Міністерство освіти і науки України

Департамент освіти і науки

Полтавської обласної державної адміністрації

Вище професійне училище № 7

«Затверджено»

Наказом директора ВПУ №7

від « 04 » 01 2012 р., № 71-1

Директор:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ М.Г. Несен

**ІНСТРУКЦІЯ № 127**

**З ОХОРОНИ ПРАЦІ, пожежної безпеки,**

**електробезпеки, промислової санітарії**

**при роботі на персональному комп'ютері**

**в читальному залі бібліотеки**

Узгоджено:

Керівник служби з охорони праці: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Мазур В.Г.

*(підпис)*

Інженер з охорони праці: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Кошелев О.О.

*(підпис)*

Голова профспілкового комітету: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Сипко Л.В.

*(підпис)*

Громадський інспектор

з охорони праці: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Сидоренко С.В.

*(підпис)*

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\* *У разі потреби проект інструкції узгоджується іншими зацікавленими службами, підрозділами і посадовими особами підприємства, перелік яких визначає служба охорони праці.*

**ІНСТРУКЦІЯ № 127**

з охорони праці, пожежної безпеки, електробезпеки, промислової санітарії

при роботі на персональному комп'ютері в читальному залі бібліотеки

**І. ЗАГАЛЬНІ ВИМОГИ БЕЗПЕКИ.**

1. До самостійної роботи на персональному комп'ютері допускаються особи, що пройшли:

* первинний інструктаж на робочому місці і що мають І кваліфікаційну групу по електробезпеці;
* попередній медичний огляд. До безпосередньої роботи з персональним комп’ютером допускаються особи, що не мають медичних протипоказань. Жінки з часу встановлення вагітності й у період годівлі дитини до виконання усіх видів робіт, пов’язаних з використанням персонального комп'ютера, не допускаються.

1. Небезпечними і шкідливими виробничими факторами при виконанні робіт на персональному комп’ютері є:

***а) фізичні:***

* підвищені рівні електромагнітного випромінювання;
* підвищені рівні рентгенівського випромінювання;
* підвищені рівні ультрафіолетового випромінювання;
* підвищені рівні інфрачервоного випромінювання;
* підвищені рівні статичної електрики;
* підвищені рівні запиленості повітря робочої зони;
* підвищений вміст позитивних аероіонів у повітрі робочої зони;
* знижена чи підвищена вологість повітря робочої зони;
* знижена чи підвищена рухливість повітря робочої зони;
* підвищений рівень шуму;
* підвищений чи знижений рівень освітленості;
* підвищений рівень засліпленості;
* нерівномірність розподілу яскравості в полі зору;
* підвищена яскравість світлового зображення;
* підвищений рівень пульсації світлового потоку;
* підвищене значення напруги в електричному ланцюзі, замикання якого може відбутися через тіло людини;

***б) хімічні:***

* підвищений вміст у повітрі робочої зони двоокису вуглецю, озону, аміаку, фенолу формальдегіду і полівінілхлоридних біфенідів;

в) психофізіологічні:

* напруга зору;
* напруга уваги;
* інтелектуальні навантаження;
* тривалі статичні навантаження;
* монотонність праці;
* великий обсяг інформації, оброблюваної в одиницю часу;
* нераціональна організація робочого місця;

г) біологічні:

* підвищений вміст у повітрі робочої зони мікроорганізмів.

1. Площа на одне робоче місце з персональним комп’ютером для дорослих користувачів повинна складати не менш 6 м2, а об’єм – не менш 20 м3.
2. Забороняється проводити ремонт персональних комп’ютерів безпосередньо в робочих, навчальних і дошкільних приміщеннях.
3. Схеми розміщення робочих місць з персональним комп’ютером повинні враховувати відстані між робочими столами з відеомоніторами (у напрямку тилу поверхні одного відеомонітора й екрана іншого відеомонітора), що повинні бути не менш 2м.
4. Робочий стілець (крісло) повинний бути підіймально-обертовим і регулюватися по висоті і кутам нахилу сидіння і спинки, а також по відстані спинки від переднього краю сидіння, при цьому регулювання кожного параметра повинно бути незалежним, легко здійснюваним і мати надійну фіксацію.
5. Екран відеомонітора повинен знаходитися від очей користувача на оптимальній відстані 600-700 мм, але не ближче 500 мм з урахуванням алфавітно-цифрових знаків і символів.
6. У приміщеннях з персональним комп'ютером щодня повинно проводитися вологе прибирання.
7. Приміщення з персональним комп'ютером повинні бути оснащені аптечкою першої допомоги й вуглекислотними вогнегасниками.
8. Висота робочої поверхні столу для дорослих користувачів повинна регулюватися в межах 680=800 мм; при відсутності такої можливості висота робочої поверхні столу повинна складати 725 мм.
9. Робочий стіл повинний мати простір для ніг висотою не менше 600 мм, шириною не менш 500 мм, глибиною на рівні колін не менш 450 мм і на рівні витягнутих ніг не менш 650 мм.
10. Клавіатуру варто розташовувати на поверхні столу на відстані 100-300 мм від краю, повернуту до користувача, чи на спеціальній регульованій по висоті робочої поверхні-стільниці.
11. Тривалість беззупинної роботи з персональним комп’ютером без регламентованих перерв не повинна перевищувати 45 хвилин.
12. Під час регламентованих перерв і з метою зниження нервово-емоційної напруги, стомлення зорового аналізатора, усунення впливу гіподинамії, запобігання розвитку стомлення доцільно виконувати комплекси спеціальних вправ для очей.
13. З метою зменшення негативного впливу монотонності доцільно застосовувати чергування операцій осмисленого введення тексту і числових даних (зміна змісту робіт), чергування редагування текстів і введення даних.
14. У випадках виникнення в працюючих з персональним комп'ютером зорового дискомфорту й інших несприятливих суб'єктивних відчуттів, незважаючи на дотримання санітарно-гігієнічних вимог, режимів праці і відпочинку варто застосовувати індивідуальний підхід в обмеженні часу робіт з персональним комп'ютером, корекцію тривалості перерв чи відпочинків, проводити зміну діяльності на іншу, не пов'язану з використанням персонального комп'ютера.

II. ВИМОГИ БЕЗПЕКИ ПЕРЕД ПОЧАТКОМ РОБОТИ.

2.1. Перед початком роботи користувач зобов'язаний:

* оглянути й упорядкувати робоче місце;
* переконатися в достатній освітленості, відсутності відображень на екрані зустрічного світлового потоку;
* переконатися в справності захисного заземлення;
* протерти спеціальною серветкою поверхню екрана;
* переконатися у відсутності дискет у дисководах системного блоку персонального комп'ютера;
* перевірити регулювання столу, стільця, положення устаткування, кута нахилу екрана, положення клавіатури і, при необхідності, відрегулювати їх з метою виключення незручних поз, тривалих напруг відповідно до вимог ергономіки.

2.2. При включенні комп’ютера користувач зобов'язаний дотримуватись наступної послідовності включення устаткування:

* монітор (при окремому підключенні монітора);
* периферійні пристрої (принтер, монітор, сканер і ін.);
* системний блок (монітор, при підключенні останнього через системний блок).

2.3. Користувачу забороняється приступати до роботи при:

* відсутності на ВДТгігієнічного сертифіката, що включає оцінку візуальних параметрів;
* відсутності інформації про результати атестації умов праці на даному робочому місці при наявності інформації про невідповідність параметрів даного устаткування вимогам санітарних норм;
* виявлені несправності устаткування;
* відсутності захисного заземлення пристрою ПЕВМ;
* відсутності вуглекислотного або порошкового вогнегасника й аптечки першої допомоги;
* порушенні гігієнічних норм розміщення ВДТ (при однорядному розташуванні менш 1 м від стіни, при розташуванні робочих місць у колону на відстані менш 2.5 м, при розміщенні на площі менш 6 м кв. на одне робоче місце, при рядному розміщенні дисплеїв.

1. Для зменшення дії шкідливих факторів рекомендується:

* підготувати робоче місце так, щоб виключити незручні пози і тривалі напруги, виключити відблиски на екрані;
* забезпечити висвітлення стіни якої-небудь поверхні за дисплеєм приблизно так само, як екрана;
* переважніше використовувати рідкокристалічний дисплей;
* встановити центр зображення на дисплеї на висоті 0,7 - 1,2 м від рівня підлоги.

1. Оглянути місце і забрати сторонні предмети.

**Ш. ВИМОГИ БЕЗПЕКИ ПІД ЧАС РОБОТИ.**

3.1. Користувач під час роботи зобов'язаний:

* виконувати тільки ту роботу, що йому була доручена і по якій він проінструктований;
* тримати в порядку і чистоті робоче місце;
* тримати відкритими усі вентиляційні отвори пристроїв;
* при необхідності припинення роботи на деякий час коректно закрити всі активні задачі;
* відключати живлення тільки в тому випадку, якщо під час перерви в роботі на комп’ютері змушений знаходитися в безпосередній близькості від відео терміналів, а в противному випадку живлення дозволяється не відключати;
* виконувати санітарні норми і дотримуватися режимів роботи і відпочинку;
* дотримуватися правил експлуатації обчислювальної техніки відповідно до інструкцій з експлуатації;
* при роботі з текстовою інформацією вибрати найбільш фізіологічний режим представлення чорних символів на білому тлі;
* витримувати встановлені режимом робочого часу регламентовані перерви в роботі і виконувати фізкультпаузи.

3.2. Користувачу під час роботи забороняється:

* торкатися одночасно екрана, монітора і клавіатури;
* доторкатися до задньої панелі системного блоку при включеному живленні;
* переключати роз'єми кабелів периферійних пристроїв при ввімкненому живленні;
* захаращувати верхні панелі пристроїв паперами і сторонніми предметами;
* захаращувати робоче місце папером, щоб не допустити нагромадженню органічного пилу;
* відключати живлення під час виконання активної задачі;
* робити часті перемикання живлення;
* допускати падання на поверхню системного блоку, клавіатури, принтеру різних предметів;
* робити самостійне відкриття і ремонт устаткування.
  1. Одним з численних режимів роботи є 45 хв. роботи на комп’ютері і 15 хв. перерви.
  2. При постійній роботі екран повинний бути в центрі огляду.

**IV. ВИМОГИ БЕЗПЕКИ ПО ЗАКІНЧЕННІ РОБОТИ.**

4.1 По закінченні роботи користувач зобов’язаний дотримуватися наступної послідовності вимкнення обчислювальної техніки:

* коректно закрити, завершити всі активні програми;
* переконатися, що в дисководах немає дискет;
* вимкнути живлення системного блоку;
* вимкнути живлення всіх периферійних пристроїв.
  1. По закінченні роботи користувач зобов'язаний оглянути й упорядкувати робоче місце, вимити руки.

**V ВИМОГИ БЕЗПЕКИ В АВАРІЙНИХ СИТУАЦІЯХ.**

5.1. Користувач зобов'язаний :

* у випадках виявлення обривів проводів живлення, несправності заземлення й інших ушкоджень електроустаткування, появи запаху горілого негайно відключити живлення і повідомити про аварійну ситуацію бібліотекаря;
* при ураженні людини струмом негайно звільнити її від дії струму шляхом відключення електроживлення і до прибуття лікаря надати потерпілому долікарняну допомогу;
* у будь-яких випадках збою в роботі технічного устаткування або програмного забезпечення негайно викликати представника інженерно-технічної служби експлуатації обчислювальної техніки;
* при загоранні устаткування відключити живлення і вжити заходів по гасінню джерела пожежі за допомогою вуглекислотного або порошкового вогнегасника, викликати пожежну команду і повідомити про подію адміністрацію.

1. У випадку відключення живлення, припинити роботу і повідомити бібліотекаря. Не намагатися самостійно з'ясовувати й усувати причину. Пам’ятайте, що напруга може так само зненацька з'явитися.