

В процессе трудовой деятельности важно соблюдать правила безопасности, чтобы обеспечить здоровье и благополучие работников!



# Безопасные приемы и методы работы в процессе трудовой деятельности

# Подготовка рабочего места



## 1 Одежда

Перед началом работы необходимо привести в порядок одежду, заправить ее, застегнуть пуговицы и убедиться, что в карманах нет острых или бьющихся предметов.

## 3 Эргономика

Проверьте правильность установки стола, угла наклона экрана компьютера, положение клавиатуры и мыши. При необходимости отрегулируйте офисное кресло и расположение элементов электронно-вычислительной машины, чтобы исключить неудобные позы и длительные напряжения тела.

## 2 Рабочее место

Осмотрите рабочее место, уберите посторонние предметы и предметы, не требующиеся для выполнения текущей работы. В случае обнаружения повреждений или неисправностей оборудования, не включайте его и не приступайте к работе, а вызовите технический персонал.

## 4 Освещение

При недостаточной освещенности организуйте местное освещение, расположив светильники так, чтобы источник света не слепил глаза.

## 5 Проверка оборудования

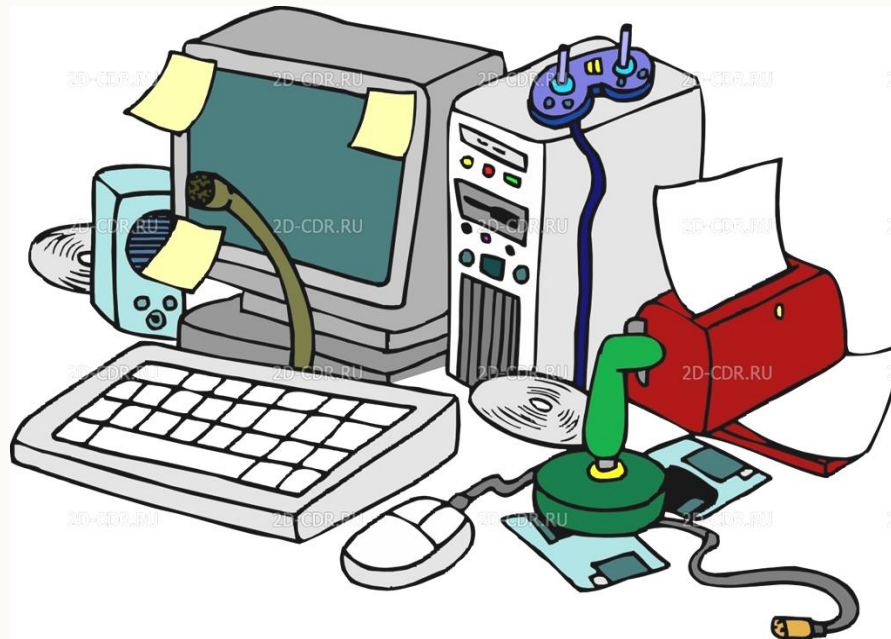
### Проверка электропроводки

Проверьте целостность изоляции электропроводов и питающих шнуров электроприборов, исправность предохранительных устройств.



### Вентиляция

Убедитесь, что вентиляционные отверстия в корпусе оборудования не завалены бумагой, не закрыты занавеской или не перекрыты каким-либо другим способом.



### Состояние оборудования

Убедитесь, что корпус оборудования не поврежден и не мокрый. Проверьте состояние полов, чтобы исключить выбоины или неровности.



# Действия во время работы

1

## Сообщить о неисправностях

При обнаружении неисправного оборудования, приспособлений или других нарушений требований охраны труда, которые не могут быть устранены собственными силами, сообщите об этом руководству.

2

## Профилактический осмотр

Периодически проводите визуальный профилактический осмотр оборудования, инструментов и приспособлений, используемых в работе.

3

## Внимательность

При проведении работы будьте внимательны, не отвлекайтесь посторонними делами и разговорами, не спешите.

4

## Согласование действий

При совместной работе согласовывайте свои действия с действиями других работников.

5

## Предупреждение нарушений

Заметив нарушение требований охраны труда другим работником, предупредите его о необходимости их соблюдения.



# Правила поведения на рабочем месте

## Чистота

Содержать рабочее место в чистоте, не загромождать проходы к рабочему месту.

## Перерывы

Соблюдать установленные режимом рабочего времени регламентированные перерывы в работе.

## Эксплуатация оборудования

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

## Отключение оборудования

Отключать средства оргтехники и другое оборудование от электросети, только держась за вилку штепсельного соединителя.



# Запрещенные действия

Создавать травмоопасные ситуации для себя и окружающих.

Производить самостоятельное вскрытие и ремонт оборудования, приспособлений.

Пользоваться неисправным оборудованием, а также приборами и оборудованием, обращению с которыми он не обучен.

Хранить и принимать пищу и напитки на рабочем месте.



# Работа с оргтехникой



## Жидкости

Не держать воду и другие жидкости в какой-либо таре рядом с оргтехникой.



## Инеродные предметы

Исключить возможность попадания инородных предметов (канцелярских скрепок, мелких канцелярских принадлежностей и т.д.) в приемный лоток принтера, факса.



## Мокрые руки

Не прикасаться мокрыми руками к оргтехнике, находящейся под напряжением.



## Осторожность

Не допускать попадания рук, волос, галстука и т.д. между выходными и загрузочными роликами.



# Завершение работы



1

## Отключение оборудования

Отключите питание электронную вычислительную машину, все оборудование и другие электрические приборы.

2

## Упражнения

Выполните упражнения для глаз и пальцев рук на расслабление, а также в случае загрязнения вымойте руки с мылом.

3

## Порядок на рабочем месте

Приведите в порядок свое рабочее место.

4

## Противопожарная безопасность

Проверьте противопожарное состояние рабочего места, закройте окна в рабочем кабинете, выключите свет, закройте двери.