

**УО «БАРАНОВИЧСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ КОЛЛЕДЖ ЛЕГКОЙ  
ПРОМЫШЛЕННОСТИ ИМ.В.Е.ЧЕРНЫШЕВА»**

**ИНСТРУКЦИЯ № 4  
ПО ОХРАНЕ ТРУДА ПРИ РАБОТЕ С ПЕРСОНАЛЬНЫМИ  
КОМПЬЮТЕРАМИ И МНОЖИТЕЛЬНОЙ ТЕХНИКОЙ**

**г. Барановичи  
2012г.**

СОГЛАСОВАНО  
Протокол заседания  
профсоюзного комитета  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2012г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор УО «БГКЛП  
им.В.Е.Чернышева»  
\_\_\_\_\_ А.А.Лис  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2012г.

## **ИНСТРУКЦИЯ № 4 по охране труда при работе с персональными компьютерами и множительной техникой**

### Глава 1 ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА

1.К работе с персональными компьютерами (далее – ПК) и множительной техникой допускаются работники, не имеющие медицинских противопоказаний, прошедшие инструктаж по вопросам охраны труда, с группой по электробезопасности не ниже I.

2.Женщины со времени установления беременности и в период кормления грудью к выполнению всех видов работ, связанных с использованием ПК, не допускаются.

3.При работе с ПК множительной техникой на работников могут оказывать неблагоприятное воздействие следующие опасные и вредные производственные факторы:

- 3.1.повышенный уровень электромагнитных излучений;
- 3.2.повышенный уровень ионизирующих излучений;
- 3.3.повышенный уровень статического электричества;
- 3.4.повышенная напряженность электростатического поля;
- 3.5.повышенная или пониженная ионизация воздуха;
- 3.6.повышенная яркость света;
- 3.7.прямая и отраженная блескость;
- 3.8.повышенное значение напряжения в электрической цепи, замыкание которой может произойти через тело человека;
- 3.9.перенапряжение зрительного анализатора.

4.В зависимости от условий труда, в которых применяются ПК и множительная техника и характера работы на работников могут воздействовать также другие опасные и вредные производственные факторы.

5. Рабочий стол ПК с учетом характера выполняемой работы должен иметь достаточный размер для рационального размещения монитора (дисплея), клавиатуры, другого используемого оборудования и документов, поверхность, обладающую низкой отражающей способностью.

6.Клавиатура располагается на поверхности стола таким образом, чтобы пространство перед клавиатурой было достаточным для опоры рук работника (на расстоянии не менее чем 300мм от края, обращенного к работнику).

7. Чтобы обеспечивалось удобство зрительного наблюдения, быстрое и точное считывание информации, плоскость экрана монитора располагается ниже уровня глаз работника предпочтительно перпендикулярно к нормальной линии взгляда работника (нормальная линия взгляда -  $15^\circ$  вниз от горизонтали).

8. Для исключения воздействия повышенных уровней электромагнитных излучений расстояние между экраном монитора и работником должно составлять не менее 500мм (оптимальное 600-700мм).

9. Рабочий стул (кресло) должен быть устойчивым, место сидения должно регулироваться по высоте, а спинка сиденья - по высоте, углам наклона, а также расстоянию спинки от переднего края сиденья. Регулировка каждого параметра должна быть независимой, легко осуществляемой и иметь надежную фиксацию.

Для тех, кому это удобно, предусматривается подставка для ног.

10. Рабочее место размещается таким образом, чтобы естественный свет падал сбоку (желательно слева).

11. Для снижения яркости в поле зрения при естественном освещении применяются регулируемые жалюзи, плотные шторы.

12. Светильники общего и местного освещения должны создавать нормальные условия освещенности и соответствующий контраст между экраном и окружающей обстановкой с учетом вида работы и требований видимости со стороны работника. Освещенность на поверхности стола в зоне размещения рабочего документа должна составлять 300-500 люкс.

13. Возможные мешающие отражения и отблески на экране монитора и другом оборудовании устраняются путем соответствующего размещения экрана, оборудования, расположения светильников местного освещения.

14. При рядном размещении рабочих столов расположение экранов видеомониторов навстречу друг другу из-за их взаимного отражения не допускается.

15. Для обеспечения безопасности работников на соседних рабочих местах расстояние между рабочими столами с мониторами (в направлении тыла поверхности одного монитора и экрана другого монитора) должно быть не менее 2,0м, а расстояние между боковыми поверхностями мониторов - не менее 1,2 м.

16. Для снижения уровня напряженности электростатического поля при необходимости применяются экранные защитные фильтры. При эксплуатации защитный фильтр должен быть плотно установлен на экране монитора и заземлен.

17. Для обеспечения оптимальных параметров микроклимата проводятся регулярное в течение рабочего дня проветривание и ежедневная влажная уборка помещений, используются увлажнители воздуха.

18. При работе с ПК и множительной техникой обеспечивается доступ работников к первичным средствам пожаротушения, аптечкам первой медицинской помощи.

19. При работе с ПК и множительной техникой работники обязаны:

19.1. соблюдать режим труда и отдыха, установленный законодательством, правилами внутреннего трудового распорядка, трудовую дисциплину, выполнять требования охраны труда, правила личной гигиены;

19.2.выполнять требования пожарной безопасности, знать порядок действий при пожаре, уметь применять первичные средства пожаротушения;

19.3.курить только в специально предназначенных для курения местах;

19.4.знать приемы оказания первой помощи при несчастных случаях на производстве;

19.5.о неисправностях оборудования и других замечаниях по работе с ПК и множительной техникой сообщать непосредственному руководителю или лицам, осуществляющим техническое обслуживание оборудования.

20.Не допускается:

20.1.выполнять работу, находясь в состоянии алкогольного опьянения либо в состоянии, вызванном употреблением наркотических средств, психотропных или токсических веществ, а также распивать спиртные напитки, употреблять наркотические средства, психотропные или токсические вещества на рабочем месте или в рабочее время;

20.2.устанавливать системный блок в закрытых объемах мебели, непосредственно на полу;

20.3.использовать для подключения ПК и множительной техники розетки, удлинители, не оснащенные заземляющим контактом (шиной).

21.Работники, не выполняющие требования настоящей Инструкции, привлекаются к ответственности согласно действующему законодательству.

## Глава 2

### ТРЕБОВАНИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА ПЕРЕД НАЧАЛОМ РАБОТЫ

22.Перед началом работы с ПК и множительной техникой работник обязан:

22.1.проветрить рабочее помещение;

22.2.проверить устойчивость положения оборудования на рабочем столе, отсутствие видимых повреждений оборудования, дискет и дисков в дисководе системного блока, исправность и целостность питающих и соединительных кабелей, разъемов и штепсельных соединений, защитного заземления (зануления), исправность мебели;

22.4.не подключать другие электрические приборы к розетке, к которой подключен копировальный аппарат;

22.5.отрегулировать положение стола, стула (кресла), подставки для ног, клавиатуры, экрана монитора, освещенность на рабочем месте. При необходимости включить местное освещение;

22.6.протереть поверхность экрана монитора, защитного фильтра (при его наличии) сухой мягкой тканевой салфеткой;

22.7.убедиться в отсутствии отражений на экране монитора, встречного светового потока;

22.8.включить оборудование ПК в электрическую сеть, соблюдая следующую последовательность: стабилизатор напряжения (если он используется), блок бесперебойного питания, периферийные устройства (принтер, монитор, сканер и другие устройства), системный блок.

23.Запрещается приступать к работе при:

- 23.1.выраженном дрожании изображения на мониторе;
- 23.2.обнаружении неисправности оборудования;
- 23.3.наличии поврежденных кабелей или проводов, разъемов, штепсельных соединений;
- 23.4.отсутствии или неисправности защитного заземления (зануления) оборудования.

### Глава 3

#### ТРЕБОВАНИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ РАБОТЫ

- 24.Во время работы с ПК и множительной техникой работник обязан:
  - 24.1.соблюдать требования охраны труда, установленные настоящей Инструкцией;
  - 24.2.содержать в порядке и чистоте свое рабочее место;
  - 24.3.держат открытыми вентиляционные отверстия оборудования;
  - 24.4.соблюдать оптимальное расстояние от экрана монитора до глаз.
- 25.Работу за экраном монитора следует периодически прерывать на регламентированные перерывы, которые устанавливаются для обеспечения работоспособности и сохранения здоровья, или заменять другой работой с целью сокращения рабочей нагрузки у экрана.
- 26.Время регламентированных перерывов в течение рабочего дня устанавливается в зависимости от его продолжительности. При 8-часовом рабочем дне регламентированные перерывы устанавливаются через 2 часа от начала рабочего дня и через 2 часа после обеденного перерыва продолжительностью 15 минут каждый или продолжительностью 10 минут через каждый час работы. Продолжительность непрерывной работы с ПК без регламентированного перерыва не должна превышать 2 часов.
- 27.С целью уменьшения отрицательного влияния монотонности необходимо применять чередование операций.
- 28.Не следует оставлять оборудование включенным без наблюдения. При необходимости прекращения на некоторое время работы корректно закрываются все активные задачи и оборудование выключается.
- 29.При работе с копировальным аппаратом следить за тем, чтобы внутрь аппарата не попали какие-либо посторонние предметы (скрепки и т.д.) и жидкости;
- 30.При работе с ПК и множительной техникой не разрешается:
  - 30.1.при включенном питании прикасаться к панелям с разъемами оборудования, разъемам питающих и соединительных кабелей, экрану монитора;
  - 30.2.загромождать верхние панели оборудования, рабочее место бумагами, посторонними предметами;
  - 30.3.производить переключения или отключение питания;
  - 30.4.допускать попадание влаги на поверхность оборудования;
  - 30.5.включать сильно охлажденное (принесенное с улицы в зимнее время) оборудование;
  - 30.6.производить самостоятельно вскрытие и ремонт оборудования;

- 30.7.вытирать пыль на включенном оборудовании;
- 30.8.во избежание замятия бумаги выключать питание копировального аппарата и открывать переднюю крышку.

#### Глава 4 ТРЕБОВАНИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА ПО ОКОНЧАНИИ РАБОТЫ

- 31.По окончании работы работник обязан:
  - 31.1.корректно закрыть все активные задачи;
  - 31.2.при наличии дискеты или диска в дисководе извлечь их;
  - 31.3.выключить питание системного блока;
  - 31.4.выключить питание всех периферийных устройств;
  - 31.5.отключить блок бесперебойного питания;
  - 31.6.отключить стабилизатор напряжения (если он используется);
  - 31.7.отключить питающий кабель от сети;
  - 31.8.осмотреть и привести в порядок рабочее место;
  - 31.9.если копировальный аппарат не будет использоваться в течении длительного времени, необходимо отключить его с помощью выключателя.
  - 31.10.о неисправностях оборудования ПК и множительной техникой сообщить непосредственному руководителю или лицам, осуществляющим техническое обслуживание оборудования.

#### Глава 5 ТРЕБОВАНИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

- 32.В аварийных (экстремальных) ситуациях необходимо:
  - 32.1.при повреждении оборудования, кабелей, проводов, неисправности заземления, появлении запаха гари, возникновении необычного шума и других неисправностях немедленно отключить электропитание оборудования и сообщить о случившемся непосредственному руководителю и лицу, осуществляющему техническое обслуживание оборудования;
  - 32.2.в случае сбоя в работе оборудования ПК или множительной техникой вызвать специалиста организации, осуществляющего техническое обслуживание данного оборудования, для устранения неполадок;
  - 32.3.при возгорании электропроводки, оборудования и тому подобных происшествиях отключить электропитание и принять меры по тушению пожара с помощью имеющихся первичных средств пожаротушения. Сообщить о происшедшем непосредственному руководителю. Применение воды для тушения находящегося под напряжением электрооборудования недопустимо. Для этих целей используются порошковые или углекислотные огнетушители;
  - 32.4.при появлении необычного шума или дыма из копировального аппарата немедленно отключить его от сети.
  - 32.5.в случае внезапного ухудшения здоровья (усиления сердцебиения, появления головной боли и других) прекратить работу, выключить оборудование, сообщить об этом руководителю и при необходимости обратиться к врачу.

33. При несчастном случае на производстве необходимо:

33.1. быстро принять меры по предотвращению воздействия на потерпевшего травмирующих факторов, оказанию потерпевшему первой помощи, вызову на место происшествия медицинских работников или доставке потерпевшего в организацию здравоохранения;

33.2. сообщить о происшествии руководителю.

СОГЛАСОВАНО:

Зам.директора по АХР

\_\_\_\_\_ С.В.Билодед

Зам.директора по УПР

\_\_\_\_\_ М.В.Адамова