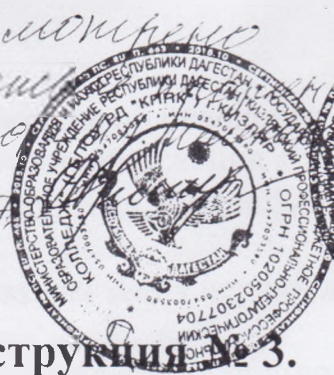


Согласовано  
с профсоюзным комитетом  
председатель профкома  
Кувашова В.И.

*Пересмотрено  
сроком действия  
зам. директора*



## Инструкция № 3.

### по охране труда для административно-управленческого персонала, специалистов и младшего обслуживающего персонала

#### 1. Общие требования безопасности.

- 1.1. Настоящая инструкция разработана для административно-управленческого персонала, специалистов, инженерно-технического персонала и младшего обслуживающего персонала.
- 1.2. Работник допускается к самостоятельной работе после прохождения:
  - вводного инструктажа, проведённого инженером по охране труда;
  - первичного инструктажа на рабочем месте, проведённого руководителем структурного подразделения;
  - обучения безопасным методам работы в течении 1-2-дней (смены).
- 1.3. Проверка знаний настоящей инструкции для работников производится 1 раз в 6 мес.
- 1.4. Работник обязан выполнять должностные обязанности, работать по заданию руководителя, соблюдать трудовую дисциплину. Своевременно и точно выполнять распоряжения администрации, требования по охране труда, бережно относиться к имуществу.
- 1.5. Работник должен выполнять свои обязанности в рабочее время согласно режиму работы.
- 1.6. При эксплуатации персонального компьютера на работника могут оказывать действие следующие вредные производственные факторы:
  - повышенные уровни электромагнитного излучения;
  - пониженная или повышенная подвижность воздуха рабочей зоны;
  - повышенный или пониженный уровень освещённости;
  - повышенная яркость светового изображения;
  - напряжение зрения, внимания, длительные статистические нагрузки.
- 1.7. Работник, эксплуатирующий электрооборудование при выполнении трудовых обязанностей должен знать:
  - основные меры предосторожности по охране труда, соблюдать организационно-технические меры при выполнении работ (знание настоящей инструкции; исправность питающей линии подключения – перегибы, оголённые участки; применение основных и дополнительных средств защиты);

- иметь отчётливое представление об опасности поражения электрическим током и опасности приближения к токоведущим частям (опасное напряжение, опасная сила тока, классификация помещения по электробезопасности);

- иметь практические навыки оказания первой доврачебной помощи пострадавшим от электротока.

1.8. Средствами индивидуальной защиты пользователя персонального компьютера является индивидуальный экран или встроенный экран монитора.

1.9. За нарушение требований настоящей инструкции работник несёт ответственность в соответствии с действующим трудовым, уголовным и административным законодательством.

## **2. Требования безопасности перед началом работы**

2.1. Осмотреть и привести в порядок рабочее место.

2.2. Отрегулировать освещённость на рабочем месте, убедиться в достаточности освещённости, отсутствии отражений на экране.

2.3. Проверить исправность токопроводящих проводов и отсутствие оголённых участков проводов.

2.4. Убедиться в наличии защитного заземления.

2.5. Протереть салфеткой поверхность экрана и защитного фильтра.

2.6. Убедиться в отсутствии дискетов в дисководов процессора персонального компьютера.

2.7. Проверить правильность установки стула, подставки для ног, угла наклона экрана, положение клавиатуры, положение «мыши» на специальном коврик, при необходимости провести регулировку рабочего стола и кресла, а также расположение элементов компьютера в соответствии с требованиями эргономики и в целях исключения неудобных поз и длительных напряжений тела.

2.8. Запрещено работать лицам, не имеющим допуска к работе с персональным компьютером.

2.9. Производить включение электрооборудования в сеть путём вставки исправной вилки в исправную специальную розетку для ПК.

2.10. При включении убедитесь, что включение электрооборудования никого не подвергает опасности.

## **3. Требования безопасности во время работы**

3.1. Необходимо выполнять ту работу, которая определена должностной инструкцией, была поручена, и по которой работник был проинструктирован.

3.2. В течение всего рабочего времени содержать в порядке и чистоте рабочее место.

3.3. При необходимости прекращения работы на некоторое время корректно закрыть все активные задачи.

- 3.4. Выполнять санитарные нормы и соблюдать режимы работы и отдыха.
- 3.5. Соблюдать правила эксплуатации электрооборудования или другого оборудования в соответствии с инструкциями по эксплуатации.
- 3.6. При работе с текстовой информацией выбирать наиболее физиологичный режим представления чёрных символов на белом фоне.
- 3.7. Соблюдать установленные режимы рабочего времени, регламентированные перерывы в работе.
- 3.8. Продолжительность непрерывной работы с ПЭВМ без регламентированного перерыва не должна превышать 2 часов.
- 3.9. Во время регламентированных перерывов с целью снижения нервно-эмоционального напряжения, утомления зрительного анализатора, устранения влияния гиподинамии целесообразно выполнять комплексы упражнений для глаз, плечевого пояса, рук, туловища.
- 3.10. При работе с персональным компьютером запрещается приступать к работе:
  - при отсутствии специальной вилки с подключением заземления;
  - при обнаружении неисправности оборудования;
  - при размещении персональных компьютеров в ряд на расстоянии менее 1,2 м, при расположении рабочих мест с компьютерами в колонку на расстоянии менее 2 м, при рядном расположении дисплеев экранами друг к другу.
- 3.11. Не пользоваться неисправным оборудованием. Приступить к работе после устранения нарушений в работе или неисправностей оборудования.
- 3.12. Монтаж и ремонт электрооборудования производит только электротехнический персонал.
- 3.13. Запрещено оставлять без присмотра включенное электрооборудование.

#### **4. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

- 4.1. Во всех случаях обнаружения обрыва проводов питания, неисправности заземления и других повреждений электрооборудования, при появлении гари немедленно отключить питание и сообщить об аварийной ситуации руководителю и дежурному электрослесарю,
- 4.2. При любых случаях сбоя в работе технического оборудования или программного обеспечения немедленно вызвать представителя отдела информационных технологий.
- 4.3. Не приступать к работе на ПК до устранения неисправности
- 4.4. В случаях появления рези в глазах, резком ухудшении видимости – невозможности сфокусировать взгляд или навести его на резкость, появления боли в пальцах и костях рук, усилении сердцебиения немедленно покинуть рабочее место, сообщить руководителю.

4.5. При обнаружении человека, попавшего под напряжение, немедленно отключить электропитание и освободить его от действия электрического тока, оказать первую доврачебную помощь и вызвать скорую медицинскую помощь по телефону 03.

4.6. При обнаружении возгорания прекратить работу, отключить от сети электрооборудование, оповестить окружающих сотрудников, без паники выйти из здания, сообщить администрации, вызвать пожарную команду по телефону 01, по возможности быстро приступить к тушению пожара имеющимися средствами пожаротушения.

## **5. Требования безопасности после окончания работы**

Работник обязан соблюдать следующую последовательность выключения ПК.

5.10. Произвести закрытие всех активных задач.

5.11. Выполнять парковку считывающей головки жёсткого диска (если не предусмотрена автоматическая парковка головки).

5.12. Убедиться, что в дисководов нет дискет.

5.13. Выключить питание системного блока.

5.14. Выключить питание всех периферийных устройств.

5.15. Отключить блок питания.

5.16. После окончания работы необходимо привести в порядок рабочее место.

5.17. По окончании работы или при длительных перерывах (более одного часа) уходя с работы вынуть исправную вилку из исправной розетки.

*инженер по ОТ Кут*