
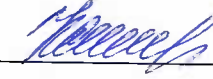


Мнение выборного профсоюзного
органа учтено

«Утверждаю»
Директор МБУ «ЦБС
городского округа Сызрань»
 С.А. Кочергина
«21» января 2022 г

ИНСТРУКЦИЯ № 36
по технике безопасности при работе на компьютере

Введена в действие: «21» января 2022 года 
Пересмотрена: «___» _____ 20 ____ года _____
Пересмотрена: «___» _____ 20 ____ года _____
Пересмотрена: «___» _____ 20 ____ года _____

1. Общие требования безопасности

1.1.К работе на персональном компьютере допускаются лица, прошедшие обучение безопасным методам труда, вводный инструктажа, первичный инструктаж на рабочем месте.

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

- повышенный уровень электромагнитных излучений;
- повышенный уровень статического электричества;
- пониженная ионизация воздуха;
- статистические физические нагрузки;
- перенапряжение зрительных анализаторов.

1.3.Сотрудник обязан:

1.3.1.Выполнять только ту работу, которая определена его должностной инструкцией.

1.3.2.Содержать в чистоте рабочее место.

1.3.3.Соблюдать режим труда и отдыха в зависимости от продолжительности, вида и категории трудовой деятельности, согласно правилам внутреннего трудового распорядка.

1.3.4.Соблюдать меры пожарной безопасности.

1.4.Рабочие места с компьютерами должны размещаться таким образом, чтобы расстояние от экрана одного видеомонитора до тыла другого было не менее 2,0м, 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.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 725мм;
- рабочий стол должен иметь пространство для ног не менее 600мм, глубиной на уровне колен не менее 450 мм и на уровне вытянутых ног не менее 650 мм.

Запрещается:

- пользоваться оборудованием, не изучив правила работы с ним;
- работать при обнаружении неисправности в электропроводке;
- выполнять работу, не обусловленную трудовым договором.

Требования безопасности перед началом работы

Убедиться в исправности электропроводки и заземления оборудования.

Требования безопасности во время работы

1. Во время работы на компьютере, необходимо устраивать 5-ти минутные перерывы после каждого часа работы и 15-ти минутный перерыв после каждых 2-часов работы.
2. Положение тела должно соответствовать направлению взгляда.
3. Нижний уровень экрана должен находиться на 20 см ниже уровня глаз, уровень верхней кромки экрана –на высоте лба.
4. Оптимальное расстояние от глаз до экрана -75-120 см.
5. Высоту клавиатуры необходимо отрегулировать так, чтобы кисть руки держалась прямо.
6. Экран компьютера должен располагаться под прямым углом по отношению к окнам, окна следует занавесить.
7. При обнаружении неисправности в электропроводке сотрудник обязан немедленно сообщить об этом заместителю директора по АХЧ.

Требования безопасности по окончании работы.

1. Привести в порядок рабочее место.
2. Проверить отключение электросети.

Требования безопасности в аварийных ситуациях

1. Аварийной ситуацией на рабочем месте считается любое отклонение от нормального хода работы. Например: наличие оголенных проводов, запах дыма, ощущение электрического тока.

2. При возникновении аварийной ситуации необходимо прекратить работу, поставить в известность администрацию учреждения и приступить к работе только после устранения причины.

Инструкцию разработал :
специалист по охране труда

Осет

С.Н.Османкина