	>>	20г.
		М.А. Чистякова
КО	митета	
П	редседа	атель профсоюзного
C	ОГЛА(COBAHO

У	ГВЕРЖ	ДАЮ
Ди	пректор	МАУ ДО «ДХШ №1» ГО
		гамак РБ
		В.А. Курбатов
<<	>>	20 г.

ИНСТРУКЦИЯ № 25

по охране труда для работы на персональных электронновычислительных машин (ПЭВМ)

1. Общие требования безопасности

1. К работе на ПЭВМ (далее – пользователи) допускаются лица, не имеющие медицинских противопоказаний. Прошедшие вводный инструктаж по охране труда и, при необходимости, первичный инструктаж по охране труда на рабочем месте. Пользователи, работающие с ПЭВМ более 50% рабочего времени (профессионально связанные с эксплуатацией ПЭВМ), должны проходить обязательные предварительные при поступлении на работу и периодические медицинские осмотры.

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;
- статические фихические перегрузки;
- перенапряжение зрительных анализаторов.
 - 2.Работник обязан:
- выполнять только ту работу, которая определена его должностной инструкцей;
- содержать в чистоте рабочее место;
- соблюдать режим труда и отдыха в зависимости от продолжительности, вида и котегории трудовой деятельности;
- соблюдать меры пожарной безопасности.
- 3. Рабочие места с компьютерами должны размещаться таким образом, чтобы расстояние от экрана одного видеомонитора до тыла другого было не менее 2,0 м, а расстояние между боковыми поверхностями видеомониторов не менее 1,2.

4. Рабочие столы следует размещать таким образом, чтобы мониторы были ориентированы боковой стороной к световым проемам, чтобы естественный свет падал преимущественно слева.

Рабочая мебель для пользователей компьютерной техники должна отвечать следующим требованиям:

- высота рабочей поверхности стола должна регулироваться в пределах 680-800; при отсутствии такой возможности высота рабочей поверхности стола должна составлять 725 мм;
- рабочий стол должен иметь пространство для ног высотой не менее 600 мм, глубиной на уровне колен не менее 450 мм и на уровне вытянутых ног не менее 650 мм;
- рабочий стул (кресло) должен быть подъемно-поворотным и регулируемым по высоте и углам наклона сиденья и спинки, а также расстоянию спинки от переднего края сиденья;
- рабочее место должно быть оборудовано подставкой для ног, имеющей ширину не менее 300 мм, глубину не менее 400 мм, регулировку по высоте в пределах до 150 мм и по углу наклона опорной поверхности подставки до 20°; поверхность подставки должна быть рифленой и иметь по переднему краю бортик высотой 10 мм;
- рабочее место с персональным компьютером должно быть оснащено легко перемещаемым пюпитром для документов.
- 5. Освещенность на поверхности стола в зоне размещения рабочего документа должна быть 300-500 лк. Освещение не должно создавать бликов на поверхности экрана. Освещенность поверхности экрана не должна быть более 300лк.
- 6. Для обеспечения нормируемых значений освещенности в помещениях для использования ПЭВМ следует проводить чистку стекол оконных рам и светильников не реже двух раз в год и проводить своевременную замену перегоревших ламп.
- 7. Работник обязан соблюдать режим труда и отдыха при работе в ПК в зависимости от продолжительности, вида и категории трудовой деятельности:
- группа A работа по считыванию информации с экрана ВДТ с предварительным запросом,
- группа Б робота по вводу информации,
- группа В творческая работа в режиме диалога с ПЭВМ.

При выполнении в течении рабочего дня работ, относящихся к различным выдам трудовой деятельности, за основную работу с компьютером следует принимать такую, которая занимает не менее 50% времени в течение рабочего дня.

Для видов трудовой деятельности устанавливается 3 категории тяжести и напряженности работы с компьютером, которые определяются: для группы A – по суммарному числу считываемых знаков за рабочую смену (не более 60000

знаков за рабочий день); для группы B – по суммарному числу считываемых или вводимых знаков за рабочий день (не более 40000 знаков за смену); для группы B - по суммарному времени непосредственной работы с компьютером за рабочую смену (не более 6 часов за рабочий день).

При 8-часовом рабочем дне и работе на компьютере регламентируемые перерывы следует устанавливать:

Для I категории работ через 2 часа от начала рабочего дня и через 2 часа после обеденного перерыва продолжительностью 15 мин каждый;

Для II категории работ через 2 часа от начала рабочего дня и через 1,5 - 2 часа после обеденного перерыва продолжительностью 15 минут каждый или продолжительностью 10 мин через каждый час работы;

Для III категории работ через 105-2 часа он начала рабочего дня и через 105-2 чача после обеденного перерыва продолжительностью 15 мин через каждый час работы.

Приложение 1

Категория	Уровень на	агрузки за рабо	Суммарное время		
работы в	работы в при видах работ в ВДТ			регламентированных	
ВДТ или	ВДТ или		перерывов, мин		
ПЭВМ					
	группа А,	группа Б,	группа В,	при 8-часвом	
	количество	количество	количество	рабочем дне	
	знаков	знаков	знаков		
I	до 20000	до 15000	до2	50 мин	
II	до 40000	до 30000	до4	70 мин	
III	до 60000	до 40000	до6	90 мин	

- 8. В случае возникновения у пользователей зрительного дискомфорта и других неблагоприятных субъективных ощущений, несмотря на соблюдение санитарно-гигиенических, эргономических требований, режимов труда и отдыха, следует применять индивидуальный подход в ограничении времени работ и коррекцию длительности перерывав.
- 9. Женщины со времени установления беременности переводятся на работы, не связанные с использование ПЭВМ, или для них ограничивается время работы с ПЭВМ (не более 3 часов в течении рабочего дня).
- 10. Временные допустимые уровни электромагнитного поля, создаваемые ПЭВМ на рабочих местах не должны превышать указанных в таблице 1.

Наимено	ВДУ	
Напряженность	В диапазоне частот 5 Гц-2кГц	25 В/м
электрического поля	В диапазоне частот 2кГц-400кГц	2,5 В/м
Плотность магнитного	В диапазоне частот 5 Гц-2 кГц	250 нТл
потока	В диапазоне частот 2кГц-400 кГц	25 нТл
Напряженность электростати	15 кВ/м	

11. Допустимые значения уровней звукового давления в октавных полосах частот и уровня звука, создаваемого ПЭВМ не должны превышать указанных в таблице 2.

Таблица 2

Уровни звукового давления в октавных полосах со среднегеометрическими частотами							Уровни		
31,5 Гц	63 Гц	125 Гц	250 Гц	500 Гц	1000	2000	4000	8000	звука
					Гц	Гц	Гц	Гц	дБа
86 дБ	71 дБ	61 дБ	54 дБ	49 дБ	45 дБ	42 дБ	40 дБ	38 дБ	

- 12. В производственных помещениях, в которых работа с использованием ПЭВМ является вспомогательной, температура, относительная влажность и скорость движения воздуха на рабочих местах должны соответствовать действующим санитарным нормам микроклимата производственных помещений.
- 16. Помещения с ПЭВМ должны быть обеспечены углекислотными огнетушителями, аптечками первой помощи.
- 17. В помещениях с ПЭВМ должна ежедневно производиться влажная уборка.
 - 18. Для обеспечения пожарной безопасности пользователи обязаны:
- курить в специально отведенном для этой цели месте, оборудованном средствами пожаротушения;
- не применять открытый огонь в помещениях с ПЭВМ и копировальномножительными аппаратами;
- не допускать скопления пыли на оборудовании;
- не загромождать проходы и входы в помещения посторонними предметами, держать свободными доступы к средствам пожаротушения;
- иметь на видном месте исправный огнетушитель.
- 19. Если во время работы произошел несчастный случай, работники администрации обязаны оказать первую (доврачебную) помощь пострадавшему, доложить о случившемся администрации и принять меры по сохранению обстановки, при которой произошел несчастный случай (если это не сопряжено с опасностью для жизни и здоровья людей).
- при неисправности оборудования прекратить работу и сообщить о случившемся администрации. Не приступать к работе на данном оборудовании до полного устранения неисправности.

- в случае появления рези в глазах, резком ухудшении видимости (невозможно сфокусировать взгляд или навести его на резкость), появлении боли в кистях и пальцах рук, усилении сердцебиения покинуть рабочее место, сообщить о происшедшем руководителю работ и обратиться к врачу.

II. Требования безопасности по окончании работы.

По окончании работы пользователи обязаны:

- выключить оборудование из электрической сети;
- привести в порядок рабочее место, отключить систему кондиционирования воздуха, тщательно вымыть лицо и руки с мылом.
- сообщить администрации обо всех замеченных недостатках и сбоях в работе оборудования.

Специалист по охране труда

J. Woh

Г.Б. Ибрагимова

Mynaf Plypasies a l. l.

Many Care robg T. T.

Many Care robg D. D.

Miller llyraeis gunobo B. K.

M. Baringsenna P. K.