



АДМИНИСТРАЦИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ТБИЛИССКИЙ РАЙОН

РАСПОРЯЖЕНИЕ

от 05.03.2024

ст-ца Тбилисская

№ 23-Р

Об утверждении инструкции по охране труда
при работе на персональном компьютере
и копировально-множительной технике для
сотрудников администрации муниципального
образования Тбилисский район

В соответствии с требованиями статьи 214 Трудового кодекса Российской Федерации, приказа Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 29 октября 2021 г. № 772н «Об утверждении основных требований к порядку разработки и содержанию правил и инструкций по охране труда, разрабатываемых работодателем», руководствуясь статьями 31, 60, 66 Устава муниципального образования Тбилисский район:

1. Утвердить инструкцию по охране труда при работе на персональном компьютере и копировально-множительной технике для сотрудников администрации муниципального образования Тбилисский район (приложение).

2. Отделу информатизации организационно-правового управления администрации муниципального образования Тбилисский район (Свиридов Д.И.) разместить настоящее распоряжение на официальном сайте администрации муниципального образования Тбилисский район в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

3. Контроль за выполнением настоящего распоряжения оставляю за собой.

4. Распоряжение вступает в силу со дня его подписания.

Глава муниципального образования
Тбилисский район



Б.Г. Ильин

Приложение

УТВЕРЖДЕНА
распоряжением администрации
муниципального образования
Тбилисский район
от 05.03.2024 № 23-Р

ИНСТРУКЦИЯ № ____
по охране труда при работе на персональном
компьютере и копировально-множительной технике
для сотрудников администрации
муниципального образования Тбилисский район

1. Общие требования охраны труда

1.1. К работе на персональном компьютере и с копировально-множительной техникой (далее – компьютерная техника) допускаются лица не моложе 18 лет, прошедшие вводный инструктаж по охране труда, не имеющие противопоказаний к данному виду работы.

1.2. При эксплуатации компьютерной техники на работника могут оказывать действие следующие опасные и вредные производственные факторы:

- электрический ток;
- острые кромки и заусенцы поверхностей оборудования, предметов, инструментов, приспособлений;
- физические перегрузки при рабочей позе;
- перенапряжение зрительного анализатора;
- психические нагрузки, стрессы;
- негативное воздействие системы искусственного освещения, связанной с недостаточной освещенностью;
- электромагнитные поля, создаваемые компьютерной техникой;
- электростатическое поле;
- прямая блёсткость;
- отраженная блёсткость;
- пульсация.

1.3. Работник обязан:
соблюдать правила внутреннего трудового распорядка, установленные в администрации муниципального образования Тбилисский район (далее - организация);

выполнять только ту работу, которая определена его должностной инструкцией;

соблюдать режим труда и отдыха установленный для работника;
 рационально организовывать рабочее время;
 содержать в чистоте и порядке рабочее место;
 соблюдать требования настоящей инструкции, инструкций по электробезопасности и пожарной безопасности, правила личной гигиены и эпидемиологические нормы;

соблюдать правила охраны труда необходимые для обеспечения защиты от воздействия опасных и вредных производственных факторов, которые могут воздействовать на работника в процессе работы, а также от профессиональных рисков и опасностей;

не допускать нарушений требований безопасности и охраны труда;
 использовать компьютерную технику строго в соответствии с инструкцией завода-изготовителя;

хранить и принимать пищу только в установленных и специально оборудованных местах;

при необходимости использовать специальную одежду, специальную обувь и другие средства индивидуальной защиты;

немедленно сообщать непосредственному или вышестоящему руководителю о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом несчастном случае, происшедшем в организации, об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о появлении профессионального заболевания (отравления), о случаях травмирования работника;

немедленно сообщать непосредственному или вышестоящему руководителю о неисправности компьютерной техники и приспособлений используемых в работе;

знать номера телефонов для вызова экстренных служб (пожарной охраны (101), скорой медицинской помощи (103), и т. д.) и срочного информирования непосредственного и вышестоящих руководителей;

знать местоположение средств оказания доврачебной помощи, первичных средств пожаротушения, главных и запасных выходов, путей эвакуации в случае чрезвычайной ситуации;

выполнять только порученную работу и не передавать ее другим без разрешения своего руководителя;

во время работы быть внимательным, не отвлекаться и не отвлекать других, не допускать на рабочее место лиц, не имеющих отношения к работе;

принимать пищу, курить, отдыхать только в специально отведенных для этого помещениях и местах. Пить воду, только специально предназначенную для этих целей.

1.4. Рабочие места с персональными компьютерами должны размещаться таким образом, чтобы расстояние от экрана одного видеомонитора до тыла другого было не менее 2,0 м, а расстояние между боковыми поверхностями видеомониторов - не менее 1,2 м.

1.5. Рабочие места с персональными компьютерами по отношению к световым проемам должны располагаться так, чтобы естественный свет падал

сбоку, преимущественно слева.

1.6. Оконные проемы в помещениях, где используется компьютерная техника, должны быть оборудованы регулируемыми устройствами типа: жалюзи, занавесей, внешних козырьков и др.

1.7. Рабочая мебель для пользователей компьютерной техникой должна отвечать следующим требованиям:

высота рабочей поверхности стола должна регулироваться в пределах 680 - 800 мм; при отсутствии такой возможности высота рабочей поверхности стола должна составлять 725 мм;

рабочий стол должен иметь пространство для ног высотой не менее 600 мм, глубиной на уровне колен не менее 450 мм и на уровне вытянутых ног не менее 650 мм;

рабочий стул (кресло) должен быть подъемно-поворотным и регулируемым по высоте и углам наклона сиденья и спинки, а также по расстоянию спинки от переднего края сиденья;

клавиатуру следует располагать на поверхности стола на расстоянии 100 - 300 мм от края, обращенного к пользователю или на специальной, регулируемой по высоте рабочей поверхности, отделенной от основной столешницы.

1.8. За невыполнение данной Инструкции виновные лица привлекаются к ответственности согласно трудовому законодательству Российской Федерации.

Во время работы работник может испытывать высокие интеллектуальные и эмоциональные нагрузки, напряжение внимания и монотонность труда, а также обработки большого объема информации в короткий промежуток времени которые могут привести к снижению производительности труда.

2. Требования охраны труда перед началом работы

2.1. Осмотреть рабочее место, убрать все лишнее.

2.2. Отрегулировать освещение на рабочем месте, убедиться в отсутствии бликов на экране.

2.3. Проверить правильность подключения оборудования к электросети.

2.4. Проверить исправность проводов питания и отсутствие оголенных участков проводов.

2.5. Проверить правильность установки стола, стула, угла наклона экрана, положение клавиатуры, положение «мышь» на специальном коврик, при необходимости произвести 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.

2.6. Проверить наличие предупреждающих и предписывающих плакатов (знаков).

2.7. Проверить используемые материалы (бумага, документы) на целостность и отсутствие посторонних деталей и элементов на них.

2.8. При включении компьютерной техники необходимо соблюдать следующую последовательность включения оборудования:

- включить блок питания;
- включить периферийные устройства (принтер, монитор, сканер и др.);
- включить системный блок (процессор).

2.9. При необходимости осмотреть, подготовить к работе, одеть специальную одежду, специальную обувь и средства индивидуальной защиты.

2.10. Обнаруженные перед началом работы нарушения устранить собственными силами, а при невозможности сделать это самостоятельно - сообщить непосредственному или вышестоящему руководителю. До устранения неполадок к работе не приступать.

2.11. Самостоятельный ремонт и наладка оборудования, производится только при наличии соответствующей подготовки и допуска к подобным видам работ при условии соблюдения правил охраны труда.

3. Требования охраны труда во время работы

3.1. При работе на компьютерной технике запрещается:

- прикасаться к задней панели системного блока (процессора) при включенном питании;
- переключать разъемы интерфейсных кабелей периферийных устройств при включенном питании;
- допускать попадание влаги на поверхность системного блока (процессора), монитора, рабочую поверхность клавиатуры, дисководов, принтеров и других устройств;
- производить отключение питания во время выполнения активной задачи;
- загромождать верхние панели устройств бумагами и посторонними предметами;
- допускать захламленность рабочего места бумагой (чтобы исключить накопления органической пыли);
- производить самостоятельное вскрытие и ремонт оборудования;
- работать на компьютере при снятых кожухах;
- отключать оборудование от электросети (выдергивать электровилку) держа за шнур.

3.2. Во время работы на компьютерной технике необходимо:

- держат открытыми все вентиляционные отверстия устройств;
- при необходимости прекращения работы на некоторое время корректно закрыть все активные задачи;
- соблюдать расстояние от глаз до экрана в пределах 60-70 см, но не ближе 50 см.;
- при работе с текстовой информацией выбрать наиболее физиологичный режим представления черных символов на белом фоне;

3.3. Постоянно следить за исправностью компьютерной техники штепсельных вилок, розеток.

3.4. Во время перерывов с целью снижения нервно-эмоционального напряжения, утомления зрительного анализатора выполнять комплексы упражнений.

3.5. При постоянной работе экран должен находиться в центре поля обзора, документы должны располагаться слева на столе или на подпире, в одной плоскости с экраном.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. При работе компьютерной техники может появиться повышенный уровень шума, повышенное тепловыделение, появление запаха гари и дыма, возгорание используемых материалов, прекращение подачи электроэнергии, обрыва проводов питания, неисправности заземления и другие повреждения.

4.1. В аварийной ситуации необходимо немедленно отключить питание и сообщить непосредственному или вышестоящему руководителю.

4.2. При возникновении возгорания, пожара:

- незамедлительно сообщить непосредственному руководителю, а так же сотрудникам работающим рядом с Вами;
- сообщить в пожарную часть по телефону 101 или 112;
- отключить используемые в работе устройства (компьютерную технику и др.) от источника электропитания и приступить к тушению пожара имеющимися в наличии средствами пожаротушения;
- категорически запрещается подключенное к электросети оборудование заливать водой или иными жидкостями;
- в случае угрозы жизни и здоровью незамедлительно покинуть место происшествия.

4.3. При поражении электрическим током.

В первую очередь пострадавшего необходимо освободить от действия электрического тока.

При этом пользоваться предметами с изоляционным покрытием или диэлектрическими перчатками, резиновым ковриком, деревянной сухой доской и пр.

Запрещается дотрагиваться до пострадавшего, находящегося под действием электрического тока, незащищенными частями тела.

В случае восстановления самостоятельного дыхания, сердцебиения и пульса принять меры к госпитализации, вызовите бригаду скорой помощи по телефону 103 или 112.

При отсутствии у пострадавшего дыхания, сердцебиения и пульса немедленно начать непрямой массаж сердца и искусственное дыхание до прибытия врача.

4.4. При получении травм или внезапном заболевании немедленно известить своего непосредственного или вышестоящего руководителя, организовать первую доврачебную помощь и при необходимости вызвать скорую медицинскую помощь.

4.5. Приступить к работе можно только с разрешения непосредственного руководителя после устранения всех нарушений.

5. Требования охраны труда по окончании работ

5.1. Отключить питание, соблюдая следующую последовательность:
произвести закрытие всех активных задач;
убедиться, что в дисководах нет дискет (диска, USB-флеш-накопителя и пр.) и отключить все съемные устройства;
выключить питание системного блока (процессора);
выключить питание всех периферийных устройств;
отключить блок питания.

5.2. Привести в порядок рабочее место. Убрать в установленные места носители информации.

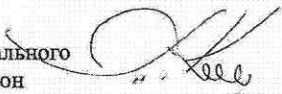
5.3. Убедиться в том, что не осталось включенных работающих устройств.

5.4. В случае использования специальной одежды, специальной обуви и средств индивидуальной защиты снять и убрать их в специально отведенное место.

5.5. Выполнить упражнения для глаз и пальцев рук на расслабление.

5.6. Сообщить своему непосредственному или вышестоящему руководителю о выявленных во время работы неполадках и неисправностях оборудования и других факторах, влияющих на безопасность труда.

Заместитель главы муниципального
образования Тбилисский район



Т.В. Кириченко