**Инструкция по охране труда при работе с оргтехникой**

**1. Область применения**

1.1. Настоящая инструкция по охране труда при эксплуатации оргтехники разработана на основе установленных обязательных требований по охране труда в Российской Федерации, а также:

1) изучения видов работ при эксплуатации оргтехники;

2) результатов специальной оценки условий труда;

3) анализа требований профессионального стандарта;

4) определения профессиональных рисков и опасностей, характерных при эксплуатации оргтехники;

5) анализа результатов расследования имевшихся несчастных случаев при эксплуатации оргтехники;

6) определения безопасных методов и приемов выполнения работ при эксплуатации оргтехники.

1.2. Выполнение требований настоящей инструкции обязательны для работников при выполнении им трудовых обязанностей независимо от их специальности, квалификации и стажа работы.

**2. Нормативные ссылки**

2.1. Инструкция разработана на основании следующих документов и источников:

2.1.1. **Трудовой кодекс Российской Федерации** от 30.12.2001 № 197-ФЗ;

2.1.2. **Правила по охране труда при эксплуатации электроустановок**, Приказ Минтруда от 15.12.2020 № 903н;

2.1.3. **Постановление Главного Государственного санитарного врача Российской Федерации** от 2 декабря 2020 года n 40 Об утверждении санитарных правил СП 2.2.3670-20 "санитарно-эпидемиологические требования к условиям труда".

**3. Общие требования охраны труда**

3.1. Настоящая Инструкция предусматривает основные требования по охране труда при эксплуатации оргтехники.

3.2. К работам с использованием оргтехники допускаются только работники:

* не моложе 18 лет, прошедшие предварительный (при поступлении на работу) и затем повторяющийся ежегодно медицинский осмотр;
* прошедшие вводный инструктаж по охране труда, а также все положенные на данный момент инструктажи по охране труда на рабочем месте;
* прошедшие обучение технике безопасности на рабочем месте по выполняемой работе с присвоением 1 группы по электробезопасности;
* выполняющие требования правил по эксплуатации конкретной оргтехники.

3.3. Помещение с оргтехникой должно быть оснащено аптечкой первой помощи и углекислотными или порошковыми огнетушителями.

3.4. Помещения для эксплуатации оргтехники должны иметь естественное и искусственное освещение, естественную и при необходимости – принудительную вентиляцию и соответствовать требованиям действующих норм и правил охраны труда. Рабочие места следует размещать вдали от силовых электрических кабелей и вводов трансформаторов, от технологического оборудования, создающего помехи в работе оргтехники и отрицательно влияющего на здоровье работников.

3.5. Площадь на одно рабочее место пользователей ПК должна составлять не менее 6 кв. м при рядном и центральном расположении, при расположении по периметру помещения – 4 кв. м. При использовании ПК без вспомогательных устройств (принтер, сканер и т. п.) с продолжительностью работы менее четырех часов в день допускается минимальная площадь на одно рабочее место 5 кв. м.

3.6. При работе на оргтехнике работник должен иметь 1 группы по электробезопасности

3.7. При работе на оргтехнике работнику необходимо знать и строго соблюдать требования по охране труда, пожарной безопасности, производственной санитарии.

3.8. Запрещается находиться в производственных помещениях в верхней одежде, раздеваться или вешать одежду, головные уборы, сумки на оборудование.

3.9. При работе на оргтехнике необходимо соблюдать требования пожарной безопасности.

Запрещается загромождать проходы, проезды, рабочие места, подходы к щитам с противопожарным инвентарем, пожарным кранам и общему рубильнику.

**3.10. Соблюдение правил внутреннего распорядка.**

3.10.1. При эксплуатации оргтехники работник обязан соблюдать действующие на предприятии правила внутреннего трудового распорядка и графики работы, которыми предусматриваются: время начала и окончания работы (смены), перерывы для отдыха и питания, порядок предоставления дней отдыха, чередование смен и другие вопросы использования рабочего времени.

**3.11. Требования по выполнению режимов труда и отдыха.**

3.11.1. При эксплуатации оргтехники работник обязан соблюдать режимы труда и отдыха.

3.11.2. Продолжительность ежедневной работы, перерывов для отдыха и приема пищи определяется Правилами внутреннего трудового распорядка ООО «Альфа», утвержденными приказом директора ООО «Альфа» от 01.01.2021г. № 003.

3.11.3. Время начала и окончания смены, время и место для отдыха и питания, устанавливаются по графикам сменности.

3.11.4 При эксплуатации оргтехники работник должен выходить на работу своевременно, отдохнувшим, подготовленным к работе.

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

3.12.1. При эксплуатации оргтехники на работника могут воздействовать опасные и вредные производственные факторы:

* повышенный уровень электромагнитного излучения;
* повышенный уровень ультрафиолетового излучения;
* повышенный уровень инфракрасного излучения;
* повышенный уровень статического электричества;
* повышенное содержание положительных/отрицательных аэроионов в воздухе рабочего пространства;
* повышенное содержание в воздухе рабочего пространства микроорганизмов, двуокиси углерода, озона, аммиака, фенола, формальдегида и поливинилхлоридных дифенилов;
* повышенный уровень шума от работы вентиляторов ПК;
* повышенный уровень прямой блесткости экранов ПК;
* неравномерность распределения яркости экранов ПК в поле зрения;
* напряжение зрения и внимания;
* большой объем информации, эмоциональные, интеллектуальные перегрузки;
* длительные статические нагрузки, монотонность труда.

3.12.2. В качестве опасностей, в соответствии с перечнем профессиональных рисков и опасностей ООО «Альфа», представляющих угрозу жизни и здоровью работников, при выполнении работ могут возникнуть следующие риски:

* опасность поражения током вследствие контакта с токоведущими частями, которые находятся под напряжением из-за неисправного состояния;
* опасность падения из-за потери равновесия, в том числе при спотыкании или поскальзывании, при передвижении по скользким поверхностям или мокрым пола (косвенный контакт);
* опасность от вдыхания дыма, паров вредных газов и пыли при пожаре;
* опасность воспламенения;
* опасность воздействия открытого пламени;
* опасность воздействия повышенной температуры окружающей среды;
* опасность насилия от враждебно настроенных работников;
* опасность насилия от третьих лиц;
* опасность возникновения взрыва, происшедшего вследствие пожара.

**3.13. Перечень специальной одежды, специальной обуви и средств индивидуальной защиты, выдаваемых работникам в соответствии с установленными правилами и нормами.**

3.13.1. При эксплуатации оргтехники работник обеспечивается спецодеждой, спецобувью и СИЗ в соответствии «Нормами бесплатной выдачи спецодежды, спецобуви и других средств индивидуальной защиты», утвержденными приказом директора ООО «Теле+»от 01.01.2021г. №002.

3.13.2. Выдаваемые специальная одежда, специальная обувь и другие средства индивидуальной защиты должны соответствовать характеру и условиям работы, обеспечивать безопасность труда, иметь сертификат соответствия.

3.13.3. Средства индивидуальной защиты, на которые не имеется технической документации, к применению не допускаются.

3.13.4. Личную одежду и спецодежду необходимо хранить отдельно в шкафчиках и гардеробной. Уносить спецодежду за пределы предприятия запрещается.

**3.14. Порядок уведомления администрации о случаях травмирования работника и неисправности оборудования, приспособлений и инструмента.**

3.14.1. При возникновении несчастного случая пострадавший должен постараться привлечь внимание кого-либо из работников к произошедшему событию, при возможности, сообщить о произошедшем начальнику отдела (для сообщения используют телефон 71-16), любым доступным для этого способом и обратиться в здравпункт (при наличии).

3.14.2. При эксплуатации оргтехники работник должен немедленно извещать непосредственного руководителя о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом несчастном случае, микротравме происшедших на производстве, или об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков острого профессионального заболевания (отравления).

3.14.3. При обнаружении в зоне работы несоответствий требованиям охраны труда (неисправность оборудования, приспособлений, неогороженный проём, оголенные провода и т.д.) немедленно сообщить об этом непосредственному руководителю.

**3.15. Правила личной гигиены, которые должен знать и соблюдать работник при выполнении работы.**

3.15.1. Для сохранения здоровья работник должен соблюдать личную гигиену.

3.15.2. При работе с веществами, вызывающими раздражения кожи рук, следует пользоваться защитными перчатками, защитными кремами, очищающими пастами, а также смывающими и дезинфицирующими средствами.

3.15.3. Перед приемом пищи обязательно мыть руки теплой водой с мылом.

3.15.4. Для питья употреблять воду из диспенсеров, чайников.

3.15.5. Курить и принимать пищу разрешается только в специально отведенных для этой цели местах.

**4. Требования охраны труда перед началом работы**

**4.1. Порядок подготовки рабочего места.**

4.1.1. Подготовить свое рабочее место к работе так, чтобы исключить неудобные позы, убрать посторонние предметы с рабочего места и из карманов одежды.

4.1.2. Проверить надежность установки рабочего стола, размещения оргтехники.

4.1.3. Произвести визуальный осмотр ПК, убедиться в исправности электророзеток, штепсельных вилок, питающих электрошнуров.  
Вилки и розетки сетевых соединений должны соответствовать евростандарту в части наличия третьего провода, обеспечивающего заземление оргтехники. При отсутствии третьего провода заземление должно быть выполнено обычным способом с применением заземляющего проводника и контура заземления.

4.1.4. Отрегулировать освещенность на рабочем месте с ПК, убедиться в отсутствии встречного светового потока. Для уменьшения воздействия вредных факторов рекомендуется не пользоваться люминесцентными лампами, протирать специальной салфеткой поверхность экрана ПК.

4.1.5. Перед включением оргтехники необходимо убедиться в том, что:

* корпус включаемой оргтехники не поврежден, на нем нет предметов, бумаги и пр.;
* вентиляционные отверстия в корпусе оргтехники ни чем не закрыты, не завалены бумагой, не заклеены липкой лентой, не перекрыты случайно каким-либо другим способом.

4.1.6. Включить оргтехнику в сеть 220 В, держа штепсельную вилку за корпус. Сначала включать принтер, дисплей, сканер, а затем – системный блок ПК.

4.1.7. Запрещается использование удлинителей, фильтров, тройников и т. п., не имеющих специальных заземляющих контактов.

4.1.8. Проветривать рабочее помещение перед включением и во время длительной работы множительной или печатающей оргтехники.

4.1.9. Запрещается приступать к работе на ПК:

* при нарушении гигиенических норм размещения и расположения ПК;
* отсутствии вблизи углекислотного или порошкового огнетушителя.

**4.2. Порядок проверки исходных материалов (заготовки, полуфабрикаты).**

4.2.1. Перед началом работы работник обязан проверить исправность и комплектность исходных материалов.

**4.3. Порядок осмотра средств индивидуальной защиты до использования.**

4.3.1. Перед эксплуатацией оргтехники работник обязан надеть положенные спецодежду, спецобувь и средства индивидуальной защиты, предварительно проверив их исправность.

4.3.2. При нарушении целостности спецодежды, спецобуви и СИЗ необходимо сообщить об этом непосредственному руководителю.

4.3.3. При эксплуатации оргтехники работник обязан правильно применять и поддерживать спецодежду, спецобувь и СИЗ в чистоте, своевременно заменять. При необходимости спецодежду нужно сдавать в стирку и ремонт. Изношенная до планового срока замены спецодежда, не подлежащая ремонту, списывается в установленном порядке.

**4.4. Порядок проверки исправности оборудования, приспособлений и инструмента, ограждений, сигнализации, блокировочных и других устройств, защитного заземления, вентиляции, местного освещения, наличия предупреждающих и предписывающих плакатов (знаков).**

4.4.1. Перед началом работы необходимо:

- отрегулировать освещенность на рабочем месте, убедиться в отсутствии отражений (бликов) на экране и клавиатуре, а также встречного светового потока;

- проверить правильность подключения оборудования к электросети;

- проверить исправность розетки, вилки сетевого шнура, проводов питания на отсутствие оголенных участков проводов;

- проверить правильность расположения оборудования:

- кабели электропитания (включая переноски и удлинители) должны находиться с тыльной стороны рабочего места;

- источники бесперебойного питания для исключения вредного влияния его повышенных магнитных полей должны быть максимально удалены от рабочего места;

- проверить надежность подключения к системному блоку разъемов экранного проводника и периферийного оборудования;

- протереть антистатической салфеткой поверхность экрана монитора;

- проверить правильность установки стола, кресла, подставки для ног и бумаг (пюпитра), угла наклона экрана, положение клавиатуры; 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.

4.4.2. При включении компьютера работник обязан соблюдать следующую последовательность включения оборудования:

- включить блок питания,

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

- включить системный блок (процессор).

4.1.3. Перед началом работы установить оптимальные значения эргономических визуальных параметров (яркость, внешняя освещенность экрана и др.).

4.4.4. Обо всех недостатках, а также неисправностях оборудования и защитных средств, обнаруженных при осмотре на рабочем месте, доложить руководителю для принятия мер по их полному устранению или замене.

4.4.5. Работник должен обеспечить чистоту и порядок на рабочем месте.

4.4.6. Осмотреть и подготовить свое рабочее место. Убрать все лишние предметы, не требующиеся для выполнения текущей работы (коробки, сумки, папки, книги и т.п.). Проверить подходы к рабочему месту, пути эвакуации на соответствие требованиям охраны труда.

**5. Требования охраны труда во время работы**

**5.1. Способы и приемы безопасного выполнения работ, использования оборудования, транспортных средств, грузоподъемных механизмов, приспособлений и инструментов.**

5.1.1. Выполнять только ту работу, к которой были допущены.

5.1.2. Выполнять санитарные нормы и соблюдать режимы работы и отдыха.

5.1.3. Запрещается во время работы пить какие-либо напитки, принимать пищу.

5.1.4. Запрещается размещать на рабочем столе любые жидкости в любой таре (в упаковке или в посуде).

5.1.5. При работе в положении сидя исключать длительные неудобные позы и статические напряжения тела.

5.1.6. Во время работы быть внимательным, не отвлекаться посторонними делами и разговорами.

5.1.7. Запрещается оставлять без присмотра включенную оргтехнику, вскрывать ее.

5.1.8. Работать с оргтехникой, соблюдая правила, устанавливаемые руководствами пользователя от завода-изготовителя.

5.1.9. При работе на оргтехнике исключить возможность одновременного прикосновения к ее проводящим поверхностям и к частям помещения или оборудования, имеющим соединение с землей (радиаторы батарей, металлоконструкции).

5.1.10. Во время работы не класть на блоки оргтехники бумаги, книги и другие предметы, которые могут закрыть вентиляционные отверстия.

5.1.11. Просыпанный тонер множительно-печатной техники следует немедленно собрать и удалить из помещения.

5.1.12. Экран дисплея ПК должен находится от глаз работающего на расстоянии 600–700 мм, минимально допустимое расстояние – 500 мм, центр изображения на дисплее – 0,7–1,2 м от уровня пола.

5.1.13. Во время работы на ПК запрещается:

касаться одновременно экрана дисплея и клавиатуры;

прикасаться к задней панели системного блока при включенном питании;

переключать разъемы интерфейсных кабелей периферийных устройств при включенном питании;

загромождать верхние панели блоков ПК бумагами и посторонними предметами;

допускать захламленность рабочего места бумагой;

производить отключение питания во время выполнения активной задачи;

производить частые переключения питания;

допускать попадания влаги на поверхности блоков ПК.

5.1.14. При постоянной работе с ПК экран дисплея располагать в центре поля обзора, документы – слева на столе или на подставке в одной плоскости с экраном.

**5.2. Требования безопасного обращения с исходными материалами (сырье, заготовки, полуфабрикаты)**

5.2.1. При эксплуатации оргтехники работник должен применять исправные оборудование и инструмент, сырье и заготовки, использовать их только для тех работ, для которых они предназначены. При производстве работ по выполнению рабочих операций быть внимательным, проявлять осторожность.

5.2.2. Следить за исправностью средств оргтехники и другого оборудования, соблюдать правила их эксплуатации и инструкции по охране труда для соответствующих видов работ.

**5.3. Указания по безопасному содержанию рабочего места.**

5.3.1. При эксплуатации оргтехнике работник должен поддерживать чистоту и порядок на рабочем месте.

5.3.2. Отходы бумаги, скрепок и т.д. следует своевременно удалять.с рабочего стола.

5.3.4. Содержать в порядке и чистоте рабочее место, не допускать загромождения коробками, сумками, папками, книгами и прочими предметами.

**5.4. Действия, направленные на предотвращение аварийных ситуаций.**

5.4.1. При выполнении работ на оргтехнике запрещается:

– производить какие-либо работы самовольно;

– отлучаться с рабочего места без ведома непосредственного руководителя;

– оставлять без присмотра работающее оборудование;

– снимать защитные устройства во время работы;

– прикасаться к частям оборудования, находящимся под напряжением;

– разрешать выполнение работ на оборудовании посторонним лицам;

– производить наладку, чистку, регулировку, а также устранять неполадки, не отключив оборудование от сети;

– опираться на стекло оригиналодержателя, класть на него какие-либо вещи помимо оригинала;

– работать на оборудовании с треснувшим стеклом;

– вынимать застрявшие листы, не отключив оборудование;

– пользоваться неисправным оборудованием, инструментом, приспособлениями, а также оборудованием, обращению с которыми работник не обучен;

– работать в помещении без вентиляции;

– производить работы без применения необходимых СИЗ;

– курить;

– пользоваться открытым огнем;

– работать под воздействием алкоголя, наркотиков, лекарств.

**5.5. Требования, предъявляемые к правильному использованию (применению) средств индивидуальной защиты.**

5.5.1. Работник, при посещении производственных площадок, обязан пользоваться и правильно применять выданные им средства индивидуальной защиты. Работать только в исправной спецодежде и спецобуви и применять индивидуальные средства защиты.

5.6. Не курить, не принимать пищу на рабочем месте.

5.7. Соблюдать правила перемещения в помещении и на территории организации, пользоваться только установленными проходами.

**6. Требования охраны труда в аварийных ситуациях**

**6.1. Перечень основных возможных аварий и аварийных ситуаций и причины, их вызывающие.**

6.1.1. Аварийными ситуациями при работе с применением оргтехники могут быть:

замыкание, обрыв провода в оргтехнике и, как следствие, возгорание в оргтехнике или в проводке с возникновением пожара;

замыкание, обрыв провода в оргтехнике и, как следствие, поражение электрическим током работника;

травмирование работника при падении после электротравмы;

внезапное заболевание: резкое ухудшение самочувствия, мышечная судорога, болевой шок от чрезмерной статической нагрузки, неловкого движения и т. п.

**6.2. Процесс извещения руководителя работ о ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, и о каждом произошедшем несчастном случаи.**

6.2.1. В случае обнаружения какой-либо неисправности, нарушающей нормальный режим работы, ее необходимо остановить. Обо всех замеченных недостатках непосредственного руководителя поставить в известность по номеру телефона (7-26)

6.2.2. При несчастном случае необходимо освободить пострадавшего от травмирующего фактора, соблюдая собственную безопасность, оказать ему первую помощь, при необходимости вызвать бригаду скорой помощи по телефону 103, сообщить о происшествии руководству и по возможности сохранить без изменений обстановку на рабочем месте, если это не приведет к аварии и/или травмированию других людей.

**6.3. Действия работника при возникновении аварий и аварийных ситуаций.**

6.3.1. При любой аварийной ситуации работнику необходимо обесточить оргтехнику, прекратить работу и сообщить об этом своему руководителю.

6.3.2. В случае возникновения пожара работнику необходимо сообщить в пожарную часть по телефону 01. Горящую электропроводку или оргтехнику, находящиеся под напряжением, следует тушить только углекислотными огнетушителями.

6.3.3. Запрещается применять пенные огнетушители для тушения электропроводок и оборудования под напряжением, так как пена – хороший проводник электрического тока.

6.3.4. В случае получения травмы необходимо в первую очередь освободить пострадавшего от травмирующего фактора, при освобождении пострадавшего от воздействия электрического тока обеспечить его предохранение от падения и удара, следить за тем, чтобы самому не оказаться в контакте с токоведущей частью оборудования. Необходимо немедленно известить своего руководителя о происшедшем несчастном случае и обратиться за медицинской помощью.

6.3.5. Пострадавшему необходимо немедленно оказать доврачебную помощь. Если пострадавший в сознании, то ему необходимо обеспечить полный покой, растирать кожу рук, ног, туловища. При отсутствии у пострадавшего дыхания и пульса сделать ему искусственное дыхание или провести непрямой массаж сердца до восстановления дыхания и пульса.

6.3.6. Работники обязаны обеспечить сохранение обстановки на месте аварии, несчастного случая, если это не грозит дальнейшим их развитием. В случае возможного развития аварийной ситуации работники должны принять необходимые предупредительные меры по обеспечению безопасности.

6.3.7. При возникновении неисправности в оргтехнике необходимо отключить ее от сети. Для устранения причин неисправности необходимо сообщить в соответствующие службы технического обслуживания.

6.3.8. В случае появления рези в глазах, резком ухудшении видимости, появления боли в пальцах и кистях рук, усилении сердцебиения немедленно сообщить о происшедшем руководителю, покинуть рабочее место и обратиться к врачу.

6.3.9. В случае отключения электроэнергии прекратить работу и доложить руководителю. Не пытаться самостоятельно устранять причину.

**6.4. Действия по оказанию первой помощи пострадавшим при травмировании, отравлении и других повреждениях здоровья.**

6.4.1. При несчастном случае, микротравме необходимо оказать пострадавшему первую помощь, при необходимости вызвать скорую медицинскую помощь, сообщить своему непосредственному руководителю и сохранить без изменений обстановку на рабочем месте до расследования, если она не создаст угрозу для работающих и не приведет к аварии.

6.4.2. Оказывая помощь пострадавшему при переломах костей, ушибах, растяжениях, надо обеспечить неподвижность поврежденной части тела с помощью наложения тугой повязки (шины), приложить холод. При открытых переломах необходимо сначала наложить повязку и только затем - шину.

6.4.3 При наличии ран необходимо наложить повязку, при артериальном кровотечении - наложить жгут.

6.4.4. Пострадавшему при травмировании, отравлении и внезапном заболевании должна быть оказана первая помощь и, при необходимости, организована его доставка в учреждение здравоохранения.

6.4.5. В случае обнаружения какой-либо неисправности, нарушающей нормальный режим работы, ее необходимо остановить. Обо всех замеченных недостатках поставить в известность непосредственного руководителя.

**7. Требования охраны труда по окончании работы**

**7.1. Порядок отключения, оборудования.**

7.1.1. По окончании работы работник обязан выполнить следующее:

отключить оргтехнику от сети, штепсельную вилку при этом держать за корпус;

привести в порядок свое рабочее место;

убрать документы в специально отведенные для них места хранения;

обо всех замеченных неисправностях и отклонениях от нормального состояния сообщить непосредственному руководителю;

привести рабочее место в соответствие с требованиями пожарной безопасности.

**7.2. Порядок осмотра средств индивидуальной защиты после использования.**

7.2.1. Снять средства индивидуальной защиты, спецодежду, спецобувь, осмотреть и удостоверится в их исправности, после чего убрать в индивидуальный шкаф или иное, предназначенное для них место. Не допускается хранение спецодежды на рабочем месте.

**7.3. Порядок уборки рабочего места.**

7.3.1. После окончания работ убрать рабочее место и привести в порядок используемое в работе оборудование.

**7.4. Требования соблюдения личной гигиены.**

7.4.1. По окончанию работ работник должен вымыть руки теплой водой с мылом.

**7.5. Порядок извещения руководителя работ о недостатках, влияющих на безопасность труда, обнаруженных во время работы.**

7.5.1. Об окончании работы и всех недостатках, обнаруженных во время работы, известить своего непосредственного руководителя.

7.6. Выйти с территории предприятия через проходную.