

# УКРАЇНА

## РОЗПОРЯДЖЕННЯ

### КІРОВОГРАДСЬКОГО МІСЬКОГО ГОЛОВИ

від 12 червня 2017 року

№41

Про затвердження переліку та інструкцій з охорони праці

Керуючись ст. 140 Конституції України, ст. 42 Закону України «Про місцеве самоврядування в Україні», відповідно до Закону України «Про охорону праці», Типового положення про порядок проведення навчання і перевірки знань з питань охорони праці та Переліку робіт з підвищеною небезпекою, затверджених наказом Державного комітету України з нагляду за охороною праці від 26 січня 2005 року № 15, зареєстрованих в Міністерстві юстиції України 15 лютого 2005 року за № 231/10511 і № 232/10512 відповідно, та з метою створення на кожному робочому місці безпечних і нешкідливих умов праці:

1. Затвердити перелік інструкцій з охорони праці та інструкції, зазначені в цьому переліку (додаються).
2. Інструкції з охорони праці ввести у дію з 15 червня 2017 року.
3. Заступнику начальника загального відділу Федоровій Л.А. (для виконавчих органів без статусу юридичної особи) та керівникам виконавчих органів Кіровоградської міської ради зі статусом юридичної особи зареєструвати інструкції з охорони праці у Журналі реєстрації інструкцій з охорони праці.
4. Контроль за виконанням даного розпорядження покласти на керуючого справами виконавчого комітету міської ради Бондаренко А.В.

Міський голова

А.Райкович

**ЗАТВЕРДЖЕНО**

Розпорядження міського голови  
12 червня 2017 № 41

**Перелік  
інструкцій з охорони праці,  
що діють в Кіровоградській міській раді**

1. Інструкція № 1 з охорони праці про надання першої (долікарської) допомоги
2. Інструкція № 2 з охорони праці при користуванні електропобутовими приладами
3. Інструкція № 3 з охорони праці під час робіт на персональному комп'ютері і відеодисплейних терміналах
4. Інструкція № 4 з охорони праці про порядок переміщення працівників Кіровоградської міської ради за межами робочого місця

**ЗАТВЕРДЖЕНО**

Розпорядження міського голови

12 червня 2017 № 41

**ІНСТРУКЦІЯ № 1**

**З ОХОРОНИ ПРАЦІ**

**ПРО НАДАННЯ ПЕРШОЇ (ДОЛІКАРСЬКОЇ) ДОПОМОГИ**

м. Кропивницький

2017 рік

## **1. Загальні положення**

При нещасних випадках дуже важливо до приїзду лікаря своєчасно і правильно надати першу допомогу потерпілому, тому кожен працівник повинен вміти надавати першу допомогу постраждалому.

У кожному виконавчому органі Кіровоградської міської ради повинна бути аптечка з перев'язувальними матеріалами і медикаментами. Слід знати, де знаходиться найближче відділення зв'язку, звідки можна повідомити про нещасний випадок у санчастину, медпункт чи в лікарню.

## **2. Надання першої допомоги при травмах**

### **2.1. Забиті місця**

При ударах – забезпечити потерпілому повний спокій, прикласти до забитого місця холодний компрес. Якщо є подряпини, то шкіру треба змастити розчином йоду та накласти пов'язку зі стерильного бинта.

При ударах із синцями не слід класти примочки, місце удару слід змастити розчином йоду і накласти пов'язку.

### **2.2. Розтяг зв'язок, вивихи**

При розтягу зв'язок суглобів – підняти хвору кінцівку догори, накласти холодний компрес і створити повний спокій до прибуття лікаря.

При вивихах – зробити підтримуючу пов'язку, яка забезпечить нерухомість вивихнутої кінцівки, і застосувати холодну примочку. Без лікаря суглоби не вправляти.

### **2.3. Переломи**

При переломах кінцівок – забезпечити спокій в місці перелому за допомогою нерухомих пов'язок із шинами. Застосовуються спеціальні шини та шини з підручних засобів (дошка, палки, фанера тощо). Накласти шини так, щоб вони захоплювали два найближчі до перелому суглоби. Шини прибинтувати до кінцівок.

При відкритих переломах насамперед слід змазати місце перелому розчином йоду та накласти на рану стерильну пов'язку (індивідуальний пакет). Накласти шину.

Вправляти кістки не слід, оскільки у цьому випадку необхідна лікарсько-хірургічна обробка.

В усіх випадках переломів негайно направити постраждалого до медичної установи.

### 3. Надання першої допомоги при пораненнях

При пораненнях (колотих, рваних, різаних) – змастити шкіру навколо рани йодною настоякою і перев'язати рану за допомогою індивідуального перев'язувального пакета (стерильного бинта). Не можна торкатися до рани рукою, промивати її водою, перев'язувати рану нестерильними матеріалами, а також накладати вату на рану і витягати з рани сторонні предмети, що потрапили туди.

При кровотечах – негайно зупинити кровотечу. Для цього слід накласти на рану тугу пов'язку і підняти кінцівку. Можна також попередньо притиснути пальцями судини, а потім накласти джгут, тугу пов'язку вище рани. Джгут накладається тільки на кінцівки, де судини можна легко притиснути до кістки. Джгут накладається зверху одягу вище місця поранення. Дуже перетягувати кінцівку не слід, мірою здавлювання є припинення кровотечі. Після накладання джгута слід перев'язати рану. Залишати джгут на рані можна не більше двох годин, в іншому разі можливе омертвіння тканин.

При заporошенні очей – промити очі розчином борної кислоти (одна чайна ложка на склянку води) чи чистою перевареною водою, не можна терти очі рукою.

### 4. Надання першої допомоги при ураженні електричним струмом

При ураженні електрострумом – якомога швидше звільнити потерпілого від дії струму. Слід пам'ятати, що торкатися до потерпілого металевими чи вологими предметами, незахищеними руками небезпечно. Якщо потерпілий залишається в контактi зі струмопровідними елементами, потрібно насамперед звільнити його від дії електричного струму. Якщо не можна швидко вимкнути установку, необхідно відділити (відірвати) потерпілого від струмопровідних частин.

При напрузі в установках до 1000 В можна взятися за одяг потерпілого, якщо він сухий, не торкаючись відкритих частин тіла, користуватися гумовими рукавицями, намотати на руку шарф, прогумований плащ і т.п.

При напрузі в електричних установках понад 1000 В рятівник повинен одягти діелектричні боти, рукавиці і діяти штангою.

Заходи першої допомоги залежать від стану потерпілого після його звільнення від дії струму. Якщо потерпілий при свідомості, необхідно забезпечити йому повний спокій до прибуття лікаря чи швидко доставити в лікувальний заклад. Якщо ж потерпілий без свідомості, але дихання зберігається, його треба зручно покласти, забезпечити спокій, створити приток свіжого повітря, давати нюхати нашатирний спирт, розтирати і зігрівати тіло. Одночасно слід негайно викликати лікаря.

За відсутності в потерпілого ознак життя (дихання, серцебиття, пульс) необхідно терміново викликати лікаря, а до прибуття його негайно розпочати робити штучне дихання та не зупиняти його до відновлення дихання. Ефективний спосіб штучного дихання - "рот в рот".

## **5. Надання першої допомоги при обмороженнях**

Розрізняють три ступені обмороження:

1 – побіління і втрата чутливості;

2 – почервоніння і поява міхурів;

3 – омертвіння тканин, які набувають буро-чорного кольору.

При обмороженні 1 ступеня слід розтерти обморожені місця тіла сухою теплою рукавичкою чи суконною ганчіркою до почервоніння, а потім накласти теплу пов'язку.

При обмороженні 2 і 3 ступенів слід накладати тільки стерильні сухі пов'язки, забезпечити негайну доставку потерпілого до медичної установи.

## **6. Надання першої допомоги при теплових та сонячних ударах**

При тепловому та сонячному ударах – перенести постраждалого в тінь, надати йому напівсидяче положення, розстібнути комір, ремінь, зняти стискаючий одяг, змочити груди та голову холодною водою, дати пити холодну воду, при відсутності дихання застосувати штучне дихання.

## **7. Опіки**

Розрізняють три ступені опіків:

1 - почервоніння і припухлість шкіри;

2 - міхурі, наповнені прозорою рідиною;

3 - обвуглення.

При опіках 1 ступеня – змастити уражене місце розчином марганцевокислого калію чи 2-процентним розчином питної соди, присипати тальком, крохмалем чи содою, змастити жиром.

При опіках 2 ступеня – міхурі не проколувати. Місця опіку змочити марганцевокислим калієм чи чистим спиртом, після чого обережно накласти стерильну пов'язку (суху), щоб не порвати міхурів.

При опіках хімічними речовинами (кислотами, каустичною содою, негашеним вапном та ін.) попечене місце слід змивати сильним струменем води протягом 10-15 хв., а потім накласти на нього пов'язку, змочену розчином соди (при опіках кислотами) чи розчином борної кислоти (при опіках каустичною содою, вапном).

## **8. Надання першої допомоги при отруєннях**

При отруєнні окисом вуглецю (чадним газом) – вивести постраждалого на свіже повітря, розстібнути комір, ремінь, пояс, звільнити від стискаючого одягу, покласти його та тепло вкрити. При припиненні дихання негайно розпочати штучне дихання.

При отруєнні кислотами та лугами – негайно прополоскати рота водою, випити 3-4 склянки води, лягти та тепло вкритися. Суворо забороняється викликати блювоту.

При отруєнні іншими отруйними рідинами – постраждалому необхідно випити якнайбільше води, викликати блювання введенням двох пальців в рот. Цю процедуру слід повторити кілька разів, в проміжках давати йому пити у великій кількості чисту воду. Покласти постраждалого та тепло вкрити.

При потраплянні на шкіру етилового бензину та інших отруйних рідин, крім кислот та лугу, – негайно витерти отруйну рідину зі шкіри ганчіркою, змоченою гасом, промити місце гарячою водою з милом. Якщо отруйна рідина потрапила на одяг та промочила його, одяг негайно зняти, шкіру обтерти змоченою гасом ватою, вимитися з милом, прийняти душ.

**ЗАТВЕРДЖЕНО**

Розпорядження міського голови

12 червня 2017 № 41

**ІНСТРУКЦІЯ № 2**

**З ОХОРОНИ ПРАЦІ  
ПРИ КОРИСТУВАННІ ЕЛЕКТРОПОБУТОВИМИ  
ПРИЛАДАМИ**

м. Кропивницький

2017 рік



## 1. Загальні положення

Дія інструкції поширюється на всі виконавчі органи Кіровоградської міської ради.

Кожен працівник повинен бути проінструктованим по електробезпеці при користуванні електропобутовими приладами з записом в Журналі інструктажу з питань охорони праці з підписами того, хто інструктує, так і особи, яку інструктують.

При безпосередньому стиканні людини з струмоведучими частинами електроспоживачів під напругою виникає небезпека ураження її організму електрострумом, тому що тіло людини має здібність проводити електричний струм.

Важливими факторами, що визначають наслідки ураження електричним струмом, є вид струму ( перемінний чи постійний ), частота ( при перемінному струмі ), величина струму ( чи напруга ), тривалість дії, шлях проходження струму через тіло людини, фізичний і технічний стан людини в момент дії на його організм електричного струму ( опір тіла людини ).

Найбільш небезпечним для людини є перемінний струм з частотою 50-500 Гц.

Величина опору різних органів тіла людини при вологій, брудній, пошкодженій шкірі різко знижується.

Опір організму дії струму залежить від фізичного і психологічного стану людини і різко знижується, якщо людина голодна, нездорова, втомлена, в нетверезому стані. При цьому різко підвищується імовірність тяжкого ураження.

Наслідок травми залежить від площі ураження і місця дотику.

При одній і тій же напрузі в залежності від місця дотику в одних випадках люди зразу гинуть, в інших можуть тільки злякатися чи отримати легку травму.

Виходячи з вищезазначеного, необхідно постійно пам'ятати, що електричний струм приховує в собі певну небезпеку, якщо ним невміло користуватися.

Електричний струм небезпечний тим, що його дія на організм людини може викликати порушення серцевої діяльності, зупинку дихання, шоківий стан, опіки, а нерідко закінчується смертю.

Внаслідок цього користування електропобутовими приладами вимагає особливої уваги та обережності від людини.

Ураження електричним струмом суттєво відрізняється від інших травм.

При ураженні електричним струмом розрізняють: електричні удари, коли струмом уражається весь організм, і електротравми, коли отримують місцеві зовнішні та внутрішні ураження тіла – опіки.

При електричному ударі, коли струм проходить крізь тіло людини, у більшості випадків спочатку порушується дихання, а серце продовжує працювати з порушенням свого ритму, після чого може статися його зупинка, а потім смерть.

Електричні опіки тіла можуть бути отримані як при проходженні електричного струму через тіло людини, так і від іскор вольтової дуги при

умовах короткого замикання, наприклад, при заміні зіпсованих електрозапобіжників, при випадковому замиканні різних електричних фаз металевими предметами або несправної ізоляції живлячих проводів і таке інше. При цьому опік може виявлятися почервонінням шкіри та утворенням на ній пухирів, а іноді може викликати глибоке пошкодження тканин і навіть обвуглення кісток.

Аби уникнути ураження електричним струмом при користуванні побутовими електроприладами (далі - електроспоживачами) в установі (холодильники, комп'ютери, обігрівачі, кондиціонери, електропідігрівачі води та ін.), слід дотримуватись наступних правил:

Користуватися електроспоживачами, шнури живлення яких мають триполюсну вилку з опереджуючим включенням заземлюючого (зануляючого) проводу.

Не вмикати в електромережу електроспоживачі, шнури живлення яких мають пошкоджену ізоляцію.

Не вмикати в електромережу електроспоживачі, які мають пошкодження або ненадійно з'єднані з електрошнуром живлення, вилокми, розетками та подовжувачами.

Не вмикати електроспоживачі в розетку, які не мають захисних направляючих.

Не користуватися пошкодженими розетками, відгалужувальними та з'єднувальними коробками, вимикачами та іншою електроарматурою, а також електролампами, скло яких має сліди затемнення або випинання.

Не користуватися саморобними подовжувачами, які не відповідають вимогам ПУЕ, що пред'являються до переносних електропроводок.

Не застосовувати для опалення приміщень нестандартне (саморобне) електронагрівальне обладнання або лампи розжарювання.

При користуванні електроспоживачами, які мають провід заземлення, перед включенням його в електромережу перевірити наявність та надійність приєданого заземлюючого проводу до відповідних клем.

За можливості, уникати доторкання руками до металевих частин електроспоживачів, ввімкнених в електромережу.

Не торкатися руками до обірваних та оголених проводів електромережі.

Не замінювати самостійно зіпсовані електрозапобіжники, електролампи, не проводити ремонт електроспоживачів та електромережі.

При прибиранні пилу з електроспоживачів, митті холодильників, підлоги біля них обов'язково відключати їх від електромережі.

Не залишати без догляду працюючі електроспоживачі.

По закінченні робочого дня вимкнути вимикач на електроспоживачі та від'єднати провід живлення від розетки електромережі. При цьому слід пам'ятати, що, від'єднуючи вилку електроспоживача від розетки, її слід тримати за корпус, а не смикати за провід живлення, бо можна висмикнути один з проводів і потрапити під дію електричного струму.

## 2. Дії працюючих при ураженні електричним струмом

При ураженні електричним струмом слід негайно звільнити потерпілого від його дії шляхом вимкнення електричного струму або відривання його від джерела струму, тримаючись за одяг потерпілого, якщо він сухий, чи ставши на гумову ковдру, суху дошку, картон, фанеру, брезент.

Якщо потерпілий опинився у стані непритомності, слід забезпечити йому приплив свіжого повітря, розстібнути тісний одяг, дати нюхати нашатирний спирт, побризкати водою, розтирати і зігрівати тіло. Негайно викликати швидку медичну допомогу 103.

При швидкому та судорожному диханні потерпілого слід робити йому штучне дихання.

Штучне дихання – це лікарський засіб, метою якого є відновлення природнього дихання потерпілого.

Засіб штучного дихання являє собою механічний, ритмічний вплив на грудну клітку та дихальні м'язи потерпілого. При цьому створюється газообмін у легенях і поступово може відновитися природне дихання.

Допомогу потерпілому повинні надавати дві особи:

- одна з них накладає долоню на нижню третину грудей і створює поштовхи на груди з частотою приблизно 50-ти поштовхів на хвилину.

Стискання серця між грудьми та хребтом призводить до виштовхування крові із серця в судини і сприяє відновленню кровотоку;

- друга, щільно притуливши свої губи до рота потерпілого, вдуває в його легені повітря. При цьому грудна клітка розширюється, і утворюється пасивний вдих. Коли той, хто надає допомогу, відстороняється, грудна клітка потерпілого опускається, і в нього утворюється пасивний вдих.

Продовжувати надавати допомогу потерпілому до прибуття кваліфікованої медичної допомоги.

При отриманні потерпілим опіків, не торкаючись руками обпечених місць, обережно накласти на пошкоджені місця стерильну пов'язку і відвести потерпілого до медичного закладу.

**ЗАТВЕРДЖЕНО**

Розпорядження міського голови

12 червня 2017 № 41

**ІНСТРУКЦІЯ № 3**

**З ОХОРОНИ ПРАЦІ  
ПІД ЧАС РОБІТ НА ПЕРСОНАЛЬНОМУ КОМП'ЮТЕРІ  
І ВІДЕОДИСПЛЕЙНИХ ТЕРМІНАЛАХ**

м. Кропивницький

2017 рік

## 1. Загальні положення

1.1. Дія інструкції поширюється на всі виконавчі органи Кіровоградської міської ради.

1.2. За даною інструкцією оператор (користувач) персонального комп'ютера (відеодисплейного терміналу) інструктується перед початком роботи (первинний інструктаж), а потім через кожні 6 місяців (повторний інструктаж).

Результати інструктажу заносяться в Журнал реєстрації інструктажів з питань охорони праці, в журналі після проходження інструктажу повинен бути підпис особи, яка інструктує, та оператора (користувача).

В разі пошкодження здоров'я оператора (користувача) з вини власника, він (оператор) має право на відшкодування заподіяної йому шкоди.

1.3. За невиконання даної інструкції оператор несе дисциплінарну, матеріальну, адміністративну та кримінальну відповідальність.

1.4. До роботи на персональній електронно-обчислювальній машині (далі - ПЕОМ) або відеодисплейному терміналі (далі - ВДТ) допускаються особи, які пройшли спеціальне навчання, медичний огляд, вступний інструктаж з охорони праці, інструктаж на робочому місці та інструктаж з питань пожежної безпеки.

1.5.1 Оператор (користувач) повинен:

1.5.1. Виконувати правила внутрішнього трудового розпорядку.

1.5.2. Не допускати в робочу зону сторонніх осіб.

1.5.3. Не виконувати вказівок, які суперечать правилам охорони праці.

1.5.4. Пам'ятати про особисту відповідальність за виконання правил охорони праці та безпеку товаришів по роботі.

1.5.5. Вміти надавати першу медичну допомогу потерпілим від нещасних випадків.

1.5.6. Вміти користуватись первинними засобами пожежогасіння.

1.5.7. Виконувати правила особистої гігієни.

1.6. Основні небезпечні і шкідливі виробничі фактори, що можуть впливати на оператора (користувача):

а) фізичні:

- підвищений рівень електромагнітного випромінювання;
- підвищений рівень рентгенівського випромінювання;
- підвищений рівень ультрафіолетового випромінювання;
- підвищений рівень інфрачервоного випромінювання;
- підвищений рівень статичної електрики;
- підвищений рівень запиленості повітря робочої зони;
- підвищений вміст позитивних аероіонів у повітрі робочої зони;
- знижений вміст негативних аероіонів у повітрі робочої зони;
- знижена чи підвищена вологість повітря робочої зони;
- знижена чи підвищена рухомість повітря робочої зони;
- підвищений рівень шуму на робочому місці (від вентиляторів, процесорів, аудіоплат, принтерів);

- підвищений чи знижений рівень освітленості;
- підвищений рівень прямого і відбитого блискоту;
- підвищений рівень засліпленості;
- нерівномірність розподілу яскравості в полі зору;
- підвищена яскравість світлового зображення;
- підвищений рівень пульсації світлового потоку;
- ураження електричним струмом;

б) хімічні:

- підвищений вміст у повітрі робочої зони двоокису вуглецю, озону, аміаку, фенолу, формальдегіду;

в) психофізіологічні:

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

г) біологічні:

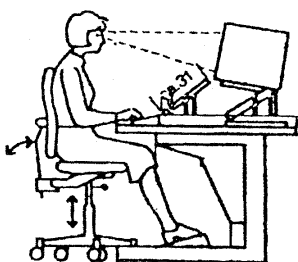
- підвищений вміст у повітрі робочої зони мікроорганізмів.

1.7. Під час вибору приміщення для розміщення робочих місць з ПЕОМ або ВДТ необхідно враховувати, що вікна можуть давати блискість на екранах дисплеїв і викликати значне осліплення в тих, хто сидить перед ними, особливо влітку та в сонячні дні.

1.8. Приміщення з ПЕОМ та ВДТ повинні мати природне і штучне освітлення. При незадовільному освітленні знижується продуктивність праці оператора ПЕОМ (ВДТ), можливі короткозорість, швидка втомлюваність.

1.9. Організація робочого місця користувача ПЕОМ та ВДТ повинна забезпечувати відповідність усіх елементів робочого місця та їх розташування ергономічним вимогам ГОСТ 12.2.032-78 “ССБТ. Рабочее место при выполнении работ сидя. Общие эргономические требования”; характеру та особливостям трудової діяльності.

1.10. Не допускається розташування робочих місць ПЕОМ в підвальних приміщеннях і цокольних поверхах.



1.11. Робочі місця з ВДТ і ПЕОМ під час виконання творчої роботи, яка потребує значної розумової напруги чи великої концентрації уваги, слід ізолювати одне від одного перегородкою висотою 1,5-2,0 м.

1.12. Робочі місця з ВДТ рекомендується розміщувати в окремих приміщеннях. В разі розміщення робочих місць з ВДТ в залах або приміщеннях з джерелами небезпечних і шкідливих факторів, вони повинні розташовуватись у повністю ізольованих кабінетах з природним освітленням та організованим повітрообміном.

1.13. Площа, на якій розташовується одне робоче місце з ПЕОМ або ВДТ, повинна становити не менше як  $6,0 \text{ м}^2$ , об'єм приміщення - не менше як  $20 \text{ м}^3$ .

1.14. Поверхня підлоги має бути рівною, без вибоїн, неслизькою, зручною для очищення та вологого прибирання, мати антистатичні властивості.

1.15. При розміщенні робочих місць необхідно виключити можливість прямого засвічування екрана джерелом природного освітлення.

1.16. Вимоги до освітлення для візуального сприймання операторами інформації з двох різних носіїв (з екрана ВДТ та паперового носія) різні.

Надто низький рівень освітленості погіршує сприймання інформації при читанні документів, а надто високий призводить до зменшення контрасту зображення знаків на екрані.

Тому відношення яскравості екрана ВДТ до яскравості оточуючих його робочих поверхонь не повинно перевищувати у робочій зоні 3:1, а робочих поверхонь і навколишніх предметів (стіни, обладнання) – 5:1.

1.17. Штучне освітлення у приміщеннях з ВДТ треба здійснювати у вигляді комбінованої системи освітлення з використанням люмінесцентних джерел світла у світильниках загального освітлення, які слід розташовувати над робочими поверхнями у рівномірно-прямокутному порядку.

1.18. Для запобігання засвітлюванню екранів ВДТ прямими світловими потоками лінії світильників повинні бути розташовані з достатнім бічним зміщенням відносно рядів робочих місць або зон, а також паралельно до світлових отворів. Бажане розміщення вікон з одного боку робочих приміщень.

При цьому кожне вікно повинно мати світлозахисні штори з коефіцієнтом відбивання 0,5-0,7.

1.19. Штучне освітлення повинно забезпечити на робочих місцях ПЕОМ освітленість 300-500 лк. У разі неможливості забезпечити даний рівень освітленості системою загального освітлення, допускається застосування світильників місцевого освітлення, але при цьому не повинно бути відблисків на поверхні екрана та збільшення освітленості екрана більше ніж 300 лк.

1.20. У разі природного освітлення слід передбачити наявність сонцезахисних засобів, з цією метою можна використовувати плівки з

металізованим покриттям або жалюзі з вертикальними ламелями, що регулюються.

1.21. Розташовувати робоче місце, обладнане ВДТ, необхідно таким чином, щоб в поле зору оператора не потрапляли вікна або освітлювальні прилади; вони не повинні знаходитися й безпосередньо за його спиною.

1.22. На робочому місці має бути забезпечена рівномірна освітленість за допомогою переважно відбитого або розсіяного розподілу світла.

1.23. Світлових відблисків з клавіатури, екрана та від інших частин ВДТ у напрямку очей оператора не повинно бути.

Для їх виключення необхідно застосовувати спеціальні екранні фільтри, захисні козирки або розташовувати джерела світла паралельно напрямку погляду на екран ВДТ.

1.24. Для запобігання засліпленню світильники місцевого освітлення повинні мати відбивачі з непрозорого матеріалу чи скло молочного кольору. Захисний кут відбивача повинен бути не менше  $40^\circ$ .

1.25. Не бажано, щоб одяг оператора був світлим і особливо блискучим.

1.26. Для оздоблення приміщень з ВДТ повинні використовуватися дифузно-відбиваючі матеріали з коефіцієнтами відбиття: стелі - 0,7-0,8; стін - 0,5-0,6; підлоги - 0,2-0,3.

1.27. Забороняється застосовувати для оздоблення інтер'єру полімерні матеріали, що виділяють у повітря шкідливі хімічні речовини.

Вміст шкідливих хімічних речовин у приміщеннях з ВДТ не повинен перевищувати концентрацій, вказаних у ГОСТ 12.1.005-88 «Загальні санітарно-гігієнічні вимоги до повітря робочої зони».

1.28. Основним обладнанням робочого місця оператора ВДТ є монітор, клавіатура, робочий стіл, стілець (крісло); допоміжним - пюпітр, підставка для ніг, шафи, полиці та інше.

1.29. При розташуванні елементів робочого місця слід враховувати:

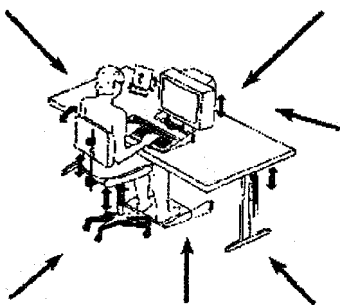
1.29.1. Робочу позу оператора.

1.29.2. Простір для розміщення оператора.

1.29.3. Можливість огляду елементів робочого місця.

1.29.4. Можливість огляду простору за межами робочого місця.

1.29.5. Можливість робити записи, розміщення документації і матеріалів, які використовує оператор (користувач).





1.30. Взаємне розташування елементів робочого місця не повинно заважати виконанню всіх необхідних рухів та переміщень для експлуатації ПЕОМ.

1.31. При використанні допоміжних пристосувань під ВДТ повинна бути передбачена можливість переміщення останнього відносно вертикальної осі в межах  $\pm 30^\circ$  (вправо-вліво).

Для забезпечення точного і швидкого зчитування інформації поверхню екрана ВДТ слід розташовувати в оптимальній зоні інформаційного поля в площині, перпендикулярній нормальній лінії погляду оператора (користувача), який знаходиться в робочій позі. Допускається відхилення від цієї площини - не більше  $45^\circ$ ; допускається кут відхилення лінії погляду від нормального - не більше  $30^\circ$ .

1.32. Розташовувати ВДТ на робочому місці необхідно так, щоб поверхня екрана знаходилась на відстані 500-600 мм від очей оператора (користувача), в залежності від розміру екрана.

1.33. Необхідно розташовувати клавіатуру на робочому столі, не допускаючи її хитання, або на окремому столі на відстані 100-300 мм від краю ближче до працюючого.

Положення клавіатури та кут її нахилу повинен відповідати побажанням оператора (користувача) - кут нахилу в межах  $5^\circ - 15^\circ$ .

1.34. Принтер треба розташовувати так, щоб доступ до нього оператора (користувача) та його колег був зручним; щоб максимальна відстань до клавіш управління принтером не перевищувала довжину витягнутої руки (по висоті 900-1300 мм, по глибині 400-500 мм).

1.35. Конструкція робочого столу повинна забезпечувати можливість оптимального розміщення на робочій поверхні обладнання, що використовується, з урахуванням його кількості, розмірів, конструктивних особливостей (розмір ВДТ, клавіатури, принтера, ПЕОМ та інше) та характеру його роботи.

1.36. Висота робочої поверхні столу повинна регулюватися у межах 680-800 мм; у середньому вона повинна становити 725 мм.

1.37. Ширина і глибина робочої поверхні повинні забезпечувати можливість виконання трудових операцій в межах моторного поля, межа якого визначається зоною в межах видимості приладів і досяжності органів керування.

Перевагу слід віддавати модульним розмірам столу, на основі яких розраховуються конструктивні розміри; ширину слід вважати: 600, 800, 1000, 1200, 1400; глибину - 800, 1000 мм, при нерегульованій його висоті - 725 мм.

1.38. Поверхня столу має бути матовою з малим відбиттям та теплоізолюючою.

1.39. Робочий стіл повинен мати простір для ніг висотою не менше як 600 мм, шириною не менше як 500 мм, глибиною на рівні колін не менше як 450 мм та на рівні витягнутої ноги - не менше як 650 мм.

1.40. Крісло повинно забезпечувати підтримування раціональної робочої пози під час виконання основних виробничих операцій, створювати умови для зміни пози.

З метою попередження втоми крісло повинно забезпечувати зниження статичного напруження м'язів шийно-плечової ділянки та спини.

1.41. Тип робочого крісла повинен обиратися залежно від характеру та тривалості роботи.

Воно має бути підйомно-поворотним і регулюватися по висоті та кутах нахилу сидіння і спинки, а також відстані спинки від переднього краю сидіння.

Регулювання кожного параметра має бути незалежним і мати надійну фіксацію.

Всі важелі та ручки пристосування (для регулювання) мають бути зручними в управлінні.

1.42. Висота поверхні сидіння повинна регулюватись у межах 400-550 мм.

Ширина та глибина його поверхні має бути не менше як 400 мм.

Поверхня сидіння має бути плоскою, передні краї - закругленими.

1.43. Сидіння та спинка крісла мають бути напівм'якими, такими, що не електризуються, з повітронепроникним покриттям, матеріал якого забезпечує можливість легкого очищення від забруднення.

1.44. Зміна кута нахилу поверхні сидіння повинна бути в межах від 15° уперед та 5° назад.

1.45. Опорна поверхня спинки крісла повинна мати висоту 280-300 мм, ширину - не менше як 380 мм та радіус кривизни горизонтальної площини - 400 мм.

Кут нахилу спинки у вертикальній площині повинен регулюватися у межах (-30°) -(+30°) від вертикального положення.

Відстань спинки від переднього краю сидіння повинна регулюватися у межах 260 – 400 мм.

1.46. Крісла повинні мати стаціонарні або знімні підлокітники довжиною не менше як 250 мм, шириною у межах 50-70 мм, що можуть регулюватися по висоті над сидінням у межах 200-260 мм та регулюватися по параметру внутрішньої відстані між підлокітниками у межах 350-500 мм.

1.47. Робоче місце має бути обладнане стійкою підставкою для ніг, параметри якої просто регулюються.

1.48. Підставка повинна мати ширину не менше як 300 мм, глибину не менше як 400 мм, з регулюванням по висоті до 150 мм та по куту нахилу опорної поверхні підставки до 20°.

Поверхня підставки має бути рифленою, а по передньому краю мати бортик висотою 10 мм.

1.49. Робоче місце оператора (користувача) має бути обладнане легко переміщуваним пюпітром для розташування на ньому документів, розміщеним на одному рівні з екраном, та віддалений від очей оператора

(користувача) приблизно на таку ж відстань (припустима розбіжність цих відстаней не більше як 100 мм).

1.50. Пюпітр не повинен вібрувати, а бути стійким.

1.51. Значення площини пюпітра має бути не меншим за розміри найбільшого з джерел інформації, що застосовується оператором (користувачем).

За необхідності перегортання оригіналу обидві його сторони повинні розташовуватися на підставці.

Рукопис повинен слабо прилипати до підставки або кріпитися за допомогою спеціальних затискачів. Поверхня пюпітра має бути матовою.

Пюпітр повинен мати лінійку, що легко пересувається по рядках, прозору та зручну для використання.

1.52. Для забезпечення оптимальної робочої пози оператора (користувача) необхідно:

1.52.1. Засоби праці, з якими оператор (користувач) має тривалий або найбільш частий зоровий контакт, повинні розташовуватися у центрі зони зорового спостереження та моторного поля.

1.52.2. Забезпечити добру видимість екрана ВДТ, зручність ручного керування в зоні досяжності моторного поля за висотою – 900...1300 мм, за шириною 400...500 мм.

1.52.3. Виробничі завдання операторів (користувачів) розробляти з урахуванням мінімізації перепадів яскравості між найбільш важливими об'єктами зорового спостереження.

1.53. Для нейтралізації зарядів статичної електрики в приміщенні, де виконуються роботи на ПЕОМ, рекомендується збільшувати вологість повітря за допомогою кімнатних зволожувачів.

1.54. Крім даної інструкції, оператор (користувач) повинен виконувати інструкцію з безпечної експлуатації ПЕОМ заводу-виробника.

## **2. Вимоги безпеки перед початком роботи**

2.1. Увімкнути систему кондиціонування повітря в приміщенні.

2.2. Оглянути робоче місце і привести його в порядок; впевнитись, що на ньому відсутні сторонні предмети; все обладнання і блоки ПЕОМ з'єднані з системним блоком за допомогою з'єднувальних шнурів.

2.3. Перевірити надійність встановлення апаратури на робочому столі. ВДТ має стояти не на краю стола. Повернути ВДТ так, щоб було зручно дивитися на екран - під прямим кутом (а не збоку) і трохи зверху вниз; при цьому екран має бути трохи нахиленим - нижній його край ближче до оператора (користувача).

2.4. Перевірити загальний стан апаратури, справність електропроводки, з'єднувальних шнурів, штепсельних вилок, розеток, заземлення захисного екрана.

### 2.5. Забороняється:

- експлуатація кабелів та проводів з пошкодженою або такою, що втратила захисні властивості за час експлуатації, ізоляцією; залишення під напругою кабелів та проводів з неізольованими провідниками;
- застосування саморобних подовжувачів, які не відповідають вимогам Правил будови електроустановок до переносних електропроводок;
- застосування для опалення приміщення нестандартного (саморобного) електронагрівального обладнання або ламп розжарювання;
- користування пошкодженими розетками, з'єднувальними коробками, вимикачами, а також лампами, скло яких має сліди затемнення або випинання;
- підвішування світильників безпосередньо на струмопровідних проводах, обгортання електроламп і світильників папером, тканиною та іншими горючими матеріалами, експлуатація їх зі знятими ковпаками (розсіювачами);
- використання електроапаратури та приладів в умовах, що не відповідають вказівкам (рекомендаціям) підприємств-виготовлювачів.

### 2.6. Відрегулювати освітленість робочого місця.

2.7. Відрегулювати та зафіксувати висоту крісла, зручний для оператора (користувача) нахил його спинки.

2.8. У разі необхідності приєднати до процесора необхідну апаратуру (принтер, сканер тощо).

Усі кабелі, що з'єднують системний блок (процесор) з іншими пристроями, слід вмикати та вимикати тільки при вимкненому комп'ютері.

2.9. Ввімкнути апаратуру комп'ютера вимикачами на корпусах в послідовності: стабілізатор напруги, ВДТ, процесор, принтер (якщо передбачається друкування).

2.10. Відрегулювати яскравість свічення екрана ВДТ, фокусування, контрастність.

Не слід робити зображення занадто яскравим, щоб не втомлювати очей.

Рекомендується:

- яскравість свічення екрана - не менше 100 кд/м;
- відношення яскравості екрана ВДТ до яскравості оточуючих його поверхонь в робочій зоні - не більше 3:1;
- мінімальний розмір точки свічення - не менше 0,4 мм для монохромного ВДТ і не менше 0,6 мм для кольорового;
- контрастність зображення знаку - не менше 0,8.

2.11. У разі виявлення будь-яких несправностей, роботу не розпочинати, повідомити про це керівника робіт.

### 3. Вимоги безпеки під час виконання роботи

3.1. З відеодисплейним терміналом:

3.1.1. Необхідно стійко розташувати клавіатуру на робочому столі, не допускаючи її хитання.

Разом з тим, має бути передбачена можливість її поворотів та переміщень.

Положення клавіатури та кут її нахилу мають відповідати побажанням оператора (користувача).

Якщо в конструкції клавіатури не передбачено простору для опори долонь, то їх слід розташовувати на відстані не менше 100 мм від краю столу в оптимальній зоні моторного поля.

Під час роботи на клавіатурі сидіти прямо, не напружуватися.

3.1.2. Для зменшення несприятливого впливу на оператора (користувача) пристроїв типу «миша» (вимушена поза, необхідність постійного контролю за якістю дій) належить забезпечити вільну велику поверхню столу для переміщення «миші» і зручного упору ліктьового суглоба.

3.1.3. Не дозволяються сторонні розмови, подразнюючі шуми.

3.1.4. Періодично при вимкненому комп'ютері прибирати ледь змоченою мильним розчином бавовняною ганчіркою пил з поверхонь апаратури.

3.1.5. Забороняється:

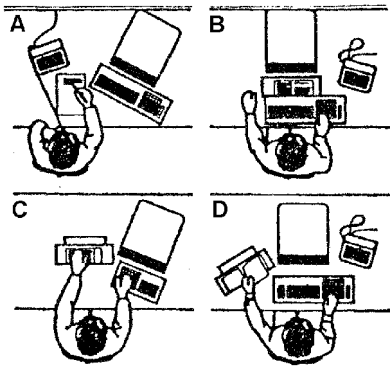
3.1.5.1. Самостійно ремонтувати апаратуру, тим більше ВДТ, в якому кінескоп знаходиться під високою напругою (близько 25 кВ); ремонт апаратури виконують тільки спеціалісти з технічного обслуговування комп'ютерів, вони ж раз на півроку повинні відкривати процесор і вилучати пилососом пил і бруд, що там накопичились.

3.1.5.2. Класти будь-які предмети на апаратуру комп'ютера, напої на клавіатуру або поруч з нею - це може вивести їх з ладу.

3.1.6. Для зняття статичної електрики рекомендується час від часу доторкатися до металевих поверхонь (батарея центрального опалення тощо).

3.1.7. Для зниження напруженості праці на ПЕОМ необхідно рівномірно розподіляти і чергувати характер робіт відповідно до їх складності.

З метою зменшення негативного впливу монотонії доцільно застосувати чергування операцій введення тексту та числових даних (зміна змісту робіт), чергування редагування текстів та введення даних (зміна змісту та темпу роботи) та ін.



3.1.8. Для зменшення негативного впливу на здоров'я працівників виробничих факторів необхідно застосовувати регламентовані перерви. Тривалість регламентованих перерв наведена у таблиці, де прийняті такі позначення:

група А - читання інформації з попереднім запитом (діалоговий режим роботи);

група Б - введення інформації;

група В - творча робота у режимі діалогу ПЕОМ (налагодження програм, переклад та редагування текстів та інше).

Таблиця

**Час регламентованих перерв операторів (користувачів)  
ВДТ залежно від категорії та групи робіт**

Категорія робіт	Група роботи			
	А кількість знаків	Б кількість знаків	В год.	Час перерви при 8- годинному робочому дні, хв.
I	20000	15000	2	20
II	21000-40000	16000-30000	2,1-4	40
III	понад 40000	понад 30000	понад 4	60

3.1.9. Навантаження за робочий час будь-якої тривалості має не перевищувати для групи робіт А - 60000 знаків, для групи робіт Б - 45000 знаків, для групи робіт В - 6 годин.

3.1.10. Тривалість безперервної роботи за ВДТ без регламентованої перерви має не перевищувати 2 години.

3.1.11. Тривалість обідньої перерви відповідно до трудового розпорядку Кіровоградської міської ради з 12.00 – 13.00.

3.1.12. При 8-годинному робочому дні регламентовані перерви доцільно встановити:

3.1.12.1. Для I категорії робіт за ВДТ - через 2 години від початку роботи та через 2 години після обідньої перерви (кожна тривалістю 10 хв.).

3.1.12.2. Для II категорії робіт - через 2 години від початку роботи (тривалістю 15 хв.), через 1,5 та 2,5 години після обідньої перерви (тривалістю 15 та 10 хв. відповідно або тривалістю 5-10 хв. через кожен годину роботи, залежно від характеру технологічного процесу).

3.1.12.3. Для III категорії робіт - через 2 години від початку роботи, через 1,5 та 2,5 години після обідньої перерви (тривалістю 20 хв. кожна або тривалістю 5-15 хв. через кожен годину роботи, залежно від характеру технологічного процесу).

3.1.13. Під час регламентованих перерв з метою зниження нервово-емоційного напруження та втоми зорового аналізатора, що розвиваються у операторів (користувачів), усунення негативного впливу гіподинамії та гіпокінезії, запобігання розвитку позотонічної втоми рекомендується виконувати комплекс вправ виробничої гімнастики.

3.1.14. У випадку виникнення у працюючих за ВДТ зорового дискомфорту та інших несприятливих суб'єктивних відчуттів, що настають незважаючи на дотримання санітарно-гігієнічних і ергономічних вимог, режимів праці та відпочинку, слід застосовувати індивідуальний підхід у обмеженні часу робіт за ВДТ та корекцію тривалості перерв для відпочинку або проводити заміну іншими видами робіт (не пов'язаних з використанням ВДТ).

3.2. На лазерних принтерах.

3.2.1. Розташувати принтер необхідно поруч з процесором таким чином, щоб з'єднувальний шнур не був натягнутий. Забороняється ставити принтер на процесор.

3.2.2. Перед тим, як програмувати роботу принтера, переконатися, що він знаходиться в режимі зв'язку з комп'ютером.

3.2.3. Для досягнення найбільш чистих, з високою роздільною здатністю зображень і щоб не зіпсувати апарат, має використовуватися папір, вказаний в інструкції до принтера (звичайно вагою 60-135 г/м типу Canon, HP або Xerox 4024).

Зрізи паперу мають бути зроблені гострим лезом без задирок - це зменшить імовірність змінання паперу.

3.2.4. Забороняється використовувати папір:

- надрукований з однієї сторони;
- вага якого виходить за межі рекомендованої;
- занадто гладкий і блискучий, а також високотекстурований;
- ламінований;
- рваний, зморщений або папір з нерегулярними отворами від діркопробивача чи степлера;

- перфорований на декілька частин або цигарковий (основа копіювального паперу);

- фірмові бланки, заголовок яких надрукований не термостійкими фарбами, що мають витримувати 200°C протягом 0,1 с; ці фарби можуть перейти на термозакріплюючий валик і стати причиною дефектів друку.

3.2.5. Під час змінання паперу відкрити кришку і обережно витягнути лоток з папером.

Необхідно бути уважним, щоб не обпектися під час витягування аркуша з термозакріплюючого пристрою.

3.2.6. Дотримуватися правил зберігання картриджа згідно з інструкцією фірми-виготовлювача (подалі від прямих сонячних променів, при температурі 0-35°C тощо).

3.2.7. Забороняється:

3.2.7.1. Зберігати картридж без упаковки.

3.2.7.2. Ставити картридж на торці, тобто вертикально.

3.2.7.3. Перевертати картридж етикеткою донизу.

3.2.7.4. Відкривати кришку валика і доторкатися до нього.

3.2.7.5. Самому заповнювати використаний картридж.

3.2.8. При погіршенні якості друку (сліди тонера на папері) почистити принтер зсередини від видимих слідів тонера. Перед чищенням принтер треба вимкнути.

3.2.9. Необхідно бути уважним, щоб не порвати тонкий дрiт, що охороняє нитку розжарення коронатора. Коронатор необхідно чистити з усіх боків за допомогою спеціальної щітки до повного видалення слідів тонера. Якщо щітки не передбачено, можна скористатися бавовняним тампоном, змоченим ізопропиловим спиртом або водою. Слідкувати, щоб рідина з тампона не капала і не потрапляла на ролики або інші пластмасові деталі.

3.2.10. Сріблястий валик і направляючу паперопровідної системи чистити тільки серветкою, зволоженою водою. У такий спiсiб чистять і замок папероподавального лотка.

3.2.11. Дотримуватися обережності під час чищення термозакріплюючої системи, тому що вона нагрівається до 200°C.

3.2.12. Необхідно бути уважним, щоб тонер не потрапив на одяг - він може залишити плями.

#### **4. Вимоги безпеки після закінчення роботи**

4.1. Закінчити та записати у пам'ять комп'ютера файл, що знаходиться в роботі. Вийти з програмної оболонки і повернутися в середовище.

4.2. Вимкнути принтер, інші периферійні пристрої, вимкнути ВДТ і процесор. Вимкнути стабілізатор, якщо комп'ютер підключений до мережі через нього. Штепсельні вилки витягнути з розеток. Накрити клавіатуру кришкою для запобігання попаданню в неї пилу.



4.3. Прибрати робоче місце. Оригінали та інші документи покласти в ящик стола.

4.4. Ретельно вимити руки теплою водою з милом.

4.5. Вимкнути кондиціонер, освітлення і загальне електроживлення підрозділу.

## **5. Вимоги безпеки в аварійних ситуаціях**

5.1. Аварійна ситуація чи нещасний випадок можуть статися в разі ураження електричним струмом, загорання апаратури тощо.

5.2. У разі раптового припинення подавання електроенергії вимкнути комп'ютер в такій послідовності: периферійні пристрої, ВДТ, процесор, стабілізатор напруги, витягнути штепсельні вилки з розеток.

5.3. При виявленні ознак горіння (дим, запах гару), вимкнути апаратуру, знайти джерело займання і вжити заходів щодо його ліквідації, повідомити керівника робіт, не допускати в небезпечну зону сторонніх осіб.

5.4. Якщо є потерпілі, надати їм першу медичну допомогу, за необхідності, викликати швидку медичну допомогу.

5.5. Надання першої медичної допомоги.

5.5.1. Надання першої медичної допомоги при ураженні електричним струмом.

У разі ураження електричним струмом необхідно негайно звільнити потерпілого від дії електричного струму, відключивши електроустановку від джерела живлення, а при неможливості відключення – відтягнути його від струмоведучих частин за одяг або застосувавши підручний ізоляційний матеріал.

У разі відсутності у потерпілого дихання і пульсу, необхідно робити йому штучне дихання і непрямий (зовнішній) масаж серця, звернувши увагу на зіниці. Розширені зіниці свідчать про різке погіршення кровообігу мозку. При такому стані необхідно негайно приступити до оживлення потерпілого і викликати швидку медичну допомогу.

5.5.2. Перша допомога при пораненні.

Для надання першої допомоги при пораненні необхідно розкрити індивідуальний пакет, накласти стерильний перев'язувальний матеріал, що міститься у ньому, на рану і зав'язати її бинтом.

Якщо індивідуального пакета якимсь чином не буде, то для перев'язки необхідно використати чисту носову хустинку, чисту полотняну ганчірку і т. ін. На те місце ганчірки, що приходить безпосередньо на рану, бажано накапати декілька капель настойки йоду, щоб одержати пляму розміром більше рани, а після нього накласти ганчірку на рану. Особливо важливо застосовувати настойку йоду зазначеним чином при забруднених ранах.

### 5.5.3. Перша допомога при переломах, вивихах, ударах.

При переломах і вивихах кінцівок необхідно пошкоджену кінцівку укріпити шиною, фанерою, палицею, картоном або іншим подібним предметом.

Пошкоджену руку можна також підвісити за допомогою перев'язки або хустки до шиї і прибинтувати до тулуба.

При переломі черепа (несвідомий стан після удару голови, кровотеча з вух або роту) необхідно прикласти до голови холодний предмет (грілку з льодом або снігом, чи холодною водою) або зробити холодну примочку.

При підозрінні перелому хребта необхідно потерпілого покласти на дошку, не підіймаючи його, чи повернути потерпілого на живіт обличчям униз, наглядаючи при цьому, щоб тулуб не перегинався, з метою уникнення ушкодження спинного мозку.

При переломі ребер, ознакою якого є біль при диханні, кашлю, чханні, рухах, необхідно туго забинтувати груди чи стягнути їх рушником під час видиху.

### 5.5.4. Надання першої допомоги при теплових опіках.

При опіках вогнем, парою, гарячими предметами ні в якому разі не можна відкривати пухирі, які утворюються, та обв'язувати опіки бинтом.

При опіках першого ступеня (почервоніння) обпечене місце обробляють ватою, змоченою етиловим спиртом.

При опіках другого ступеня (пухирі) обпечене місце обробляють спиртом, 3% марганцевим розчином або 5% розчином таніну.

При опіках третього ступеня (зруйнування шкіряної тканини) накривають рану стерильною пов'язкою та викликають лікаря.

### 5.5.5. Перша допомога при кровотечі.

Для того, щоб зупинити кровотечу, необхідно:

- підняти поранену кінцівку вгору;
- кровоточиву рану закрити перев'язувальним матеріалом (із пакета), складеним у клубочок, придавити зверху, не торкаючись самої рани, потримати протягом 4-5 хвилин; якщо кровотеча зупинилася, то не знімаючи накладеного матеріалу, поверх нього покласти ще одну подушечку з іншого пакета чи кусок вати і забинтувати поранене місце (з деяким натиском);
- при сильній кровотечі, яку не можна зупинити пов'язкою, застосовується здавлювання кровоносних судин, які живлять поранену область, при допомозі згинання кінцівок в суглобах, а також пальцями, джгутом або закруткою; при великій кровотечі необхідно терміново викликати лікаря.

5.6. У разі виникнення пожежі викликати пожежну частину та приступити до гасіння її наявними засобами пожежогасіння.

5.7. Виконувати всі вказівки керівника робіт по ліквідації небезпеки.

**ЗАТВЕРДЖЕНО**

Розпорядження міського голови

12 червня 2017 № 41

**ІНСТРУКЦІЯ № 4**

**З ОХОРОНИ ПРАЦІ  
ПРО ПОРЯДОК ПЕРЕМІЩЕННЯ ПРАЦІВНИКІВ  
КІРОВОГРАДСЬКОЇ МІСЬКОЇ РАДИ  
ЗА МЕЖАМИ РОБОЧОГО МІСЦЯ**

м. Кропивницький

2017 рік

## **I. Загальні вимоги**

1.1 Дана інструкція розроблена відповідно до вимог Закону України “Про охорону праці ” і відноситься до нормативно-правових актів про охорону праці, що діють в Кіровоградській міській раді, встановлює правила безпеки при переміщенні працівників Кіровоградської міської ради за межами робочого місця.

1.2 Вимоги інструкції є обов’язковими для виконання всіма працівниками незалежно від виду робіт чи завдань, які вони виконують.

Працівник зобов’язаний:

1.3.1 Суворо виконувати правила трудового розпорядку, виконувати режими праці і відпочинку, якими передбачається: час початку і закінчення роботи, перерви для відпочинку і прийому їжі, порядок надання днів відпочинку й інші питання використання робочого часу.

1.3.2 Знати номери телефонів медичної установи (103), пожежної охорони (101), газової служби (104), органів МВС (102).

1.3.3 Перебуваючи за межами робочого місця, пересуваючись по території населеного пункту, дотримуватись наступних вимог:

- ходити тільки по пішохідних доріжках, тротуарах;
- пересуваючись по сходових маршах, триматися за поручні;
- не сідати й не обпираючись на випадкові предмети і огороження;
- не перебувати в зоні падіння з даху снігу, бурульок;
- при виході з будівлі переконатися у відсутності транспорту, який рухається;
- при виході із транспортного засобу бути уважним, триматися за поручень, не зістрибувати з підніжки під час руху транспортного засобу;
- не перевищувати вантажопідйомність ліфтів і дотримуватись правил користування ними;
- бути уважними, проявляти особисту обережність.

1.3.4 Відмовитися від дорученої роботи, якщо створилася виробнича ситуація, небезпечна для життя або здоров’я працівника або для оточуючих людей і природного середовища.

1.4 При слідуванні до місця виконання роботи на транспортному засобі працівник повинен виконувати вимоги водія з питань безпеки. При використанні інших засобів пересування дотримуватись вимог безпеки, які пропонуються обслуговуючим персоналом цього транспортного засобу. Бути уважним, дотримуватись Правил дорожнього руху.

1.5 В робочий час забороняється вживання спиртних напоїв, наркотичних речовин, з’являючись у нетверезому стані, у стані наркотичного або токсичного сп’яніння. Куріння можливе тільки у спеціально відведених місцях.

1.6 За порушення вимог даної інструкції працівник несе дисциплінарну, адміністративну й кримінальну відповідальність відповідно до діючого законодавства України.

## **II. Вимоги під час роботи (переміщення)**

2.1 Під час переміщення працівник повинен враховувати пору року, одягатись по погоді, щоб уникнути перегріву, переохолодження.

2.2 Працівник повинен суворо дотримуватись правил дорожнього руху, користуватися встановленими переходами, пересуватися тільки по тротуарних частинах.

2.3 З початком сніготанення на дорогах збирається багато води. Під шаром води можуть ховатися нерівності і ями. При пересуванні по таких дорогах працівники повинні рухатись з особливою обережністю, щоб уникнути нещасних випадків і травм.

2.4 Під час ожеледі необхідно пересуватись по тротуару, обробленому або посипаному спеціальними матеріалами, не перебігати й не переходити дорогу в не призначених для цього місцях. Пам'ятайте, що під час ожеледі водіям автотранспорту необхідний час для того, щоб загальмувати.

2.5 Пам'ятати правила дорожнього руху, переходити вулицю тільки на зелене світло і у встановленому місці (пішохідному переході).

2.6 Пам'ятати, що тролейбус, автобус або маршрутне таксі необхідно обходити позаду; трамвай необхідно обходити тільки спереду.

2.7 Перебуваючи у громадському транспорті, при відсутності вільних сидячих місць, триматись за поручні. Користування електротранспортом створює додаткову загрозу - ураження електричним струмом (особливо в умовах підвищеної вологості). При аварії у виходів можливі паніка і давка. У цьому випадку необхідно скористатись аварійним виходом, висмикнувши спеціальний шнур і видавивши скло. Під час руху не дозволяється ходити по салону транспортного засобу, висуватися та виставляти з вікон руки.

2.8 При пересуванні потягом не відкривайте зовнішні двері, не стійте на підніжках і не висовуйте з вікон. Не зривайте без гострої потреби стоп-кран, пам'ятаючи, що навіть при аварійних ситуаціях (пожежі) не можна зупиняти потяг на мосту, у тунелі та в інших місцях, де ускладнена евакуація людей. Палити дозволено тільки в установлених для цього місцях.

2.9 Щоб уникнути небажаних екстремальних ситуацій в населених пунктах, необхідно дотримуватись наступних правил:

- уникайте погано освітлених малолюдних місць;
- за необхідності нічних пересувань користуйтеся таксі, не погоджуйтесь на те, щоб вас підвозили незнайомі люди;
- уникайте місць великого скупчення людей, юрби, черги, не наближайтесь із цікавості до місць, де щось трапилось, де відбувається маніфестація або будь-які інші збори.

2.10 Влітку намагайтесь пересуватися по тіні, не забувайте одягати головний убір, світлий одяг, не одягайте речі, які погано пропускають повітря (це може призвести до сонячних і теплових ударів). Для пиття використовуйте очищену кип'ячену воду, приймайте їжу у відведеному для цього місці. Перед вживанням їжі вимийте руки з милом.

2.11 Працівнику забороняється порушувати схему маршруту переміщення без поважних на те причин та без повідомлення про це свого безпосереднього керівника.

### **III. Вимоги безпеки по закінченні переміщення**

3.1 При прибутті на робоче місце після переміщення необхідно діяти відповідно до посадової інструкції або завдання безпосереднього керівника.

3.2 При виникненні на будь-якому етапі переміщення надзвичайних ситуацій терміново повідомити про це безпосереднього керівника.

### **IV. Вимоги безпеки в аварійних ситуаціях**

4.1 Небезпечні та шкідливі виробничі фактори, впливам яких може піддаватись працівник під час переміщення:

- знижена температура повітря взимку, ожеледь, сильний вітер тощо;
- підвищена температура повітря влітку;
- травмування транспортом при виході на проїзну частину при посадці або висадці з автотранспорту;
- травми при різкому гальмуванні автотранспорту;
- травми внаслідок дорожньо-транспортних пригод у разі порушення правил дорожнього руху або при експлуатації технічно несправних транспортних засобів.

4.2 Про загрозу виникнення або про виникнення аварійної ситуації працівник повинен негайно повідомити безпосереднього керівника.

4.3 У випадку травмування працівник повинен негайно повідомити безпосереднього керівника, за можливості надати собі допомогу. У випадку хворобливого стану, поганого самопочуття працівник повинен сповістити про це безпосереднього керівника і звернутись до медичного закладу.

4.4 При виявленні підозрілих предметів:

- забороняється підходити до них;
- забороняється торкатися цих предметів;
- забороняється їх пересувати;
- необхідно негайно повідомити поліцію за телефоном 102.

4.5 Про небезпеку можна судити за такими ознаками:

- наявність невідомого згортку;
- натягнутий дріт, шнур, провід;
- чужа сумка, коробка або інші підозрілі предмети.

Необхідно знати, що зовнішній вигляд предмета може приховувати його справжнє призначення.

## **V. Дії працівників у разі виникнення нещасного випадку**

5.1 Про кожний нещасний випадок потерпілий або працівник, який його виявив, чи інша особа, яка стала свідком нещасного випадку, повинні негайно повідомити безпосереднього керівника чи іншу уповноважену особу міської ради і вжити заходів щодо надання необхідної допомоги потерпілому.

5.2 У разі настання нещасного випадку безпосередній керівник зобов'язаний:

- терміново організувати надання першої медичної допомоги потерпілому, забезпечити у разі необхідності його доставку до лікувально-профілактичного закладу;

- повідомити про те, що сталось, роботодавця, керівника первинної організації профспілки, членом якої є потерпілий, або уповноважену особу з питань охорони праці, якщо потерпілий не є членом профспілки;

- зберегти до прибуття комісії з розслідування (комісії із спеціального розслідування) нещасного випадку обстановку на робочому місці та устаткування у такому стані, в якому вони були на момент нещасного випадку (якщо це не загрожує життю чи здоров'ю інших працівників і не призведе до більш тяжких наслідків), а також вжити заходів щодо недопущення подібних випадків.