

Автономная некоммерческая организация
дополнительного профессионального образования
«Межрегиональный центр инновационных технологий в образовании»

УТВЕРЖДАЮ:

Директор АНО ДПО «МЦИТО»

В. В. Утёмов

«01» августа 2017 г.



ИНСТРУКЦИЯ
для пользователей персональных
электронно-вычислительных машин (далее – ПЭВМ)

Инструкция введена в действие
«01» августа 2017 г.

г. Киров 2017 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор АНО ДПО «МЦИТО»

В. В. Утёмов



ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда

для пользователей персональных
электронно-вычислительных машин (далее – ПЭВМ)

Настоящая инструкция распространяется на обучающихся, учебно-вспомогательный, профессорско-преподавательский персонал, научных сотрудников АНО ДПО «Межрегиональный центр инновационных технологий в образовании» (далее – Центр) при выполнении работ на персональных электронно-вычислительных машинах (далее – ПЭВМ).

1. Общие требования охраны труда

1.1. К работам на ПЭВМ допускаются лица после проведения:

- инструктажа по охране труда на рабочем месте;
- инструктажа по пожарной безопасности;
- разъяснений о правильном обращении с оборудованием.

1.2. Настольные ПЭВМ в аудиториях подключены к сети с напряжением 220 В. Опасным для жизни является переменное напряжение свыше 42 В при переменном роде тока, постоянное напряжение свыше 110 В при постоянном роде тока.

1.3. К наладке и ремонту аппаратуры допускаются лица, прошедшие специальную подготовку с присвоением III группы допуска по электробезопасности.

1.4. Пользователю запрещается производить самостоятельное вскрытие и ремонт печатанного оборудования без согласования с ответственным за это оборудование материально-ответственным лицом.

1.5. Женщины со времени установления беременности переводятся на работы, не связанные с использованием ПЭВМ, или для них ограничивается время работы с ПЭВМ (но не более 3-х часов за рабочую смену) при условии соблюдения гигиенических требований, установленных СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03.

1.6. Пользователи обязаны соблюдать правила внутреннего трудового распорядка Центра, правила пожарной безопасности и правила личной гигиены.

1.7. При работе на ПЭВМ на работника (обучающегося) могут оказывать действие неблагоприятные факторы согласно ГОСТ 12.0.003-2015:

1.7.1. электрический ток, вызываемый разницей электрических потенциалов, под действие которого попадает работающий;

1.7.2. факторы, связанные с электромагнитными полями, переменного характера;

1.7.3. недостаточная освещенность рабочего места;

1.7.4. перенапряжение зрительных анализаторов.

1.8. Для защиты от воздействия неблагоприятных факторов, работник обязан использовать средства индивидуальной защиты в соответствии с типовыми отраслевыми нормами.

1.9. Согласно требованиям СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03:

1.9.1. Площадь на одно рабочее место пользователя ПЭВМ с видеодисплейным терминалом (ВДТ) на базе электронно-лучевой трубки (ЭЛТ) должна составлять не менее 6 м², с ВДТ на базе плоских дискретных экранов (жидкокристаллических, плазменных) – 4,5 м², при использовании ЭВМ с ВДТ на базе ЭЛТ (без вспомогательных устройств – принтер, сканер и др.), отвечающих требованиям международных стандартов безопасности компьютеров, с продолжительностью работы менее 4-х часов в день допускается минимальная площадь 4,5 м² на одно рабочее место пользователя.

1.9.2. Рабочие столы следует размещать таким образом, чтобы ВДТ были ориентированы боковой стороной к световым проемам, чтобы естественный свет падал преимущественно слева.

1.9.3. Конструкция рабочего стола должна обеспечивать оптимальное размещение на рабочей поверхности используемого оборудования с учетом его количества и конструктивных особенностей, характера выполняемой работы.

1.9.4. Рабочий стул (кресло) должен быть подъемно-поворотным, регулируемым по высоте и углам наклона сидения и спинки, а также расстоянию спинки от переднего края сидения, при этом регулировка каждого параметра должна быть независимой, легко осуществляемой и иметь надежную фиксацию.

1.9.5. С целью снижения накопления положительных и отрицательных аэроионов в воздухе помещений, где расположены ПЭВМ, следует отключать временно неиспользуемые ПЭВМ.

1.9.6. При размещении рабочих мест с ПЭВМ следует обеспечивать расстояние между рабочими столами

1.9.7. В помещениях, оборудованных ПЭВМ, проводить ежедневную влажную уборку и систематическое проветривание после каждого часа работы на ПЭВМ.

1.9.8. Подключение офисной техники (ПЭВМ, принтеры, сканеры, множительные аппараты и т. д.) производить только к электрической сети, имеющей защитное заземление (зануление).

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

1.9.10. Принимать меры по устранению на рабочих местах пользователей ПЭВМ встречных световых потоков на счет применения жалюзи, занавесей, защитных экранов, внешних козырьков.

1.9.11. Помещения, где размещаются рабочие места с ПЭВМ, должны быть оборудованы приточно-вытяжной вентиляцией или кондиционером для поддержания параметров микроклимата на допустимом уровне, соответствующем требованиям нормативов производственных помещений.

1.10. При обнаружении неисправностей в электрооборудовании немедленно отключить его и принять меры, соответствующие ситуации (обесточить автомат, вызвать сотрудника службы главного энергетика и т. д.)

1.11. Пользователь ПЭВМ обязан знать:

- правила личной гигиены;
- места нахождения аптечки первой помощи, первичных средств пожаротушения и уметь ими пользоваться;
- правила оказания первой медицинской помощи и уметь оказывать ее пострадавшим при травмировании и несчастных случаях.

1.12. Работник обязан выполнять доведенные до него сведения настоящей инструкции. При несоблюдении, нарушении и невыполнении требований инструкции лица привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с действующим законодательством.

2. Требования охраны труда перед началом работы

2.1. Перед началом работы сотрудник должен:

- произвести внешний осмотр рабочего места и подготовить его к работе;
- отрегулировать освещение на рабочем месте, убедиться в отсутствии бликов на экране видеомонитора;
- проверить правильность подключения оборудования к электросети;
- проверить внешним осмотром исправность проводов питания и отсутствие оголенных участков проводов;
- убедиться в наличии заземления системного блока, монитора и многофункционального устройства;
- проверить правильность установки стола, стула, угла наклона экрана монитора, положения клавиатуры, положение «мыши» на специальном коврик, при необходимости произвести регулировку рабочего стола и кресла в целях исключения неудобных поз и длительных напряжений тела.

2.2. Работнику запрещается:

- включать аппаратуру в питающую сеть с явными дефектами технического состояния, отсутствием заземления;
- оставлять без присмотра работающее оборудование.

3. Требования охраны труда во время работы

3.1. Во время выполнения работы персонал (обучающиеся) обязан:

- содержать рабочее место в порядке и чистоте;
- выполнять только ту работу, которая ему поручена руководителем.

3.2. Продолжительность непрерывной работы с ПЭВМ без регламентированного перерыва не должна превышать одного часа.

3.3. Во время регламентированных перерывов с целью снижения нервно-эмоционального напряжения, утомления, устранения влияния гиподинамии рекомендуется индивидуально выполнять комплексы профилактических мероприятий: упражнения для глаз, физкультминутки и т. д.

3.4. С целью уменьшения на пользователя негативного воздействия ПЭВМ от излучений оптического диапазона, электромагнитных полей, мягкого рентгеновского излучения и пр., требуется соблюдать расстояние от глаз пользователя до экрана монитора в пределах 60–70 см, но не ближе 50 см.

3.5. Работникам (обучающимся) запрещается:

- прикасаться к задней панели системного блока, к тыльной стороне монитора, к экрану монитора, производить любые ремонтные работы, связанные со вскрытием корпуса системного блока;
- допускать попадание влаги на поверхность системного блока, монитора, рабочую поверхность клавиатуры, дисководов, принтеров и др. устройств;
- закрывать вентиляционные отверстия работающих устройств посторонними предметами.

3.6. Сотруднику необходимо:

- соблюдать правила эксплуатации офисной техники в соответствии с инструкциями по эксплуатации;
- производить замену любого блока оборудования при отключенном шнуре питания от сети и соблюдении иных мер предосторожности от поражения электрическим током, разряда статического электричества.

4. Требования охраны труда в аварийных и нештатных ситуациях

4.1. В случае возникновения аварийной ситуации, которая может сопровождаться сильным шумом, появлением дыма или резкого запаха тлеющей изоляции, необходимо немедленно отключить оборудование или общий рубильник от электрической сети и сообщить об этом преподавателю или методисту.

4.2. При поражении человека электрическим током необходимо освободить пострадавшего от действия электрического тока, используя изолирующие средства защиты, оценить состояние пострадавшего, оказать ему первую доврачебную помощь, вызвать скорую медицинскую помощь.

4.3. При обнаружении загорания или пожара необходимо:

- прекратить работу;
- сообщить о случившемся руководителю образовательной организации;
- вызвать пожарную команду по номеру телефона «101» (для мобильных телефонов) или «01» (со стационарных телефонов);
- приступить к тушению пожара первичными средствами пожаротушения;
- покинуть помещения, закрыв все окна и двери, при невозможности потушить пожар собственными силами;

– организовать встречу пожарной охраны, указать место пожара, пути подъезда, подхода и эвакуации, места возможного нахождения людей, расположение электrorаспределительных устройств.

4.4. О каждом несчастном случае, происшедшем на рабочем месте, пострадавший или очевидец несчастного случая должен известить руководителя организации, который обязан организовать первую помощь пострадавшему и при необходимости доставку его в медицинское учреждение.

4.5. При несчастном случае на рабочем месте:

- принять меры к освобождению пострадавшего от действия травмирующего фактора;
- оказать пострадавшему первую помощь (в зависимости от вида травмы);
- проинформировать о случившемся руководителя организации и принять меры к эвакуации пострадавшего в лечебное учреждение;
- обеспечить сохранность обстановки на момент аварии или несчастного случая, если это не представляет опасности для жизни и здоровья работников.

5. Требования охраны труда по окончании работы

5.1. По окончании работы пользователям следует:

- выключить компьютер и оргтехнику;
- привести в порядок рабочее место;
- отключить вспомогательное электрооборудование (вентиляция, кондиционер и т. п.);
- закрыть окна и форточки.

5.2. Обо всех неисправностях и замечаниях к оборудованию, обнаруженных во время работы, сообщить руководителю организации.

Согласовано:

Председатель

Общего собрания работников Центра

Ответственный за организацию работы по охране труда и за обеспечение безопасного производства работ и охраны труда в АНО ДПО «МЦИТО»



П. М. Горев

С. А. Леухина

«01» августа 2017 г.