

АДМИНИСТРАЦИЯ АЛТАЙСКОГО СЕЛЬСОВЕТА
ТАБУНСКОГО РАЙОНА АЛТАЙСКОГО КРАЯ

РАСПОРЯЖЕНИЕ

18.11.2022

№ 16-Р

с.Алтайское

Об утверждении перечня инструкций
по охране труда для работников
Администрации Алтайского сельсовета

В соответствии с Трудовым кодексом РФ, в целях обеспечения
здоровых и безопасных условий труда:

Утвердить:

1.1.Инструкцию по охране труда для проведения вводного инструктажа в
Администрации Алтайского сельсовета (Приложение №1)

1.2. Инструкцию первичного инструктажа по охране труда на рабочем
месте (Приложение №2)

1. 3. Инструкцию по охране труда для обучения работников
Администрации основам электробезопасности (Приложение № 3)

1. 5. Инструкцию по оказанию первой доврачебной помощи (Приложение
№4)

1.6. Инструкцию по охране труда для административно-управленческого
персонала (Приложение №6)

1.7. Инструкцию по охране труда для пользователей при работе на
персональных ЭВМ (ПЭВМ) (Приложение №7)

1.8. Инструкцию по охране труда при выполнении общественных работ по
благоустройству территории (Приложение №8)

1.9. Инструкцию по охране труда водителя легкового автомобиля
(Приложение 9)

1.10. Инструкцию по охране труда для неэлектрического персонала(
Приложение 10)

1.11. Инструкцию по охране труда рабочего по обслуживанию зданий (
уборщица)
(Приложение № 11)

1. 12.Журнал учета инструкций по охране труда для работников
Администрации
(Приложение 12)

1.13.Журнал учета выдачи инструкций по охране труда для работников
Администрации.(Приложение 13)

1.14.Журнал регистрации несчастных случаев на производстве.
(Приложение 14)

1.15. Первичный инструктаж на рабочем месте до начала производственной деятельности проводить:

- со всеми вновь принятыми в организации работниками;
- работниками, выполняющими новую для них работу;
- со студентами, учащимися, прибывшими на практику;
- работниками на [общественных работах](#),

с регистрацией в журнале инструктажа на рабочем месте.

1.19. Проведение первичного, повторного, внепланового и целевого инструктажа возложить на главу сельсовета;

1.18 . Повторный инструктаж на рабочем месте проводить один раз в полгода, с записью в журнале регистрации инструктажа на рабочем месте.

2. Опубликовать распоряжение в информационном бюллетене и разместить на официальном сайте Администрации Алтайского сельсовета.

3. Распоряжение вступает в силу с момента опубликования, но ранее 01.12.2022 года

Глава сельсовета

Т.В. Себелева

ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда для проведения вводного инструктажа в
Администрации
Алтайского сельсовета

1. Общие сведения об организации.

Администрация Алтайского сельсовета - исполнительно-распорядительный орган местного самоуправления, которая наделена полномочиями по решению вопросов местного значения. Администрация осуществляет свою деятельность в соответствии с законодательными и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации, Уставом, решениями Совета депутатов Алтайского сельсовета, постановлениями Администрации.

Представительный орган – Совета депутатов Алтайского сельсовета.

Администрацией Алтайского сельсовета руководит глава сельсовета.

Юридический адрес Администрации Алтайского сельсовета:

Алтайский край, Табунский район, с. Алтайское, ул. Гагарина, 5

2. Основные положения законодательств об охране труда.

2.1. Трудовой договор.

2.1.1. Трудовой договор - соглашение между работодателем и работником, в соответствии с которым работодатель обязуется предоставить работнику работу по обусловленной трудовой функции, обеспечить условия труда, предусмотренные Трудовым Кодексом, законами и иными нормативными правовыми актами, соглашениями, локальными нормативными актами, содержащими нормы трудового права, своевременно и в полном размере выплачивать работнику заработную плату, а работник обязуется лично выполнять определенную этим соглашением трудовую функцию, соблюдать действующие в организации правила внутреннего трудового распорядка.

2.2. Рабочее время и время отдыха.

2.2.1. В Администрации сельсовета устанавливается пятидневная рабочая неделя продолжительностью 36 часов для женщин, 40 часов для мужчин с двумя выходными днями - суббота и воскресенье.

2.2.2. В Администрации сельсовета устанавливается следующий режим рабочего времени: начало рабочего дня в 08 часов 30 минут, окончание рабочего дня для женщин в 17 часов.

Продолжительность рабочего дня, непосредственно предшествующего нерабочему праздничному дню, уменьшается на один час.

2.2.3. Работа в Администрации сельсовета осуществляется с учетом особых условий муниципальной службы (сложность, напряженность,

специальный режим работы), в соответствии с которым муниципальные и немunicipальные служащие могут по распоряжению работодателя при необходимости привлекаться к выполнению своих трудовых обязанностей за пределами нормальной продолжительности рабочего времени.

2.2.4. Работники могут привлекаться к работе в выходные и нерабочие праздничные дни на основании их письменного согласия в соответствии с графиком дежурства, утвержденным распоряжением главы Администрации Алтайского сельсовета. За работу в выходные и нерабочие праздничные дни работникам предоставляются дни отдыха в удобное для них время.

2.2.5. Отсутствие на рабочем месте работника без уважительной причины не допускается. К работнику, отсутствующему на рабочем месте без уважительной причины, применяются меры дисциплинарного воздействия в соответствии с трудовым законодательством.

2.2.6. В Администрации сельсовета ведется табель учета рабочего времени.

2.3. Время отдыха.

2.3.1. К времени отдыха - времени, в течение которого работник свободен от исполнения трудовых обязанностей и которое он может использовать по своему усмотрению, относятся: перерывы в течение рабочего дня, выходные дни, ежедневный отдых, нерабочие праздничные дни, дни отпуска.

2.3.2. Работникам Администрации сельсовета предоставляется перерыв в рабочее время для отдыха и питания ежедневно с 12 часов 30 минут до 14 часов 00 минут. Перерыв для отдыха и питания не включается в рабочее время и не подлежит оплате.

2.3.3. Нерабочие праздничные дни установлены статьей 112 Трудового кодекса Российской Федерации.

2.3.4. Работникам Администрации сельсовета предоставляются ежегодные основные и дополнительные оплачиваемые отпуска:

1) Немunicipальным служащим предоставляется ежегодный основной оплачиваемый отпуск 28 календарных дней.

2) Мunicipальным служащим предоставляется ежегодный основной оплачиваемый отпуск продолжительностью 30 календарных дней.

3) Мunicipальным служащим предоставляются дополнительные оплачиваемые отпуска за выслугу лет и особые условия муниципальной службы. Ежегодный дополнительный оплачиваемый отпуск за выслугу лет предоставляется продолжительностью, исчисляемой из расчета один календарный день за полный календарный год муниципальной службы.

При исчислении общей продолжительности ежегодного оплачиваемого отпуска ежегодный основной оплачиваемый отпуск суммируется с ежегодным дополнительным оплачиваемым отпуском за выслугу лет.

2.3.5. Очередность предоставления ежегодных отпусков устанавливается Администрацией сельсовета по согласованию с работником и отражается в графике отпусков. График отпусков составляется на каждый год не позднее, чем за две недели до наступления календарного года и доводится до сведения

всех работников. График отпусков обязателен как для работодателя, так и для работника.

2.3.6. О времени начала отпуска работник должен быть извещен под роспись не позднее, чем за две недели до его начала.

2.3.7. По соглашению между работником и работодателем ежегодный оплачиваемый отпуск может быть разделен на части. При этом часть этого отпуска должна быть не менее 14 календарных дней.

2.3.8. Отзыв работника из отпуска допускается только с его согласия. Неиспользованная в связи с этим часть отпуска должна быть предоставлена по выбору работника в удобное для него время в течение текущего рабочего года или присоединена к отпуску за следующий рабочий год.

2.3.9. Часть ежегодного оплачиваемого отпуска, превышающая 28 календарных дней, по письменному заявлению работника может быть заменена денежной компенсацией.

2.3.10. По семейным обстоятельствам и другим уважительным причинам работнику по его письменному заявлению может быть предоставлен отпуск без сохранения заработной платы, продолжительность которого определяется по соглашению между работником и работодателем, но не более одного года.

2.3.11. При увольнении работнику выплачивается денежная компенсация за все неиспользованные отпуска.

3. Правила внутреннего трудового распорядка предприятия и ответственность за их нарушение

Правила внутреннего трудового распорядка определяют обязанности работников и Администрации при выполнении ими своих должностных обязанностей, режим работы, а также правила поведения на предприятии, утверждаются руководителем предприятия.

Выполнение требований Правил внутреннего трудового распорядка обязательно всеми работающими.

4. Общие правила поведения работников на территории Администрации

1. Работник обязан соблюдать нормы, правила и инструкции по охране труда, пожарной безопасности и правила внутреннего трудового распорядка.

2. Правильно применять коллективные и индивидуальные средства защиты.

3. Немедленно сообщать своему непосредственному руководителю о любом несчастном случае, происшедшем в Администрации.

4. Запрещается употребление спиртных напитков, а также приступать к работе в состоянии алкогольного или наркотического опьянения (Курить разрешается только в специально оборудованных местах).

5. При заболевании или травмировании как на работе, так и вне ее необходимо сообщить об этом руководителю и обратиться в лечебное заведение.

6. При несчастном случае следует оказать помощь пострадавшему в соответствии с инструкцией по оказанию до врачебной помощи, вызвать

работника медицинской службы. Сохранить до расследования обстановку на рабочем месте такой, какой она была в момент происшествия, если это не угрожает жизни и здоровью окружающих и не приведет к аварии.

7. При обнаружении неисправности оборудования, приспособлений, инструмента сообщить об этом главе сельсовета. Пользоваться и применять в работе неисправные оборудование и инструменты запрещается.

8.Выполняя трудовые обязанности соблюдать следующие требования:

- ходить только по установленным проходам;
- не садиться и не облокачиваться на случайные предметы и ограждения;
- не подниматься и не спускаться бегом по лестничным маршам;
- не прикасаться к электрическим проводам, кабелям электротехнических установок;

При передвижении по территории необходимо соблюдать следующие требования:

- ходить по пешеходным дорожкам, тротуарам;
- переходить автомобильные дороги в установленных местах;
- при выходе из здания убедиться в отсутствии движущегося транспорта.
- соблюдать осторожность при обходе транспортных средств и других препятствий, ограничивающих видимость проезжей части.
- соблюдать правила дорожного движения и правила поведения в транспортных средствах
- в период неблагоприятных погодных условий (гололед, снегопад, туман) соблюдать особую осторожность.

5. Основные опасные и вредные производственные факторы.

5.1. Работа сотрудников Администрации может сопровождаться наличием следующих опасных и вредных производственных факторов:

- работа на персональных компьютерах - ограниченной двигательной активностью, монотонностью и значительным зрительным напряжением;
- работа с электроприборами (приборы освещения, бытовая техника, принтер, сканер и прочие виды офисной техники) - повышенным значением напряжения электрической цепи;
- работа вне организации (по пути к месту командировки и обратно) - движущимися машинами (автомобили и прочие виды транспорта), неудовлетворительным состоянием дорожного покрытия (гололед, неровности дороги и пр.)

6. Основные требования по предупреждению электротравматизма .

6.1. Каждый работник должен знать, что электрический ток представляет собой скрытый вид опасности. При прикосновении к токоведущим частям оборудования или оголенным проводам, находящимся под напряжением, человек может получить электротравму (частичное поражение током) или электрический удар (поражение организма в целом при параличе дыхания или сердца, или того и другого одновременно при параличе нервной системы, мышц грудной клетки и желудочков сердца).

6.2. Во избежание поражения электрическим током необходимо соблюдать следующие правила:

- не прикасаться к арматуре общего освещения, электрическим проводам, к неизолированным и не огражденным токоведущим частям электрических устройств, аппаратов и приборов (розеток, патронов, переключателей, рубильников, предохранителей и др.);
- в случае обнаружения нарушения изоляции электропроводок, открытых токоведущих частей электрооборудования или нарушения заземления оборудования немедленно сообщить об этом главе сельсовета;
- не открывать двери электrorаспределительных шкафов (щитов), не класть в них никаких предметов (например, ключей от помещений);
- запрещается использовать переносные электронагревательные приборы (электрокипятильники, электроплитки и т.д.)
- не производить самостоятельно ремонт электрооборудования, аппаратов, приборов, светильников, замену электроламп и электрозащиты (плавких предохранителей), чистку электросветильников. Эти работы должны выполнять только специалисты-электрики;
- не наступать на переносимые электрические провода, лежащие на полу;
- не пользоваться неисправными электроприборами и электропроводкой;
- при перерыве в подаче электроэнергии и уходе с рабочего места, хотя и на короткое время, обязательно выключать оборудование, на котором выполнялась порученная работа.

7. Средства коллективной и индивидуальной защиты.

7.1. Значение средств индивидуальной и коллективной защиты в настоящее время очень велико. Они помогают человеку в различных ситуациях и отраслях производства человека.

Средства индивидуальной защиты применяются для предотвращения или уменьшения воздействия на человека опасных и вредных производственных и естественных факторов.

Инженерная (коллективная) защита населения - от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий, осуществляется заблаговременно в мирное время и включает в себя накопление фонда защитных сооружений в городах, населенных пунктах и на объектах. Защитные сооружения должны обеспечивать защиту населения от ионизирующих излучений, радиоактивных, отравляющих и химически опасных веществ, вирусов, продуктов горения, а также от обрушения зданий и сооружений. Защитными сооружениями могут служить подвальные и заглубленные сооружения, горные выработки.

7.1.1. Средства индивидуальной защиты делятся на:

- Костюмы изолирующие.
- Средства защиты органов дыхания (Противогазы, респираторы).
- Средства защиты ног (боты, бахилы, щитки, наколенники, портянки).
- Средства защиты рук (рукавицы)
- Средства дерматологические защитные (Моющие пасты, кремы, мази).

7.1.2. Средства коллективной защиты делятся на:

- Противорадиационные укрытия
- Укрытия простейшего типа
- Убежища.

7.2. Порядок выдачи средств индивидуальной защиты.

Средства индивидуальной защиты считаются собственностью Администрации и подлежат возврату при увольнении переводе на другую работу, где выдача ее предусмотрена по нормам, а также по окончании срока пользования. Если спецодежда, спецобувь пришли в негодность до истечения срока по не зависящим от рабочего причинам, то Администрация обязано заменить или отремонтировать ее.

8. Основные требования санитарии и личной гигиены.

Лица, поступающие на работу в Администрацию, проходят предварительные при поступлении и периодические медицинские осмотры.

Все работники Администрации должны соблюдать правила личной гигиены:

- после посещения туалета тщательно мыть руки с мылом;
- при появлении признаков простудного заболевания или кишечной дисфункции, а также нагноений, порезов, ожогов сообщать главе сельсовета и обращаться в медицинское учреждение для лечения;
- не курить и не принимать пищу на рабочем месте.

Грубые нарушения требований личной гигиены могут сказаться на здоровье и трудоспособности целого коллектива.

В кабинетах с ПЭВМ по причине запыленностью и загрязнения воздуха антропогенными веществами органической природы и диоксидом углерода необходимо проветривать помещения, а также проводить влажную ежедневную уборку. Все папки с важными документами должны размещаться и храниться в шкафу или в сейфе.

Строгое соблюдение правил санитарии и личной гигиены является важным звеном в цепи профилактических мероприятий, направленных на борьбу с инфекционными и инвазионными болезнями.

9. Требования пожарной безопасности.

Каждый работник должен знать и соблюдать инструкцию пожарной безопасности.

Существует три источника основных способов прекращения горения:

- охлаждение горячего вещества ниже температуры воспламенения;
- изоляция горящего вещества от доступа воздуха;
- удаление горящего материала из зоны горения,

Выбор средств и способа тушения зависит от характера пожара, его развития скорости распространения огня и наличия средств пожаротушения. Очень важно при пожаре действовать быстро, умело и спокойно.

При загорании электропровода необходимо в первую очередь обесточить линию и вызвать пожарную охрану. Нельзя тушить электропровода,

находящиеся под напряжением водой или пенным огнетушителем. Это может привести к электротравмам. Электропровода можно тушить углекислотным огнетушителем или сухим песком.

10. Способы оказания первой доврачебной помощи

При несчастных случаях важно до приезда врача своевременно и правильно оказать первую помощь пострадавшему.

Оказание первой помощи при травмах:

- при ушибах - обеспечить пострадавшему полный покой. Наложить на место ушиба холодный компресс. При ушибах с ссадинами не следует класть примочки, ушибленные места следует смазать настойкой йода и наложить повязку.

- при растяжении связок суставов - поднять больную конечность вверх, наложить холодный компресс и создать полный покой до прибытия врача.

- при вывихах сделать поддерживающую повязку, обеспечивающую неподвижность вывихнутой конечности и применить холодную примочку. Без врача суставы не вправлять.

- при переломах конечностей - наложить шины так, чтобы они захватывали два ближайших к перелому сустава. Шины прибинтовывать к конечностям,

- при открытых переломах следует, прежде всего, наложить стерильную повязку.

Вправлять торчащие наружу кости не следует, т.к. в этом случае необходима врачебно - хирургическая обработка.

- при ранениях смазать кожу вокруг раны йодной настойкой и перевязать рану индивидуальным пакетом. Нельзя прикасаться к ране руками, промывать ее водой перевязывать ее не стерильными материалами также накладывать на рану вату извлекать из раны попавшие в нее инородные тела.

- при кровотечениях - немедленно остановить кровотечение. Для этого надо наложить на рану давящую повязку и поднять конечность. Можно также предварительно прижать пальцами сосуды, а затем наложить жгут выше раны. Жгут накладывается только на конечности, где сосуды легко придавливаются к кости. Оставлять жгут на месте наложения не более 2-х часов нельзя, в противном случае возможно омертвление ткани.

- при засорении глаз - промыть глаза раствором борной кислоты (одна чай ложка на стакан воды) или чистой кипяченой водой. Нельзя тереть глаза руками.

Главное оказание помощи попавшему под напряжение - быстрее освободить его от действия тока. Меры первой помощи зависят от состояния пострадавшего. Если он в сознании, необходимо обеспечить ему полный покой, если в бессознательном состоянии давать нюхать нашатырный спирт, согреть, если отсутствуют признаки жизни без промедления делать и искусственное дыхание, и непрямой массаж сердца до появления признаков оживления.

Приложение 3
к распоряжению Администрации
Алтайского сельсовета
от 18.11.2022г. №16-Р

Инструкция первичного инструктажа по охране труда на рабочем месте

1. Пояснительная записка

В соответствии с Порядком обучения по охране труда и проверки знаний требований охраны труда работников организаций, утвержденным постановлением Минтруда России и Минобразования России от 13.01.2003 N 1/29, работодатель (или уполномоченное им лицо) обязан для всех принимаемых на работу лиц, а также для работников, переводимых на другую работу, проводить инструктаж по охране труда.

Все принимаемые на работу лица, а также командированные в организацию работники и работники сторонних организаций, выполняющие работы на выделенном участке, обучающиеся образовательных учреждений соответствующих уровней, проходящие в организации производственную практику, и другие лица, участвующие в производственной деятельности организации, проходят первичный инструктаж на рабочем месте, повторный, внеплановый и целевой инструктажи.

Первичный инструктаж на рабочем месте, повторный, внеплановый и целевой инструктажи проводит непосредственный руководитель (производитель) работ (мастер, прораб, преподаватель и так далее), прошедший в установленном порядке обучение по охране труда и проверку знаний требований охраны труда.

Проведение инструктажей по охране труда включает в себя ознакомление работников с имеющимися опасными или вредными производственными факторами, изучение требований охраны труда, содержащихся в локальных нормативных актах организации, инструкциях по охране труда, технической, эксплуатационной документации, а также применение безопасных методов и приемов выполнения работ.

Инструктаж по охране труда завершается устной проверкой приобретенных работником знаний и навыков безопасных приемов работы лицом, проводившим инструктаж.

Первичный инструктаж на рабочем месте проводится до начала самостоятельной работы:

- со всеми вновь принятыми в организацию работниками, включая работников, выполняющих работу на условиях трудового договора, заключенного на срок до двух месяцев или на период выполнения сезонных работ, в свободное от основной работы время (совместители), а также на дому (надомники) с использованием материалов, инструментов и механизмов, выделяемых работодателем или приобретаемых ими за свой счет;

- с работниками организации, переведенными в установленном порядке из другого структурного подразделения, либо работниками, которым поручается выполнение новой для них работы;

- с командированными работниками сторонних организаций, обучающимися образовательных учреждений соответствующих уровней, проходящими производственную практику (практические занятия), и другими лицами, участвующими в производственной деятельности организации.

Первичный инструктаж на рабочем месте проводится руководителями структурных подразделений организации (исполняющим обязанности по охране труда) по программам, разработанным и утвержденным в соответствии с требованиями законодательных и иных нормативных правовых актов по охране труда, локальных нормативных актов организации, инструкций по охране труда, технической и эксплуатационной документации.

Настоящая программа инструктажа на рабочем месте разработана в соответствии с Квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и других служащих и с учетом характеристики условий и безопасности труда офисных работников.

В программе приведен перечень нормативной, справочной, учебно-методической и другой документации по охране труда, рекомендуемой для подготовки к проведению инструктажа по охране труда на рабочем месте.

2. ИНСТРУКЦИЯ

2.1. Условия труда офисных работников

Особенности и характеристика условий труда работников офиса. Возможные причины несчастных случаев и заболеваний офисных работников. Примеры случаев производственного травматизма при работе в офисе.

2.2. Общие требования охраны труда

Порядок допуска к работе в офисе с использованием персональных компьютеров, копировально-множительной техники, факсимильных аппаратов и другого офисного оборудования.

Вводный и первичный на рабочем месте инструктажи по охране труда.

Периодичность повторного инструктажа по охране труда.

Случаи прохождения внепланового инструктажа по охране труда.

Целевой инструктаж при выполнении несвойственных профессии (должности) работ.

Специальный инструктаж и получение группы I по электробезопасности.

Обучение требованиям охраны труда при работе с офисным оборудованием.

Правила технической эксплуатации и требования безопасности при работе с офисным оборудованием.

Медицинские осмотры офисных работников, допущенных к постоянной работе на персональном компьютере.

Основные опасные и вредные производственные факторы, которые могут оказывать неблагоприятное воздействие на офисных работников во время работы.

Неблагоприятное воздействие опасных и вредных производственных факторов на организм человека.

Режимы труда и отдыха.

Требования пожарной безопасности при работе с офисным оборудованием.

Правила личной гигиены.

Действия офисного работника в случае заболевания, плохого

самочувствия, недостаточного отдыха.

Действия офисного работника, если он оказался свидетелем несчастного случая. Оказание первой помощи. Медицинская аптечка.

Ответственность за невыполнение или нарушение требований инструкции по охране труда.

2.3. Требования охраны труда перед началом работы

Рациональная организация своего рабочего места перед началом работы.

Минимально допустимые расстояния между персональными компьютерами, если их несколько в помещении офиса.

Влияние взаимного расположения персональных компьютеров на уровень генерируемых ими излучений. Гигиенические требования для предупреждения облучения других рабочих мест.

Очистка экрана монитора от пыли, которая интенсивно оседает на нем под воздействием зарядов статического электричества.

Уборка с рабочего места всех лишних предметов, не используемых в работе.

Меры предосторожности при осмотре офисного оборудования перед началом работы.

Требования к достаточности и равномерности освещения рабочего места.

2.4. Требования охраны труда во время работы

Последовательность включения офисного оборудования в работу. Инструкции по эксплуатации офисного оборудования.

Рациональная рабочая поза при работе на офисном оборудовании.

Требования, предъявляемые к типу и конструкции рабочего кресла и рабочего стола при работе с персональным компьютером.

Требования охраны труда при работе на персональном компьютере. Минимальное расстояние экрана видеомонитора от глаз офисного работника. Правильное расположение клавиатуры на поверхности стола. Установка на экране монитора оптимального цветового режима для уменьшения напряжения зрения. Продолжительность непрерывной работы с видеомонитором.

Дефекты или неисправности копировально-множительной техники, при которых работа на ней не разрешается.

Меры пожарной безопасности в помещении, где выполняются копировально-множительные работы. Меры предосторожности при непосредственной работе с химическими веществами (например, с красками, порошками и т.п.).

Вентиляция помещения, в котором производятся работы на копировально-множительной технике.

Меры предосторожности при обслуживании офисного оборудования.

2.5. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

Действия офисного работника при обнаружении каких-либо неполадок в работе офисного оборудования.

Действия офисного работника при несчастном случае, внезапном заболевании.

Способы оказания первой помощи при ранениях, при поражении электрическим током.

Действия офисного работника при обнаружении пожара или признаков горения (задымление, запах гари, повышение температуры и т.п.). Особенности тушения электрооборудования, находящегося под напряжением. Правила применения углекислотных или порошковых огнетушителей.

2.6. Требования охраны труда по окончании работы

Меры предосторожности при выключении офисного оборудования, отсоединении сетевого шнура от электрической сети.

Меры безопасности при приведении в порядок рабочего места, уборке дисков, дискет, документации и т.п.

Правила личной гигиены по окончании работы.

ИНСТРУКЦИЯ **по охране труда для обучения работников Администрации** **основам электробезопасности**

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

Электрический ток, проходя через живые ткани, производит термическое (тепловое), электрическое и биологическое воздействие, что приводит к местным повреждениям тканей и органов, также к общим поражениям организма человека.

Тяжесть поражения током зависит от ряда факторов, в том числе от величины напряжения в сети (она тем больше, чем больше напряжение) и от сопротивления тела человека (она тем больше, чем меньше сопротивление). Сопротивление тела человека в основном определяется состоянием кожного покрова. Сухая кожа имеет сопротивление от 1000 до 100000 Ом, влажная и загрязнённая - 300 - 400 Ом.

Общее сопротивление тела человека уменьшается также при потоотделении в состоянии нервного расстройства, алкогольного опьянения и др. Возможность поражения электрическим током и его тяжесть зависит также от категории помещений по степени опасности поражения электротоком, в которых установлены электроустройства.

В соответствии со степенью опасности помещения должны проводиться мероприятия, установленные правилами и обеспечивающие безопасную работу персонала.

2. ПРИЧИНЫ ПОРАЖЕНИЯ ЭЛЕКТРИЧЕСКИМ ТОКОМ

2.1. Поражение электрическим током возникает при прикосновении человека к оголённым токоведущим частям электроустановки, при прикосновении к металлическим частям электроустановки, оказавшимся под напряжением в

результате нарушения изоляции неисправного заземляющего устройства.

2.2. Причинами поражения током являются:

- неисправность электроустройств (оборудования, приборов, пусковых устройств, проводов, заземления);
- применение в помещениях с повышенной и особой опасностью переносных ламп и электроинструментов более высокого напряжения, чем установлено правилами;
- нарушения правила о запрещении работы с электроустройствами лицам, не имеющим к ним отношения;
- нарушение правил использования защитных средств и др.

3. ЗАЩИТА ОТ ПОРАЖЕНИЯ ЭЛЕКТРИЧЕСКИМ ТОКОМ

3.1. В целях безопасного проведения работ персонал, обслуживающий электроустройства, обязан следить за состоянием оборудования, приборов, пусковых устройств, подводящих кабелей и проводов, заземляющих устройств, штепсельных разъёмов и приборов освещения. Они должны быть постоянно в исправном состоянии. Внешними признаками неисправности электроустройств являются:

- наличие трещин и отколов у корпусов приборов и пусковых устройств, ненадёжное их крепление на основаниях;
- наличие оголённых токоведущих частей;
- ненадёжное скрепление элементов электроустройств (например, плохое соединение половинок штепсельной вилки, ослабление фиксации её штырей и т.п.) которое может вызывать короткое замыкание;
- потёртость, подпалы, изломы на подводящих шнурах, особенно, в месте входа шнура в колодку штепсельной вилки и в прибор;
- неплотная посадки штепсельной вилки в розетку;
- появление дыма и специфического запаха горячей резины или пластмассы, перегрев, искрение и т.п.

При появлении этих неисправностей электроустройство следует выключить, обесточить, а переносные приборы выключить и отсоединить от сети при помощи штепсельных разъёмов и сообщить в электрослужбу.

3.2. Лицам, обслуживающим электроустройства, запрещается:

- прикасаться к оголённым проводам;
- переносить работающие электроустройства и оставлять их без надзора включёнными в сеть;
- вытаскивать штепсельные вилки из розеток, дергая за шнур;
- бросать штепсельные вилки на пол;
- класть провода переносных ламп и электрифицированных инструментов на влажные поверхности, горячие предметы и в места, где они могут подвергнуться трению, скручиванию и натяжению;
- протирать мокрыми тряпками электроустройства, включённые в сеть;
- обмывать водой стены там, где установлены электроприборы и проложены кабели и провода;
- производить уборку помещений с помощью поливочного шланга вблизи распределительного и электродвигателей, установленных на полу;

- производить какой-либо ремонт в электроустройствах, в том числе устранение неисправностей выключателей, розеток, а также замену ламп.

3.3. Ручные переносные электролампы должны иметь сетку, защищающую их от удара. Подключение и отключение переносных ламп при отсутствии розеток должно производиться электромонтёром.

3.4. При включении в сеть переносных электроинструментов (электроотсосы, дрели, утюги, пылесосы и др.) и переносных светильников должны быть проверены на целостность подводящие шнуры и на исправность штепсельные вилки и розетки.

3.5. Работы по пробивке стен, потолков, полов, а также штукатурные и побелочные работы должны быть согласованы с лицом, ответственным за электрохозяйство. При обнаружении на отмеченных схемах проводов и кабелей следует прекратить работу и сообщить об этом главе сельсовета. Продолжать работы можно только с разрешения лица, ответственного за электрохозяйство.

4. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ МЕРЫ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ДЛЯ ЗАЩИТЫ ПЕРСОНАЛА ОТ ПОРАЖЕНИЯ ЭЛЕКТРИЧЕСКИМ ТОКОМ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ КАТЕГОРИИ ПОМЕЩЕНИЯ

По степени опасности поражения электрическим током помещения делятся на:

- помещения с повышенной опасностью;

- помещения без повышенной опасности.

4.1. Помещения с повышенной опасностью характеризуются наличием в них одного из следующих условий, создающих повышенную опасность:

а) сырость (относительная влажность длительное время превышает -75%) или токопроводящая пыль;

б) токопроводящие полы (металлические, земляные, железобетонные, кирпичные, покрытые метлахской плиткой и т.п.);

в) высокая температура (длительное время превышающая +35 градусов);

г) возможность одновременного прикосновения человека к имеющим соединение с землёй металлоконструкциям зданий, технологическим аппаратам, механизмам и т.п. с одной стороны, и к металлическим корпусам электрооборудования - с другой.

В этих помещениях при прикосновении к металлическим частям электроустройств, оказавшихся под напряжением в результате нарушения изоляции, через человека может пройти ток опасной величины. Чтобы этого не произошло, производится заземление (зануление) корпусов электрооборудования, приборов и труб, защищающих кабели и провода.

Устройство заземления (зануления) обеспечивает автоматическое и быстрое отключение участка цепи с повреждённой изоляцией в момент его замыкания на «корпус». Поэтому персонал, обслуживающий электроустановки в помещениях с повышенной опасностью, должен знать места присоединения заземляющих проводников и следить за их исправностью.

Для этих помещений допускается напряжение до 36 вольт. Применение переносных ламп на напряжение выше 36 вольт недопустимо.

Электроинструменты, работающие на напряжении 36 вольт, не заземляются, и работа с ними может производиться без применения диэлектрических защитных средств.

Разрешается применение электроинструментов, рассчитанных на напряжение 220 В, при условии их надёжного заземления и использования диэлектрических средств защиты (диэлектрические перчатки, коврики и т.п.). Особо опасные помещения характеризуются наличием одного из следующих условий, создающих особую опасность в отношении поражения током:

- а) особая сырость (относительная влажность близка к 100%: потолок, стены, пол и предметы, находящиеся в помещении, покрыты влагой);
- б) одновременно два и более условий повышенной опасности;
- в) химически активная или органическая среда (разрушающая изоляцию и токоведущие части):

работа вне помещений (на улице).

В особо опасных помещениях для безопасности допускается напряжение 12 вольт. Применение переносных светильников на напряжение 12 вольт недопустимо. Разрешается работать с электроинструментом, рассчитанным на напряжение 36 вольт, при условии его надёжного заземления и использования диэлектрических средств защиты.

4.2. Помещения без повышенной опасности характеризуются отсутствием условий, создающих повышенную опасность и особую опасность.

5. ПРАВИЛА ОКАЗАНИЯ ДОВРАЧЕБНОЙ ПОМОЩИ ПОСТРАДАВШИМ ОТ ЭЛЕКТРИЧЕСКОГО ТОКА

Основными условиями успеха при оказании первой помощи являются быстрота освобождения пострадавшего от действия тока и быстрота перехода к правильному оказанию до врачебной медицинской помощи.

5.1. Не теряя времени, нужно:

- освободить пострадавшего от действия электрического тока, обеспечив предварительно собственную безопасность;
- определить состояние пострадавшего (наличие сознания, дыхания, пульса) и оказать первую помощь.

5.2. Лица, не занятые оказанием первой помощи, обязаны:

- известить руководителя Администрации о происшедшем несчастном случае;
- вызвать врача или скорую помощь;
- послать за набором приспособлений, средств для оказания первой помощи;
- удалить из помещения лишних людей, обеспечив освещение и приток свежего воздуха.

Освобождение пострадавшего от действия тока:

Первым действием должно быть быстрое отключение той части электроустановки, к которой прикасается пострадавший. Если при этом возможно падение пострадавшего с высоты, нужно предупредить или обезопасить его падение.

Быстро отключать установку нельзя, сначала надо освободить пострадавшего от токоведущих частей. При напряжении до 1000 В для освобождения пострадавшего от токоведущих частей следует пользоваться сухой палкой, сухой доской, верёвочным канатом или другими сухими предметами, не проводящими электрический ток.

Можно также оттянуть его за одежду (если она сухая и плотно не прилегает к телу), например за полы пиджака или пальто, за воротник, избегая при этом прикосновения к окружающим металлическим предметам и частям тела пострадавшего, не прикрытым одеждой.

Оттаскивая пострадавшего за ноги, человек, оказывающий помощь, не должен касаться его обуви или одежды без хорошей изоляции своих рук, так как обувь и одежда могут быть сырыми и являться проводниками электрического тока.

Для изоляции рук человека оказывающий помощь (если все же возникает необходимость коснуться тела пострадавшего, не покрытого одеждой), должен надеть диэлектрические перчатки или обмотать руки материей. Можно изолировать себя от земли, встав на резиновый коврик, сухую доску или на какую-либо иную, подставку, свёрток одежды, которая не проводит электроток.

Для освобождения пострадавшего от токоведущих частей рекомендуется действовать одной рукой, держа другую в кармане или за спиной. Можно прервать ток, проходящий через пострадавшего в землю, отделив пострадавшего от земли (подсунув под него сухую доску, оттянуть ноги от земли верёвкой или оттянуть за одежду). При этом следует соблюдать указанные выше меры предосторожности.

Можно также перерезать или перерубить провода (каждый - в отдельности) топором с сухой деревянной рукояткой или другими рубящим или режущим инструментом с изолированными рукоятками, если изоляции на рукоятке нет, то её надо обернуть сухой материей либо надеть диэлектрические перчатки.

При напряжении выше 1000 В для освобождения пострадавшего от токоведущих частей надо надеть диэлектрические боты и перчатки и действовать изолирующими штангой или клещами, рассчитанными на соответствующее напряжение.

Меры доврачебной помощи

Меры доврачебной помощи зависят от состояния, в котором находится пострадавший после освобождения его от действий тока:

1. Если пострадавший в сознании, но до того был в обмороке или всё ещё находится в бессознательном состоянии, но с сохранившимися устойчивым дыханием и пульсом, его следует уложить на подстилку из одежды, расстегнуть одежду, стесняющую дыхание, создать приток свежего воздуха, растереть и согреть тело, удалить из помещения лишних людей и до прихода врача обеспечить полный покой.
2. Пострадавшему, находящемуся в бессознательном состоянии, нужно давать нюхать нашатырный спирт, опрыскивать лицо холодной водой. Когда

он придёт в сознание, следует дать ему 15-20 капель настойки валерианы и горячего чая.

3. Если пострадавший дышит редко и судорожно, но у него прощупывается пульс, необходимо сразу же начать делать ему искусственное дыхание.

4. Если у пострадавшего отсутствуют дыхание и пульс, нельзя считать его мёртвым. В этом случае необходимо немедленно начать делать ему искусственное дыхание и наружный массаж сердца. При оказании помощи пострадавшему дорога каждая секунда, поэтому первую помощь нужно оказывать немедленно и непрерывно, тут же на месте. Переносить пострадавшего в другое место следует только в тех случаях, когда ему или человеку, оказывающему помощь, угрожает опасность или когда оказание помощи на месте невозможно. Не следует раздевать пострадавшего, теряя при этом драгоценное время. Не обязательно, чтобы при проведении искусственного дыхания пострадавший находился в горизонтальном положении. Ни в коем случае нельзя зарывать пострадавшего в землю, это принесёт только вред. При поражении молнией оказывается та же помощь, что и при поражении электрическим током.

Во всех случаях поражения электрическим током необходимо обязательно вызвать врача (независимо от состояния пострадавшего).

Искусственное дыхание

Искусственное дыхание надо производить по способу рот в рот или из рта в нос, при котором человек, оказывающий помощь, производит выдох воздуха из своих легких в лёгкие пострадавшего через его рот или нос. Прежде чем приступить к производству искусственного дыхания, необходимо быстро, не теряя времени:

уложить пострадавшего на спину, расстегнув стесняющую дыхание одежду; обеспечить проходимость дыхательных путей, которые могут быть закрыты запавшим языком: для этого нужно максимально запрокинуть голову пострадавшего назад, положив одну руку под шею, а другой рукой надавить на лоб пострадавшего (при этом положение головы рот обычно открывается); для сохранения достигнутого положения головы под лопатки можно подложить валик из свёрнутой одежды;

при наличии во рту инородного содержимого (слизи, крови и т.п.), которое может закрыть дыхательные пути, повернуть голову и плечи пострадавшего на бок (можно подвести своё колено под плечи пострадавшего) очистить полость рта и глотки носовым платком, краем рубашки, намотанным на указательный палец.

При искусственном дыхании человек, оказывающий помощь, делает глубокий вдох и затем, плотно прижимая свой рот ко рту пострадавшего (можно через марлю, платок), производит в него выдох, при этом нос пострадавшего нужно закрыть щекой или пальцами.

Затем человек, оказывающий помощь, освобождает рот пострадавшего и делает новый вдох. В это время грудная клетка пострадавшего опускается и

происходит пассивный выдох, несильным нажатием руки на грудную клетку нужно помочь воздуху выйти из лёгких пострадавшего. Маленьким детям вдвуют воздух одновременно в нос и рот, охватывая своим ртом рот и нос пострадавшего.

Контроль за поступлением воздуха в лёгкие пострадавшего осуществляется на глаз (по расширению грудной клетки при каждом вдвании). Если после вдвания воздуха грудная клетка не расправляется, необходимо выдвинуть челюсть пострадавшего вперёд. Для этого следует четыре пальца обеих рук поставить позади углов нижней челюсти, упираясь большими пальцами в её край, оттянуть и выдвинуть нижнюю челюсть вперёд так, чтобы нижние зубы стояли впереди верхних.

Легче выдвинуть челюсть введением в рот большого пальца. Если раскрыть рот пострадавшего не удаётся, то искусственное дыхание необходимо проводить изо рта в нос.

Вдввание воздуха следует производить резко, через каждые 5 секунд, что соответствует частоте дыхания около 12 раз в минуту. При оказании помощи ребёнку вдввание должно быть неполным и менее резким, с частотой 15-18 раз в минуту. При появлении первых слабых вдохов следует приурочивать искусственный вдох к моменту самостоятельного вдоха пострадавшего.

Наружный массаж сердца

Наружный массаж сердца осуществляется методом ритмичных сжатий сердца через переднюю стенку грудной клетки (надавливание на подвижную часть грудины). Перед массажем сердца следует уложить пострадавшего на спину на жёсткую поверхность или подложить под спину доску. Оказывающий помощь занимает такое положение (справа или слева от пострадавшего), при котором возможен наклон над пострадавшим.

Определив прощупыванием место надавливания (оно должно находиться примерно на 2 пальца выше мягкого конца грудины), оказывающий помощь должен положить на него руку ладонью вниз, а ладонь другой руки положить на первую под углом и надавливать на грудную клетку пострадавшего, слегка помогая себе наклоном всего корпуса.

Предплечье и плечевые кисти рук оказывающего помощь должны быть разогнуты до отказа, а пальцы обеих рук сведены вместе, и не касаться грудной клетки пострадавшего.

Надавливание следует проводить быстрым толчком, чтобы сместить нижнюю часть грудины вниз на 3-4 см (у полных людей - на 5-6 см) и зафиксировать её в этом положении на 0,5 сек., после чего быстро отпустить её, расслабив руки, но, не отнимая их от грудины.

Повторять надавливание следует каждую секунду или несколько чаще, так как менее 60 надавливаний в минуту не создаёт достаточного кровотока. Детям в возрасте до 12 лет наружный массаж сердца проводится одной рукой; делается 65-80 надавливаний в минуту.

Если оказывающих помощь двое, один должен производить искусственное дыхание, а второй наружный массаж сердца. Вдввание воздуха нужно

производить через каждые 5 надавливаний (вариант: производить 2 вдувания воздуха через 15 надавливаний).

Если оказывающий помощь один, он обязан чередовать операции: после двух вдуваний воздуха должен производить 15 надавливаний на грудную клетку. Эффективность массажа сердца проявляется в том, что каждое надавливание на грудную клетку вызывает появление пульса на бедренных и сонной артериях, а также сужение зрачков и уменьшение синюшности кожи и слизистых оболочек пострадавшего.

О восстановлении деятельности сердца пострадавшего судят по появлению у него собственного, не поддерживаемого массажем регулярного пульса. Для определения пульса на сонной артерии через каждые 2 минуты прерывают массаж на 2-3 секунды. При появлении пульса во время перерыва следует продолжать искусственное дыхание до появления устойчивого самостоятельного дыхания, при отсутствии пульса - немедленно возобновлять массаж сердца.

Для эффективности массажа рекомендуется приподнять на 0,5 м ноги пострадавшего, что способствует притоку крови к сердцу из вен нижней части тела.

Искусственное дыхание и наружный массаж сердца следует проводить до восстановления устойчивого самостоятельного дыхания и деятельности сердца или до передачи пострадавшего медицинскому персоналу.

ИНСТРУКЦИЯ **по оказанию первой доврачебной помощи**

1. Общие положения

1.1. Первая доврачебная помощь — это комплекс мероприятий, направленных на восстановление или сохранение жизни и здоровья пострадавшего. Ее должен оказывать тот, кто находится рядом с пострадавшим (взаимопомощь), или сам пострадавший (самопомощь) до прибытия медицинского работника.

1.2. Ответственность за организацию обучения по оказанию первой доврачебной помощи возлагается на главу сельсовета.

1.3. Для того чтобы первая доврачебная помощь была эффективной, в учреждении должны быть:

- аптечки с набором необходимых медикаментов и медицинских средств для оказания первой доврачебной помощи.

1.4. Оказывающий помощь должен знать основные признаки нарушения жизненно

важных функций организма человека, а также уметь освободить пострадавшего от

действия опасных и вредных факторов, оценить состояние пострадавшего, определить последовательность применяемых приемов первой доврачебной помощи, при необходимости использовать подручные средства при оказании помощи и транспортировке пострадавшего.

1.5. Последовательность действий при оказании первой помощи пострадавшему:

- устранение воздействия на организм пострадавшего опасных и вредных факторов

(освобождение его от действия электрического тока, гашение горячей одежды,

извлечение из воды и т. д.);

- оценка состояния пострадавшего;

- определение характера травмы, создающей наибольшую угрозу для жизни

пострадавшего, и последовательности действий по его спасению;

- выполнение необходимых мероприятий по спасению пострадавшего в порядке

срочности (восстановление проходимости дыхательных путей; проведение искусственного дыхания, наружного массажа сердца; остановка кровотечения;

иммобилизация места перелома; наложение повязки и т. п.);

- поддержание основных жизненных функций пострадавшего до прибытия медицинского персонала;

- вызов скорой медицинской помощи или врача либо принятие мер для транспортировки пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

1.6. В случае невозможности вызова медицинского персонала на место происшествия необходимо обеспечить транспортировку пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение. Перевозить пострадавшего можно только при устойчивом дыхании и пульсе.

1.7. В том случае, когда состояние пострадавшего не позволяет его транспортировать, необходимо поддерживать его основные жизненные функции до прибытия медицинского работника.

2. Признаки для определения состояния здоровья пострадавшего

2.1. Признаки, по которым можно быстро определить состояние здоровья пострадавшего, следующие:

- сознание: ясное, отсутствует, нарушено (пострадавший заторможен или возбужден);

Отсутствие сознания у пострадавшего определяют визуально. Чтобы окончательно убедиться в этом, следует обратиться к пострадавшему с вопросом о самочувствии;

- цвет кожных покровов и видимых слизистых оболочек (губ, глаз): розовые, синюшные, бледные.

- дыхание: нормальное, отсутствует, нарушено (неправильное, поверхностное, хрипящее).

Цвет кожных покровов и наличие дыхания (по подъему и опусканию грудной клетки) оценивают также визуально. Нельзя тратить драгоценное время на прикладывание ко рту и носу зеркала и блестящих металлических предметов;

- пульс на сонных артериях: хорошо определяется (ритм правильный или неправильный), плохо определяется, отсутствует.

Для определения пульса на сонной артерии пальцы руки накладывают на адамово яблоко (трахею) пострадавшего и, продвигая их немного в сторону, ощупывают шею сбоку;

- зрачки: расширенные, суженные.

Ширину зрачков при закрытых глазах определяют следующим образом: подушечки указательных пальцев кладут на верхние веки обоих глаз и, слегка придавливая их к глазному яблоку, поднимают вверх. При этом

глазная щель открывается и на белом фоне видна округлая радужка, а в центре ее — округлой формы черные зрачки, состояние которых (суженные или расширенные) оценивают по площади радужки, которую они занимают. При определенных навыках, владея собой, оказывающий помощь за минуту должен оценить состояние пострадавшего и решить, в каком объеме и порядке следует оказывать ему помощь.

Степень нарушения сознания, цвет кожных покровов и состояние дыхания можно

оценивать одновременно с прощупыванием пульса, что занимает не более минуты. Осмотр зрачков можно провести за несколько секунд.

3. Комплекс реанимационных мероприятий

Если у пострадавшего отсутствуют сознание, дыхание, пульс, кожный покров синюшный, а зрачки расширенные, следует немедленно приступить к восстановлению жизненно важных функций организма путем проведения искусственного дыхания и наружного массажа сердца.

Требуется заметить время остановки дыхания и кровообращения у пострадавшего, время начала проведения искусственного дыхания и наружного массажа сердца, а также продолжительность реанимационных мероприятий и сообщить эти сведения прибывшему медицинскому персоналу.

3.1. Искусственное дыхание. Искусственное дыхание проводится в тех случаях, когда пострадавший не дышит или дышит очень плохо (редко, судорожно, как бы со всхлипыванием), а также если его дыхание постоянно ухудшается независимо от того, чем это вызвано: поражением электрическим током, отравлением, утоплением и т. д.

Наиболее эффективным способом искусственного дыхания является способ «изо рта в рот» или «изо рта в нос», так как при этом обеспечивается поступление достаточного объема воздуха в легкие пострадавшего. Способ «изо рта в рот» или «изо рта в нос» основан на применении выдыхаемого оказывающим помощь воздуха, который насильно подается в дыхательные пути пострадавшего и физиологически пригоден для дыхания пострадавшего. Воздух можно вдвухать через марлю, платок и т. п. Этот способ искусственного дыхания позволяет легко контролировать поступление воздуха в легкие пострадавшего по расширению грудной клетки после вдвухания и последующему спаданию ее в результате пассивного выдоха. Для проведения искусственного дыхания пострадавшего следует уложить на спину, расстегнуть стесняющую дыхание одежду и обеспечить проходимость верхних дыхательных путей, которые в положении на спине при бессознательном состоянии закрыты запавшим языком. Кроме того, в полости рта может находиться инородное содержимое (рвотные массы, песок, ил, трава, и т. п.), которое необходимо удалить указательным пальцем, обернутым платком (тканью) или бинтом, повернув голову пострадавшего набок.

После этого оказывающий помощь располагается сбоку от головы пострадавшего, одну руку подсовывает под его шею, а ладонью другой руки надавливает на лоб, максимально запрокидывая голову. При этом корень языка поднимается и освобождает вход в гортань, а рот пострадавшего открывается. Оказывающий помощь наклоняется к лицу пострадавшего, делает глубокий вдох открытым ртом, затем полностью плотно охватывает губами открытый рот пострадавшего и делает энергичный выдох, с некоторым усилием вдувая воздух в его рот; одновременно он закрывает нос пострадавшего щекой или пальцами руки, находящейся на лбу. При этом обязательно следует наблюдать за грудной клеткой пострадавшего, которая должна подниматься. Как только грудная клетка поднялась, нагнетание воздуха приостанавливают, оказывающий помощь приподнимает свою голову, происходит пассивный выдох у пострадавшего. Для того чтобы выдох был более глубоким, можно несильным нажатием руки на грудную клетку помочь воздуху выйти из легких пострадавшего. Если у пострадавшего хорошо определяется пульс и необходимо проводить только искусственное дыхание, то интервал между искусственными вдохами должен составлять 5 с, что соответствует частоте дыхания 12 раз в минуту.

Кроме расширения грудной клетки хорошим показателем эффективности искусственного дыхания может служить порозовение кожных покровов и слизистых оболочек, а также выхода пострадавшего из бессознательного состояния и появление у него самостоятельного дыхания.

При проведении искусственного дыхания оказывающий помощь должен следить за тем, чтобы вдуваемый воздух попадал в легкие, а не в желудок пострадавшего. При попадании воздуха в желудок, о чем свидетельствует вздутие живота «под ложечкой», осторожно надавливают ладонью на живот между грудиной и пупком. При этом может возникнуть рвота, поэтому необходимо повернуть голову и плечи пострадавшего набок (лучше налево), чтобы очистить его рот и глотку.

Если челюсти пострадавшего плотно стиснуты и открыть рот не удастся, следует

проводить искусственное дыхание по способу «изо рта в нос».

Маленьким детям вдувают воздух одновременно в рот и нос. Чем меньше ребенок, тем меньше воздуха нужно ему для вдоха и тем чаще следует производить вдувание по сравнению со взрослым человеком (до 15—18 раз в мин.). При появлении первых слабых вдохов у пострадавшего следует приурочить проведение искусственного вдоха к моменту начала у него самостоятельного вдоха. Прекращают искусственное дыхание после восстановления у пострадавшего достаточно глубокого и ритмичного самостоятельного дыхания.

Нельзя отказываться от оказания помощи пострадавшему и считать его умершим при отсутствии таких признаков жизни, как дыхание или пульс. Делать вывод о смерти пострадавшего имеет право только медицинский работник.

3.2. Наружный массаж сердца.

Показанием к проведению наружного массажа сердца является остановка сердечной деятельности, для которой характерно сочетание следующих признаков: бледность или синюшность кожных покровов, потеря сознания, отсутствие пульса на сонных артериях, прекращение дыхания или судорожные, неправильные вдохи. При остановке сердца, не теряя ни секунды, пострадавшего надо уложить на ровное жесткое основание: скамью, пол, в крайнем случае, подложить под спину доску. Если помощь оказывает один человек, он располагается сбоку от пострадавшего и, наклонившись, делает два быстрых энергичных вдувания (по способу «изо рта в рот» или «изо рта в нос»), затем разгибается, оставаясь на этой же стороне от пострадавшего, ладонь одной руки кладет на нижнюю половину грудины (отступив на два пальца выше от ее нижнего края), а пальцы приподнимает. Ладонь второй руки он кладет поверх первой поперек или вдоль и надавливает, помогая наклоном своего корпуса. Руки при надавливании должны быть выпрямлены в локтевых суставах.

Надавливать следует быстрыми толчками так, чтобы смещать грудину на 4—5 см,

продолжительность надавливания не более 0,5 с, интервал между отдельными

надавливаниями не более 0,5 с. В паузах руки с грудины не снимают (если помощь оказывают два человека), пальцы остаются приподнятыми, руки полностью выпрямленными в локтевых суставах.

Если оживление производит один человек, то на каждые два глубоких вдувания (вдоха) он производит 15 надавливаний на грудину, затем снова делает два вдувания и опять повторяет 15 надавливаний и т. д. За минуту необходимо сделать не менее 60 надавливаний и 12 вдуваний, т. е. выполнить 72 манипуляции, поэтому темп реанимационных мероприятий должен быть высоким. Опыт показывает, что больше всего времени затрачивается на искусственное дыхание. Нельзя затягивать вдувание: как только грудная клетка пострадавшего расширилась, его надо прекращать.

При правильном выполнении наружного массажа сердца каждое надавливание на грудину вызывает появление пульса в артериях.

Оказывающие помощь должны периодически контролировать правильность и

эффективность наружного массажа сердца по появлению пульса на сонных или

бедренных артериях. При проведении реанимации одним человеком ему следует через каждые 2 мин прерывать массаж сердца на 2-3 с для определения пульса на сонной артерии. Если в реанимации участвуют два человека, то пульс на сонной артерии контролирует тот, кто проводит искусственное дыхание. Появление пульса во время перерыва массажа свидетельствует о восстановлении деятельности сердца (наличии кровообращения). При этом следует немедленно прекратить массаж сердца, но продолжать проведение искусственного дыхания до появления

устойчивого самостоятельного дыхания. При отсутствии пульса необходимо продолжать делать массаж сердца.

Искусственное дыхание и наружный массаж сердца необходимо проводить до

восстановления устойчивого самостоятельного дыхания и деятельности сердца у

пострадавшего или до его передачи медицинскому персоналу.

Длительное отсутствие пульса при появлении других признаков оживления организма (самостоятельное дыхание, сужение зрачков, попытки пострадавшего двигать руками и ногами и др.) служит признаком фибрилляции сердца. В этих случаях необходимо продолжать делать искусственное дыхание и массаж сердца пострадавшему до передачи его медицинскому персоналу.

4. Первая доврачебная помощь при различных видах повреждения организма человека

4.1. Ранение.

Оказывая первую доврачебную помощь при ранении, необходимо строго соблюдать следующие правила.

Нельзя:

- промывать рану водой или каким-либо лекарственным веществом, засыпать ее

порошком и смазывать мазями, так как это препятствует заживлению раны, вызывает нагноение и способствует занесению в нее грязи с поверхности кожи;

- удалять из раны песок, землю и т. п., так как убрать самим все, что загрязняет рану,

невозможно;

- удалять из раны сгустки крови, остатки одежды и т. п., так как это может вызвать

сильное кровотечение;

- заматывать раны изоляционной лентой или накладывать на них паутину во избежание заражения столбняком.

Надо:

- оказывающему помощь вымыть руки или смазать пальцы йодом;

- осторожно снять грязь с кожи вокруг раны, очищенный участок кожи нужно смазать йодом;

- вскрыть имеющийся в аптечке перевязочный пакет в соответствии с указанием,

напечатанным на его обертке. При наложении перевязочного материала не следует касаться руками той его части, которая должна быть наложена непосредственно на рану.

Если перевязочного пакета почему-либо не оказалось, для перевязки можно использовать чистый платок, ткань и т. п.). Накладывать вату непосредственно на рану нельзя. На то место ткани, которое накладывается

непосредственно на рану, накапать йод, чтобы получить пятно размером больше раны, а затем положить ткань на рану;

- по возможности быстрее обратиться в лечебное учреждение, особенно, если рана загрязнена землей.

4.2. Кровотечение.

4.2.1. Внутреннее кровотечение.

Внутреннее кровотечение распознается по внешнему виду пострадавшего (он бледнеет; на

коже выступает липкий пот; дыхание частое, прерывистое, пульс частый слабого

наполнения). **Надо:**

- уложить пострадавшего или придать ему полусидячее положение;
- обеспечить полный покой;
- приложить к предполагаемому месту кровотечения «холод»;
- срочно вызвать врача.

Нельзя:

- давать пострадавшему пить, если есть подозрение на повреждение органов брюшной полости.

4.2.2. Наружное кровотечение.

Надо:

а) при несильном кровотечении:

- кожу вокруг раны смазать йодом;
- на рану наложить перевязочный материал, вату и плотно прибинтовать;
- не снимая наложенного перевязочного материала, поверх него наложить дополнительно слои марли, вату и туго забинтовать, если кровотечение продолжается;

б) при сильном кровотечении

- в зависимости от места ранения для быстрой остановки прижать артерии к подлежащей кости выше раны по току крови в наиболее эффективных местах (височная артерия; затылочная артерия; сонная артерия; подключичная артерия; подмышечная артерия; плечевая артерия; лучевая артерия; локтевая артерия; бедренная артерия; бедренная артерия в середине бедра; подколенная артерия; тыльная артерия стопы; задняя большеберцовая артерия);

- при сильном кровотечении из раненой конечности согнуть ее в суставе выше места ранения, если нет перелома этой конечности. В ямку, образующуюся при сгибании, вложить комок ваты, марли и т. п., согнуть сустав до отказа и зафиксировать сгиб сустава ремнем, косынкой и др. материалами;

- при сильном кровотечении из раненой конечности наложить жгут выше раны (ближе к туловищу), обернув конечность в месте наложения жгута мягкой прокладкой (марля, платок и т. п.). Предварительно кровоточащий сосуд должен быть прижат пальцами к подлежащей кости. Жгут наложен правильно, если пульсация сосуда ниже места его наложения не определяется, конечность бледнеет. Жгут может быть наложен растяжением

(эластичный специальный жгут) и закруткой (галстук, скрученный платок, полотенце);

- пострадавшего с наложенным жгутом как можно быстрее доставить в лечебное учреждение.

Нельзя:

- чрезмерно сильно затягивать жгут, так как можно повредить мышцы, пережать нервные волокна и вызвать паралич конечности;

- накладывать жгут в теплое время больше чем на 2 часа, а в холодное - больше чем на 1 час, поскольку есть опасность омертвления тканей. Если есть необходимость оставить жгут дольше, то нужно его на 10-15 мин снять, предварительно прижав сосуд пальцем выше места кровотечения, а затем наложить повторно на новые участки кожи.

4.3. Поражение электрическим током.

Надо:

- как можно быстрее освободить пострадавшего от действия электрического тока;

- принять меры к отделению пострадавшего от токоведущих частей, если отсутствует возможность быстрого отключения электроустановки. Для этого можно: воспользоваться любым сухим, не проводящим электроток предметом (палкой, доской, канатом и др.);

оттянуть пострадавшего от токоведущих частей за его личную одежду, если она сухая и отстает от тела; перерубить провод топором с сухой деревянной рукояткой; использовать предмет, проводящий электроток, обернув его в месте контакта с руками спасателя сухой материей, войлоком и т. п.;

- вынести пострадавшего из опасной зоны на расстояние не менее 8 м от токоведущей части (провода);- в соответствии с состоянием пострадавшего оказать первую доврачебную помощь, в т. ч. реанимационную (искусственное дыхание и непрямой массаж сердца). Вне зависимости от субъективного самочувствия пострадавшего, доставить его в лечебное учреждение.

Нельзя забывать о мерах личной безопасности при оказании помощи пострадавшему от электротока. С особой осторожностью нужно перемещаться в зоне, где токоведущая часть (провод и т. п.) лежит на земле. Перемещаться в зоне растекания тока замыкания на землю надо с использованием средств защиты для изоляции от земли (диэлектрические средства защиты, сухие доски и др.) или без применения средств защиты, передвигая ступни ног по земле и не отрывая их одну от другой.

4.4. Переломы, вывихи, ушибы, растяжение связок.

4.4.1. При переломах надо:

- обеспечить пострадавшему иммобилизацию (создание покоя) сломанной кости;

- при открытых переломах остановить кровотечение, наложить стерильную повязку;

- наложить шину (стандартную или изготовленную из подручного материала
- фанеры, доски, палки и т. п.). Если нет никаких предметов, при помощи которых можно было бы иммобилизовать место перелома, его прибинтовывают к здоровой части тела (поврежденную руку к грудной клетке, поврежденную ногу - к здоровой и т. п.)

- при закрытом переломе в месте наложения шины оставить тонкий слой одежды.

Остальные слои одежды или обувь снять, не усугубляя положения пострадавшего

(например, разрезать);

- к месту перелома приложить холод для уменьшения боли;
- доставить пострадавшего в лечебное учреждение, создав спокойное положение

поврежденной части тела во время транспортировки и передачи медицинскому персоналу.

Нельзя:

- снимать с пострадавшего одежду и обувь естественным способом, если это ведет к дополнительному физическому воздействию (сдавливанию, нажатию) на место перелома.

4.4.2. При вывихе надо:

- обеспечить полную неподвижность поврежденной части с помощью шины (стандартной или изготовленной из подручного материала);
- приложить «холод» к месту травмы;
- доставить пострадавшего в лечебное учреждение с обеспечением иммобилизации.

Нельзя:

- пытаться самим вправлять вывих. Сделать это должен только медицинский работник.

4.4.3. При ушибах надо:

- создать покой ушибленному месту;
- прикладывать «холод» к месту ушиба;
- наложить тугую повязку.

Нельзя:

- смазывать ушибленное место йодом, растирать и накладывать согревающий компресс.

4.4.4. При растяжении связок надо:

- травмированную конечность туго забинтовать и обеспечить ей покой;
- приложить «холод» к месту травмы;
- создать условия для обеспечения кровообращения (приподнять травмированную ногу, поврежденную руку повесить на косынке к шее).

Нельзя:

- проводить процедуры, которые могут привести к нагреву травмированного места.

4.4.5. При переломе черепа (признаки: кровотечение из ушей и рта, бессознательное состояние) и при сотрясении мозга (признаки: головная боль, тошнота, рвота, потеря сознания) надо:

- устранить вредное влияние обстановки (мороз, жара, нахождение на проезжей части дороги и т. п.);
- перенести пострадавшего с соблюдением правил безопасной транспортировки в комфортное место;
- уложить пострадавшего на спину, в случае появления рвоты повернуть голову набок;
- зафиксировать голову с двух сторон валиками из одежды;
- при появлении удушья вследствие западания языка выдвинуть нижнюю челюсть вперед и поддерживать ее в таком положении;
- при наличии раны наложить тугую стерильную повязку;
- положить «холод»;
- обеспечить полный покой до прибытия врача;
- по возможности быстрее оказать квалифицированную медицинскую помощь (вызвать медицинских работников, обеспечить соответствующую транспортировку).

Нельзя:

- самостоятельно давать пострадавшему какие-либо лекарства;
- разговаривать с пострадавшим;
- допускать, чтобы пострадавший вставал и передвигался.

4.4.6. При повреждении позвоночника (признаки: резкая боль в позвоночнике,

невозможность согнуть спину и повернуться) надо:

- осторожно, не поднимая пострадавшего, подсунуть под его спину широкую доску и др.

аналогичный по функциям предмет или повернуть пострадавшего лицом вниз и строго следить, чтобы его туловище при этом не прогибалось ни в каком положении (во избежание повреждения спинного мозга);

- исключить любую нагрузку на мускулатуру позвоночника;
- обеспечить полный покой.

Нельзя:

- поворачивать пострадавшего на бок, сажать, ставить на ноги;
- укладывать на мягкую, эластичную подстилку.

4.5. При ожогах надо:

- при ожогах 1-й степени (покраснение и болезненность кожи) одежду и обувь на

обожженном месте разрезать и осторожно снять, смочить обожженное место спиртом, слабым раствором марганцовокислого калия и др. охлаждающими и дезинфицирующими примочками, после чего обратиться в лечебное учреждение;

- при ожогах 2-й, 3-й и 4-й степени (пузыри, омертвление кожи и глуболежащих тканей) наложить сухую стерильную повязку, завернуть

пораженный участок кожи в чистую ткань, простыню и т. п., обратиться за медицинской помощью. Если обгоревшие куски одежды прилипли к обожженной коже, стерильную повязку наложить поверх них;

- при признаках шока у пострадавшего срочно дать ему выпить 20 капель настойки

валерианы или другого аналогичного средства;

- при ожоге глаз делать холодные примочки из раствора борной кислоты (половина чайной ложки кислоты на стакан воды);

- при химическом ожоге промыть пораженное место водой, обработать его нейтрализующими растворами: при ожоге кислотой - раствор пищевой соды (1 чайная ложка на стакан воды); при ожоге щелочью - раствор борной кислоты (1 чайная ложка на стакан воды) или раствор уксусной кислоты (столовый уксус, наполовину разбавленный водой).

Нельзя:

- касаться руками обожженных участков кожи или смазывать их мазями, жирами и др. средствами;

- вскрывать пузыри;

- удалять приставшие к обожженному месту вещества, материалы, грязь, мастику, одежду и прочее.

4.6. При тепловом и солнечном ударе надо:

- побыстрее перенести пострадавшего в прохладное место;

- уложить на спину, подложив под голову сверток (можно из одежды);

- расстегнуть или снять стесняющую дыхание одежду;

- смочить голову и грудь холодной водой;

- прикладывать холодные примочки на поверхность кожи, где сосредоточено много сосудов (лоб, теменная область и др.);

- если человек находится в сознании, дать выпить холодный чай, холодную подсоленную воду;

- если нарушено дыхание и отсутствует пульс, провести искусственное дыхание и

наружный массаж сердца;

- обеспечить покой;

- вызвать скорую помощь или доставить пострадавшего в лечебное учреждение (в зависимости от состояния здоровья).

Нельзя:

- оставлять пострадавшего без внимания до прибытия скорой помощи и доставки его в лечебное учреждение.

4.7. При пищевых отравлениях надо:

- дать пострадавшему выпить не менее 3-4 стаканов воды и розового раствора

марганцовки с последующим вызовом рвоты;

- повторить промывание желудка несколько раз;

- дать пострадавшему активированный уголь;

- напоить теплым чаем, уложить в постель, укрыть потеплее (до прибытия медицинского персонала);
- при нарушении дыхания и кровообращения приступить к проведению искусственного дыхания и наружного массажа сердца.

Нельзя:

- оставлять пострадавшего без внимания до прибытия скорой помощи и доставки его в лечебное учреждение.

4.8. При обморожениях надо:

- при незначительном замерзании немедленно растереть и обогреть охлажденную область для устранения спазма сосудов (исключив вероятность повреждения кожного покрова, его ранения);
- при потере чувствительности, побелении кожного покрова не допускать быстрого согревания переохлажденных участков тела при нахождении пострадавшего в помещении, использовать теплоизолирующие повязки (ватно-марлевые, шерстяные и др.) на пораженные покровы;
- обеспечить неподвижность переохлажденных рук, ног, корпуса тела (для этого можно прибегнуть к шинированию);
- теплоизолирующую повязку оставить до тех пор, пока не появится чувство жара и не восстановится чувствительность переохлажденного кожного покрова, после чего давать пить горячий сладкий чай;
- при общем переохлаждении пострадавшего срочно доставить в ближайшее лечебное учреждение, не снимая теплоизолирующих повязок и средств (в частности, не следует снимать оледеневшую обувь, можно лишь укутать ноги ватником и т. п.).

Нельзя:

- срывать или прокалывать образовавшиеся пузыри, поскольку это грозит нагноением.

4.9. При попадании инородных тел в органы и ткани надо обратиться к медицинскому работнику или в лечебное учреждение.

Самим удалять инородное тело можно лишь в том случае, если есть

достаточная уверенность, что это можно сделать легко, полностью и без тяжелых последствий.

4.10. При утоплении человека надо:

- действовать обдуманно, спокойно и осторожно
- ;- оказывающий помощь должен не только сам хорошо плавать и нырять, но и знать приемы транспортировки пострадавшего, уметь освободиться от его захватов;
- срочно вызвать скорую помощь или врача;
- по возможности быстро очистить рот и глотку (открыть рот, удалить попавший песок,

осторожно вытянуть язык и зафиксировать его к подбородку бинтом или платком, концы которого завязать на затылке);

- удалить воду из дыхательных путей (пострадавшего положить животом на колени, голова и ноги свешиваются вниз; поколачивать по спине);

- если после удаления воды пострадавший находится в бессознательном состоянии, отсутствует пульс на сонных артериях, не дышит, приступить к искусственному дыханию и наружному массажу сердца. Проводить до полного восстановления дыхания или прекратить при появлении явных признаков смерти, которые должен констатировать врач;

- при восстановлении дыхания и сознания укутать, согреть, напоить горячим крепким кофе, чаем (взрослому человеку дать 1-2 ст. л. водки);

- обеспечить полный покой до прибытия врача.

Нельзя:

- до прибытия врача оставлять пострадавшего одного (без внимания) даже при явном видимом улучшении самочувствия.

4.11. При укусах.

4.11.1. При укусах змей и ядовитых насекомых надо:

- как можно скорее отсосать яд из ранки (для оказывающего помощь эта процедура не опасна);

- ограничить подвижность пострадавшего для замедления распространения яда;

- обеспечить обильное питье;

- доставить пострадавшего в лечебное учреждение. Транспортировать только в положении лежа.

Нельзя:

- накладывать жгут на укушенную конечность;

- прижигать место укуса;

- делать разрезы для лучшего отхождения яда;

- давать пострадавшему алкоголь.

4.11.2. При укусах животных надо:

- кожу вокруг места укуса (царапины) смазать йодом;

- наложить стерильную повязку;

- пострадавшего направить в лечебное учреждение для проведения прививок против бешенства.

4.11.3. При укусе или ужалении насекомыми (пчелы, осы и др.) надо:

- удалить жало;

- положить на место отека «холод»;

- дать пострадавшему большое количество питья;

- при аллергических реакциях на яд насекомых дать пострадавшему 1-2 таблетки

димедрола и 20-25 капель кордиамина, обложить пострадавшего теплыми грелками и срочно доставить в лечебное учреждение;

- при нарушении дыхания и остановке сердца делать искусственное дыхание и наружный массаж сердца.

Нельзя:

- пострадавшему принимать алкоголь, так как он способствует проницаемости сосудов, яд задерживается в клетках, отеки усиливаются.

Приложение 6
к распоряжению Администрации
Алтайского сельсовета
От 18.11.2022г. №16-Р

Инструкция по охране труда для административно-управленческого персонала

1. Общие требования охраны труда

1.1 К административно-управленческому персоналу относятся руководитель и специалисты Администрации (далее – работники).

1.2 К самостоятельной работе допускаются работники, прошедшие медицинское освидетельствование, вводный инструктаж, первичный инструктаж на рабочем месте, обучение на рабочем месте, проверку знаний требований охраны труда, имеющие группу по электробезопасности I.

1.3 Работник обязан:

1.3.1 Выполнять только ту работу, которая соответствует его квалификации и предусмотрена должностной инструкцией.

1.3.2 Выполнять правила внутреннего трудового распорядка.

1.3.3 Соблюдать требования охраны труда.

1.3.4 Немедленно извещать своего непосредственного или вышестоящего руководителя о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом несчастном случае, происшедшем на производстве, или об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков острого профессионального заболевания (отравления).

1.3.5 Проходить обучение безопасным методам и приемам выполнения работ и оказанию первой помощи пострадавшим на производстве, инструктаж по охране труда, проверку знаний требований охраны труда.

1.3.6 Проходить обязательные периодические (в течение трудовой деятельности) медицинские осмотры (обследования), а также проходить внеочередные медицинские осмотры (обследования) по направлению работодателя в случаях, предусмотренных Трудовым кодексом и иными федеральными законами.

1.3.7 Уметь оказывать первую помощь пострадавшим от электрического тока и при других несчастных случаях.

1.3.8 Уметь применять первичные средства пожаротушения.

1.4 При работе на работника могут оказывать действие следующие опасные производственные факторы:

- повышенные уровни электромагнитного излучения;
- повышенный уровень шума;
- повышенный или пониженный уровень освещённости;
- повышенная яркость светового изображения;
- повышенное значение напряжения в электрической цепи, замыкание которой может произойти через тело человека;
- напряжение зрения, внимания, длительные статические нагрузки;
- физические нагрузки (вынужденная поза, длительная статическая нагрузка);
- движущиеся машины и механизмы.

1.5 Женщины со времени установления беременности переводятся на работы, не связанные с использованием ПЭВМ, или для них ограничивается время работы с ПЭВМ до 3 часов за рабочую смену при условии соблюдения установленных гигиенических требований.

1.6 В случаях травмирования или недомогания необходимо прекратить работу, известить об этом руководителя работ и обратиться в медицинское учреждение.

1.7 За невыполнение данной инструкции виновные привлекаются к ответственности согласно законодательства Российской Федерации.

2. Требования охраны труда перед началом работы

2.1. Каждый работник перед началом работы обязан:

2.1.1. При необходимости проветрить помещение, устранить повышенную подвижность воздуха (сквозняки) и т.д.

2.1.2. Осмотреть и привести в порядок рабочее место.

2.1.3. Отрегулировать освещенность на рабочем месте и убедиться в ее достаточности.

2.1.4. Проверить правильность установки стола, стула, подставки для ног.

2.1.5. Проверить правильность подключения оборудования к сети.

2.1.6. Проверить исправность проводов питания и отсутствие оголенных участков проводов.

2.1.7. Убедиться в наличии заземления системного блока, монитора и защитного экрана.

2.1.8. Протереть салфеткой поверхность экрана и защитного фильтра.

2.1.9. Проверить правильность угла наклона экрана, положение клавиатуры, положение “мыши” на специальном коврике, расположение элементов компьютера в соответствии с требованиями эргономики и в целях исключения неудобных поз и длительных напряжений тела, при необходимости произвести регулировку рабочего стола и кресла.

2.1.10. Включить питание ПЭВМ, соблюдая последовательность: сетевой фильтр, монитор, периферийные устройства, процессор.

2.2 Работнику не разрешается приступать к работе в случае обнаружения неисправности оборудования и протирать влажной салфеткой электрооборудование, находящееся под напряжением (электровилка вставлена в розетку).

2.3 Работник обязан сообщить руководителю подразделения об обнаруженной неисправности оборудования и приступить к работе после устранения нарушений в работе или неисправностей оборудования. 3. Требования охраны труда во время работы.

3. Требования охраны труда во время работы.

3.1 Подключение ПЭВМ и другого оборудования к сети электропитания производить только имеющимися штатными сетевыми кабелями при закрытых кожухах и наличии заземления.

3.2 При работе с ПЭВМ:

3.2.1 Соблюдать установленные режимы рабочего времени, регламентированные перерывы в работе и выполнять в физкультпаузах рекомендованные упражнения для глаз, шеи, рук, туловища, ног.

3.2.2 Соблюдать расстояние от глаз до экрана в пределах 60-70 см, но не ближе 50 см с учётом размеров алфавитно-цифровых знаков и символов.

3.3 Работнику при работе на ПК запрещается:

- касаться одновременно экрана монитора и клавиатуры.
- прикасаться к задней панели системного блока (процессора) при включенном питании.
- переключать разъёмы интерфейсных кабелей периферийных устройств при включенном питании.

- допускать попадание влаги на поверхность системного блока (процессора), монитора, рабочую поверхность клавиатуры, дисководов, принтеров и других устройств.

- производить самостоятельное вскрытие и ремонт оборудования.

3.4 Работник обязан отключить ПК от электросети:

- при обнаружении неисправности;
- при внезапном снятии напряжения электросети;
- во время чистки и уборки оборудования.

3.5 Продолжительность непрерывной работы с ПЭВМ без регламентированного перерыва не должна превышать 2 часов.

3.6 Во время регламентированных перерывов с целью снижения нервно-эмоционального напряжения, утомления зрительного анализатора, устранения влияния гиподинамии и гипокинезии, предотвращения развития познотонического утомления выполнять комплексы упражнений.

3.7 С целью уменьшения отрицательного влияния монотонии применять чередование операций осмысленного текста и числовых данных (изменение содержания работ), чередование редактирования текстов и ввода данных (изменение содержания работы).

3.8 При работе на копировально-множительном оборудовании:

- работать только с закрытой крышкой, прижимающей копируемые материалы;
- при расположении оборудования в кабинете работать не более 2 часов в день;
- при попадании тонера на кожу – немедленно смыть его водой с мылом, при попадании в глаза – немедленно промыть глаза большим количеством воды в течении 15 минут и обратиться к врачу;
- при возникновении раздражения глаз, носоглотки или покраснения кожи необходимо прекратить копирование.

3.9 При работе на копировально-множительном оборудовании запрещается:

- освобождать заевшую бумагу при включенном питании;
- выключать оборудование, не дожидаясь его автоматического отключения;
- производить самостоятельное вскрытие и ремонт копировально-множительного устройства;
- класть и ставить на копировально-множительный аппарат посторонние предметы, подвергать его механическим воздействиям;
- оставлять включенный в электросеть и работающее копировально-множительное устройство без присмотра.

3.10 При эксплуатации электроприборов не допускается:

- оставлять включенные электроприборы без надзора (кроме факса и холодильника);
- ударять по электроприборам, дергать за шнур питания для их отключения;
- снимать ограждения, производить ремонт оборудования;
- допускать касания кабеля с горячими или теплыми предметами;
- ставить на сетевой кабель посторонние предметы и перекручивать его;
- допускать попадание влаги на поверхность электроприборов;

- разрешать работать на оборудовании лицам, не имеющим допуска к работе на нем.

3.11 При обнаружении постороннего напряжения на оборудовании, во всех случаях обрыва проводов питания, неисправности заземления и других повреждений, появления гари, задымления немедленно отключить питание и сообщить об аварийной ситуации руководителю.

Не приступать к работе до устранения неисправностей.

3.12 При нахождении в помещениях и на территории предприятий и организаций работник обязан:

- ознакомиться с действующими правилами безопасности, со схемами движения по территории и помещениям и выполнять их требования;
- ходить по лестничным маршам, держась за перила, при пользовании лифтом – соблюдать правила пользования лифтом.

При этом работнику запрещается:

- стоять и проходить под грузом, перемещаемым грузоподъемным механизмом, под настилами лесов и приставными лестницами;
- заходить в опасные зоны производства, действия машин, механизмов, оборудования, за ограждения;
- ходить без надобности по территории и помещениям, отвлекаться от работы самому и отвлекать других;
- отключать блокировки, сигнализации и другие предохранительные и защитные приспособления и устройства;
- разжигать костры, производить огневые работы в помещениях и на территории предприятия (организации), курить вне специально обозначенных и оборудованных местах;
- открывать двери электроустановок, открывать или снимать защитные кожухи, ограждения;
- пить воду, предназначенную для промышленных целей; включать или выключать рубильники, автоматы, открывать или закрывать краны, задвижки, на которых вывешены предупредительные или запрещающие знаки, снимать знаки.

3.13 При передвижении пешком выполнять правила дорожного движения для пешеходов:

- выбрать маршрут передвижения с соблюдением мер личной безопасности. Если на маршруте движения есть (или появились) опасные участки, то выбрать обходной путь;
- двигаться по тротуарам или пешеходным дорожкам, а при их отсутствии - по обочинам или идти в один ряд по краю проезжей части. Вне населенных пунктов при движении по проезжей части пешеходы должны идти навстречу движению транспортных средств;
- пересекать проезжую часть по пешеходным переходам, в том числе по подземным и надземным, а при их отсутствии - на перекрестках по линии тротуаров или обочин;

- в местах, где движение регулируется, пешеходы должны руководствоваться сигналами регулировщика или пешеходного светофора, а при его отсутствии - транспортного светофора;

- на нерегулируемых пешеходных переходах пешеходы могут выходить на проезжую часть после того, как оценят расстояние до приближающихся транспортных средств, их скорость и убедятся, что переход будет для них безопасен;

- пешеходы, не успевшие закончить переход, должны остановиться на линии, разделяющей транспортные потоки противоположных направлений. Продолжать переход можно лишь убедившись в безопасности дальнейшего движения и с учетом сигнала светофора (регулировщика).

3.14 При передвижении на служебной автомашине или маршрутном транспортном средстве необходимо выполнять правила дорожного движения для пассажира:

- ожидать маршрутное транспортное средство и такси разрешается только на приподнятых над проезжей частью посадочных площадках, а при их отсутствии - на тротуаре или обочине. В местах остановок маршрутных транспортных средств, не оборудованных приподнятыми посадочными площадками, разрешается выходить на проезжую часть для посадки в транспортное средство лишь после его остановки. После высадки необходимо, не задерживаясь, освободить проезжую часть.

- при поездке на транспортном средстве, оборудованном ремнями безопасности, быть пристегнутыми ими, а при поездке на мотоцикле - быть в застегнутом мотошлеме;

- посадку и высадку производить со стороны тротуара или обочины и только после полной остановки транспортного средства.

- Если посадка и высадка невозможны со стороны тротуара или обочины, они могут осуществляться со стороны проезжей части при условии, что это будет безопасно и не создаст помех другим участникам движения.

Пассажирам запрещается:

- отвлекать водителя от управления транспортным средством во время его движения;

- при поездке на грузовом автомобиле с бортовой платформой стоять, сидеть на бортах или на грузе выше бортов;

- открывать двери транспортного средства во время его движения.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1 При возникновении аварий и ситуаций, которые могут привести к авариям и несчастным случаям, необходимо:

4.1.1 Немедленно прекратить работы и известить непосредственного руководителя.

4.1.2 Под руководством руководителя оперативно принять меры по устранению причин аварий или ситуаций, которые могут привести к авариям или несчастным случаям.

4.2 При возникновении пожара, задымлении:

4.2.1 Немедленно сообщить по телефону «01» в пожарную охрану, оповестить работающих, поставить в известность руководителя подразделения, сообщить о возгорании на пост охраны.

4.2.2 Открыть запасные выходы из здания, обесточить электропитание, закрыть окна и прикрыть двери.

4.2.3 Приступить к тушению пожара первичными средствами пожаротушения, если это не сопряжено с риском для жизни.

4.2.4 Организовать встречу пожарной команды.

4.2.5 Покинуть здание и находиться в зоне эвакуации.

4.3 При несчастном случае:

4.3.1 Немедленно организовать первую помощь пострадавшему и при необходимости доставку его в медицинскую организацию.

4.3.2 Принять неотложные меры по предотвращению развития аварийной или иной чрезвычайной ситуации и воздействия травмирующих факторов на других лиц.

4.3.3 Сохранить до начала расследования несчастного случая обстановку, какой она была на момент происшествия, если это не угрожает жизни и здоровью других лиц и не ведет к катастрофе, аварии или возникновению иных чрезвычайных обстоятельств, а в случае невозможности ее сохранения – зафиксировать сложившуюся обстановку (составить схемы, провести другие мероприятия).

5. Требования охраны труда по окончании работы

5.1 После окончания работы необходимо:

5.1.1 Привести в порядок рабочее место.

5.1.2 Отключить приборы и оборудование за исключением работающего в ждущем режиме (факс, сигнализация и т.п.).

5.1.3 О замеченных во время работы неисправностях и неполадках доложить руководителю.

5.2 После окончания работы с ПК соблюдать следующую последовательность его выключения:

5.2.1 Произвести закрытие всех активных задач.

5.2.2 Выполнить парковку считывающей головки жесткого диска (если не предусмотрена автоматическая парковка головки).

5.2.3 Убедиться, что в дисководов нет дискет.

5.2.4 Выключить питание системного блока (процессора).

5.2.5 Выключить питание всех периферийных устройств.

5.2.6 Отключить блок питания.

5.3 Работник обязан по окончании работы (при длительных перерывах более одного часа) или, уходя с работы, вынуть исправную вилку из исправной розетки, отключить электроэнергию.

Приложение № 7
к распоряжению Администрации
Алтайского сельсовета

от 18 .11.2022г. №16-Р

**Инструкция по охране труда
для пользователей при работе на персональных ЭВМ (ПЭВМ)**

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

1.1. К работе с персональными электронно-вычислительными машинами (ПЭВМ) допускаются лица, обученные работе на них, имеющие I группу по электробезопасности, прошедшие вводный инструктаж (при приеме на работу) и первичный инструктаж по охране труда на рабочем месте.

1.2. Лица, работающие с ПЭВМ более 50% рабочего времени (профессионально связанные с эксплуатацией ПЭВМ), должны проходить обязательные предварительные медицинские осмотры при поступлении на работу.

1.3. К непосредственной работе с ПЭВМ допускаются лица, не имеющие медицинских противопоказаний.

1.4. Женщины со времени установления беременности переводятся на работы, не связанные с использованием ПЭВМ, или для них ограничивается время работы с ПЭВМ (не более 3-х часов за рабочую смену) при условии соблюдения гигиенических требований.

1.5. Пользователи ПЭВМ обязаны соблюдать правила внутреннего трудового распорядка, правила пожарной безопасности и правила личной гигиены.

1.6. Пользователи ПЭВМ обязаны соблюдать режимы труда и отдыха.

1.6.1. Режимы труда и отдыха при работе с ПЭВМ должны организовываться в зависимости от вида категории трудовой деятельности.

1.6.2. Виды трудовой деятельности разделяются на 3 группы:

- группа А - работа по считыванию информации с экрана ПЭВМ с предварительным запросом;
- группа Б - работа по вводу информации;
- группа В - творческая работа в режиме диалога с ЭВМ.

При выполнении в течение рабочего дня работ, относящихся к разным видам трудовой деятельности, за основную работу с ПЭВМ следует принимать такую, которая занимает не менее 50% времени в течение рабочей смены.

1.6.3. Для обеспечения оптимальной работоспособности и сохранения здоровья профессиональных пользователей на протяжении рабочей смены должны устанавливаться регламентированные перерывы.

1.6.4. Продолжительность непрерывной работы с ПЭВМ без регламентированного перерыва не должна превышать двух часов.

1.6.5. При 8-часовой рабочей смене и работе с ПЭВМ регламентированные перерывы устанавливать:

- для I категории работ - через 2 часа от начала рабочей смены и через 2 часа после обеденного перерыва продолжительностью 15 минут каждый;
- для II категории работ - через 2 часа от начала рабочей смены и через 1,5 - 2 часа после обеденного перерыва продолжительностью 15 минут каждый или продолжительностью 10 минут через каждый час работы;
- для III категории работ - через 1,5 - 2 часа от начала рабочей смены и через 1,5 - 2 часа после обеденного перерыва продолжительностью 20 минут каждый или продолжительностью 15 минут через каждый час работы.

1.6.6. Во время регламентированных перерывов целесообразно выполнять комплексы упражнений с целью снижения нервно-эмоционального напряжения, утомления, устранения влияния гиподинамии.

1.6.7. В случаях возникновения у работающих с ПЭВМ зрительного дискомфорта и других неблагоприятных субъективных ощущений, несмотря на соблюдение санитарно-гигиенических, эргономических требований,

режимов труда и отдыха, следует применять индивидуальный подход в организации времени работ с ПЭВМ, коррекцию длительности перерывов для отдыха или проводить смену деятельности на другую, не связанную с использованием ПЭВМ.

1.7. Рекомендации к организации и оборудованию рабочих мест с ПЭВМ:

- рабочие места с ПЭВМ по отношению к световым проемам располагаются так, чтобы естественный свет падал сбоку, преимущественно слева;
- схемы размещения рабочих мест с ПЭВМ должны учитывать расстояние между рабочими столами с видеомониторами (в направлении тыла поверхности одного видеомонитора и экрана другого видеомонитора), которое должно быть не менее 2,0 м, а расстояние между боковыми поверхностями видеомониторов - не менее 1,2 м.

Для снижения воздействия на работающих возможных электромагнитных полей рекомендуется устанавливать между рабочими столами защитные экраны;

- конструкция рабочего стола должна обеспечивать оптимальное размещение на рабочей поверхности используемого оборудования с учетом его количества и конструктивных особенностей (размер ПЭВМ, клавиатуры и др.), характера выполняемой работы. При этом допускается использование рабочих столов различных конструкций, отвечающих современным требованиям эргономики;
- конструкция рабочего стула (кресла) должна обеспечивать поддержание рациональной рабочей позы при работе на ПЭВМ, позволять изменять позу с целью снижения статического напряжения мышц шейно-плечевой области и спины для предупреждения развития утомления;
- экран видеомонитора должен находиться от глаз пользователя на оптимальном расстоянии 600 - 700 мм, но не ближе 500 мм с учетом размеров алфавитно-цифровых знаков и символов;
- помещения с ПЭВМ должны быть оснащены аптечкой первой помощи.

1.8. Работник обязан немедленно сообщать непосредственному руководителю о случаях травмирования при неисправности оборудования.

1.9. Работник обязан знать правила оказания первой помощи и оказывать ее пострадавшим при несчастных случаях.

2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ РАБОТЫ

2.1. Перед началом работы пользователь обязан:

- осмотреть и привести в порядок рабочее место;
- отрегулировать освещенность на рабочем месте, убедиться в достаточности освещенности, отсутствии отражений на экране, отсутствии встречного светового потока;
- проверить правильность подключения оборудования в электросеть;
- протереть специальной салфеткой поверхность экрана и защитного фильтра;

- проверить правильность установки стола, стула, положения оборудования, угла наклона экрана, положение клавиатуры и, 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.

2.2. Пользователю запрещается приступать к работе при обнаружении неисправности оборудования.

3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ РАБОТЫ

3.1. Пользователь во время работы обязан:

- выполнять только ту работу, которая ему была поручена и по которой он был проинструктирован;
- соблюдать санитарные нормы и режимы работы и отдыха;
- при работе с текстовой информацией выбирать наиболее физиологичный режим представления черных символов на белом фоне;
- соблюдать установленные режимом рабочего времени регламентированные перерывы в работе и выполнять в физкультпаузах и физкультминутках рекомендованные упражнения для глаз, шеи, рук, туловища, ног;
- соблюдать расстояние от глаз до экрана в пределах 60 - 80 см.

3.2. Пользователю во время работы запрещается:

- прикасаться к задней панели системного блока (процессора) при включенном питании;
- переключать разъемы интерфейсных кабелей периферийных устройств при включенном питании;
- загромождать верхние панели устройств бумагами и посторонними предметами;
- допускать захламленность рабочего места бумагой во избежание накопления органической пыли;
- допускать попадание влаги на поверхность системного блока (процессора), монитора, рабочую поверхность клавиатуры, дисководов, принтеров и др. устройств;
- включать сильноохлажденное (принесенное с улицы в зимнее время) оборудование;
- производить самостоятельно вскрытие и ремонт оборудования.

4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

4.1. Пользователь обязан:

- во всех случаях обнаружения обрыва проводов питания, неисправности заземления и других повреждений электрооборудования, появления запаха гари немедленно отключить питание и сообщить об аварийной ситуации руководителю и дежурному электрику;
- при обнаружении человека, попавшего под напряжение, немедленно освободить его от действия тока путем отключения электропитания и до прибытия врача оказать потерпевшему первую медицинскую помощь;

- при любых случаях сбоя в работе технического оборудования немедленно вызвать представителя инженерно-технической службы департамента информационных технологий;
- в случае появления рези в глазах, при резком ухудшении видимости - невозможности сфокусировать взгляд или навести его резкость, появлении боли в пальцах и кистях рук, усилении сердцебиения немедленно покинуть рабочее место, сообщить о происшедшем руководителю работ и обратиться к врачу;
- при возгорании оборудования отключить питание и принять меры к тушению очага пожара при помощи углекислотного или порошкового огнетушителя, вызвать пожарную команду и сообщить о происшествии руководителю работ.

5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ РАБОТЫ

- 5.1. Привести в порядок рабочее место.
- 5.2. Оборудование отключить от сети или перевести в режим, оговоренный инструкцией по эксплуатации.
- 5.3. Обо всех недостатках и неисправностях, обнаруженных во время работы, работник обязан сообщить руководителю.

Инструкция по охране труда при выполнении общественных работ по благоустройству территории

1. Общие требования безопасности

- 1.1. В качестве рабочего по благоустройству допускается персонал, прошедший инструктаж по технике безопасности (вводный и на рабочем месте).
- 1.2. Находясь в производственных помещениях на территории участков предприятия, следует быть внимательным к сигналам транспортных средств и выполнять их.
- 1.3. В производственных помещениях проходить только по предусмотренным проходам.
- 1.4. Проходя мимо или находясь вблизи рабочего места электросварщика, не смотреть на пламя электросварки, находясь около кислородных баллонов не допускать, чтобы на них попало масло, не прикасаться к ним руками, загрязненными маслом.
- 1.5. Запрещается включать или останавливать машины станки и механизмы, работа на которых не поручена руководителем.
- 1.6. Не прикасаться к электрооборудованию, электrorаспределительным щитам, арматуре освещения, электропроводам (особенно оборванным), снимать ограждения, защитные кожухи с токоведущих частей оборудования.
- 1.7. Рабочий по благоустройству должен выполнять только ту работу, которая поручена руководством.

2. Требования безопасности перед работой

- 2.1. Подготовить инструмент, приспособления и убедиться в их исправности.
- 2.2. Проверить достаточность освещенности рабочего места.
- 2.3. Обо всех замеченных недостатках сообщить мастеру и без его указания к работе не приступать.

3. Требования безопасности во время работы

- 3.1. Во время работы быть внимательным, не отвлекаться на посторонние дела, разговоры и не отвлекать внимание других.
- 3.2. Пользоваться только исправным инструментом и приспособлениями соответствующего назначения.

3.3. Пользоваться только установленными проходами, не перебегать дорогу перед движущимся транспортом.

3.4. Переносное освещение должно быть 12 В.

3.5. Соблюдать нормы переноски тяжестей:

- для мужчин - груз весом не более 50 кг;
- для женщин - ручная переноска не более 10 кг.

3.6. Переноска тяжестей на расстояние более 50 м вручную не допускается.

3.7. При работе на крышах пользоваться предохранительными поясами, надежно привязавшись веревкой к прочным предметам и работать только вдвоем.

3.8. При укладывании груза следить, чтобы не нанести травму себе или товарищам по работе, все действия и приемы необходимо согласовывать.

3.9. При работе в местах прокладки трубопроводов пара и горячей воды, проходящих электрических кабелей работать только под руководством ИТР.

3.10. Рабочему по благоустройству запрещается:

- стоять или проходить под поднятым грузом;
- ездить на прицепах и подножках автомашин;
- нагружать тележки по высоте выше уровня глаз;
- поднимать или опускать грузы с помощью грузоподъемных механизмов без наличия удостоверения стропальщика;
- находиться в кузове автомашины совместно с перевозимым грузом.

3.11. При работе с механизированным инструментом знать и выполнять инструкцию завода-изготовителя.

3.12. При сборе сучьев в кучи необходимо соблюдать осторожность во избежание ранения лица и ушибов при переходах.

3.13. Разведение костров, сжигание отходов допускается только с письменного разрешения руководителя.

3.14. Работы по обрезке кустарника проводить только в дневное время.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. О каждом несчастном случае, происшедшем на производстве, а также при возникновении аварийных ситуаций, которые могут привести к нежелательным последствиям, рабочий по благоустройству обязан немедленно известить об этом руководителя.

4.2. При возникновении загорания, поставить в известность руководство и приступить к тушению огня имеющимися первичными средствами пожаротушения.

5. Требования безопасности по окончании работ

5.1. Привести в порядок рабочее место, инструмент и приспособления и сложить их в специально отведенное место.

Инструкция по охране труда водителя служебного легкового автомобиля

Настоящая инструкция разработана на основании **типовой отраслевой инструкции** **ТИ РО-005-2003** и предназначена для водителя легкового автомобиля (далее - водителя) при выполнении работ согласно профессии и квалификации.

1. Общие требования безопасности

1.1. Работники не моложе 18 лет, прошедшие соответствующую подготовку, имеющие удостоверение на право вождения легкового автомобиля (транспортного средства категории "В"), перед допуском к самостоятельной работе должны пройти:

1.1.1. Обязательные предварительные (при поступлении на работу) и периодические (в течение трудовой деятельности) медицинские осмотры (освидетельствования) для признания годными к выполнению работ в порядке, установленном Минздравом России.

1.1.2. Обучение безопасным методам и приемам выполнения работ, инструктаж по охране труда, стажировку на рабочем месте и проверку знаний требований охраны труда.

1.2. Водитель обязан соблюдать требования безопасности труда для обеспечения защиты от воздействия следующих опасных и вредных производственных факторов:

1.2.1. Движущиеся машины, механизмы и их подвижные части.

1.2.2. Повышенная запыленность и загазованность воздуха рабочей зоны.

1.2.3. Повышенный уровень шума и вибрации на рабочем месте.

1.2.4. Эмоциональные перегрузки.

1.3. Находясь на рабочем месте, водитель обязан выполнять правила внутреннего трудового распорядка. Допуск посторонних лиц, а также работников в нетрезвом состоянии на указанные места запрещается.

1.4. В процессе повседневной деятельности водитель должен:

1.4.1. Эксплуатировать автомобиль по назначению в соответствии с инструкциями заводов-изготовителей.

1.4.2. Поддерживать порядок на рабочем месте.

1.4.3. Быть внимательным во время работы, не допускать нарушений требований безопасности труда.

1.5. Водитель должен немедленно извещать своего непосредственного или вышестоящего руководителя работ о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом несчастном случае, происшедшем на производстве, или об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о появлении острого профессионального заболевания (отравления).

2. Требования безопасности перед началом работы

2.1. Перед началом работы водитель обязан:

2.1.1. Получить задание на выполнение работ.

2.1.2. Пройти инструктаж по специфике предстоящих работ и предрейсовый медицинский осмотр.

2.2. После получения наряда-задания водитель обязан:

2.2.1. Проверить:

2.2.1.1. Наличие медицинской аптечки, огнетушителя и комплекта инструментов.

2.2.1.2. Техническое состояние автомобиля.

2.2.1.3. Исправность шин, тормозов, рулевого управления, болтов крепления карданного вала, проводки, фар, стоп-сигнала, указателей поворотов, звукового сигнала, контрольно-измерительных приборов, зеркал заднего вида.

2.2.2. Произвести техническое обслуживание и заправку автомобиля топливом, маслом, водой, антифризом (в холодное время года) и тормозной жидкостью, проверить уровень электролита в аккумуляторной батарее.

2.2.3. После заправки автомобиля топливом и маслом вытереть насухо все части машины, испачканные нефтепродуктами.

2.2.4. Убедиться в работоспособности двигателя на холостом ходу, тормозов и рулевого управления на малом ходу, а также в исправности осветительных и контрольно-измерительных приборов.

2.2.5. Предъявить автомобиль ответственному за выпуск технически исправных машин из гаража (механику), получить отметку в путевом листе о технической исправности автомобиля.

2.3. Водитель не должен выезжать в рейс при следующих нарушениях требований безопасности:

2.3.1. Неисправностях механизмов и систем, при которых запрещается эксплуатация автомобиля.

2.3.2. Несоответствии характеристик автомобиля (в частности, количества посадочных мест) цели предстоящей перевозки (с учетом количества пассажиров, указанного заказчиком).

2.3.3. Отсутствии или неисправности осветительных приборов, зеркал заднего вида, сигнального устройства, огнетушителей.

2.4. Обнаруженные нарушения следует устранять собственными силами. При невозможности сделать это водитель обязан сообщить о них лицу, ответственному за содержание автомобиля в исправном состоянии, а также лицу по надзору за безопасной эксплуатацией автомобилей.

3. Требования безопасности во время работы

3.1. Во время работы водитель обязан:

3.1.1. Выполнять маневрирование, только предварительно убедившись в безопасности маневра для окружающих пешеходов и в отсутствии помех для других транспортных средств.

3.1.2. Перед подачей автомобиля назад убедиться в отсутствии людей и препятствий для движения.

3.1.3. Перед выходом из автомобиля выключить двигатель, включить стояночный тормоз и первую передачу, вынуть ключ из замка зажигания, а после выхода из кабины запереть дверцы.

3.1.4. Прежде чем выйти из автомобиля на проезжую часть, убедиться в отсутствии движущихся транспортных средств в попутном и встречном направлениях.

3.2. При эксплуатации автомобиля в неблагоприятных атмосферных условиях водитель обязан:

3.2.1. Во время тумана, сильного снегопада или дождя сбавить скорость и не обгонять транспортные средства, движущиеся в попутном направлении.

3.2.2. Избегать быстрых поворотов рулевого колеса.

3.2.3. Трогаться с места на обледеневшей дороге на одной из низших передач.

3.2.4. При спуске с уклона торможение выполнять двигателем и притормаживать рабочим тормозом.

3.2.5. Двигаться через переправу (в том числе паромную) только после высадки пассажиров из салона.

3.2.6. При остановке или стоянке автомобиля в условиях недостаточной видимости включать габаритные или стояночные огни.

3.3. Водителю запрещается:

3.3.1. Управлять автомобилем в состоянии алкогольного, наркотического или иного токсического опьянения.

3.3.2. Пользоваться прямой передачей во время длительного спуска.

3.3.3. Двигаться на крутом спуске с выключенным сцеплением или передачей.

3.3.4. Отдыхать или спать в автомобиле с работающим двигателем.

3.3.5. Допускать к ремонту автомобиля посторонних лиц.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При выходе из строя деталей или агрегатов движущегося автомобиля водитель обязан:

4.1.1. Отвести автомобиль на обочину (край проезжей части) дороги (улицы).

4.1.2. Выключить двигатель, включить первую передачу и стояночный тормоз.

4.1.3. Сообщить о неисправности диспетчеру.

4.1.4. Произвести высадку пассажиров.

4.1.5. Подложить под колеса противооткатные упоры и установить на расстоянии 15-30 м позади него знак аварийной остановки.

4.2. В случае возгорания топлива или салона водитель обязан:

4.2.1. Немедленно остановить автомобиль.

4.2.2. Принять меры к выводу пассажиров в безопасное место.

4.2.3. Сообразуясь с обстановкой, принять меры к тушению огня при помощи огнетушителей, кошмы, брезента, песка и подручных средств.

4.2.4. При невозможности самостоятельной ликвидации пожара вызвать пожарную охрану в установленном порядке и сообщить о происшествии диспетчеру.

4.3. При дорожно-транспортном происшествии водитель, причастный к нему, обязан:

4.3.1. Немедленно остановить автомобиль.

4.3.2. Сообщить о случившемся диспетчеру.

4.3.3. При необходимости - оказать пострадавшим первую помощь и (или) вызвать к месту дорожно-транспортного происшествия врача.

4.3.4. Записать фамилию и адреса очевидцев происшествия и ожидать прибытия работников ГАИ.

4.3.5. Если невозможно движение других транспортных средств, освободить проезжую часть, предварительно зафиксировав положение автомобиля и относящихся к дорожно-транспортному происшествию предметов и следов.

5. Требования безопасности по окончании работы

5.1. По окончании работы водитель обязан:

5.1.1. Проверить вместе с механиком автомобиль после возвращения из рейса.

5.1.2. В случае необходимости оставить заявку на текущий ремонт с перечнем неисправностей, подлежащих устранению.

5.1.3. Выключить двигатель.

5.1.4. Затормозить автомобиль.

5.1.5. При безгаражном хранении автомобиля в зимнее время слить воду из радиатора и двигателя.

5.1.6. Закрыть салон на замок.

5.1.7. Сообщить руководителю работ или ответственному за содержание автомобиля в исправном состоянии о всех неполадках, возникших во время работы.

Приложение № 10
к распоряжению Администрации
Алтайского сельсовета
от 18.11.2022г. № 16-Р

Инструкция по охране труда для не электротехнического персонала

1. Общие требования безопасности

1.1. Настоящая инструкция распространяется на не электротехнический персонал, у которого при выполнении своих трудовых обязанностей может возникнуть опасность поражения электрическим током.

1.2. Инструктаж не электротехнического персонала может проводиться сотрудником из числа электротехнического персонала организации, имеющим III группу по электробезопасности.

Работник, проводящий инструктаж и присвоение I группы по электробезопасности, должен быть уполномочен на это ответственным за электрохозяйство или руководителем организации.

1.3. При инструктаже до инструктируемого должны быть доведены элементарные представления об опасности электрического тока, мерах безопасности на обслуживаемом участке, методах оказания доврачебной помощи при несчастных случаях.

1.4. Инструктаж завершается проверкой (путем устного опроса) усвоения сотрудником мер безопасности на рабочем месте и методов оказания первой помощи пострадавшим при несчастных случаях.

1.5. Работникам, прошедшим инструктаж и усвоившим требования настоящей инструкции, присваивается I группа по электробезопасности с оформлением в журнале проверки знаний.

1.6. Перечень профессий и список лиц, подлежащих инструктажу в объеме I группы по электробезопасности, должен утверждаться руководителем организации.

2. Требования безопасности перед началом работы

2.1. Перед началом работы необходимо внимательно осмотреть используемое оборудование, убедиться в надежности подключения его к электросети, отсутствии повреждений штепселей, розеток, вилок, изоляции проводов электропитания.

2.2. При обнаружении каких-либо нарушений требований электробезопасности следует немедленно сообщить об этом своему непосредственному руководителю, который обязан принять меры по устранению нарушений.

3. Требования безопасности во время работы

3.1. В течение рабочего дня каждый сотрудник должен выполнять только ту работу, которая входит в его трудовые обязанности и по ней проведен инструктаж на рабочем месте. В случае получения задания на выполнение работы иного характера с использованием оборудования, которое отличается от оборудования на рабочем месте, необходимо потребовать от руководителя, выдавшего такое задание, проведения инструктажа по безопасному проведению работ, исключению возможности поражения электротоком.

3.2. В случае выявления сбоев в работе оборудования проводить работы по наладке этого оборудования самостоятельно не разрешается.

Такие работы должны выполнять специалисты в соответствии с их должностными обязанностями.

3.3. Работникам организации запрещается открывать электрощиты, самостоятельно заменять электрические лампы, производить ремонт выключателей, штепселей, розеток и других электроустановок, трогать и перемещать провода электропитания, проводить какие-либо другие работы, при которых не исключается возможность контакта с токоведущими частями.

4. Требования безопасности при аварийных ситуациях

4.1. В случае возникновения аварийной ситуации, например загорание провода в месте соединения с вилкой, загорание предметов, материалов в рабочей зоне или в помещении, заметное появление износа или прожога изоляции на электропроводе, и других опасных ситуаций необходимо немедленно выключить оборудование, сообщить об этом руководителю и выполнять его указания.

5. Требования безопасности после окончания работы

5.1. После окончания работы все оборудование должно быть обесточено.

5.2. Необходимо также провести осмотр оборудования и всех электрических устройств с целью выявления возможных отклонений от требований электробезопасности, возникших в течение рабочего дня.

6. Помощь пострадавшему при поражении электрическим током

6.1. Первым действием при поражении электрическим током должно быть отключение электропроводящего устройства, которого коснулся пострадавший.

6.2. Если отключение установки не может быть осуществлено, необходимо принять меры к отделению пострадавшего от токоведущих частей. Эти действия должны выполняться в диэлектрических перчатках. При их отсутствии следует воспользоваться сухой (токонепроводящей) тканью или полами своей одежды.

6.3. О происшедшем несчастном случае необходимо сообщить руководителю подразделения, который должен немедленно вызвать медицинскую помощь, независимо от степени тяжести этого случая.

6.4. Для определения состояния пострадавшего необходимо:

- уложить пострадавшего спиной на твердую поверхность;
- проверить наличие у пострадавшего дыхания (определяется по движению грудной клетки).

6.5. Если пострадавший сначала был в состоянии обморока, а затем пришел в сознание, то его следует уложить в удобное положение и до прихода врача обеспечить ему покой, наблюдая за ним.

6.6. Если пострадавший находится в бессознательном состоянии, но у него устойчивое дыхание и прощупывается пульс, то его следует удобно уложить, расстегнуть одежду, создать приток свежего воздуха, периодически

подносить к носу вату, смоченную в нашатырном спирте, и обеспечить покой до прибытия медицинской помощи.

6.7. При отсутствии у пострадавшего дыхания и пульса на сонной артерии нанести удар кулаком по груди, приложить холод к голове, приподнять ноги и немедленно приступить к проведению искусственного дыхания и наружного массажа сердца.

При электрических ожогах и ранах необходимо наложить повязки, при переломах костей конечностей – шины.

Недопустимо!

Прикасаться к пострадавшему без предварительного обесточивания. Прекращать реанимационные мероприятия до появления признаков биологической смерти.

Инструкция по охране труда рабочего по обслуживанию зданий (уборщица)

Настоящая инструкция разработана на основании **типовой отраслевой инструкции** ТИ Р М-048-2002 и предназначена для рабочего по обслуживанию здания(уборщица)(далее –уборщица) при выполнении работ согласно профессии и квалификации.

1. Общие требования безопасности

1.1. Настоящая инструкции разработана для уборщицы служебного помещения (далее - уборщица помещений) с учетом условий его работы в организации.

1.2. На уборщицу помещений могут воздействовать опасные и вредные производственные факторы:

- повышенная запыленность воздуха рабочей зоны
- повышенное значение напряжения в электрической цепи;
- острые кромки, заусенцы и неровности поверхностей оборудования, инвентаря, инструмента и приспособлений;
- химические факторы;
- физические перегрузки).

1.3. Уборщица извещает своего непосредственного руководителя о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом несчастном случае, происшедшем на производстве, или об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков острого заболевания.

1.4. Уборщице следует:

оставлять верхнюю одежду, обувь, головной убор, личные вещи в подсобном помещении;

после посещения туалета мыть руки с мылом;

не принимать пищу в подсобном помещении.

2. Требования безопасности перед началом работы

2.1. Застегнуть одетую одежду на все пуговицы (завязать завязки), не допуская свисающих концов одежды.

Не закалывать одежду булавками, иголками, не держать в карманах одежды острые, бьющиеся предметы.

2.2. Для безопасного выполнения уборочных работ проверить внешним осмотром:

- достаточность освещенности мест уборки;

- состояние полов и других убираемых поверхностей, отсутствие на них неогражденных проемов, -и т.п. При наличии на убираемых поверхностях опасных и вредных веществ (пролитых жиров, осколков стекла и т.п.) убрать их, соблюдая меры безопасности;

- исправность вентилей, кранов горячей и холодной воды.

2.3. Проверить наличие уборочного инвентаря, моющих и дезинфицирующих средств, отсутствие в тряпках для мытья полов колющих и режущих предметов.

2.4. Перед включением водонагревателей и кипятильников убедиться в их исправности.

2.6. Обо всех обнаруженных неисправностях оборудования, инвентаря, электропроводки и других неполадках сообщить своему непосредственному руководителю и приступить к работе только после их устранения.

2.7.. Уборщик помещений должен знать и соблюдать следующие правила производственной санитарии:

- уборочный инвентарь храниться отдельно в закрытых, специально выделенных для этого шкафах или стенных нишах;

- ведра, тазы для мытья полов и др. должны, иметь надпись или бирку с надписью "для пола" и т.д.;

- уборочный инвентарь для туалетов должен храниться в специально выделенном месте, изолированно от уборочного инвентаря других помещений, иметь четкую маркировку и сигнальную окраску.

3. Требования безопасности во время работы

3.1. Выполнять только ту работу, по которой прошел инструктаж по охране труда и к которой допущен работником, ответственным за безопасное выполнение работ.

3.2. Не поручать свою работу посторонним лицам.

3.3. Применять исправное уборочное оборудование и инструмент, использовать их только для тех работ, для которых они предназначены.

3.4. Соблюдать правила перемещения в помещениях и на территории организации, пользоваться только установленными проходами.

3.5. Соблюдать особую осторожность при уборке возле люков, спусков, лестниц и дверей.

3.6. Для уменьшения выделения пыли при подметании полов производить опрыскивание их водой или производить уборку влажным веником или щеткой; перед мытьем полов подмести их и удалить травмоопасные предметы: гвозди, битое стекло, иголки и другие острые (колющие и режущие) предметы, используя щетку и совок.

3.7. Производить дезинфекцию туалетов только в резиновых перчатках.

3.8. Вентили, краны на трубопроводах открывать медленно, без рывков и больших усилий. Не применять для этих целей молотки, гаечные ключи и другие предметы.

3.9. Наполняя ведро, сначала нужно заливать холодную, а затем горячую воду.

3.10. Переносить горячую воду для уборки в закрытой посуде, а если для этой цели применяется ведро без крышки, то наполнять его не более чем на три четверти вместимости.

3.11. Мытье полов производить ветошью с применением швабры; выжимать разрешается только промытую ветошь. Вымытые полы следует вытирать насухо.

3.12. При применении воды для удаления пыли со стен, окон и конструкций электрические устройства во время уборки должны быть отключены от электрической сети.

3.13. При уборке окон проверить прочность крепления рам и стекол; работы вести, стоя на прочных широких подоконниках с применением предохранительного пояса и страховочного каната, который своим свободным концом должен закрепляться за прочные конструкции здания. При узких или непрочных подоконниках следует работать с передвижных столиков-подмостей или лестниц-стремянков, имеющих площадку с ограждением.

3.14. Уборочные работы на высоте производить со стационарных лесов, механизированных подъемных площадок, приставных лестниц, раздвижных лестниц-стремянков, испытанных в установленном порядке, при надетом предохранительном поясе со страховочным канатом, свободный конец которого должен быть закреплен за прочную конструкцию внутри помещения. Пользоваться на высоте инструментом и инвентарем таким образом, чтобы исключить их падение.

3.15. Присоединение электроприборов (пылесоса, полотера и т.п.) к электрической сети осуществлять гибким шланговым кабелем, который не должен находиться под ногами или прикасаться к металлическим, горячим, влажным предметам (батареям отопления, водопроводным, газовым трубам и др.).

3.16. Отключать от электрической сети используемое уборочное оборудование и электроприборы при:

перерывах в работе или в подаче электроэнергии;

снятии с пылесоса пылевого сборника;

3.17. Прежде чем передвигать столы и другую мебель, убрать с их поверхности предметы, которые могут упасть.

3.18. Поверхность столов предварительно обработать ручной щеткой, после чего протереть слегка влажной тряпкой. Перед уборкой столов убедиться, что на них нет острых предметов (иголок, кнопок, бритвенных лезвий, шила, осколков стекла и т.п.), при наличии таких предметов собрать их, а осколки стекла смести щеткой в совок. При переходе от стола к столу следить за тем, чтобы не зацепить ногами свисающие электрические и телефонные провода.

3.19. Протирать настольные электрические лампы, вентиляторы, каминные и другие электроприборы следует, отключив их от электросети (вынув вилку

из розетки); расположенные в помещении закрытые электрощиты, розетки, выключатели протирать только сухой ветошью.

3.20. При приготовлении моющих и дезинфицирующих растворов:

- применять только разрешенные органами здравоохранения моющие и дезинфицирующие средства;
 - не превышать установленные концентрацию и температуру моющих растворов (выше 50°C);
 - не допускать распыления моющих и дезинфицирующих средств, попадания их растворов на кожу и слизистые оболочки;
- во время приготовления холодного раствора хлорной извести пользоваться респиратором и защитными очками;
- не превышать концентрацию дезинфицирующих средств. Хранить исходный раствор хлорной извести в емкости с плотно закрытой крышкой (пробкой) в специально выделенном месте.

3.21. При уборке помещений не допускается:

- сметать мусор в люки, проемы, колодцы и т.п.;
- производить уборку мусора и уплотнять его в урне (ящике, бачке и т.п.) непосредственно руками;
- класть тряпки и какие-либо другие предметы на оборудование;
- прикасаться тряпкой или руками к открытым и неогражденным токоведущим частям оборудования, к оголенным и с поврежденной изоляцией проводам;
- производить влажную уборку электропроводки, электропусковой аппаратуры;
- пользоваться неисправными вентилями и кранами;
- применять для уборки воду с температурой выше 50°C, а также сильнодействующие ядовитые и горючие вещества (кислоты, растворители, каустическую соду, бензин и т.п.);
- мыть руки в масле, бензине, эмульсиях, керосине;
- мыть и протирать окна при наличии битых стекол, непрочных и неисправных переплетов или стоя на отливе подоконника.

3.22. Не оставлять без присмотра включенные в сеть электроприборы, а также не пользоваться ими при возникновении хотя бы одной из следующих неисправностей:

- повреждение штепсельного соединения, изоляции кабеля (шланга);
- нечеткая работа выключателя;
- появление дыма и запаха, характерного для горящей изоляции;
- поломка или появление трещин в корпусе машины (прибора).

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При возникновении поломок водонагревательного оборудования: прекратить их эксплуатацию, а также подачу электроэнергии, газа, воды; доложить о принятых мерах непосредственному руководителю и действовать в соответствии с полученными указаниями.

4.2. В аварийной обстановке: оповестить об опасности окружающих людей, доложить непосредственному руководителю о случившемся и действовать в соответствии с планом ликвидации аварий.

5. Требования безопасности по окончании работы

5.1. Отключить от электросети, очистить от пыли и грязи используемое уборочное оборудование и переместить на места хранения.

5.2. Уборочный инвентарь и ветошь промыть с использованием моющих и дезинфицирующих средств, соблюдая установленные концентрацию и температуру, просушить и убрать на место.

5.3. Собрать и вынести в установленное место мусор, загрязненную ветошь.

5.4. Моющие и дезинфицирующие средства убрать под замок.

5.5. Вымыть руки в резиновых перчатках с мылом, вытереть досуха и снять перчатки.

5.6. Смазать руки питающим и регенерирующим кожу кремом.

Ознакомлен _____

Приложение 12
к распоряжению Администрации
Алтайского сельсовета
От 18.11.2022г. №16-Р

**Журнал
учета инструкций по охране
труда для работников**

Администрации Алтайского сельсовета

№ п/п	Дата	Наименова- ние инструкции	Дата утверж- дения	Обозначе- ние (номер)	Плано- вый срок проверки	Ф.И.О. и долж- ность работника, производившего учет	Подпись работни- ка, произво- дившего учет
1	2	3	4	5	6	7	8

Приложение 13
к распоряжению Администрации
Алтайского сельсовета
от 18.11.2022г. №16-Р

ЖУРНАЛ
учета выдачи инструкций
по охране труда для работников

Администрации Алтайского сельсовета

п/п	Дата выдачи	Обозначе- ние (номер) инструкции	Наименова- ние инструкции	Количест во выданных экземпляр ов	Ф.И.О. и должность (профессия) получате- ля инструкции	Подпись получателя инструк- ции
1	2	3	4	5	6	7