

Министерство культуры Свердловской области
ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ КУЛЬТУРЫ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«УРАЛЬСКИЙ ЦЕНТР НАРОДНОГО ИСКУССТВА ИМЕНИ Е.П.РОДЫГИНА»

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания профкома:

№ 44 от 17.06.2021 г.

Председатель профкома

В.Близ

В.С.Блинова



Утверждено приказом
директора ГАУК СО УрЦНИ

№ 99/10 от 17.06.2021 г.

Директор

М.М.Боровкова



ИНСТРУКЦИЯ № 2

по охране труда для пользователей персональными компьютерами

г. Екатеринбург, 2021 год

1.Общие требования

1.1 К работе на персональных компьютерах, далее ПК, допускаются лица не моложе 18 лет, прошедшие предварительный и периодический медицинский осмотр, вводный инструктаж, первичный инструктаж на рабочем месте, курс обучения безопасным методам труда, стажировку в течение не менее 2 смен и проверку знаний требований по охране труда, прошедшие инструктаж на 1 группу по электробезопасности и знающие настоящую инструкцию. Периодичность повторного инструктажа не реже 1 раза в 6 месяцев

1.2 Основными опасными и вредными производственными факторами, воздействующими на пользователя ПК могут быть:

Физические:

- повышенные уровни напряженности электрического поля
- повышенные уровни плотности магнитного потока
- повышенные уровни мягкого рентгеновского излучения
- повышенный уровень электростатического потенциала экрана монитора
- пониженная или повышенная влажность воздуха рабочей зоны
- повышенный или пониженный уровень освещенности
- повышенное значение напряжения в электрической цепи, замыкание которой может произойти через тело человека

Психофизиологические:

- напряжение зрения
- напряжение внимания
- интеллектуальные нагрузки
- длительные статические нагрузки
- монотонность труда
- большой объем информации, обрабатываемой в единицу времени
- нерациональная организация рабочего места.

1.3 Площадь на одно рабочее место для пользователя ПК на базе плоских экранов не менее 4,5 кв.метров

1.4 Поверхность пола в помещениях с ПК должна быть ровной, без выбоин, не скользкой, удобной для чистки и влажной уборки

1.5 Схема размещения рабочих мест с ПК должна учитывать расстояние между мониторами в направлении тыла поверхности экрана одного рабочего места и экрана другого не менее 2 м., а расстояние между боковыми поверхностями мониторов рабочих мест не менее 1,2 м.

1.6 Общее освещение при использовании люминисцентных светильников должно быть выполнено виде сплошных или прерывистых линий светильников, расположенных сбоку от рабочих мест, параллельно линии пользователя при рядном расположении ПК. При периметральном расположении компьютеров линии светильников должны располагаться локализовано над рабочим столом ближе к его переднему краю, обращенному к пользователю.

1.7 Конструкция ПК должна обеспечивать мощность экспозиционной дозы рентгеновского излучения в любой точке на расстоянии 0,05 м. от экрана и

корпуса при любых положениях регулированных устройств, не превышающих 0,1 мбэр/час (100 мкР/час).

1.8 Напряженность электрического поля на расстоянии 50 см. вокруг ПК должна быть не более:

- в диапазоне частот 5Гц – 2кГц – 25 В/м;
- в диапазоне частот 2кГц – 400кГц – 2,5 В/м.

Плотность магнитного потока должна быть не более:

- в диапазоне частот 5Гц – 2 кГц;
- В диапазоне частот 2 – 400 кГц.

Напряженность электростатического поля не должна превышать 15 кЕ/м.

Полимерные материалы используются для внутренней отделки интерьера помещений с ПК при наличии санитарно-эпидемиологического заключения.

1.9 В производственных помещениях с ПК должны обеспечиваться оптимальные параметры микроклимата: в холодный период года температура воздуха 22-24 градуса, скорость его движения 0,1 м/с, относительная влажность 40-60 %, уровень шума на рабочем месте при работе с ПК не должна превышать установленных норм. В теплый период 23-25 градусов, влажность 40-60 %.

1.10 Рабочие места с ПК при выполнении работы, требующей значительного умственного напряжения или высокой концентрации внимания, должны быть изолированы друг от друга перегородками высотой 1,5 – 2,0 метров.

1.11 Розетки и вилки для подключения устройств должны быть трехклемными. Помещения, где размещаются рабочие места с ПК должны быть оборудованы защитным заземлением.

1.12 Не следует перемещать рабочие места с ПК вблизи силовых кабелей и вводов высоковольтных трансформаторов, технологического оборудования, создающего помехи в работе ПК.

1.13 Рабочий стул (кресло) должен быть оборудован подъемным механизмом для регулировки по высоте.

1.14 Экран монитора должен находиться от глаз пользователя на оптимальном расстоянии 600-700 мм., но не ближе 500 мм. С учетом размеров алфавитно-цифровых знаков и символов.

1.15 В помещениях с ПК ежедневно должна проводиться влажная уборка и систематическое проветривание после каждого часа работы на ПК. В помещениях с ПК следует проводить чистку стекол оконных рам не реже 2 раза в год и проводить замену перегоревших ламп.

1.16 В течение всей работы следует соблюдать установленный работодателем режим труда и отдыха, правил внутреннего трудового распорядка

1.17 Отдыхать и курить разрешается только в специально отведенных местах.

1.18 При несчастном случае немедленно прекратить работу, известить администрацию и обратиться за медицинской помощью. Если обстановка не угрожает жизни и здоровью окружающих работников, не приведет к аварии, то она должна быть сохранена до расследования таковой, какой была в момент происшествия.

1.19 При несчастном случае с другим работником следует оказать ему первую доврачебную помощь, известить администрацию и отправить пострадавшего в медицинское учреждение.

1.20 Необходимо соблюдать правила личной гигиены:

- после посещения туалета тщательно мыть руки с мылом;
- не курить и не принимать пищу на рабочем месте;

1.21 Пользователь ПК должен знать расположение первичных средств пожаротушения и уметь ими пользоваться.

1.22 При невозможности выполнить работу без нарушения требований инструкции, прекратить работу и поставить в известность администрацию.

1.23 При необходимости выполнить работу, не связанную с прямыми обязанностями по специальности, необходимо получить целевой инструктаж у непосредственного руководителя работ.

1.24 Нарушение требований инструкции по охране труда является нарушением трудовой дисциплины.

1.25 Запрещается находиться на рабочем месте в состоянии алкогольного, наркотического или иного опьянения.

2. Требования охраны труда перед началом работы.

2.1 Необходимо убедиться :

- что все провода закреплены и не валяются на полу;
- в отсутствии видимых повреждений аппаратуры и рабочей мебели.

2.2 Следует проверить:

- устойчивость положения элементов оборудования на рабочем месте;
- правильность расположения монитора и клавиатуры на рабочей поверхности стола;
- исправность светильника местного освещения, если он имеется;**
- достаточность освещения на рабочем месте;
- правильность подключения оборудования в электросеть;
- наличие защитного заземления и надежность его подключения

2.3 Не подавая питание на монитор протереть экран мягкой салфеткой.

2.4 При включении компьютера пользователь ПК обязан соблюдать следующую последовательность включения оборудования:

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

2.5 Не разрешается приступать к работе при несоответствии требованиям безопасности состояния рабочего места.

3. Требования охраны труда во время работы.

- 3.1 Соблюдать оптимальное расстояние от монитора до глаз, лица, имеющиеся нарушения зрения, должны пользоваться очками, подобранными окулистом с учетом рабочего расстояния от глаз до монитора.
- 3.2 Держать открытыми все вентиляционные щели устройств ПК и защитные решетки вентиляторов охлаждения.
- 3.3 Выполнять санитарные нормы режима работы и отдыха.
- 3.4 Соблюдать правила эксплуатации ПК в соответствии с инструкциями по эксплуатации.
- 3.5 При обнаружении каких либо неполадок в работе оборудования самостоятельно ремонт ПК не проводить. Об обнаруженных недостатках доложить администрации.
- 3.6 При появлении первых признаков утомления мышц рук, шейно-плечевой области и спины необходимо изменить позу, а так же выполнить соответствующие комплексы упражнений, снимающие сиатическое напряжение.
- 3.7 Женщины со времени установления беременности переводятся на работы не связанные с использованием ПК, или для них ограничивается время работы (не более 3 часов за рабочую смену) при условии соблюдения требований действующего СанПиНа.

4. Запрещается:

- трогать разъемы соединительных кабелей;
- прикасаться к тыльной стороне монитора;
- класть диски и рабочие материалы на бумажных носителях на монитор и клавиатуру;
- работать во влажной одежде и влажными руками;
- вытираять пыль с монитора при включенном состоянии;
- прикасаться к задней панели системного блока при включенном питании;
- переключение разъемов интерфейсных кабелей, периферических устройств при включенном питании;
- загромождать верхние панели устройств бумагами и посторонними предметами;
- допускать захламленность рабочего места бумагой в целях недопущения накапливания органической пыли;
- производить отключение питания во время выполнения активной задачи;
- допускать попадания влаги на поверхность системного блока, монитора, рабочую поверхность монитора, принтеров и других устройств.

5. Требования охраны труда в аварийных ситуациях.

- 5.1 При нарушении работы ПК, перегорании предохранителей и т.п. аппаратура должна быть немедленно отключена.
- 5.2 При временном отключении электроэнергии тумблеры электропитания должны быть выключены.

5.3 При появлении запаха гари, возгорания или пожара электрооборудования немедленно отключить ПК, сообщить об этом администрацию, принять возможные меры к спасению людей, имущества и ликвидации пожара. Тушение загорания оборудования, находящегося под напряжением, производить только углекислотными или порошковыми огнетушителями. При тушении пожара углекислотными огнетушителями не следует браться руками за растрub (температура до – 80 град.С).

5.4 При обнаружении человека, попавшего под напряжение, немедленно освободить его от действия тока путем отключения электропитания и до прибытия врача оказать потерпевшему первую медицинскую помощь.

6. Требования охраны труда по окончании работы.

6.1 Привести в порядок рабочее место.

6.2 Отключить электрооборудование, освещение.

6.3 Сообщить администрации о всех неполадках, неисправностях, имевшихся во время работы.

Инструкцию разработал:
Специалист по охране труда



Сапаев Э.П.