

Безопасность труда в офисе



Безопасность труда начинается с дома!



Охрана труда на рабочем месте

На новом рабочем месте



каждый работник
проходит
инструктаж по
охране труда

Микроклимат:

- температура 21 – 25 °C
- влажность 50 – 60 %
- скорость движения воздуха 0,1 м/с
- освещенность ≥ 300 ЛК

Перед началом работы



- ✓ Проветрите помещение
- ✓ Убедитесь в отсутствии видимых повреждений оборудования

По окончании работы



- ✓ Приведите в порядок рабочее место
- ✓ Отключите электроприборы
- ✓ Закройте окна, двери

Права и обязанности работника

в области охраны труда

рабочее место, соответствующее требованиям охраны труда и условиям, предусмотренным коллективным договором

получение достоверной информации об условиях и охране труда на рабочем месте, о существующем риске повреждения здоровья

обязательное социальное страхование от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний

участие в расследовании происшедшего с ним несчастного случая на производстве или профессионального заболевания

отказ от выполнения работ в случае возникновения опасности для его жизни и здоровья



Главы 34 - 36
Трудового кодекса
Российской
Федерации

соблюдать требования охраны труда

правильно применять средства защиты

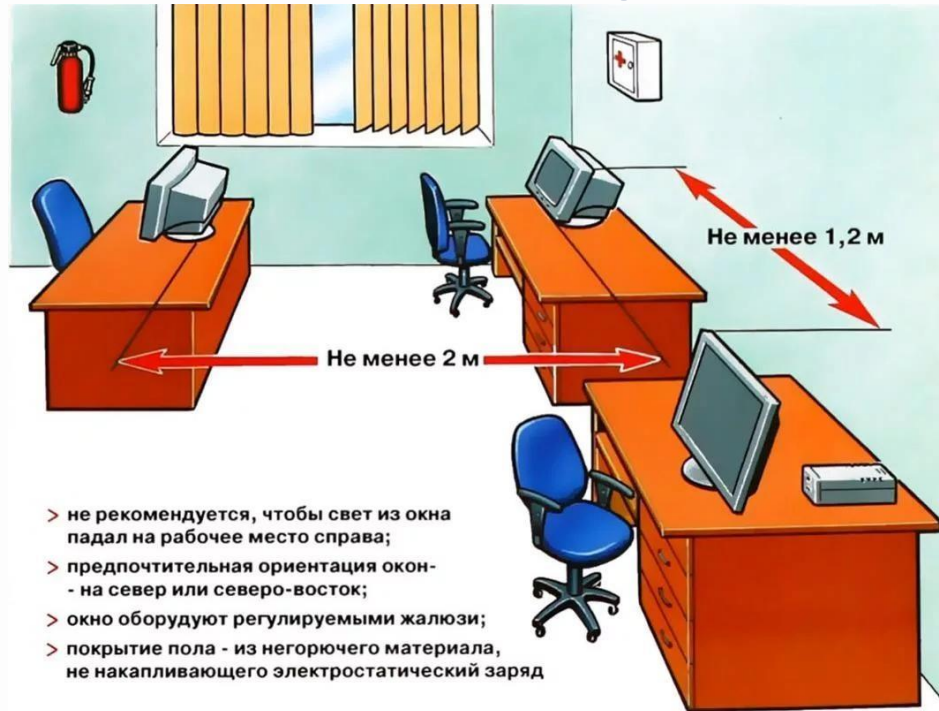
проходить обучение по охране труда и оказанию первой помощи пострадавшим на производстве, инструктаж по охране труда, проверку знаний требований охраны труда

немедленно извещать руководителя о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом несчастном случае

проходить обязательные медицинские осмотры

Требования к помещению и рабочему месту

Не размещайте полки с массивными предметами над рабочими местами и проходами



- > не рекомендуется, чтобы свет из окна падал на рабочее место справа;
- > предпочтительная ориентация окон - на север или северо-восток;
- > окно оборудуют регулируемыми жалюзи;
- > покрытие пола - из негорючего материала, не накапливающего электростатический заряд

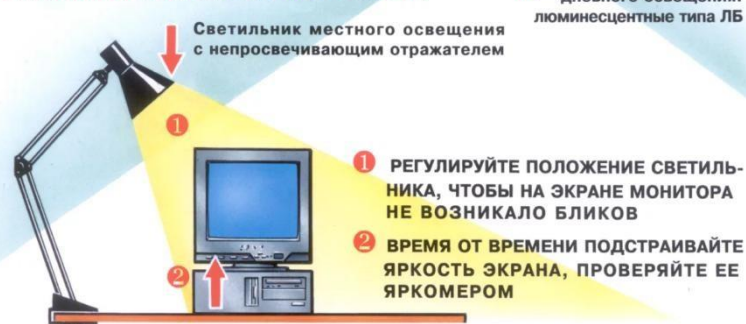
Используйте мебель и оборудование только по прямому назначению



Используйте одежду и обувь, отвечающую требованиям безопасности и гигиены труда



ПРАВИЛЬНО ОРГАНИЗУЙТЕ ИСКУССТВЕННОЕ ОСВЕЩЕНИЕ !
РЕГУЛЯРНО ПРОВЕРЯЙТЕ ЕГО ЛЮКСМЕТРОМ



Лампы дневного освещения: люминесцентные типа ЛБ

Не создавайте конфликтных ситуаций



Компьютер и безопасность

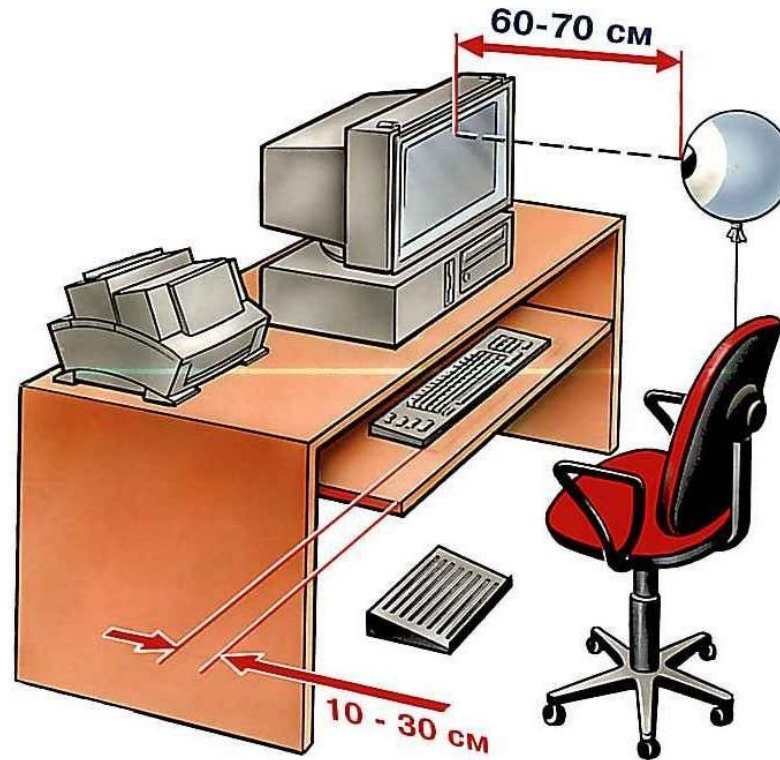
Перед включением проверьте:

- ✓ Исправность разъемов
- ✓ Отсутствие изломов и повреждений
- ✓ Сначала воткните сетевой шнур в системный блок и только затем – в сеть

НЕ ЗАГораЖИВАЙТЕ ВЕНТИЛЯЦИОННЫЕ ОТВЕРСТИЯ МОНИТОРА



СОБЛЮДАЙТЕ БЕЗОПАСНОЕ РАССТОЯНИЕ ОТ ЭКРАНА МОНИТОРА ДО ГЛАЗ



Необходимо проводить:

- ✓ Ежедневную влажную уборку
- ✓ Регулярное проветривание помещений

Запрещается:

- ✓ Самостоятельно вскрывать монитор
- ✓ Просовывать внутрь металлические предметы

Оберегайте монитор от попадания влаги



Оргтехника и безопасность

Перед включением:

- ✓ проветрите помещение
- ✓ приведите в порядок рабочее место
- ✓ убедитесь в его достаточной освещенности
- ✓ убедитесь в отсутствии внешних повреждений копировально-множительного аппарата, целостности электрокабеля и электровилки



К работе на копировальной технике допускаются лица:

- ✓ Не моложе 18 лет
- ✓ Прошедшие медосмотр
- ✓ Не имеющие противопоказания по состоянию здоровья

Беременным женщинам и кормящим матерям компьютер и копировально-множительная техника вредны!



Соблюдайте требования правил электробезопасности!

Пожарная безопасность

ОСНОВНЫЕ ДЕЙСТВИЯ ПРИ ПОЖАРЕ

1 СООБЩИТЬ ПО ТЕЛЕФОНУ 101



- адрес объекта
- место пожара
- есть ли пострадавшие
- свою фамилию

2 ЭВАКУИРОВАТЬ ЛЮДЕЙ



- покидать помещения по знакам направления движения эвакуации
- не пользоваться лифтом
- взять с собой пострадавших

3 ПО ВОЗМОЖНОСТИ ПРИНЯТЬ МЕРЫ К ТУШЕНИЮ ПОЖАРА



- тушить огонь подручными средствами пожаротушения, используя средства индивидуальной защиты
- при необходимости обесточить электропитание



Пожарная безопасность

ПРИ ВОЗНИКНОВЕНИИ ПОЖАРА



ОЦЕНИТЕ ОБСТАНОВКУ, ОПРЕДЕЛИТЕ ОТКУДА ИСХОДИТ ОПАСНОСТЬ

СООБЩИТЕ В ПОЖАРНУЮ ОХРАНУ

ДВИГАЙТЕСЬ В ПРОТИВОПОЛОЖНУЮ СТОРОНУ ОТ ОГНЯ, К НЕЗАДЫМЛЕННОЙ ЛЕСТНИЦЕ ИЛИ ВЫХОДУ

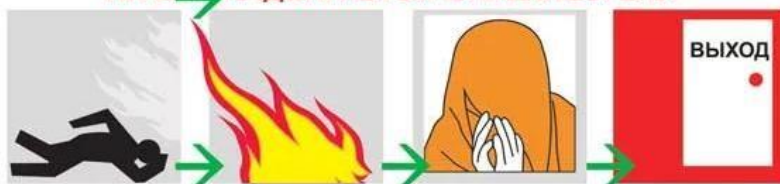
РЕШИВ СПАСАТЬСЯ ЧЕРЕЗ ЗАДЫМЛЕННЫЙ КОРИДОР



ПРИ ДВИЖЕНИИ СТАРАЙТЕСЬ ДЫШАТЬ ЧЕРЕЗ НОСОВУЮ ПЛАТОК ИЛИ ОДЕЖДУ, А ПРИ ВОЗМОЖНОСТИ НАКРОЙТЕСЬ МОКРОЙ ПЛОТНОЙ ТКАНЬЮ

ДВИГАЙТЕСЬ К ВЫХОДУ НАГНУВШИСЬ ИЛИ ПОЛЗКОМ, СТАРАЙТЕСЬ ДЕРЖАТЬСЯ ЗА ДВЕРИ, ПОРУЧНИ, ПЕРИЛА И Т.Д.

НА ВАС НАДВИГАЕТСЯ ОГНЕННЫЙ ВАЛ

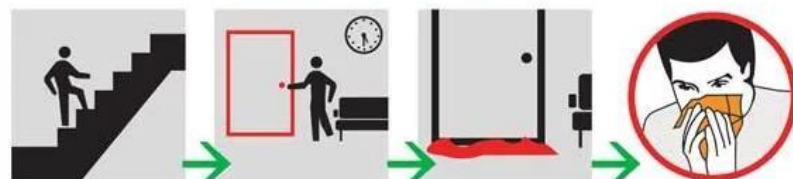


НЕ МЕШКАЯ, ПАДАЙТЕ НА ПОЛ, ЗАКРОЙТЕ ГОЛОВУ РУКАМИ ИЛИ ОДЕЖДОЙ, СТАРАЙТЕСЬ НЕ ДЫШАТЬ

ПРИ ОПАСНОЙ КОНЦЕНТРАЦИИ ДЫМА И ПОВЫЩЕНИИ ТЕМПЕРАТУРЫ:

НЕ ВЫХОДИТЕ ТУДА, ГДЕ ВИДИМОСТЬ МЕНЕЕ 10м - ДОСТАТОЧНО СДЕЛАТЬ НЕСКОЛЬКО ВЗДОХОВ, И ВЫ МОЖЕТЕ ПОГИБНУТЬ!

ЕСЛИ НЕВОЗМОЖНО ВЫЙТИ:

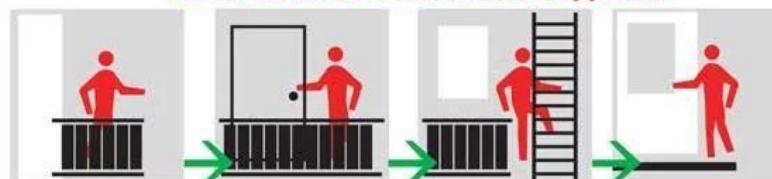


ВЕРНИТЕСЬ В ПОМЕЩЕНИЕ

ПЛОТНО ЗАКРОЙТЕ ДВЕРЬ

ДВЕРНЫЕ ЩЕЛИ И ВЕНТИЛЯЦИОННЫЕ ОТВЕРСТИЯ ПО ВОЗМОЖНОСТИ ЗАКРОЙТЕ МОКРЫМИ ТРЯПКАМИ И ЖДИТЕ ПОЖАРНЫХ ИЛИ СПАСАТЕЛЕЙ

ЕСЛИ ЕСТЬ БАЛКОН ИЛИ ЛОДЖИЯ:



ВЫЙДИТЕ НА БАЛКОН

ПЛОТНО ЗАКРОЙТЕ ДВЕРЬ

ЭВАКУИРУЙТЕСЬ ПО ПОЖАРНОЙ ЛЕСТНИЦЕ ИЛИ ЧЕРЕЗ ДРУГОЕ ПОМЕЩЕНИЕ

ЕСЛИ НЕТ БАЛКОНА ВСТАНЬТЕ НА КАРНИЗ ИЛИ ВЫСТУП И ЖДИТЕ ПОМОЩИ

ПРИ ПОЖАРЕ НЕ СЛЕДУЕТ:



ТУШИТЬ ОГОНЬ ДО ВЫЗОВА ПОЖАРНЫХ



ТУШИТЬ ВОДОЙ ВКЛЮЧЕННЫЕ ЭЛЕКТРОПРИБОРЫ



СПАСАТЬСЯ ЧЕРЕЗ ЗАДЫМЛЕННУЮ ЛЕСТНИЦУ



ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ЛИФТОМ



ВЫПРЫГИВАТЬ ИЗ ОКОН ВЕРХНИХ ЭТАЖЕЙ



СПУСКАТЬСЯ ПО ВОДОСТОЧНЫМ ТРУБАМ, ПРОСТЫНЯМ, ВЕРЕВКАМ



ОТКРЫВАТЬ ОКНА И ДВЕРИ

**Производственная
гимнастика во время
работы.
Упражнения для глаз**

**Перерывы для
отдыха и приема
пищи**

**Искоренение
вредных
привычек**

**Культура
общения**

**Занятие
физкультурой в
свободное
время**

**Коллективный
выезд на
природу,
спартакиады**



Как помочь

**Памятка
оказания первой помощи
пострадавшим**

<http://28.mchs.gov.ru>



ТЕЛЕФОНЫ ВЫЗОВА ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ

ПОЖАРНАЯ ОХРАНА	101
ПОЛИЦИЯ	102
СКОРАЯ ПОМОЩЬ	103
АВАРИЙНАЯ ГАЗОВАЯ	104
ЕДИНАЯ СЛУЖБА СПАСЕНИЯ	112

Каждый работник должен:

- ✓ Знать, где находится аптечка
- ✓ Уметь оказать первую помощь

