

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания профсоюзного  
комитета  
от 28.03.2024 № 4

УТВЕРЖДЕНО

Первый проректор

М.В. Давыдов

28.03.2024

## ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда при  
использовании в работе  
офисного оборудования  
№ 1-10

### ГЛАВА 1

#### ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА

1. Настоящей Инструкцией определяются требования по охране труда при использовании в работе офисного оборудования.

Для целей настоящей Инструкции под офисным оборудованием понимаются персональные электронные вычислительные машины (далее – ПЭВМ), копировально-множительная техника, сканирующие устройства, которые, анализируя какой-либо объект (изображение, текст), создают цифровую копию изображения объекта (далее – офисное оборудование).

2. К выполнению работ с использованием офисного оборудования допускаются работающие, прошедшие в установленном законодательством порядке вводный инструктаж по охране труда и изучившие настоящую Инструкцию (далее – работающие).

3. В процессе использования в работе офисного оборудования на работающих возможно воздействие следующих вредных и (или) опасных производственных факторов:

повышенный уровень электромагнитных излучений;

повышенный уровень ионизирующих излучений;

повышенный уровень статического электричества;

повышенная напряженность электростатического поля;

повышенная или пониженная ионизация воздуха;

повышенная яркость света;

прямая и отраженная блескость;

повышенное значение напряжения в электрической цепи, замыкание которой может произойти через тело человека;

статические перегрузки костно-мышечного аппарата и динамические локальные перегрузки мышц кистей рук;

перенапряжение зрительного анализатора.

В зависимости от условий труда, в которых применяется офисное оборудование, и характера работы на работающих могут воздействовать другие вредные и (или) опасные производственные факторы.

4. При использовании в работе офисного оборудования по назначению работающие обязаны:

соблюдать режим труда и отдыха, установленный законодательством, правилами внутреннего трудового распорядка университета, трудовую дисциплину; поддерживать свое рабочее место (место для выполнения работы (оказания услуги), офисное оборудование в исправном состоянии, порядке и чистоте;

выполнять требования пожарной безопасности;

заботиться о личной безопасности и личном здоровье, а также о безопасности окружающих в процессе выполнения работ либо во время нахождения на территории университета;

знать местонахождение аптечки первой помощи универсальной;

немедленно сообщать непосредственному руководителю о неисправности офисного оборудования и иных неполадках, препятствующих выполнению работы, и не приступать к работе до их устранения;

немедленно сообщать непосредственному руководителю о любой ситуации, угрожающей жизни или здоровью работающих и окружающих, несчастном случае, произошедшем на производстве, оказывать содействие работодателю в принятии мер по оказанию необходимой помощи потерпевшим и доставке их в организацию здравоохранения;

выполнять нормы и обязательства по охране труда, предусмотренные коллективным договором, трудовым договором, правилами внутреннего трудового распорядка, функциональными (должностными) обязанностями;

оказывать содействие и сотрудничать с нанимателем в деле обеспечения здоровых и безопасных условий труда, немедленно извещать своего непосредственного руководителя о неисправности офисного оборудования, об ухудшении состояния своего здоровья.

исполнять другие обязанности, предусмотренные законодательством об охране труда.

5. При использовании в работе офисного оборудования работающим необходимо:

пользоваться исправными выключателями, розетками, штепсельными вилками и другой электроарматурой;

знать и соблюдать требования эксплуатационных документов организаций-изготовителей используемого офисного оборудования;

соблюдать правила личной гигиены;

производить чистку офисного оборудования после отключения его от электрической сети.

6. Работающий имеет право отказаться от выполнения порученной работы с использованием офисного оборудования в случае возникновения непосредственной опасности для жизни и здоровья его и окружающих до устранения этой опасности. При отказе от выполнения порученной работы по указанному основанию работающий обязан незамедлительно письменно сообщить непосредственному руководителю о мотивах такого отказа, подчиняться правилам внутреннего трудового распорядка, за исключением выполнения вышеуказанной работы.

7. Не допускается появление работающих в состоянии алкогольного опьянения либо в состоянии, вызванном потреблением наркотических средств, психотропных веществ, их аналогов, токсических или других одурманивающих веществ, а также распитие спиртных напитков, употребление наркотических средств, психотропных

веществ, их аналогов, токсических или других одурманивающих веществ в рабочее время и по месту работы.

## ГЛАВА 2 ТРЕБОВАНИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА ПЕРЕД НАЧАЛОМ РАБОТЫ

8. Перед началом работы с использованием офисного оборудования работающему следует:

убедиться в достаточном освещении места, где расположено офисное оборудование, при необходимости включить местное освещение;

проверить:

целостность питающих и соединительных кабелей, разъемов и штепсельных соединений, защитного заземления (зануления);

оснащенность рабочего места (места для выполнения работы (оказания услуги) и убедиться в устойчивости положения офисного оборудования на рабочей поверхности;

отсутствие видимых повреждений офисного оборудования;

протереть при необходимости поверхность экрана видеомонитора сухой мягкой тканевой салфеткой;

отрегулировать подъемно-поворотный стул (кресло) по высоте сиденья и углам наклона спинки, а также расстоянию спинки от переднего края сиденья, с учетом роста. Регулировка каждого параметра подъемно-поворотного стула (кресла) должна быть независимой, легко осуществляемой и иметь надежную фиксацию;

отрегулировать положение подставки для ног (в случае ее использования);

включить офисное оборудование в электрическую сеть;

расположить клавиатуру ПЭВМ на поверхности рабочего стола на расстоянии 100 - 300 мм от края, обращенного к работающему, или на специальной, регулируемой по высоте поверхности, отделенной от основной столешницы;

разместить экран видеомонитора на расстоянии 600 - 700 мм от глаз, но не ближе 500 мм с учетом размеров алфавитно-цифровых знаков и символов (далее – оптимальное расстояние от экрана видеомонитора до глаз) так, чтобы уровень глаз при вертикально расположенном экране видеомонитора приходился на центр или 2/3 высоты экрана;

убедиться в отсутствии бликов (отражений) на экране видеомонитора, встречного светового потока. Возможные мешающие отражения и отблески на экране видеомонитора и другом оборудовании устраняются путем соответствующего их размещения, расположения светильников местного освещения. Для снижения яркости в поле зрения при естественном освещении необходимо применить регулируемые жалюзи, плотные шторы.

9. Перед началом работы с использованием офисного оборудования не допускается:

включать охлажденное (принесенное с улицы в зимнее время) офисное оборудование;

использовать для подключения офисного оборудования розетки, удлинители, не оснащенные заземляющим контактом (шиной);

устанавливать системный блок в закрытых нишах мебели, непосредственно на полу;

располагать экраны видеомониторов навстречу друг другу при рядном размещении рабочих столов в целях исключения их взаимного отражения;

приступать к работе с ПЭВМ при:

мелькании изображения на экране видеомонитора;

обнаружении неисправности офисного оборудования, кабелей или проводов, разъемов, штепсельных соединений;

отсутствии или неисправности защитного заземления (зануления) офисного оборудования.

### ГЛАВА 3

#### ТРЕБОВАНИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ РАБОТЫ

10. Работающему необходимо выполнять только ту работу, которая ему поручена.

11. При выполнении работы с использованием офисного оборудования работающий должен:

поддерживать в порядке и чистоте офисное оборудование и свое рабочее место (место для выполнения работы (оказания услуги));

использовать офисное оборудование исключительно по назначению;

держат открытыми вентиляционные отверстия офисного оборудования;

соблюдать оптимальное расстояние от экрана видеомонитора до глаз;

поддерживать рациональную рабочую позу и оптимальное размещение на рабочей поверхности используемого офисного оборудования с учетом его количества и конструктивных особенностей, характера выполняемой работы;

вынимать застрявшую бумагу при отключенном офисном оборудовании от электрической сети;

осуществлять проветривание помещения.

12. Работающий вправе периодически прерывать работу за экраном видеомонитора на регламентированные перерывы, в случае их установления, для обеспечения работоспособности и сохранения здоровья, или заменять другой работой с целью сокращения рабочей нагрузки у экрана.

13. Во время регламентированных перерывов, в случае их установления, с целью снижения нервно-эмоционального напряжения, утомления зрительного анализатора, устранения влияния гиподинамии и гипокинезии, предотвращения развития статического утомления работающему необходимо выполнять физические упражнения и упражнения для глаз.

14. При выполнении работы с использованием офисного оборудования работающему не допускается:

работать мокрыми руками и способствовать попаданию влаги на поверхность офисного оборудования;

качаться на стуле;

прикасаться к панелям с разъемами офисного оборудования, разъемам питающих и соединительных кабелей, экрану видеомонитора при включенном питании;

ставить на кабель предметы, натягивать, перекручивать и перегибать его;

касаться кабеля (шнура) горячими предметами;  
загромождать установленные для перемещения проходы;  
загромождать рабочее место (место для выполнения работы (оказания услуги));  
производить переключения и отключение питания во время выполнения активной задачи, а также частые переключения питания;  
производить самостоятельно вскрытие и ремонт офисного оборудования;  
вытирать пыль на включенном офисном оборудовании.

#### ГЛАВА 4 ТРЕБОВАНИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА ПО ОКОНЧАНИИ РАБОТЫ

15. По окончании работы с использованием офисного оборудования работающему следует:

- корректно закрыть все активные задачи;
- отключить офисное оборудование от электрической сети;
- осмотреть и привести в порядок рабочее место (место для выполнения работы (оказания услуги));
- при необходимости протереть поверхности периферийных устройств (клавиатуру, манипулятор «мышь», принтер, сканер и другое). Протирание периферийных устройств производить мягкой ветошью с применением специальных чистящих средств.

#### ГЛАВА 5 ТРЕБОВАНИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

16. Аварийными являются ситуации, которые могут привести к аварии или несчастному случаю.

17. При возникновении аварийных ситуаций: несчастного случая, пожара или возгорания, стихийного бедствия и др. следует немедленно прекратить работу, принять меры к эвакуации людей из опасной зоны, сообщить (в том числе через кого-либо) о ситуации непосредственному руководителю, вызвать при необходимости подразделения аварийных специальных служб:

- по чрезвычайным ситуациям – по телефону «101», «112»;
- скорой медицинской помощи – по телефону «103».

18. При повреждении офисного оборудования, проводов, кабелей, неисправности заземления (зануления), появлении запаха гари, возникновении необычного шума и других неисправностях работающему необходимо:

- немедленно отключить офисное оборудование от электрической сети;
- сообщить о случившемся непосредственному руководителю или иному уполномоченному должностному лицу работодателя.

Устранение всех видов неисправностей должен выполнять только квалифицированный персонал, имеющий допуск на выполнение соответствующих работ.

19. В случае сбоя в работе офисного оборудования или программного обеспечения работающий обязан сообщить об этом специалисту, осуществляющему техническое обслуживание офисного оборудования университета, для устранения неполадок.



20. При возникновении пожара или возгорания необходимо немедленно:  
прекратить работу и обеспечить безопасную эвакуацию работающих из опасной зоны;  
обесточить оборудование в зоне пожара или возгорания;  
вызвать подразделения по чрезвычайным ситуациям, после чего:  
немедленно сообщить о пожаре (возгорании) непосредственному руководителю, указав точное место его возникновения;  
приступить, по возможности, к ликвидации пожара, используя первичные средства пожаротушения.

Применение воды и пенных огнетушителей для тушения находящегося под напряжением электрооборудования не допускается. Для этих целей используются углекислотные и порошковые огнетушители.

При возникновении непосредственной угрозы жизни и здоровью вследствие воздействия опасных факторов пожара или возгорания следует немедленно покинуть место пожара или возгорания по путям эвакуации.

По прибытии подразделений по чрезвычайным ситуациям следует сообщить необходимые сведения об очаге пожара и мерах, принятых по его ликвидации.

21. При несчастном случае на производстве работающему необходимо:  
принять меры по предотвращению воздействия на потерпевшего травмирующих факторов;

оказать потерпевшему первую помощь;

вызвать на место происшествия медицинских работников или доставить потерпевшего в организацию здравоохранения;

сообщить о несчастном случае непосредственному руководителю и в отдел охраны труда или попросить сделать это кого-либо из окружающих.

22. Если несчастный случай произошел с самим работающим, он должен, по возможности, обратиться за помощью к медицинским работникам, и сообщить об этом непосредственному руководителю и в отдел охраны труда или попросить сделать это кого-либо из окружающих.

23. При авариях и несчастных случаях на производстве работающему следует обеспечить до начала расследования сохранность обстановки, если это не представляет опасность для жизни и здоровья работающих.

24. В случае внезапного ухудшения здоровья работающий должен прекратить работу, выключить оборудование, сообщить об этом непосредственному руководителю и при необходимости обратиться за медицинской помощью.

СОГЛАСОВАНО

Начальник ООТ

В.А.Литош

Начальник ЦИИР

С.А.Мигалевич