

ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ)

ЦЕНТР СТРАТЕГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ ПРИ ГЛАВЕ
РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ)
(ГАУ «ЦСИ РС при Главе РС (Я)»)

ИНН 1435265572 КПП 143501001 ОГРН 1131447005535 ОКПО 13127937
677000, Республика Саха (Якутия), г. Якутск, проспект Ленина, дом 28, тел. (4112) 50-60-80, src@src-sakha.ru

Согласовано

Утверждаю

Председатель ППО

Руководитель

ГАУ «ЦСИ при Главе РС(Я)»

ГАУ «ЦСИ при Главе РС(Я)»

ППО ГАУ РС(Я)

Евсеева С.П.

Николаев И.И.

от « 30 » сентября 2022 г.

от « 30 » декабря 2022 г.

Инструкция по охране труда для работников (сотрудников)
ГАУ «ЦСИ при Главе РС(Я)»

Разработал:

Специалист по охране труда

Бухарова Т.Г.

г. Якутск

Содержание:

1.	Основные требования охраны труда	3
2.	Основные цели по охране труда Требования охраны труда перед началом работы	5
3.	Требования охраны труда во время работы	6
4.	Требования охраны труда в аварийных ситуациях	8
5.	Требования охраны труда по окончании работ	9

1. Общие требования охраны труда

1.1. Настоящая инструкция регламентирует основные требования охраны труда для работников (сотрудников) ГАУ «ЦСИ при Главе РС(Я)» и разработана на основе установленных обязательных требований по охране труда в Российской Федерации, а также:

- 1) изучения видов работ;
- 2) результатов специальной оценки условий труда;
- 3) анализа требований профессионального стандарта;
- 4) определения профессиональных рисков и опасностей;
- 5) анализа результатов расследования имевшихся несчастных случаев;
- 6) определения безопасных методов и приемов выполнения работ.

Выполнение требований настоящей инструкции обязательны для работников (сотрудников) ГАУ «ЦСИ при Главе РС(Я)» при выполнении ими трудовых обязанностей независимо от их квалификации и стажа работы.

К работникам (сотрудникам) относятся:

- руководитель;
- первый заместитель руководителя;
- заместитель руководителя;
- руководитель отдела;
- заместитель руководителя отдела;
- главный специалист по научно-экспертной работе;
- ведущий эксперт;
- эксперт 1 категории;
- эксперт.

1.2. К работе в ГАУ «ЦСИ при Главе РС(Я)» с использованием персональных компьютеров, копировально-множительной техники и другого офисного оборудования допускаются работники (сотрудники), имеющие соответствующую выполняемой работе квалификацию и допускаются лица, прошедшие вводный инструктаж и первичный инструктаж на рабочем месте по охране труда и пожарной безопасности, ГОиЧС, инструктаж по электробезопасности, стажировку, обученные безопасным методам и приемам выполнения работы, оказанию первой помощи пострадавшим при несчастных случаях на производстве.

В течение месяца, со дня принятия на работу, работники (сотрудники) должны пройти обучение и проверку знаний требований охраны труда.

1.3. Работник (сотрудник), не прошедший своевременно повторный инструктаж по охране труда (не реже одного раза в 6 месяца) не должен приступать к работе.

1.4. При изменении правил по охране труда, замене или модернизации оборудования, приспособлений, инструмента, нарушении действующих норм и правил по охране труда, которые привели или могут привести к травматизму, аварии, пожару, при перерывах в работе более 30 календарных дней, по требованию органов надзора проводится внеплановый инструктаж.

1.5. О проведении повторного и внепланового инструктажа производится соответствующая запись в журнале регистрации инструктажа на

рабочем месте с обязательной подписью инструктируемого и инструктирующего. Работник (сотрудник), получивший инструктаж и показавший неудовлетворительные знания, к работе не допускается. Он обязан вновь пройти инструктаж.

1.6. При поступлении на работу работник (сотрудник) должен проходить предварительный медосмотр, а в дальнейшем - периодические медосмотры в установленные сроки.

1.7. Перечень опасных и вредных производственных факторов, которые могут воздействовать в процессе работы, а также перечень профессиональных рисков и опасностей.

1.7.1. При работе возможно воздействие следующих опасных и вредных производственных факторов:

- повышенное значение напряжения в электрической цепи, замыкание которой может произойти через тело человека;
- нервно-психические перегрузки.

1.7.2. Перечень профессиональных рисков указан на карте идентификации рисков N, представляющих угрозу жизни и здоровью работников, при выполнении работ.

1.8. Во избежание электротравм и поражений электрическим током работник (сотрудник) не должен прикасаться к открытой электропроводке и кабелям.

1.9. Работник (сотрудник) обязан соблюдать правила внутреннего трудового распорядка, должен быть ознакомлен с режимом труда и отдыха в учреждении и обязательно соблюдать его. Изменения режима труда и отдыха допускаются только в случае экстремальных ситуаций.

1.10. Работник (сотрудник) не должен приступать к выполнению разовых работ, не связанных с его прямыми обязанностями по специальности, без получения внепланового, целевого инструктажа.

1.11. Работник (сотрудник) должен соблюдать правила пожарной безопасности, уметь пользоваться средствами пожаротушения, знать их расположение.

1.12. Курить на территории учреждения запрещается.

1.13. Работник должен соблюдать правила личной гигиены и эпидемиологические нормы. По окончании работы, перед приемом пищи необходимо мыть руки с мылом.

1.14. Употребление алкогольных и слабоалкогольных напитков, наркотических веществ на работе, а также выход на работу в нетрезвом виде запрещается.

1.15. Не допускается хранить и принимать пищу и напитки на рабочих местах.

1.16. Работник (сотрудник) должен знать приемы оказания первой помощи пострадавшему в соответствии с Инструкцией по оказанию первой помощи.

1.17. Работник (сотрудник) должен выполнять правомерные рекомендации специалиста по охране труда, или лица, уполномоченного по охране труда от трудового коллектива.

1.18. Заметив нарушение требований охраны труда другим работником, работник (сотрудник) должен предупредить его о необходимости их соблюдения.

1.19. Работник (сотрудник) должен соблюдать требования данной инструкции по охране труда.

1.20. За невыполнение требований данной инструкции по охране труда, работник несет ответственность согласно действующему законодательству РФ.

2. Требования охраны труда перед началом работы

Перед началом работы работник (сотрудник) должен:

2.1. Включить освещение и убедиться в исправной работе светильников.

2.2. Убедиться в исправности электрооборудования в помещении: светильники должны быть надежно подвешены к потолку и иметь светорассеивающую арматуру; коммутационные коробки должны быть закрыты крышками, а электророзетки-фальшвилками; корпуса и крышки выключателей и розеток не должны иметь трещин и сколов, а также оголенных контактов.

2.3. Осмотреть и привести в порядок рабочее место.

2.4. Отрегулировать освещенность на рабочем месте, убедиться в достаточности освещенности, отсутствии отражений на экране, отсутствии встречного светового потока.

2.5. Проверить правильность подключения оборудования в электросеть.

2.6. Убедиться в наличии защитного заземления.

2.7. Протереть специальной салфеткой поверхность экрана.

2.8. Проверить правильность установки стола, стула, подставки для ног, пюпитра, положения оборудования, угла наклона экрана, положение клавиатуры и, 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.

2.9. При включении компьютера необходимо соблюдать следующую последовательность включения оборудования:

включить блок бесперебойного питания;

включить периферийные устройства (принтер, монитор, сканер и др.);

включить системный блок.

2.10. Работнику (сотруднику) запрещается приступать к работе при обнаружении неисправности оборудования.

2.11. При любых нарушениях правил электробезопасности, выявленных перед работой, работник (сотрудник) должен поставить в известность руководителя учреждения.

2.12. На рабочем месте не должны находиться неиспользуемые в работе приспособления оборудования, оборудование и другие вспомогательные материалы.

2.13. Запрещается работать в туфлях на высоких каблуках более 10 см.

2.14. Проверить состояние пола на рабочем месте. Если пол скользкий или мокрый, потребовать, чтобы его вытерли, или сделать это самому.

2.15. О выявленных недостатках, которые могут негативно повлиять на здоровье работника (сотрудника), следует незамедлительно сообщить руководителю учреждения.

3. Требования охраны труда во время работы

3.1. Выполнять только ту работу, по которой прошел обучение, инструктаж по охране труда и к которой допущен руководителем учреждения.

3.2. Во время работы работник (сотрудник) должен быть внимательным, не допускать спешки и выполнять работу с учётом использования безопасных методов.

3.3. Не поручать свою работу посторонним лицам.

3.4. Во время нахождения на рабочем месте работник (сотрудник) не должен совершать действия, которые могут повлечь за собой несчастный случай:

не качаться на стуле;

не касаться оголенных проводов;

не работать на оборудовании мокрыми руками;

не размахивать острыми и режущими предметами;

не принимать пищу и напитки на рабочем месте.

3.5. Соблюдать правила перемещения по территории административного здания, пользоваться только установленными проходами. Не загромождать установленные проходы, в т.ч. и проезды к административному зданию.

3.6. Хранить документацию в шкафах или в специально оборудованном помещении (архив, склад).

3.7. При использовании различных аппаратов и приспособлений нужно руководствоваться правилами (инструкциями), изложенными в технических паспортах, прилагаемых к аппаратам. Работник (сотрудник) не должен пользоваться теми или иными приборами без предварительного обучения работе с ними.

3.8. При использовании дыроколов убедиться, что пальцы рук не будут прижаты при прокалывании бумаги движущимися частями дырокола.

3.9. При работе с шилом – направлять острую часть от себя, при прокалывании бумаг, тканей, папок и других материалов. Прокалывание рекомендуется производить при опоре на твердые поверхности прокалываемого материала (стол, стул, специальную деревянную или металлическую подставку и др.).

3.10. В кабинете запрещается пользоваться электронагревательными приборами (микроволновками, чайниками, обогревателями, не имеющими устройств тепловой защиты, а также при отсутствии или неисправности терморегуляторов, приборы не заводского изготовления). А также запрещается допускать одновременное включение в сеть большого количества электроприборов.

3.11. Вследствие того, что большая часть времени посвящена работе на компьютере, необходимо каждые два часа, отвлекаться и делать перерыв 15 минут, для снижения утомляемости общефизического характера.

3.12. Во время работы необходимо:

в течение всего рабочего дня содержать в порядке и чистоте рабочее место;

держат открытыми все вентиляционные отверстия устройств;

при необходимости прекращения работы на некоторое время корректно закрыть все активные задачи;

отключать питание только в том случае, если во время перерыва в работе на компьютере необходимо находиться в непосредственной близости от видеотерминала (менее 2 метров), в противном случае питание разрешается не отключать;

выполнять санитарные нормы и соблюдать режимы работы и отдыха;

соблюдать правила эксплуатации вычислительной техники в соответствии с инструкциями по эксплуатации;

при работе с текстовой информацией выбирать наиболее физиологичный режим представления черных символов на белом фоне;

соблюдать установленные режимом рабочего времени регламентированные перерывы в работе и выполнять в физкультпаузах и физкультминутках рекомендованные упражнения для глаз, шеи, рук, туловища, ног;

соблюдать расстояние от глаз до экрана в пределах 60 - 80 см.

3.13. Во время работы запрещается:

прикасаться к задней панели системного блока при включенном питании;

переключение разъемов интерфейсных кабелей периферийных устройств при включенном питании;

загромождать верхние панели устройств бумагами и посторонними предметами;

допускать захламленность рабочего места бумагой в целях недопущения накопления органической пыли;

производить отключение питания во время выполнения активной задачи;

производить частые переключения питания;

допускать попадание влаги на поверхность системного блока, монитора, рабочую поверхность клавиатуры, дисководов, принтеров и др. устройств;

включать сильноохлажденное (принесенное с улицы в зимнее время) оборудование;

производить самостоятельно вскрытие и ремонт оборудования.

3.14. Проветривание производить через фрамуги и форточки.

3.15. Открывая фрамугу, следует стоять на полу, не допускать резких движений при пользовании фрамужными устройствами, во избежание отрыва фрамуг и выпадения её.

3.16. При прохождении по лестничным проемам держаться за перила и не допускать поспешности в передвижении.

3.17. При хождении близлежащей территории учреждения проявлять внимание, опасаясь падения о выступающую тротуарную плитку или другие неровности.

3.18. Прием пищи должен осуществляться только во время регламентированных перерывов в специально отведенных для этих целей помещениях с соблюдением правил личной гигиены.

3.19. При работе с электроприборами:

не работать с неисправными электроприборами;

не производить ремонт неисправных приборов самостоятельно;

не включать и не выключать электроприборы влажными руками;

отключать все приборы при прекращении подачи электроэнергии.

Запрещается:

прикасаться к неизолированным токоведущим частям электрических устройств;

подвешивание различных предметов на осветительные приборы, а также на выключатели и электророзетки.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. Работник (сотрудник) обязан немедленно извещать своего непосредственного руководителя или специалиста по охране труда о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью работников, о каждом несчастном случае, происшедшем на территории работодателя, или об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков острого профессионального заболевания (отравления), о всех нарушениях, обнаруженных неисправностях.

4.2. Если произошел несчастный случай, очевидцем которого стал работник (сотрудник), ему следует прекратить работу, немедленно вывести или вынести пострадавшего из опасной зоны, оказать пострадавшему первую помощь, вызвать скорую медицинскую помощь, помочь организовать доставку пострадавшего в ближайшее медицинское учреждение и сообщить о случившемся руководителю учреждения или специалисту по охране труда, а также сохранить обстановку и состояние оборудования таким, какими они были в момент происшествия (если это не угрожает жизни, здоровью окружающих работников и не приводит к аварии).

4.3. Если несчастный случай произошел с самим работником (сотрудником), ему следует прекратить работу, по возможности обратиться в медицинское учреждение, сообщить о случившемся руководителю учреждения или попросить сделать это кого-либо из окружающих.

4.4. Работнику (сотруднику) необходимо уметь оказывать первую помощь пострадавшему.

4.5. При возникновении пожара:

прекратить работу;

немедленно эвакуировать работников (сотрудников) отдела (согласно плану эвакуации) из помещения, закрыв все форточки, окна (с целью нераспространения быстрого огня);

по возможности отключить электрооборудование;

нажать кнопку пожарной сигнализации и подать сигнал о пожаре;
сообщить о случившемся работодателю;
принять меры по эвакуации работников (сотрудников);
принять меры по локализации пожара имеющимися средствами пожаротушения, руководствуясь инструкцией по пожарной безопасности;
при необходимости вызвать пожарную охрану по тел. – 101 (при этом необходимо назвать адрес объекта, место возникновения пожара, а также сообщить свою фамилию, имя, отчество, тел.) и организовать встречу пожарных подразделений.

4.6. При аварии (прорыве) системы отопления необходимо немедленно удалить работников (сотрудников) из помещения, сообщить о происшедшем администрации.

4.7. Необходимо помнить об уголовной ответственности за несвоевременное сообщение о несчастном случае или за промедление в оказании помощи, эвакуации людей, вызове скорой помощи.

5. Требования охраны труда по окончании работ

5.1. По окончании работ необходимо соблюдать следующую последовательность выключения персонального компьютера:

произвести закрытие всех активных задач;
завершить работу операционной системы;
выключить питание системного блока (процессора);
выключить питание всех периферийных устройств;
отключить блок бесперебойного питания.

5.2. Выключить все используемые средства, питающиеся от электрической сети.

5.3. По окончании работ необходимо осмотреть и привести в порядок рабочее место.

5.4. При обнаружении замечаний по охране труда поставить в известность руководителя или специалиста по охране труда.

5.5. Чисто вымыть руки с мылом.

5.6. Уходя, выключить электроосвещение, закрыть входную дверь.

5.7. Покинуть территорию учреждения.