iar pe produsele utilizate în casă se vor afla următoarele simboluri:

 TOXIC ACUT	 EFECTE MAI UȘOARE ASUPRA SĂNĂTĂȚII	 EFECTE GRAVE
 GAZ SUB PRESIUNE	 INFLAMABIL	 COROZIV
 EXPLOZIV	 PERICULOS PENTRU MEDIU	 OXIDANT

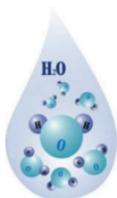
## PREVENIRE

- Citiți și urmați întotdeauna indicațiile de pe etichetă;
- nu fumați, nu mâncați, nu beți atunci când se folosesc produse chimice;
- păstrați produsele în ambalajul lor original pentru a evita confuzia și posibila ingerare din greșeală;
- nu transportați, nu transferați și nu păstrați produsele chimice în recipiente alimentare sau în vase fără etichetă;
- nu amestecați produsele (ca de pildă decolorantul și acizii), pentru că acest lucru ar putea provoca reacții periculoase;
- folosiți mănușile, evitați stropirile, nu inhalați sau ingerați produsul;
- spălați-vă pe mâini cu apă și săpun după folosire;
- nu folosiți produsele în cantități excesive și în alte scopuri decât cele indicate;
- nu folosiți recipientele după folosire și păstrați-le într-un loc sigur, întotdeauna departe de surse de căldură;
- aerisiți încăperile în care se folosesc produse pentru curățenie;
- cumpărați produse ale căror etichete să conțină informații cu litere lizibile, vizibile și care să nu poată fi șterse și preferați produse care nu sunt periculoase pentru sănătate și mediul înconjurător.
- În cazul în care apar probleme, consultați imediat serviciul de prim ajutor și arătați eticheta recipientului.





## APA



Apa este un element indispensabil pentru sănătatea noastră. Riscurile legate de acest element pot fi prezente mai cu seamă în bucătărie și în baie. Într-adevăr:

- contactul cu lichide fierbinți poate provoca arsuri grave;
- instalația de apă care nu funcționează bine poate provoca riscuri de inundație;
- contactul apei cu aparatele electrocasnice aflate în funcțiune sau cu fire electrice descoperite poate provoca curentări;
- prezența apei în cadă sau în cabina de duș sau pe dușumeaua udă poate provoca riscul de alunecare.

### PREVENIRE

- Țineți apa din boiler la o temperatură de 45 °C;
- nu începeți să umpleți cada cu apă prea caldă, ci măriți-i temperatura treptat;
- folosiți covorașe antiderapare în cadă sau sub duș pentru a evita să alunecați;
- închideți robinetul central al apei înainte de a pleca într-o călătorie;
- nu folosiți aparate electrocasnice dacă sunteți desculți pe podea nici în apropierea robinetelor, a căzii de baie, etc.;
- reparați de urgență defecțiunile legate de scurgeri de apă (o chiuvetă care pierde apă, pe lângă faptul că este ceva enervant, provoacă și o mare risipă: cu 90 de picături pe minut se pierd 4.000 de litri de apă pe an).



**În casă o persoană consumă, în medie, aproximativ 250 litri de apă pe zi:**

- 60 lt pentru uz igienic;**
- 80 lt pentru curățenie personală;**
- 40 lt pentru curățenia casei;**
- 30 lt pentru spălarea lenjeriei;**
- 30 lt pentru spălatul veselei;**
- 10 lt pentru gătit.**



# RISURI PRIVIND MANEVRAREA GREUTĂȚILOR ȘI CELE LEGATE DE POZIȚIONARE

Îngrijirea casei și asistența zilnică acordată persoanelor care nu se descurcă singure sau care suferă de dizabilități presupun frecvente eforturi fizice care pot fi periculoase pentru spate. Se poate reduce riscul durerii de spate cunoscând și aplicând pozițiile corecte ce trebuie avute și mișcărilor corecte ce trebuie făcute.

## În deplasările persoanei avute în îngrijire:

- încercați să obțineți colaborarea persoanei îngrijite, atunci când este posibil;
- dacă persoana asistată este foarte grea sau nu colaborează, recurgeți la ajutorul unei a doua persoane și/sau folosiți un mijloc ajutător (scaun cu roțile, dispozitiv de ridicare mecanic), pentru a garanta siguranța ambilor în timpul deplasării;
- păstrați o poziție corectă, îndoind genunchii și distanțând picioarele, evitând să îndoii coloana pentru a vă apleca;
- așezați-vă cât mai aproape de persoana cu dizabilități și folosiți mai cu seamă forța picioarelor, și evitați să îndoiiți spatele.



## Când efectuați deplasări de greutate:

- folosiți încălțăminte comodă, închisă, antiderapantă;
- evitați tocurile înalte;
- rețineți că este mai bine să împingeți decât să trageți;
- țineți spatele drept evitând răsuciri sau flexiuni ale bustului;
- țineți greutatea cât mai aproape cu putință de corpul propriu;
- urcați pe o scăriță pentru a ajunge la obiectele așezate pe sus (în așa fel încât să ajungeți la nivelul respectivului obiect);
- evitați să cărați greutate excesiv de mari;
- evitați ridicarea de greutate cu o singură mână;
- încercați să distribuiți greutatea pe ambele brațe în mod egal.



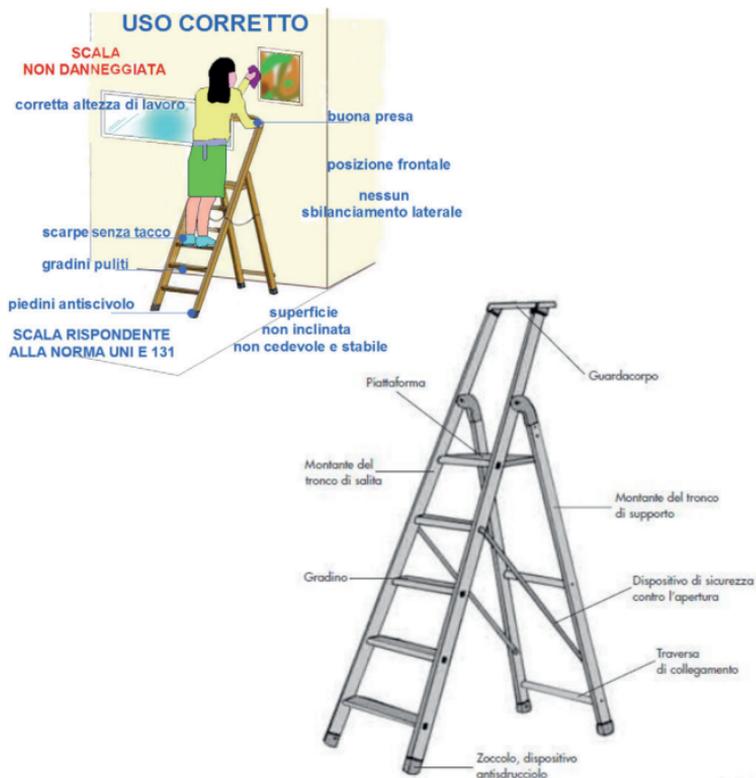


# CĂDERILE

Căderile pot fi provocate de pardoseli ude, obstacole aflate pe pardoseală sau pe covoare, cabluri electrice lăsate libere, folosirea incorectă a scaunelor și a taburetelor.

## PREVENIRE

- Pentru a ajunge la obiecte situate în locuri înalte folosiți scări potrivite, evitați să urcați pe taburete, scaune sau mese;
- nu vă aplecați pe scară pentru a ajunge la obiecte îndepărtate, ci deplasați scara;
- fiți atenți la covoare și alte obstacole prezente pe dușumea;
- nu lăsați cablurile nefixate corespunzător în încăperi;
- fiți atenți la dușumelele umede și limitați folosirea substanțelor de lustruit (ceara);
- folosiți covorașe antiderapante, în special în baie;
- evitați prezența unor muchii și protuberanțe în zonele de trecere.





## RISC BIOLOGIC

Riscul biologic este datorat prezenței așa-numitelor microorganisme, virusilor, bacteriilor, ciupercilor microscopice, care pot provoca infecții, alergii și intoxicații. Aceste microorganisme se pot găsi cam peste tot:

- în apă
- în aer
- pe sol
- pe mâncare
- pe obiecte
- la om
- la animale
- la plante



Microorganismele se pot transmite prin mai multe feluri:

- prin inhalarea aerului;
- prin contactul direct cu o persoană bolnavă;
- prin ingerarea de alimente contaminate;
- prin împunsătură de ac sau tăiere cu obiecte contaminate (de pildă cu sânge infectat);
- prin împunsături de insecte sau mușcătură de animale;
- prin raporturi sexuale.

Riscul provocat de microorganisme este răspândit în toate părțile casei și, mai cu seamă, în unele încăperi precum:

- bucătăria (de pildă tăierea cu cuțite murdare, consumul de alimente alterate);
- baia (de pildă insuficienta curățare a obiectelor sanitare)
- pivnița (de exemplu prezența șoarecilor sau a insectelor care pot fi purtători de microbi);
- dormitorul: când îngrijim persoane cu boli infecțioase (de exemplu în timpul schimbării scutecelor sau a administrării injecțiilor).



### PREVENIRE

- Atenție la obiectele tăioase și care înțepă (cuțite, seringi pentru injecții);
- folosiți mănuși de protecție când faceți injecții, când schimbați lenjeria și scutecele;
- păstrați casa și serviciile de igienă curate;
- spălați-vă des pe mâini;
- evitați contactul direct cu persoane sau animale infectate.





# PĂSTRAREA ALIMENTELOR

Igiena alimentelor și păstrarea lor corectă este fundamentală pentru evitarea riscurilor de intoxicație alimentară. Pentru păstrarea alimentelor și pentru menținerea substanțelor lor nutritive este necesară respectarea unor reguli specifice.



## În frigider



Folosiți pungile speciale pentru alimente, recipiente din sticlă sau plastic. Dacă nu aveți la dispoziție capace, folosiți pelicula de aluminiu pentru a acoperi mâncărurile grase sau umede; în schimb, pelicula transparentă nu ar trebui pusă în contact direct cu alimentele, ci asemenea unui capac pe recipiente. Nu puneți prea multe alimente în frigider și nu puneți alături alimente fierte și alimente crude. Așezarea alimentelor ar trebui să respecte următoarele indicații:

- \* sus (mai puțin rece): ouă, dulciuri, brânzeturi, unt și iaurt;
- \* la mijloc (temperat): mezeluri, legume fierte, sucuri, mâncăruri gătite;
- \* jos (mai rece): carne, pește, alimente crude, fructe și legume în cutia anume a frigiderului.

## În congelator

Alimentele congelate au o durată care variază de la unu la șase luni. Trebuie așadar păstrate în pungi speciale din plastic sau în recipiente pentru lichide. Nu uitați să aplicați întotdeauna o etichetă cu data congelării și descrierea alimentului. După descongelare, alimentele nu trebuie congelate din nou ci consumate cât mai repede.

## În cămară

Închideți cu grijă ambalajele alimentelor deschise cu niște clipsuri sau elastice. Păstrați curată cămara, ținând suprafața ei mereu uscată.

## PREVENIRE

- Spălați-vă întotdeauna pe mâini înainte de a pregăti alimentele sau a le mânca;
- spălați fructele și verdețurile cu apă abundentă înainte de a le consuma;
- țineți detergenții departe de alimente și de mesele de lucru, și păstrați-le în spațiul rezervat acestora;
- nu deschideți mereu frigiderul și asigurați-vă că l-ați închis bine după ce l-ați folosit;
- nu sprijiniți lucruri murdare sau căzute pe jos pe platformele de lucru sau pe masa din bucătărie;
- citiți eticheta de pe alimente, verificând data expirării și eventuala prezență a unor elemente la care sunteți alergic. Asigurați-vă că produsul nu prezintă mirosuri neplăcute sau caracteristici ciudate cum ar fi umflături ale ambalajului, culoare modificată a cărnii, mucegai în brânzeturi;
- transportați întotdeauna alimentele congelate pe care le cumpărați în sacoșe termice.



## TĂIETURI ȘI ZGÂRIETURI

Tăieturile și zgârieturile sunt rănille cel mai frecvent întâlnite și care lasă răni pe piele mai mult sau mai puțin adânci.

Pot surveni în principal în bucătărie și în baie. Formele cele mai des întâlnite sunt:

- răni provocate de tăietură sau înțepătură;
- zgârieturi la genunchi și la coate;

Cauzele acestor răni pot fi diferite:

- obiecte tăioase: cuțite, foarfeci, deschizătoare de conserve, sticle, hârtie, aparate de ras, etc.
- Obiecte ascuțite: andrele, cuie, ace, seringi, spinii plantelor, etc.

Rănille nu trebuie niciodată neglijate, fiindcă pot da naștere la diferite infecții, în special cea de tip tetanos, provocată de folosirea unor obiecte murdare.

Trebuie să vă asigurați că ați făcut vaccinul antitetanos pentru evitarea riscului de infecții.

În caz de tăieturi, dacă nu sunteți vaccinați, trebuie să mergeți numaidecât la medic pentru acțiunea de prevenire necesară (profilaxie).



### PREVENIRE

- Folosiți obiectele tăioase și ascuțite cu atenție, păstrați-le în locuri sigure și repuneți-le la locul lor imediat după ce le-ați folosit;
- Folosiți cuțite, deschizătoare de conserve, foarfeci și alte ustensile de bucătărie în stare bună;
- Când folosiți aparate electrice cum ar fi bătătorul de spumă, mixerul, aparatul de feliat, etc., scoateți-le întotdeauna din priză înainte de a le goli sau de a le spăla;
- Folosiți palete sau altceva pentru a strânge cioburile sparte și protejați-vă mâinile cu mănuși;
- Evitați prezența unor canturi sau denivelări în zonele de trecere.



## ÎNGRIJIREA ȘI ADMINISTRAREA MEDICAMENTELOR

Activitățile care sunt cerute colaboratorului domestic sunt de tip asistențial și nu au un caracter sanitar. În orice caz, trebuie să se acorde o atenție specială tipului de patologie/patologii/ a persoanei aflată în îngrijire.

Este necesar să fiți informați cu privire la:

- problemele de sănătate ale persoanei pe care o îngrijiți;
- medicamentele pe care trebuie să le ia, orele și modalitățile de administrare a acestora;
- ce trebuie să faceți dacă apar niște probleme neașteptate de sănătate;
- eventuale intoleranțe sau alergii;
- acțiunile ce trebuie propuse și cele ce trebuie evitate.

Este important ca familia să aibă grijă să dea toate informațiile necesare legate de îngrijirea persoanei dragi.

Asistentul familial - *la badante* - va trebui în primul rând să se îngrijească de:

- igiena mediului și a persoanei;
- regimul alimentar al persoanei pe care o îngrijește;
- autonomia persoanei;
- menținerea unui stil de viață sănătos;
- controlul scrupulos în folosirea medicamentelor. În acest scop, pentru a facilita respectarea orelor de administrare a medicamentelor ar putea fi utilă amenajarea unei cutii în care să fie păstrate medicamentele, împărțită în compartimente cu indicarea zilelor săptămânii și a orelor la care trebuie luate medicamentele.

Medicamentele sunt produse chimice și ca atare este important:

- să fie administrate numai cele prescrise de medic și înainte de administrarea altora să se solicite întotdeauna consimțământul medicului;
- urmăriți instrucțiunile scrise pe ambalaj și pe foaia ilustrativă;
- nu consumați și nu administrați medicamente expirate;
- țineți-le în ordine, în ambalajele originale și cu foile ilustrative pentru a evita luarea sau administrarea unui medicament greșit sau expirat;
- a se păstra pe cât posibil în dulăpioare închise cu cheie;
- a se păstra potrivit indicațiilor din foaia ilustrativă sau, oricum, într-un loc departe de surse de căldură, lumină și aer;
- aruncați medicamentele expirate și care nu au fost bine păstrate în ambalajele lor originale, din farmacii; nu le aruncați în pubelele de gunoi menajer.

Toate medicamentele pot avea efecte colaterale, este important să comunicați cu maximă urgență medicului sau membrilor familiei persoanei asistate orice efect neașteptat sau neobișnuit provocat de medicamentele ce-i sunt administrate.



## CUM INTERVENIȚI ÎN SITUAȚIILE DE URGENȚĂ

Este îndeobște bine să existe în casă un dulăpior pentru primul ajutor, în care să existe cel puțin un dezinfectant, vată, pansament, bandaje și leocoplasturi.

Pentru situații de urgență mai grave, chemați 118 specificând: numărul de telefon de la care sunați, locul în care a avut loc accidentul, condițiile persoanei căreia i s-a făcut rău și dacă există o situație de pericol (foc, gaz, etc.).

Iată ce trebuie să faceți în unele situații de urgență frecvente în mediul casnic:

**ESCORIAȚII ȘI RĂNI:** spălați-vă pe mâini, purtați mănuși dacă sunt disponibile, spălați rana cu apă și săpun, dezinfectați-o și acoperiți-o cu un leucoplast sau cu o față sterilă. Dacă sângerează prea tare (hemoragie) apăsați puternic pe rană cu un pansament steril sau cu o bucată de pânză curată, de preferat udă, timp de cel puțin 3 minute fără întreruperi.

**EPISTAXISUL (hemoragie nazală):**

Spălați-vă pe mâini, puneți-vă mănuși dacă le aveți la dispoziție, apăsați baza nasului cu o batistă umezită în apă rece timp de 3 minute fără întreruperi, puneți persoana respectivă să scuie dacă sângele a ajuns în gură.

**FRACTURĂ:** nu deplasați persoana și încercați să chemați 118 pentru a o duce la spital.

**CONTUZIE:** curățați și spălați partea cu contuzie, aplicați punga cu gheață. În caz de contuzie craniană dacă persoana este confuză și spune lucruri fără sens chemați numaidecât după ajutor medical.

**LUXAȚIE:** țineți în poziție de repaus partea corpului vătămată și aplicați punga cu gheață timp de câteva minute. Dacă durerea este prea puternică și există suspiciunea de fractură nu mișcați persoana și chemați imediat 118.

**ARSURĂ:** clătiți cu apă rece din abundență, curățați cu apă și săpun, acoperiți cu un pansament steril sau cu o bucată de pânză curată, dacă sau format vezici, nu le găuriți pentru a se evita infectările. Dacă arsurile sunt pe zone acoperite ale corpului, nu descheiați hainele. Dacă pielea arsă este pe o porțiune întinsă sau înegrită trebuie să chemați numaidecât 118.

**INSOLAȚIE DIN CAUZA CĂLDURII SAU A SOARELUI:** întindeți persoana într-un loc răcoros, dezbrăcați-o, ridicați-i picioarele, răciți corpul cu bucăți de pânză înmuiate în apă rece.

**OTRĂVIRE:** clătiți gura, nu provocați vomă. Dacă persoana începe să vomite țineți-i capul aplecat înainte (sau aplicat într-o parte dacă este în poziție culcată) pentru a evita să se sufocă. Chemați 118.

**ÎNȚEPĂTURĂ DE VIESPE:** spălați partea respectivă, dezinfectați-o dacă este posibil cu apă oxigenată, puneți gheață pe rană și un unguent cu antibiotic. Dacă se manifestă dificultăți respiratorii sau o pierdere a cunoștinței chemați 118.

**“CORP STRĂIN” în ochi:** controlați ochiul, nu-l frecați, spălați ochiul și îndepărtați corpul străin. Dacă nu puteți scoate corpul străin, transportați imediat persoana la spital.

**ELECTROCUTARE:** opriți întrerupătorul general. De obicei în aceste cazuri intră în funcțiune automat întrerupătorul *salvavita* (salvează viața) care întrerupe curentul. Este foarte periculos să atingeți o persoană aflată în contact cu o sursă de electricitate: folosiți un baston din lemn



sau plastic pentru a îndepărta persoana de la sursa de electricitate și chemați 118. Îndepărtați persoana de la fire, spălați și acoperiți părțile arse.

**EPILEPSIA:** întindeți pe jos persoana pe o parte, țineți-i capul de părți pentru a evita să se lovească în ceva, puneți-i în gură o batistă pentru ca să nu-și muște limba.

**LEȘIN:** așezați persoana în poziție culcat, descheiați-i centura și gulerul și ridicați-i picioarele la 30-40 de grade de la pământ, aerisiți încăperea și dacă îi este frig acoperiți-o cu o pătură. Nu o sprijiniți în picioare, nu îi dați să bea dacă și-a pierdut simțurile.

**SUFOCARE:** îndemnați-o să tușească (tusea poate ușura expulzarea corpului străin), nu încercați îndepărtarea acestuia introducând degetul în gât, controlați-i gura, aplecați-o în față, loviți-i spatele cu mâinile dacă respiră cu greutate, transportați-o imediat la spital.

**MANEVRA LUI HEIMLICH:** Această manevră trebuie efectuată imediat în caz de sufocare prin înghițirea unui aliment sau a unui corp străin pentru a înlătura obstacolul și a salva o viață:

1. Așezați-vă în spatele persoanei care se sufocă;
2. Apucați-o cu brațele de subsuori și după ce i-ați îmbrățișat toracele poziționați mâinile în zona situată la jumătate între ombelic și extremitatea inferioară a sternului;
3. Poziționați mâinile în așa fel încât una să o strângă pe cealaltă cu palma strânsă în formă de pumn cu degetul mare în interiorul pumnului;
4. Cu ambele mâini exercitați o compresie prin mișcări bruște de jos în sus în așa fel încât să comprimați partea superioară a abdomenului și împingeți în partea de sus a diafragmei;
5. Repetați de 5 ori, apoi faceți o pauză și reluați: în general după 3 manevre corpul străin este expulzat.





## ASPECTE DE RELAȚIONARE ȘI DE COMUNICARE

Schimbările cele mai semnificative care intervin când o persoană nouă intră într-o familie se referă cu prevalență la sfera relaționării și a aspectelor comportamentale.

Diferențele culturale, de vârstă, de înțelegere și de comunicare lingvistică sunt elementele care pot să creeze dificultăți la introducerea în familie a colaboratorului domestic. Un raport pozitiv se bazează pe aspecte importante, precum împărtășirea în comun a normelor comportamentale, a emoțiilor și a înclinației la ascultare; toate acestea sunt elemente utile pentru a se ajunge la o comunicare eficientă și a evita înțelegerea greșită. Comunicarea poate avea loc nu numai prin mesaje verbale, ci și prin alte modalități.

În unele cazuri, e mult mai ușor să-ți exprimi apropierea și să transmiți liniște și încredere printr-o comunicare neverbală, de exemplu prin expresia feței, cu postura corpului, prin gesturi, sau paraverbală, ca de exemplu prin tonul de voce, etc.

Intrarea într-o familie implică din partea colaboratorului sau a badantei o prudență deosebită și multă delicatete, o atitudine primitoare, un comportament respectuos și mai ales capacitatea de a asculta. E foarte important pentru cine desfășoară această activitate să cunoască cât mai multe lucruri privind istoria și obiceiurile familiei respective.

Deși colaboratorul sau badanta au datoria de a se adecva la necesitățile de asistență, după modalitățile și formele considerate de familie ca fiind cele mai oportune, este necesar ca și acestea la rândul lor, să-și exprime propriile necesități personale.

De aceea se recomandă stabilirea în mod clar a programului de lucru, a atribuțiilor și a zilelor de odihnă, pentru a înlesni o atmosferă adecvată de lucru, și mai ales o organizare satisfăcătoare a acestuia.

Instaurarea unei relații de acest gen implică o atitudine de încredere și de respect reciproc care cu timpul se poate consolida și ameliora.



## STRESUL

Când solicitările și presiunea la lucru devin excesive, pot să provoace stres psihic. O perioadă îndelungată de stres intens poate cauza probleme mentale și fizice precum depresia, epuizarea nervoasă și tulburări cardiace.

Să analizăm împreună cum se prezintă stresul. Va trebui să bifezi în **Tabelul 1** simptomele pe care le recunoști ca apariție în momentele tale de dificultate, descoperind în ce fel corpul și mintea ta reacționează la stres.

### **W jakich sytuacjach może pojawić się stres?**

- neînțelegeri cu persoana asistată, de multe ori din cauza diferențelor de vârstă, de limbă, de obiceiuri, de cultură;
- dificultăți în relațiile cu familia celui asistat;
- necesitatea unor capacități organizatorice dincolo de propriile posibilități, a promptitudinii de decizie, a asumării de responsabilități;
- numărul de ore de lucru în exces, absența perioadelor de odihnă corespunzătoare;
- necesitatea unei atenții constante către persoana asistată;
- necesitatea unei sarcini emotive în activitatea de lucru, în afara angajării fizice.
- desfășurarea unei activități de muncă diferite de cea dorită sau de cea pentru care există o pregătire profesională;
- depărtarea colf/badante de persoanele dragi și de țara de origine.

### **PREVENIREA: ce se poate face pentru a reduce stresul?**

- dedicarea de mai mult timp pentru dialogul și pentru ascultarea persoanelor de care ne ocupăm, ne permite de multe ori, prin îmbunătățirea cunoașterii limbii, a obiceiurilor și a diferențelor culturale să depășim neînțelegeri care pot deveni sursă de stres;
- să ne preocupăm nu numai de bunăstarea celui îngrijit, ci și de propria noastră bunăstare, să comunicăm în exterior situațiile dificile și să reducem renunțările la un nivel minim;
- să ne asigurăm perioade de odihnă în care să ne ocupăm cu ceva care ne place cu adevărat și care ne destinde;
- să ne bucurăm de lucrurile mărunte: o mâncare preferată, admirarea un peisaj, vizionarea unui film, ascultare de muzică;
- să facem ca munca noastră să devină interesantă și stimulantă: fixându-ne obiective și trăind micile progrese ale celui asistat precum victorii care ne recompensează și pe noi;
- să nu facem abuz de calmante și de tranchilizante;
- să nu gândim că trebuie să atingem perfecțiunea în orice situație;
- să nu gândim că avem datoria să satisfacem întotdeauna dorințele altora.



TABELUL 1

• Ból głowy	<input type="checkbox"/>
• Dureri de cap	<input type="checkbox"/>
• Oboseală	<input type="checkbox"/>
• Tulburări cardio-respiratorii	<input type="checkbox"/>
• Constipație sau diaree	<input type="checkbox"/>
• Nervozism	<input type="checkbox"/>
• Tulburări ale aparatului digestiv (gastrită, ulcer, probleme de digestie, etc.)	<input type="checkbox"/>
• Tulburări dermatologice (iritații ale pielii, urticarie)	<input type="checkbox"/>
• Transpirație excesivă	<input type="checkbox"/>
• Creșterea sau reducerea poftei de mâncare	<input type="checkbox"/>
• Somn tulburat, insomnie, coșmaruri	<input type="checkbox"/>
• Slăbiciuni ale sistemului imunitar (facilitate de a contracta boli)	<input type="checkbox"/>
• Creștere/reducere de greutate	<input type="checkbox"/>
• Ticuri nervoase	<input type="checkbox"/>
• Dificultate de concentrare	<input type="checkbox"/>
• Dificultate de a-și aminti lucrurile	<input type="checkbox"/>
• Iritabilitate	<input type="checkbox"/>
• Anxietate	<input type="checkbox"/>
• Considerație și încredere în sine redusă	<input type="checkbox"/>
• Indecizie	<input type="checkbox"/>
• Pierdere de entuziasm	<input type="checkbox"/>
• Dificultate în gestionarea situațiilor, chiar și cele simple	<input type="checkbox"/>
• Detașare afectivă	<input type="checkbox"/>
• Tristețe	<input type="checkbox"/>
• Tendința de a se izola	<input type="checkbox"/>
• Tendința de a-și neglija aspectul fizic * Apatie față de persoane și lucruri	<input type="checkbox"/>



## PRZYDATNE NUMERY

### NUMERE UTILE

112 – Carabinieri/Karabinierzy

113 – Polizia di Stato/Politiã

115 – Vigili del Fuoco/Pompierii

118 – Emergenza sanitaria – Croce Rossa Italiana/ Urgenãa sanitarã

### ISTITUTII SANITARE LOCALE

<http://www.salute.gov.it/servizioSanitarioNazionale/regioneHome.jsp?menu=indirizzi&sottomenu=asl>

#### ABRUZZO

*L'AQUILA* 0862 368020

#### BASILICATA

*POTENZA* 800 541212

#### CALABRIA

*CATANZARO* 0961 741963 – 0961 703479

#### CAMPANIA

*NAPOLI 1* 80088888 – 081 2544414 – 081 2544452

*NAPOLI 2* 081 8891781

*NAPOLI 3* 081 8891407 – 081 3173059

#### EMILIA ROMAGNA

*BOLOGNA* Numãr verde gratuit regional 800 033033

#### FRIULI VENEZIA GIULIA

*TRIESTE* 800 991170 – 040 3997177

#### LAZIO

*ROMA A* 0677302436 – 0677307215 – 0677302439

*ROMA B* 0641433014

*ROMA C* 06 51004552 – 51004555 – 06 51004534 – 06 51004545

*ROMA D* 800 018972

*Distretto I* 06 56483802-05

*Distretto II* 06 56483920

*Distretto III* 06 58882220

*Distretto IV* 06 588821220

*Spitalul Grassi* 06 56482331

*ROMA E* 0668352553

*ROMA F* 0766 591705

*ROMA G* 06 95322820

*ROMA H* 800 489984 – 06 93273926

#### LIGURIA

*GENOVA* 0103447582 – 3447581

#### LOMBARDIA

*MILANO*

*Distretto/District 1* 02/85788100



**Distretto 2** 02/85788200  
**Distretto 3** 02/85788300  
**Distretto 4** 02/85788400  
**Distretto 5** 02/85788500  
**Distretto 6** 02/85783906  
**Distretto 6 Sesto San Giovanni** 02/85784067  
**Distretto 6 Cologno Monzese** 02/85783906  
**Distretto 7** 02/85783352

#### **MARCHE**

**ANCONA** 800645333 - 0718705542 - 0718705543

#### **MOLISE**

**CAMPOBASSO** 0874 409771 - 0874 409772

#### **PIEMONTE**

**TORINO 1** 011 5662266 - 011 70952409  
**TORINO 2** 011 4393843 - 011 2402415  
**TORINO 3** 011 4017271 - 4017058 - 0121 373601  
**TORINO 4** 0119217449 - 0119176504 - 0119176323  
**TORINO 5** 848 870960

#### **TRENTINO ALTO ADIGE**

**TRENTO** 848 816816  
**PROVINCIA AUTONOMĂ BOLZANO** 0471 457457

#### **PUGLIA**

**Numero verde regionale** 800 955155  
**BARI 1** 0883 577610 - 0883 577650  
**BARI 2** 800 713939 - 080 3357653  
**BARI 3** 800 019467 - 080 3108678  
**BARI 4** 080 5844091  
**BARI 5** 080 4050532

#### **SARDEGNA**

**CAGLIARI** 070 6093313 - 6093320

#### **SICILIA**

**PALERMO** 091 7032068

#### **TOSCANA**

**FIRENZE** 840 003003

#### **UMBRIA**

**PERUGIA** 075 5412094 - 075 5412067 - 075 5412036

#### **VALLE D'AOSTA**

**AOSTA** 0165 544418 - 0165 5444688

#### **VENETO**

**VENETIA** 041 5294588  
**Mestre** 041 9658885 - 041 9658886 - 041 9658887



## **INAIL**

Numărul gratuit **803164** (contact center unificat INAIL-INPS) răspunde la solicitări de informații privind aspecte legislative, de procedură și situații personale.

Activ de luni până vineri de la orele 8.00 la orele 20.00

Sâmbătă și zilele prefestive de la orele 8.00 la orele 14.00.

**Numărul verde 800810810** furnizează servicii de ascultare, de orientare, de informare și de consultare pe teme de dizabilități.

Activ de luni până vineri de la orele 9.00 la orele 19.00

Sâmbătă de la 9,00 la 13,00.

Apelul e gratuit din toată Italia (sunt excluse telefoanele mobile).

**È posibilă apelarea Contact Center și din străinătate, fără a beneficia de gratuitate, utilizând numărul telefonic 0039 6 57177077.**

## **LISTA SEDIILOR TERITORIALE INAIL**

[http://www.inail.it/Portale/appmanager/portale/desktop?\\_nfpb=true&\\_pageLabel=PAGE\\_SICUREZZA&nextPage=Finanziamenti\\_alle\\_imprese/incentivi/bando2006/info-634486820.jsp](http://www.inail.it/Portale/appmanager/portale/desktop?_nfpb=true&_pageLabel=PAGE_SICUREZZA&nextPage=Finanziamenti_alle_imprese/incentivi/bando2006/info-634486820.jsp)

### **PIEMONTE**

Torino Nord Via B. Ramazzini 26 - 10154 Tel. 011 55931

Torino Centro Corso G. Ferraris 1 - 10121 Tel. 011 55931

Torino Sud Corso Orbassano 366 - 10137 Tel. 011 55931

### **VALLE D'AOSTA**

Aosta Corso Padre Lorenzo 18 - 11100 Tel. 0165 277411

### **LOMBARDIA**

Milano Sabaudia Via Sabaudia n. 3 - 20124 Tel. 02 62581

Milano Boncompagni Via Boncompagni 41 - 20139 Tel. 02 62581

Milano Porta Nuova Corso di Porta Nuova 19 - 20121 Tel. 02 62581

Milano Mazzini Via Mazzini, 7 - 20123 Tel. 02 62581

### **PROVINCIA BOLZANO**

Bolzano Viale Europa 31 - 39100 Tel. 0471 560211

### **TRENTINO**

Trento Via Gazzoletti 1/3 - 38100 Tel. 0461 374211

### **VENETO**

Venezia Centro Storico S. Croce 706 - 30135 Tel. 041 2729111

Venezia Terraferma Via Della Pila n. 51 - 30175 Tel. 041 2573211

### **FRIULI VENEZIA GIULIA**

Trieste Via Teatro Romano 18/20 - 34121 Tel. 040 6729222

### **LIGURIA**

Genova Via G. D'annunzio 76 - 16121 Tel. 010 54631

### **EMILIA ROMAGNA**

Bologna Via A. Gramsci 4 - 40121 Tel. 051 6095111



## **TOSCANA**

Firenze Via delle Porte Nuove 61 – 50144 Tel. 055 32051

## **MARCHE**

Ancona Piazza S. Maria 5 – 60124 Tel. 071 2273111

## **UMBRIA**

Perugia Via G. Battista Pontani 12 – 06100 Tel. 075 50151

## **LAZIO**

Roma Centro Piazza 5 Giornate 3 – 00192 Tel. 06 36431

Roma Aurelio Via Enrico de Osso 16/18 – 00166 Tel. 06 36437842

Roma Tuscolano Via M. De Marco 20 – 00169 Tel. 06 36431

Roma Nomentano Via D. Fabbri 74 – 00137 Tel. 06 36431

Roma Laurentino Via S. Gradi 55/57 – 00143 Tel. 06 36437999

## **ABRUZZO**

L'Aquila Via F. Filomusi Guelfi – 67100 Tel. 0862 6661

## **MOLISE**

Campobasso Via Garibaldi 2/c 86100 Tel. 0874 47621

## **CAMPANIA**

Napoli Via Nuova Poggioreale – 80143 Tel. 081 7784111

Napoli Nola Via Nuova Poggioreale – 80143 Napoli Tel. 081 7784111

## **PUGLIA**

Bari Corso Trieste 29 – 70126 Tel. 080 5436111

## **BASILICATA**

Potenza V.le G. Marconi – Rampa Pascoli – 85100 Tel. 0971 606111

## **CALABRIA**

Reggio Calabria Corso Garibaldi 635 – 89100 Tel. 0965 363111

## **SICILIA**

Palermo Del Fante V.le Del Fante 58 Torre b – 90100 Tel. 091 6705111

Palermo Titone Via M. Titone 23 – 90100 Tel. 091 6705111

## **SARDEGNA**

Cagliari Via Sonnino 96 – 09127 Tel. 070 60521

## **SITOGRAFIE**

Portaluri pentru îndrumarea imigranților

[www.portaleimmigrazione.it](http://www.portaleimmigrazione.it)

[www.immigrazione.biz/index.php](http://www.immigrazione.biz/index.php)

[www.stranieriinitalia.it](http://www.stranieriinitalia.it)

[www.migrare.it](http://www.migrare.it)

Portal specific pentru menajere și îngrijitoare

[www.unsicolf.it](http://www.unsicolf.it)



### **Asociații**

[www.acli.it](http://www.acli.it) (Acli - Asociații Creștine Lucrători Italiani)  
[www.aduc.it/dyn/immigrazione](http://www.aduc.it/dyn/immigrazione) (Aduc, asociație)  
[www.anolf.it](http://www.anolf.it) (Anolf - Asociație Națională "Peste frontiere")  
[www.caritas.it](http://www.caritas.it) (Caritas)  
[www.santegidio.org](http://www.santegidio.org)  
[www.centroastalli.it](http://www.centroastalli.it) (Centrul Astalli - Jesuit Refugee Service)  
[www.cir-onlus.it](http://www.cir-onlus.it) (Cir - Consiliul italian pentru refugiați)  
[www.assindatcolf.it/public/](http://www.assindatcolf.it/public/)  
[www.unsicolf.it](http://www.unsicolf.it)  
[www.webcolf.com](http://www.webcolf.com)  
[www.fondazioneLABOS.org/](http://www.fondazioneLABOS.org/)  
[www.api-colf.it](http://www.api-colf.it)

### **Asociații ale angajatorilor**

[www.inca.it](http://www.inca.it) (Inca Cgil)  
[www.inas.it](http://www.inas.it) (Inas Cisl)  
[www.ital-uil.it](http://www.ital-uil.it) (Ital Uil)  
[www.cafuil.it/servizi/colf\\_badanti/indice.asp](http://www.cafuil.it/servizi/colf_badanti/indice.asp)  
[www.patronato.acli.it](http://www.patronato.acli.it) (Asociația angajatorilor Acli)

### **Sindicate**

[www.cisl.it](http://www.cisl.it)  
[www.cgil.it/immigrazione/index.shtml](http://www.cgil.it/immigrazione/index.shtml)  
[www.uil.it/immigrazione](http://www.uil.it/immigrazione)

### **Situri instituționale**

[www.inail.it](http://www.inail.it)  
[www.inps.it](http://www.inps.it)  
[www.lavoro.gov.it/Lavoro](http://www.lavoro.gov.it/Lavoro)  
[www.comune.roma.it](http://www.comune.roma.it)  
[www.interno.it](http://www.interno.it)  
[www.esteri.it](http://www.esteri.it) (Ministerul de Externe)  
[www.permessidisoggiorno.anci.it](http://www.permessidisoggiorno.anci.it) (Anci - Permise de ședere)  
[www.salute.gov.it](http://www.salute.gov.it)



## GLOSAR

**ABRAZIUNE:** extirpare parțială a pielii

**AGENȚI BIOLOGICI SAU MICROORGANISME:** orice microb care ar putea provoca infecții, alergii sau intoxicații

**APATIE:** stare de indiferență față de lumea înconjurătoare caracterizată de lipsă de sentimente și de voință de a acționa

**CANCERIGEN:** substanță care poate cauza cancer

**COMBURENT:** substanță care în contact cu substanțe infamabile provoacă un incendiu

**CONDUCTOR:** obiect prin care se propagă căldura, electricitatea, etc..

**COROZIV:** substanță care, la atingere, cauzează distrugerea pielii, etc..

**CURE HIDROTERMALE CU NĂMOL:** cure care utilizează apele termale și derivatele sale (nămol, vapori)

**INTERNARE:** perioadă petrecută de un pacient în spital sau acasă pe caz de boală.

**DETERGENTI:** produse utilizate pentru curățenie

**DIAPHRAGMA:** mușchi al respirației situat între torace și abdomen

**DEZINFECTANȚI:** produse în măsură să ucidă cea mai mare parte a microorganismelor precum bacterii, virus, ecc.

**DISTORSIUNE:** leziune a ligamentelor unei articulații.

**FULGERARE:** denumită și curentare electrică, este reacția corpului uman la curentul electric.

**CIUPERCI MICROSCOPICE:** microorganism care provoacă infecții denumite micoze.

**IMPERMEABILIZANȚI:** substanță care face ca o suprafață să devină rezistentă la apă.

**AJUTOR DE ȘOMAJ:** despăgubire economică ce revine lucrătorului asigurat \*de cel puțin doi ani) din cauza șomajului involuntar, care a fost concediat. Indemnizația se acordă și în urma demisiei pentru o cauză justă (lipsa retribuiției, molestare sexuală, schimbări în sarcinile de lucru, mobbing)

**INDEMNIZAȚIE ZILNICĂ PENTRU DISABILITĂTE TEMPORARA ABSOLUTA:** despăgubire economică dată lucrătorului în cazul în care un accident de muncă sau o boală profesională i-a cauzat imposibilitatea de a desfășura activitate de muncă timp de peste trei zile.

**INFECȚIE CU TETANOS:** boală infectivă, cunoscută ca Tetanos, care poate fi contractată prin tăieturi sau răni

**INSECTICIZI:** substanțe utilizate pentru a îndepărta sau a ucide diferite insecte.

**DISABILITATE/INVALIDITĂTE:** imposibilitatea de a desfășura o activitate din cauză de boală.

**IRITANT:** substanță care, la contactul prelungit sau repetat cu pielea sau cu mucoasele, poate provoca o acțiune inflamatorie.



**LICHIDARE:** acordarea unei sume bănești (de ex. la încheierea unei activități de lucru)

**MIȘCARE MANUALĂ DE SARCINI:** achiunea de a duce/ridica/împinge persoane sau obiecte grele

**MUCEGAI:** ciuperci microscopice de culoare verzuie sau alburie, care se pot forma pe alimentele în descompunere

**MUTAGENE:** substanță care cauzează deficiențe care se pot transmite la urmași

**NOCIV:** substanță care, în caz de inhalare, ingerare sau absorbire cutanată, poate provoca moartea sau daune grave

**OXIDANT:** vezi comburent

**PENSIE DE DISABILITĂTE:** alocație bănească pentru lucrătorii care sunt în imposibilitate permanentă de a desfășura orice activitate de lucru din cauza unei infirmități sau deficiențe fizică sau mentală.

**POZIȚIE DE ASIGURARE:** recapitularea contribuțiilor vărsate de angajatorul pentru care s-a prestat serviciu; se referă la datele: calificarea lucrătorului, indicarea angajatorului, numărul de zile cu vărsăminte pt. fiecare perioadă de lucru și retribuiția zilnică.

**POSTURA:** poziție a corpului

**PROGNOZĂ:** previziuni privind decursul și finalul unei boli

**PROTEZE ȘI PREZIDII ORTOPEDICE:** plantare, pantofi ortopedici pe măsură, proteze la picioare

**ALOCAȚIE PENTRU DISABILITĂTE PERMANENTA:** alocație care îi revine lucrătorului asigurat cu un grad de dizabilitate de peste 10%

**REVERSIBILITĂTE:** tratament economic care, în momentul morții unui lucrător, se acordă membrilor familiei acestuia (de ex. soțului, soției sau fiilor), care îndeplinesc anumite condiții

**DEFUNZĂTORI:** produse utilizate pentru eliminarea conductelor înfundate (de ex. chiuvete)

**SODA CAUSTICA :** hidroxid de sodiu, substanță foarte corozivă

**SOLVENTI:** în mod normal lichide, adesea toxice, care dizolvă alte substanțe

**SUBSTANTE CAUSTICE:** substanțe care la contactul cu țesuturile (ex. pielea) provoacă o acțiune distructivă (es. ustionare)

**USTIONARE:** leziune a țesuturilor (cute, mucoase) cauzată de expunerea țesutului la temperaturi foarte ridicate, sau la contactul cu substanțe chimice (causticare) sau la surse de curent electric

**DECOLORANT:** produs pe bază de hipoclorit de sodiu utilizat pentru albirea și igienizarea rufelor sau încăperilor.













