

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ

АДМИНИСТРАЦИЯ  
ИВАНКОВСКОГО СЕЛЬСКОГО ПОСЕЛЕНИЯ  
ФУРМАНОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА  
ИВАНОВСКОЙ ОБЛАСТИ

**РАСПОРЯЖЕНИЕ**

от 09.03.2022 года

№ 15/1-р

**Об утверждении Программ проведения инструктажей и Перечня инструкций по охране труда, действующих в администрации Иванковского сельского поселения**

Во исполнение Постановления Министерства образования Российской Федерации от 01.01.2001 № 29 «Об утверждении порядка обучения по охране труда и проверке знаний требований охраны труда работников организаций», ГОСТ 12.0.004-90 «Организация обучения безопасности труда», на основании п.5.4.Методических рекомендаций по разработке государственных нормативных требований по охране труда, утверждённых постановлением Министерства труда и социального развития РФ от 01.01.2001г №80, в целях реализации норм Трудового кодекса Российской Федерации, постановлением Минтруда РФ от 01.01.2001 N 14 «Об утверждении Рекомендаций по организации работы службы охраны труда в организации», Федеральным законом от 02.07.2021 года №311-ФЗ «О внесении изменений в Трудовой Кодекс Российской Федерации», администрация Иванковского сельского поселения

**ОБЯЗЫВАЕТ:**

1. Утвердить Программу проведения первичного инструктажа по охране труда на рабочем месте (Приложение 1).
2. Утвердить Программу проведения вводного инструктажа и по охране труда на рабочем месте (Приложение 2).
3. Утвердить повторный, внеплановый и целевые инструктажи по охране труда на рабочем месте (Приложение 3).
4. Утвердить Перечень инструкций по охране труда в администрации Иванковского сельского поселения (приложение 4), а именно:
  - Инструкцию первичного инструктажа по охране труда на рабочем месте (Приложение № 5).
  - Инструкцию о мерах пожарной безопасности (Приложение №6)
  - Инструкцию по оказанию первой доврачебной помощи (Приложение № 7)
  - Инструкцию по охране труда для специалиста администрации (Приложение № 8)
  - Инструкцию по охране труда для административно-управленческого персонала (Приложение № 9)

- Инструкцию по охране труда для пользователей при работе на персональных ЭВМ (ПЭВМ) (Приложение №10)
  - Инструкцию для обучения работников Администрации Иванковского сельского поселения основам электробезопасности (приложение 11)
  - Инструкцию по охране труда для водителя легкового автомобиля администрации (приложение 12).
  - Инструкцию по охране труда при выполнении общественных работ по благоустройству территории (Приложение 13).
  - Инструкцию по охране труда при выполнении общественных работ по благоустройству территории (Приложение № 15)
  - Инструкцию по охране труда для уборщика служебных помещений (Приложение № 16)
5. Вводный инструктаж проводить:
- со всеми вновь принятыми в организации работниками независимо от их образования, стажа работы по данной профессии или должности
  - работниками, выполняющими новую для них работу;
  - со студентами, учащимися, прибывшими на практику;
  - работниками на общественных работах,
- с регистрацией в журнале инструктажа на рабочем месте
6. 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,
  - со специалистами администрации,
- с регистрацией в журнале инструктажа на рабочем месте.
7. Проведение вводного, первичного, повторного, внепланового и целевого инструктажа возложить на Исакову Г.Ю., главного специалиста администрации Иванковского сельского поселения.
8. Повторный инструктаж на рабочем месте проводить один раз в полгода, с записью в журнале регистрации инструктажа на рабочем месте.
9. Распоряжение главы администрации от 12.10.2020 года №46-р «Об организации работы по охране труда в администрации Иванковского сельского поселения Фурмановского муниципального района Ивановской области» отменить.
10. Опубликовать настоящее распоряжение в соответствии с Уставом Иванковского сельского поселения.

**Глава  
Иванковского сельского поселения**

**С.Н.Николаева**

С распоряжением ознакомлены:  
09.03.2022

Д.А.Казаков  
Г.Ю.Исакова  
О.Н.Шувалова  
С.В.Артемьев  
Е.Ю.Павина

## **ПРОГРАММА ПРОВЕДЕНИЯ 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 исполнитель, 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 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. ПРОГРАММА ИНСТРУКТАЖА**

#### **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.

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

**ПРОГРАММА**  
**проведения вводного инструктажа по охране труда в администрации**  
**Иванковского сельского поселения Фурмановского муниципального района**  
**Ивановской области**

**1. Введение**

Программа вводного инструктажа разработана в соответствии с ГОСТ 12.0.004 - 2015 «Организация обучения безопасности труда», Федеральным законом от 24 июля 1998 года № 125-ФЗ «Об обязательном социальном страховании от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний», Постановлением Министерства образования Российской Федерации № 29 от 13 января 2003 года «Об утверждении порядка обучения по охране труда и проверки знаний требований охраны труда работников организаций», и в целях реализации норм Трудового кодекса Российской Федерации (внесенными изменениями законом с Федеральным законом от 02.07.2021 года №311-ФЗ «О внесении изменений в Трудовой Кодекс Российской Федерации»). В программе изложены основные нормативные требования охраны труда и трудового законодательства, знание которых обязательно для вновь поступающих на работу.

**2. Общие положения**

- 2.1. Обучению по охране труда и проверке знаний требований охраны труда в соответствии с Порядком обучения по охране труда и проверки знаний требований охраны труда работников организаций подлежат все работники администрации, в том числе и руководитель.
- 2.1.1. Для всех принимаемых на работу лиц, а также для работников, переводимых на другую работу, специалист по охране труда или специалист, на которого распоряжением работодателя (или уполномоченного им лица) возложены эти обязанности, обязан проводить инструктаж по охране труда.
- 2.2. Все принимаемые на работу лица, а также командированные в администрацию работники и работники сторонних организаций, выполняющие работы на выделенном участке, обучающиеся образовательных учреждений соответствующих уровней, проходящие в администрации производственную практику, проходят в установленном порядке вводный инструктаж, который проводит специалист по охране труда или работник, на которого распоряжением работодателя (или уполномоченного им лица) возложены эти обязанности.
- 2.3. Цель вводного инструктажа состоит в том, чтобы разъяснить вновь поступающим работникам их задачи по соблюдению производственной и трудовой дисциплины, ознакомить их с характером работы администрации, общими условиями безопасности труда, основными положениями законодательства об охране труда.
- 2.4. Кроме вводного инструктажа по охране труда проводятся первичный инструктаж на рабочем месте, повторный, внеплановый и целевой инструктажи.
- 2.5. 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.

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

2.7. Проведение всех видов инструктажей регистрируется в соответствующих журналах проведения инструктажей с указанием подписи инструктируемого и подписи инструктирующего, а также даты проведения инструктажа.

### **3. Общие сведения об организации**

**Администрация Иванковского сельского поселения Фурмановского муниципального района Ивановской области** - исполнительно-распорядительный орган местного самоуправления Иванковского сельского поселения, которая наделена полномочиями по решению вопросов местного значения. Администрация осуществляет свою деятельность в соответствии с законодательными и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации, законами Ивановской области, Уставом Иванковского сельского поселения, решениями Совета Иванковского сельского поселения, нормативно-правовыми актами администрации Иванковского сельского поселения.

**Представительный орган** – Совет Иванковского сельского поселения.

Администрацией Иванковского сельского поселения руководит Глава Иванковского сельского поселения.

Юридический адрес администрации сельского поселения:

155521, Ивановская область, Фурмановский район, деревня Иванково, дом №5

### **4. Основные положения законодательств об охране труда**

#### **4.1. Трудовой договор.**

4.1.1. 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, коллективным договором, 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. Сторонами трудового договора являются работодатель и работник.

4.1.2. Трудовые договоры могут заключаться:

1) на неопределенный срок;

2) на определенный срок не более пяти лет (срочный трудовой договор)

Срочный трудовой договор заключается в случаях, когда трудовые отношения не могут быть установлены на неопределенный срок с учетом характера предстоящей работы или условий ее выполнения.

Если в трудовом договоре не оговорен срок его действия, то договор считается заключенным на неопределенный срок.

В случае если ни одна из сторон не потребовала расторжения срочного трудового договора в связи с истечением его срока, а работник продолжает работу после истечения срока трудового договора, трудовой договор считается заключенным на неопределенный срок.

#### **4.2. Рабочее время и время отдыха.**

4.2.1. В администрации сельского поселения устанавливается пятидневная рабочая неделя продолжительностью 40 часов с двумя выходными днями - суббота и воскресенье.

4.2.2. В администрации сельского поселения устанавливается следующий режим рабочего времени: начало рабочего дня в 08 часов 00 минут, окончание рабочего дня в 17 часов 00

минут.

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

4.2.3. Работа в администрации сельского поселения осуществляется с учетом особых условий муниципальной службы (сложность, напряженность, специальный режим работы), в соответствии с которым муниципальные и немунципальные служащие могут по распоряжению работодателя при необходимости привлекаться к выполнению своих трудовых обязанностей за пределами нормальной продолжительности рабочего времени.

4.2.4. Работники могут привлекаться к работе в выходные и нерабочие праздничные дни на основании их письменного согласия в соответствии с графиком дежурства, утвержденным распоряжением администрации Иванковского сельского поселения. За работу в выходные и нерабочие праздничные дни работникам предоставляются дни отдыха в удобное для них время.

4.2.5. 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.

4.2.6. В администрации сельского поселения ведется табель учета рабочего времени.

### **4.3. Время отдыха.**

4.3.1. 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 (междусменный) отдых, нерабочие праздничные дни, дни отпуска.

4.3.2. Работникам администрации сельского поселения предоставляется перерыв в рабочее время для отдыха и питания ежедневно с 12 часов 00 минут до 13 часов 00 минут.

Перерыв для отдыха и питания не включается в рабочее время и не подлежит оплате.

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

4.3.4. Работникам администрации сельского поселения предоставляются ежегодные основные и дополнительные оплачиваемые отпуска:

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

2) Муниципальным служащим предоставляется ежегодный основной оплачиваемый отпуск продолжительностью 30 календарных дней, ежегодный дополнительный оплачиваемый отпуск за ненормированный рабочий день продолжительностью 3 календарных дня.

3) Муниципальным 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.

Общая продолжительность ежегодного основного оплачиваемого отпуска и ежегодного дополнительного оплачиваемого отпуска за выслугу лет для муниципальных служащих, замещающих высшие и главные должности муниципальной службы, не может превышать 45 календарных дней, для муниципальных служащих, замещающих должности муниципальной службы иных групп, - 40 календарных дней. Дополнительный оплачиваемый отпуск за ненормированный рабочий день предоставляется сверх ежегодного оплачиваемого отпуска.

Продолжительность дополнительного оплачиваемого отпуска за ненормированный рабочий день определяется муниципальным правовым актом и не может быть менее трех и более шести календарных дней в зависимости от группы должностей муниципальной службы, объема работы, степени напряженности труда и других условий.

4.3.5. Очередность предоставления ежегодных отпусков устанавливается администрацией сельского поселения 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.

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

4.3.7. 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.

4.3.8. 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.

Не допускается отзыв из отпуска работников в возрасте до восемнадцати лет, беременных женщин и работников, занятых на работах с вредными и (или) опасными условиями труда.

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

4.3.10. 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.

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

## **5. 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.

### **6. Общие правила поведения работников на территории администрации.**

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

6.2. Правильно применять коллективные и индивидуальные средства защиты.

6.3. Немедленно сообщать своему непосредственному руководителю о любом несчастном случае, происшедшем в администрации.

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

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

6.6. 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.

6.7. При обнаружении неисправности оборудования, приспособлений, инструмента сообщить об этом Главе сельского поселения. Пользоваться и применять в работе неисправные оборудование и инструменты запрещается.

6.8. 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.

## **7. Основные опасные и вредные производственные факторы**

7.1. 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.)

7.2. Работа уборщика администрации может сопровождаться наличием следующих опасных и вредных производственных факторов:

- электрический ток, статическое электричество;
- повышенная влажность;
- повышенная запыленность воздуха.

## **8. Основные требования по предупреждению электротравматизма:**

8.1. 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).

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

- не прикасаться к арматуре общего освещения, электрическим проводам, к незаземленным 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 сельского поселения;
- 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.

## **9. Средства коллективной и индивидуальной защиты**

9.1. 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.

9.1.1. 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).

9.1.2. Средства коллективной защиты делятся на:

- Противорадиационные укрытия
- Укрытия простейшего типа
- Убежища.

9.2. 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.

## **10. 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 сельского поселения 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. Грязь, содержащая болезнетворные микробы и яйца глистов, может попасть с рук в рот через пищу. Дизентерию, называют болезнью грязных рук.

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.

## 11. 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.

## 12. 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 врачом 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, согревать, если отсутствуют признаки жизни без промедления делать и искусственное дыхание, и непрямой массаж сердца до появления признаков оживления.

**Приложение № 3**  
к распоряжению администрации  
Иванковского сельского поселения  
от 09.03.2022 №15/1-р

### **Повторный инструктаж на рабочем месте по охране труда**

Повторный инструктаж на рабочем месте проводят со всеми лицами, прошедшими первичный инструктаж, **не реже одного раза в шесть месяцев.**

Повторный инструктаж проводят аналогично первичному инструктажу для закрепления полученных знаний и навыков:

- по программам, разработанным для проведения первичного инструктажа на рабочем месте;
- либо непосредственно по инструкциям по охране труда или безопасному выполнению работ на данном рабочем месте;
- либо по иным необходимым для инструктажа локальным нормативным актам и документам.

### **Внеплановый инструктаж на рабочем месте по охране труда**

Внеплановый инструктаж проводят (п. 2.1.6 Порядка, п. 8.9 ГОСТ 12.0.004-2015):

- при изменении технологических процессов, замене или модернизации оборудования, приспособлений, инструмента и других факторов, влияющих на условия и безопасность труда;
- при перерывах в работе работника (для работ с вредными и/или опасными условиями труда - более 30 календарных дней, а для остальных работ - более 2 месяцев);
- при введении в действие новых или изменении инструкций по охране труда на рабочем месте, инструкций по безопасному выполнению работ, иной технологической документации, а также при изменениях законодательства по охране труда, касающихся данного работника;
- при нарушении работниками требований охраны труда, если эти нарушения создали реальную угрозу наступления тяжких последствий (несчастный случай на производстве, авария и т.п.);
- по требованию должностных лиц органов государственного надзора и контроля;
- по решению работодателя (или уполномоченного им должностного лица).

Внеплановый инструктаж проводят аналогично первичному инструктажу для информирования работающих на данном рабочем месте об изменениях в организации работ и требований охраны труда для их безопасного выполнения.

Для него следует применять программы, разработанные и утвержденные работодателем, либо составлять непосредственно по новым инструкциям по охране труда или безопасному выполнению работ на данном рабочем месте. Осуществляет инструктаж руководитель подразделения или непосредственный руководитель работ (мастер, прораб и т.п.), прошедший обучение по охране труда в специализированной обучающей организации с получением удостоверения.

Результаты первичного, повторного и внепланового инструктажей согласно п.2.1.3 Порядка фиксируются в журнале регистрации инструктажа с указанием подписи

инструктируемого и подписи инструктирующего, а также даты проведения инструктажа.

### **Целевой инструктаж**

Целевой инструктаж проводят (п. 2.1.7 Порядка, п. 8.10 ГОСТ 12.0.0042015):

- перед выполнением работ с повышенной опасностью, на которые требуется оформление наряда-допуска, разрешения или других специальных документов;
- перед выполнением разовых работ, не связанных с прямыми обязанностями по специальности, профессии;
- перед выполнением иных работ с повышенным риском опасного воздействия на организм работающего по решению работодателя;
- перед выполнением работ при ликвидации последствий аварий, стихийных бедствий;
- при проведении массовых мероприятий на подконтрольной работодателю территории или с выездом (выходом) за ее пределы.

Перечень работ и массовых мероприятий устанавливает работодатель с учетом специфики его деятельности и требований законодательства.

Целевой инструктаж проводит непосредственный руководитель (мастер, прораб, преподаватель и т.п.) работ или мероприятий, прошедший обучение по безопасности и охране труда в специализированной обучающей организации.

Целевой инструктаж проводят:

- по программам целевого инструктажа, разработанным и утвержденным работодателем, в соответствии с характером выполняемых работ или массовых мероприятий либо
- непосредственно по инструкциям по охране труда или безопасному выполнению работ.

Его проведение фиксируется либо в наряде на выполнение работ, в том числе в наряде-допуске, либо в специальном журнале целевых инструктажей

**Приложение №4**  
к распоряжению администрации  
Иванковского сельского поселения  
от 09.03.2022 №15/1-р

**ПЕРЕЧЕНЬ**  
**инструкций, действующих в администрации Иванковского сельского поселения**

№	Наименование инструкции	Номер инструкции	Дата утверждения инструкции (дата та же, что и постановление)
1	Инструкция первичного инструктажа по охране труда на рабочем месте	ИОТ-1	09.03.2022
2	Инструкция по мерам пожарной безопасности в администрации сельского поселения	ИОТ-2	09.03.2022
3	Инструкция по оказанию первой (доврачебной) помощи	ИОТ-3	09.03.2022
4	Инструкция по охране труда для специалиста администрации	ИОТ-4	09.03.2022
5	Инструкция по охране труда для административно-управленческого персонала	ИОТ-5	09.03.2022
6	Инструкция по охране труда для пользователей при работе на персональных ЭВМ (ПЭВМ)	ИОТ-6	09.03.2022
7	Инструкция по охране труда при выполнении общественных работ по благоустройству территории	ИОТ-7	09.03.2022
8	Инструкция по охране труда для водителя легкового автомобиля	ИОТ-8	09.03.2022
9	Инструкция по охране труда для уборщика служебных помещений	ИОТ-9	09.03.2022
10	Инструкция по охране труда для	ИОТ-10	09.03.2022

	обучения администрации электробезопасности	работников основам		
--	--	-----------------------	--	--

**Приложение №5**  
к распоряжению администрации  
Иванковского сельского поселения  
от 09.03.2022 №15/1-р

## ИОТ - 1

### 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 в администрации Иванковского сельского поселения на рабочем месте проводится работником, на которого распоряжением главы сельского поселения возложена эта обязанность 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 работ

**ИОТ - 2**  
**ИНСТРУКЦИЯ О МЕРАХ ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ**

**1. Общие положения.**

1.1. Настоящая инструкция устанавливает противопожарный режим (требования к пожарной безопасности) в помещении администрации Иванковского сельского поселения (далее по тексту - администрация) и является обязательной для выполнения всеми сотрудниками администрации.

1.2. Основные понятия:

1.2.1. **Пожарная безопасность** - состояние защищенности личности, имущества от пожаров.

1.2.2. **Пожар** - неконтролируемое горение, причиняющее материальный ущерб, вред жизни и здоровью людей.

1.2.3. **Требования пожарной безопасности** - специальные условия социального и технического характера, установленные в целях обеспечения пожарной безопасности законодательством Российской Федерации, нормативными актами документами или уполномоченным государственным органом.

1.2.4. **Меры пожарной безопасности** - действия по обеспечению пожарной безопасности, в том числе по выполнению требований пожарной безопасности.

1.2.5. **Противопожарный режим** - правила поведения людей, порядок организации производства и содержания помещений, обеспечивающие предупреждение нарушений требований безопасности и тушение пожаров.

1.3. Сотрудники допускаются к работе только после прохождения ими вводного инструктажа по пожарной безопасности и ознакомления их под роспись с настоящей инструкцией в журнале учета инструктажей по пожарной безопасности.

1.4. Система ответственности за обеспечение мер пожарной безопасности:

1.4.1. Ответственность за обеспечение мер пожарной безопасности несет глава сельского поселения, который:

- осуществляет непосредственное руководство системой пожарной безопасности в пределах своей компетенции;
- отвечает за меры пожарной безопасности;
- назначает ответственных за пожарную безопасность.

1.4.2. Ответственность за соблюдение правил пожарной безопасности на своем рабочем месте несет каждый сотрудник.

1.4.3. Ответственность за соблюдение правил пожарной безопасности на определенном участке работ и при производстве определенного вида работ несут лица, назначенные ответственными распоряжением главы администрации.

1.4.4. Ответственность за соблюдение правил пожарной безопасности посетителями лежит на администрации как на принимающей стороне.

## **2. Обязанности сотрудников по соблюдению пожарной безопасности.**

2.1. Сотрудники обязаны:

2.1.1. Соблюдать требования пожарной безопасности, поддерживать противопожарный режим.

2.1.2. Выполнять меры предосторожности при пользовании электронагревательными приборами, настольными и напольными светильниками, другими электробытовыми приборами и оргтехникой, предметами бытовой химии и другими опасными в пожарном отношении веществами и материалами.

2.1.3. Знать правила обращения с пожароопасными материалами и оборудованием, план эвакуации, средства пожаротушения, а также порядок приведения в действие пожарной сигнализации, пути эвакуации при пожаре, расположение запасных выходов.

2.1.4. Выключать по окончании рабочего дня все электроприборы за исключением оборудования, определяемого отдельным распоряжением.

2.1.5. Знать схемы эвакуации сотрудников и посетителей в случае пожара, расположение первичных средств пожаротушения, телефоны вызова пожарной охраны.

2.2. Ответственный за пожарную безопасность обязан:

2.2.1. Соблюдать требования пожарной безопасности, а также выполнять предписания и иные законные требования должностных лиц пожарной охраны.

2.2.2. Разрабатывать и осуществлять меры по обеспечению пожарной безопасности в администрации.

2.2.3. Проводить противопожарную пропаганду, а также обучать сотрудников мерам пожарной безопасности.

2.2.4. Содержать в исправном состоянии системы и средства противопожарной защиты, включая средства тушения пожаров.

2.2.5. Обеспечить на видных местах наличие схем эвакуации сотрудников и посетителей в случае пожара с отметкой о расположении первичных средств пожаротушения, таблички с телефоном вызова пожарной охраны, фамилиями ответственных за пожарную безопасность.

## **3. Порядок содержания территории, здания и помещений, проезда транспорта.**

### **Порядок содержания эвакуационных путей.**

3.1. Территория возле здания администрации должна содержаться в чистоте и порядке. Необходимо своевременно вывозить мусор, опавшие листья, сухую траву.

3.2. Тротуары, подъезды к зданию администрации должны находиться в исправном состоянии, в зимнее время очищены от снега и льда.

3.4. Обеспечение свободного прохода по коридорам, тамбурам, проходов к средствам тушения и электрическим приборам, расположенным в помещениях администрации, является обязанностью руководителей структурных подразделений. Запрещается загромождать пути эвакуации.

3.5. Двери эвакуационных выходов должны свободно открываться в направлении выхода из помещения.

3.6. В неустановленных местах запрещается:

- курить;

- пользоваться электронагревательными приборами, не предусмотренными технологическим процессом (кипятильниками, чайниками, утюгами);

- оставлять без присмотра и по окончании рабочего дня включенными в сеть оборудование, электронагревательные и электроосветительные приборы, компьютеры;

- использовать нестандартные (самодельные) электронагревательные и осветительные приборы, эксплуатировать электронагреватели при отсутствии или неисправности терморегуляторов, предусмотренных конструкцией;

- пользоваться поврежденными розетками, рубильниками и другими электроустановочными изделиями;

- использовать для дополнительного обогрева помещений электронагревательные приборы с открытыми нагревательными элементами;
- хранить легковоспламеняющиеся и горючие жидкости в производственных помещениях в количествах, превышающих сменную потребность;
- хранить горючие материалы и отходы, в том числе использованные и ненужные бумаги;
- производить уборку помещений с применением бензина, и других легковоспламеняющихся и горючих жидкостей;
- сушить и хранить одежду на приборах центрального отопления;
- запрещается обертывать электролампы и светильники бумагой, тканью и другими горючими материалами, а также эксплуатировать светильники со снятыми колпаками, предусмотренными конструкцией светильников;

3.7. Не реже одного раза в месяц огнетушители, установленные в помещениях администрации, должны подвергаться внешнему осмотру ответственным за состояние первичных средств пожаротушения.

3.8. В случае проведения разрешенных пожароопасных работ необходимо по их окончании в течение не менее 3 часов контролировать отсутствие косвенных и прямых признаков пожара - запахов дыма, гари, прямого задымления и т.д.

3.9. Запрещается использовать чердачные и технические этажи для организации производственных участков, мастерских, а также хранения продукции, оборудования, мебели и других предметов.

#### **4. Места курения, требования к оборудованию мест для курения.**

4.1. Места для курения устанавливаются распоряжением главы администрации.

4.2. Установленное место для курения должно быть оборудовано в соответствии с требованиями правил пожарной безопасности, в том числе:

- место для курения обозначается соответствующими знаками пожарной безопасности, в том числе знаками "Не загромождать", "Место курения";
- устанавливается металлическая урна;
- должно быть обеспечено постоянное наличие воды в урне в количестве не менее трети от объема урны;
- урна должна очищаться с периодичностью не реже 1 раза в 4 часа;
- рядом с местом для курения должно быть обеспечено наличие огнетушителя.

4.3. Курение в неустановленных местах запрещается.

#### **5. Порядок обесточивания электрооборудования в случае пожара и по окончании рабочего дня**

5.1. Обесточивание электрооборудования производится с соблюдением мер пожарной безопасности и охраны труда.

5.2. Во всех помещениях (независимо от назначения) которые по окончании работ закрываются и не контролируются дежурным персоналом, электроустановки и электроприборы (за исключением холодильников, факса, дежурного и аварийного освещения, пожарной и охранной сигнализации, а также электроустановок, работающих круглосуточно по требованию технологии) должны быть обесточены при помощи рубильника или устройства его заменяющего и предотвращающего случайный пуск.

5.3. В случае неисправностей при работе электрооборудования (при наличии напряжения на корпусе оборудования, возникновении постороннего шума, запаха горячей изоляции, самопроизвольной остановке или неправильном действии механизмов и элементов оборудования) остановить (выключить) его кнопкой "стоп" (выключателя) и отключить от электрической сети с помощью пускового устройства. Сообщить об этом непосредственному руководителю и до устранения неисправности не включать.

5.4. При возникновении пожара необходимо:

- немедленно прекратить работу (в том числе с электрооборудованием) и сообщить о ситуации вышестоящему персоналу;
- обесточить электрическую сеть и электрооборудование при помощи главного рубильника;
- приступить к тушению очага возгорания, горящие части электроустановок и электропроводку, находящихся под напряжением, следует тушить углекислотными огнетушителями.

## **6. Порядок осмотра и закрытия помещений после окончания работы.**

6.1. Закрытие помещений производится после выключения всех токоприемников (за исключением холодильников, факса, дежурного и аварийного освещения, пожарной и охранной сигнализации, а также электроустановок, работающих круглосуточно по требованию технологии) и выключения света, приведения технологического оборудования в пожаробезопасное состояние.

6.2. Рабочие места сотрудников перед их уходом с работы должны быть очищены от мусора и отходов производства.

6.3. Категорически запрещено закрывать любое помещение в случае обнаружения, каких-либо неисправностей, могущих повлечь за собой возгорание или травмировании сотрудников организации и посетителей.

6.4. Каждый сотрудник после окончания работы (рабочего дня) обязан проверить внешним визуальным осмотром помещения, за которые он несет ответственность. При осмотре помещений особое внимание обратить на отключение всех электроприборов и аппаратуры, обесточивание электроустановок, тщательную уборку помещений от горючего мусора и отходов производства.

6.5. Покидать помещение следует только при полном устранении всех обнаруженных неисправностей.

6.6. При обнаружении аварийной ситуации немедленно сообщить главе сельского поселения.

6.7. Ключи от всех помещений имеются у всего персонала.

7. Порядок и сроки прохождения противопожарного инструктажа и занятий по пожарно-техническому минимуму.

7.1. Противопожарный инструктаж проводится с целью доведения до работников основных требований пожарной безопасности, изучения пожарной опасности технологических процессов производства и оборудования, средств противопожарной защиты, а также их действий в случае возникновения пожара.

7.2. Противопожарный инструктаж проводится лицами ответственными за проведение противопожарного инструктажа, назначенными распоряжением главы администрации, по утвержденным программам обучения мерам пожарной безопасности.

7.3. Проведение противопожарного инструктажа включает в себя ознакомление работников с: правилами содержания территории, зданий (сооружений) и помещений, в том числе эвакуационных путей, наружного и внутреннего водопровода, систем оповещения о пожаре и управления процессом эвакуации людей;

требованиями пожарной безопасности, исходя из специфики пожарной опасности технологических процессов, производств и объектов; мероприятиями по обеспечению пожарной безопасности при эксплуатации зданий (сооружений), оборудования, производстве пожароопасных работ; правилами применения открытого огня и проведения огневых работ; обязанностями и действиями работников при пожаре, правилами вызова пожарной охраны, правилами применения средств пожаротушения и установок пожарной автоматики.

7.4. По характеру и времени проведения противопожарный инструктаж подразделяется на: вводный, первичный на рабочем месте, повторный, внеплановый и целевой.

7.5. О проведении вводного, первичного, повторного, внепланового, целевого противопожарного инструктажей делается запись в журнале учета проведения инструктажей по пожарной безопасности с обязательной подписью инструктируемого и инструктирующего.

7.6. **Вводный противопожарный инструктаж** проводится:

- со всеми работниками, вновь принимаемыми на работу, независимо от их образования, стажа работы в профессии (должности);
- с сезонными работниками;
- с командированными работниками;
- с обучающимися, прибывшими на производственное обучение или практику;
- с иными категориями работников (граждан) по решению главы администрации.

7.7. Вводный противопожарный инструктаж заканчивается практической тренировкой действий при возникновении пожара и проверкой знаний средств пожаротушения и систем противопожарной защиты.

7.8. **Первичный противопожарный инструктаж** проводится непосредственно на рабочем месте:

- со всеми вновь принятыми на работу;
- с переводимыми из одного подразделения в другое;
- с работниками, выполняющими новую для них работу;
- с командированными работниками;
- с сезонными работниками;
- со специалистами строительного профиля, выполняющими строительно-монтажные и иные работы на территории администрации;
- с обучающимися, прибывшими на производственное обучение или практику.

7.9. Проведение первичного противопожарного инструктажа с указанными категориями работников осуществляется лицом, ответственным за обеспечение пожарной безопасности.

7.10. **Первичный противопожарный инструктаж** проводят с каждым работником индивидуально, с практическим показом и отработкой умений пользоваться первичными средствами пожаротушения, действий при возникновении пожара, правил эвакуации, помощи пострадавшим.

7.11. Все работники должны практически показать умение действовать при пожаре, использовать первичные средства пожаротушения.

7.12. Повторный противопожарный инструктаж проводится лицом, ответственным за пожарную безопасность, назначенным распоряжением главы администрации со всеми работниками, независимо от квалификации, образования, стажа, характера выполняемой работы, не реже одного раза в полугодие.

7.13. **Повторный противопожарный инструктаж** проводится в соответствии с графиком проведения занятий, утвержденным главой сельского поселения.

7.14. **Повторный противопожарный инструктаж** проводится индивидуально или с группой работников, обслуживающих однотипное оборудование в пределах общего рабочего места по программе первичного противопожарного инструктажа на рабочем месте.

7.15. В ходе повторного противопожарного инструктажа проверяются знания стандартов, правил, норм и инструкций по пожарной безопасности, умение пользоваться первичными средствами пожаротушения, знание путей эвакуации, систем оповещения о пожаре и управления процессом эвакуации людей.

7.16. **Внеплановый противопожарный инструктаж проводится:**

- при введении в действие новых или изменении ранее разработанных правил, норм, инструкций по пожарной безопасности, иных документов, содержащих требования пожарной безопасности;
- при нарушении работниками организации требований пожарной безопасности, которые могли привести или привели к пожару;
- для дополнительного изучения мер пожарной безопасности по требованию органов государственного пожарного надзора при выявлении ими недостаточных знаний у работников администрации;
- при перерывах в работе более чем на 30 календарных дней, а для остальных работ - 60 календарных дней (для работ, к которым предъявляются дополнительные требования пожарной безопасности);

- при поступлении информационных материалов об авариях, пожарах, происшедших в других администрациях;

- при установлении фактов неудовлетворительного знания работниками требований пожарной безопасности.

7.17. Внеплановый противопожарный инструктаж проводится работником, ответственным за обеспечение пожарной безопасности в администрации. Объем и содержание внепланового противопожарного инструктажа определяются в каждом конкретном случае в зависимости от причин и обстоятельств, вызвавших необходимость его проведения.

7.18. **Целевой противопожарный инструктаж** проводится:

- при выполнении разовых работ, связанных с повышенной пожарной опасностью;

- при ликвидации последствий аварий, стихийных бедствий и катастроф;

- при организации массовых мероприятий с персоналом администрации.

7.19. Целевой противопожарный инструктаж проводится лицом, ответственным за обеспечение пожарной безопасности в администрации.

7.20. Целевой противопожарный инструктаж по пожарной безопасности завершается проверкой приобретенных работниками знаний и навыков пользоваться первичными средствами пожаротушения, действий при возникновении пожара, знаний правил эвакуации, помощи пострадавшим, лицом, проводившим инструктаж.

7.21. Все работники допускаются к работе только после прохождения противопожарного инструктажа.

7.22. Руководители, специалисты и работники администрации, ответственные за пожарную безопасность, обучаются пожарно-техническому минимуму в объеме знаний требований нормативных правовых актов, регламентирующих пожарную безопасность, в части противопожарного режима, а также приемов и действий при возникновении пожара в администрации, позволяющих выработать практические навыки по предупреждению пожара, спасению жизни, здоровья людей и имущества при пожаре.

7.23. Обучение пожарно-техническому минимуму по разработанным и утвержденным в установленном порядке специальным программам, с отрывом от работы проходят:

- руководители и ведущие специалисты администрации или лица, исполняющие их обязанности;

- работники, ответственные за пожарную безопасность и проведение противопожарного инструктажа;

- иные категории работников по решению главы администрации.

7.25. По разработанным и утвержденным специальным программам пожарно-технического минимума непосредственно в администрации обучаются:

- работники, ответственные за обеспечение пожарной безопасности в отделах;

- граждане, участвующие в деятельности подразделений пожарной охраны по предупреждению и (или) тушению пожаров на добровольной основе.

7.26. Обучение по специальным программам пожарно-технического минимума непосредственно в администрации проводится лицом, назначенным распоряжением главы администрации, ответственным за пожарную безопасность, имеющим соответствующую подготовку.

8. Действия работников при обнаружении пожара.

8.1. Порядок действий работников при обнаружении пожара утверждается главой администрации и обязателен к применению всеми работниками администрации.

8.2. Порядок действий работников при обнаружении пожара должен предусматривать:

- правила вызова пожарной охраны;

- порядок отключения вентиляции и электрооборудования;

- правила применения средств пожаротушения и установок пожарной автоматики;

- порядок эвакуации и материальных ценностей;

- порядок осмотра и приведения в пожаровзрывобезопасное состояние всех помещений администрации



**ИОТ — 3**

**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 сельского поселения.

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 главному 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 грудь, 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 грудь 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 накладвается 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 кровотокающий 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 подвесить 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 врачебной 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.

## ИОТ- 4

### **ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА ДЛЯ СПЕЦИАЛИСТА АДМИНИСТРАЦИИ**

#### **1. Общее требование охраны труда**

##### **1.1. Сфера действия Инструкции**

Настоящая Инструкция определяет требования охраны труда для специалистов администрации сельского поселения (далее – сотрудников администрации).

#### **1.2. Требования к сотрудникам администрации и проведение инструктажей**

1.2.1. Работники, впервые и вновь поступающие на работу в администрацию сельского поселения допускаются к самостоятельной работе только после прохождения вводного инструктажа по охране труда, инструктажа по охране труда на рабочем месте, а также обучения по оказанию первичной доврачебной помощи пострадавшим от несчастных случаев (получения травмы на производстве).

1.2.2. Каждый инструктаж сотрудников администрации должен заканчиваться обязательной проверкой его усвоения.

1.2.3. Проведение всех видов инструктажей должно регистрироваться в журналах регистрации инструктажей с обязательными подписями получившего и проводившего инструктаж.

1.2.4. Каждому сотруднику администрации необходимо:

- знать место хранения медицинской аптечки;
- уметь оказать первую помощь при производственных травмах;
- уметь правильно действовать при возникновении пожара.

#### **1.3. Опасные и вредные производственные факторы**

1.3.1. 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.)

#### **1.4. Требования к рабочим помещениям и оборудованию рабочих мест**

1.4.1. Помещения, предназначенные для размещения рабочих мест, оснащенных персональными компьютерами, следует оснащать солнцезащитными устройствами (жалюзи, шторы и пр.).

1.4.2. Все помещения с персональными компьютерами должны иметь естественное и искусственное освещение.

1.4.3. Запрещается применение открытых ламп (без арматуры) в установках общего и местного освещения.

1.4.4. Искусственное освещение на рабочих местах в помещениях с персональными компьютерами следует осуществлять в виде комбинированной системы общего и местного освещения.

1.4.5. Местное освещение обеспечивается светильниками, установленными непосредственно на столешнице.

1.4.6. Для борьбы с запыленностью воздуха необходимо проводить влажную ежедневную уборку и регулярное проветривание помещения.

1.4.7. Рабочее место должно включать: рабочий стол, стул (кресло).

## **2. Требования Охраны Труда перед началом работы**

2.1. Прибыть на работу заблаговременно для исключения спешки и, как следствие, падения и случаев травматизма, при этом:

- не подниматься и не спускаться бегом по лестничным маршам;
- не садиться и не облокачиваться на ограждения и случайные предметы;
- обращать внимание на знаки безопасности, сигналы и выполнять их требования;
- не приступать к работе в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.

2.2. Осмотреть рабочее место и оборудование. Убрать все лишние предметы.

2.3. Очистить экран дисплея персонального компьютера от пыли. Отрегулировать высоту и угол наклона экрана.

2.4. Отрегулировать уровень освещенности рабочего места.

2.5. Отрегулировать кресло по высоте. Проверить исправность оборудования.

2.6. О замеченных недостатках и неисправностях немедленно сообщить руководителю и до устранения неполадок и разрешения руководителя к работе не приступать.

## **3. Требования Охраны Труда во время работы**

3.1. На рабочих местах, оснащенных персональными компьютерами:

3.1.1. Переводить женщин, с момента установления беременности, на работы, не связанные с использованием персональных компьютеров, или ограничивать время работы на них не более 3-х часов за рабочую смену.

3.1.2. Экран должен находиться ниже уровня глаз на 5 град, и располагаться в прямой плоскости или с наклоном на оператора (15 град.).

3.1.3. Расстояние от глаз оператора до экрана должно быть в пределах 60 - 80 см.

3.1.4. Местный источник света по отношению к рабочему месту должен располагаться таким образом, чтобы исключить попадание в глаза прямого света, и должен обеспечивать равномерную освещенность на поверхности 40 x 40 см, не создавать слепящих бликов на клавиатуре и других частях пульта, а также на экране видеотерминала в направлении глаз работника.

3.1.5. Для снижения зрительного и общего утомления после каждого часа работы за экраном делать 15-минутный перерыв.

3.1.6. Необходимо в течение всего рабочего дня содержать в порядке и чистоте рабочее место. В течение рабочей смены экран дисплея должен быть не менее одного раза очищен от пыли.

3.1.7. Во время работы запрещается:

- прикасаться к задней панели системного блока (процессора) при включенном питании;
- производить переключение разъемов интерфейсных кабелей периферийных устройств при включенном питании;
- загромождать верхние панели устройств бумагами и посторонними предметами;
- допускать захламленность рабочего места;
- производить отключение питания во время выполнения активной задачи;
- допускать попадание влаги на поверхность системного блока (процессора), монитора, рабочую поверхность клавиатуры, дисководов, принтеров и др. устройств;
- включать сильно охлажденное (принесенное с улицы в зимнее время) оборудование;
- производить самостоятельно вскрытие и ремонт оборудования.

### **3.2. При работе с электроприборами и оргтехникой (персональные компьютеры, принтеры, сканеры, копировальные аппараты, факсы, бытовые электроприборы, приборы освещения):**

3.2.1. Автоматические выключатели и электрические предохранители должны быть всегда исправны.

3.2.2. Изоляция электропроводки, электроприборов, выключателей, штепсельных розеток, ламповых патронов и светильников, а также шнуров, с помощью которых включаются в электросеть электроприборы, должны быть в исправном состоянии.

3.2.3. Электроприборы необходимо хранить в сухом месте, избегать резких колебаний температуры, вибрации, сотрясений.

3.2.4. Для подогрева воды пользоваться сертифицированными электроприборами с закрытой спиралью и устройством автоматического отключения, с применением несгораемых подставок.

3.2.5. Запрещается:

- пользоваться неисправными электроприборами и электропроводкой;
- очищать от загрязнения и пыли включенные осветительные аппараты и электрические лампы;
- ремонтировать электроприборы самостоятельно;
- подвешивать электропровода на гвоздях, металлических и деревянных предметах, перекручивать провод, закладывать провод и шнуры на водопроводные трубы и батареи отопления, вешать что-либо на провода, вытягивать за шнур вилку из розетки;
- прикасаться одновременно к персональному компьютеру и к устройствам, имеющим соединение с землей (радиаторы отопления, водопроводные краны, трубы и т.п.), а также прикасаться к электрическим проводам, неизолированным и не огражденным токоведущим частям электрических устройств, аппаратов и приборов (розеток, патронов, переключателей, предохранителей);
- применять на открытом воздухе бытовые электроприборы и переносные светильники, предназначенные для работы в помещениях;
- пользоваться самодельными электронагревательными приборами и электроприборами с открытой спиралью;
- наступать на переносимые электрические провода, лежащие на полу.

3.2.6. При перерыве в подаче электроэнергии и уходе с рабочего места выключать оборудование.

### **3.3. По пути к месту командировки и обратно:**

3.3.1. Избегать экстремальных условий на пути следования.

3.3.2. Соблюдать правила дорожного движения и правила поведения в транспортных средствах.

3.3.3. Соблюдать осторожность при обходе транспортных средств и других препятствий, ограничивающих видимость проезжей части.

3.3.4. В период неблагоприятных погодных условий (гололед, снегопад, туман) соблюдать особую осторожность.

#### **4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях**

4.1. Немедленно прекратить работу, отключить персональный компьютер, иное электрооборудование и доложить руководителю работ, если:

- обнаружены механические повреждения и иные дефекты электрооборудования и электропроводки;
- наблюдается повышенный уровень шума при работе оборудования;
- наблюдается повышенное тепловыделение от оборудования;
- мерцание экрана не прекращается;
- наблюдается прыганье текста на экране;
- чувствуется запах гари и дыма;
- прекращена подача электроэнергии.

4.2. Не приступать к работе до полного устранения неисправностей.

4.3. В случае возгорания или пожара работники должны немедленно прекратить работу, отключить электроприборы, вызвать пожарную команду, сообщить руководителю работ и приступить к ликвидации очага пожара имеющимися средствами огнетушения.

4.4. При травме в первую очередь освободить пострадавшего от травмирующего фактора, поставить в известность руководителя работ, вызвать медицинскую помощь, оказать первую доврачебную помощь пострадавшему и по возможности сохранить неизменной ситуацию до начала расследования причин несчастного случая.

#### **5. Требования охраны труда по окончании работы**

5.1. Привести в порядок рабочее место.

5.2. Отключить и обесточить оборудование.

5.3. При выходе из здания сотрудник администрации обязан:

- убедиться в отсутствии движущегося транспорта;
- ходить по тротуарам и пешеходным дорожкам.

**ИОТ- 5**  
**Инструкция по охране труда**  
**для административно-управленческого персонала**

**1. Общие требования охраны труда**

1.1 К административно-управленческому персоналу относятся руководитель, специалисты администрации, работники бухгалтерии (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 коврикe, 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 физкультурпаузах 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 дисководах 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.

**ИОТ- 6**  
**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.

## ИОТ- 7

### **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, электрораспределительным 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:  
о для мужчин - груз весом не более 50 кг;  
о 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;

о 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.

**ИОТ-8**  
**ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА**  
**ДЛЯ ВОДИТЕЛЯ АВТОМОБИЛЯ**

**1. Общие требования безопасности**

1.1. К самостоятельной работе на легковом автомобиле допускаются лица, прошедшие:

- вводный инструктаж;
- инструктаж по пожарной безопасности;
- первичный инструктаж на рабочем месте;
- инструктаж по электробезопасности на рабочем месте. Для выполнения обязанностей водителя автомобиля допускаются лица, имеющие удостоверение на право управления данной категорией транспорта, не имеющие медицинских противопоказаний для данной профессии, достигшие 18 летнего возраста.

1.2. Водитель должен проходить:

- повторный инструктаж по безопасности труда на рабочем месте не реже, чем через каждые шесть месяцев;
- внеплановый инструктаж: при изменении технологического процесса или правил по охране труда, замене или модернизации легкового автомобиля, приспособлений и инструмента, изменении условий и организации труда;
- при нарушениях инструкций по охране труда, перерывах в работе более чем на 60 календарных дней (для работ, к которым предъявляются повышенные требования безопасности - 30 календарных дней);

1.3. Диспансерный медицинский осмотр – согласно приказу Минздрава РФ от 12 апреля 2011 г. N 302н

1.4. Водитель автомобиля обязан:

- соблюдать правила внутреннего трудового распорядка, установленные в Администрации сельского поселения;
- соблюдать требования настоящей инструкции, инструкции о мерах пожарной безопасности, инструкции по электробезопасности;
- соблюдать требования к эксплуатации автомобиля;
- использовать по назначению и бережно относиться к выданным средствам индивидуальной защиты.

1.5. При оформлении водителя на работу за ним должен быть закреплен определенный легковой автомобиль распоряжением Главы сельского поселения.

1.6. После зачисления на работу водитель обязан принять транспортное средство по акту и выполнять только ту работу, которая поручена Администрацией сельского поселения.

1.7. Водитель должен:

- уметь оказывать первую (доврачебную) помощь пострадавшему при несчастном случае;
- иметь на машине медицинскую аптечку оказания первой (доврачебной) помощи, первичные средства пожаротушения;
- выполнять только порученную работу и не передавать ее другим;
- во время работы быть внимательным, не отвлекаться и не отвлекать других, не допускать на рабочее место лиц, не имеющих отношения к работе;



- содержать рабочее место в чистоте и порядке.

1.8. Водитель обязан соблюдать режим труда и отдыха.

1.9. При обнаружении неисправностей автомобиля, приспособлений, инструментов и других недостатках или опасностях на рабочем месте немедленно остановить автомобиль. Только после устранения замеченных недостатков продолжить работу на автомобиле.

1.10. При обнаружении загорания или в случае пожара:

- остановить автомобиль, выключить зажигание, перекрыть краны бензопровода и горюче-смазочных материалов;
- приступить к тушению пожара имеющимися первичными средствами пожаротушения в соответствии с инструкцией по пожарной безопасности. При угрозе жизни - покинуть помещение.

1.11. При несчастном случае оказать пострадавшему первую (доврачебную) помощь, немедленно сообщить о случившемся Главе сельского поселения, принять меры к сохранению обстановки происшествия (аварии), если это не создает опасности для окружающих.

1.12. За невыполнение требований безопасности, изложенных в настоящей инструкции, водитель несет ответственность согласно действующему законодательству.

1.13. Основными опасными и вредными производственными факторами являются:

- движущиеся и вращающиеся детали и узлы автомобиля;
- горячие поверхности двигателя, системы охлаждения, глушителя и т. п.
- отработанные газы в результате сгорания горюче-смазочных материалов;
- столкновение с другим транспортным средством или наезд на людей.

## **2. Требования безопасности перед началом работы**

2.1. Водитель автомобиля обязан внешним осмотром убедиться в полной исправности автомобиля и проверить:

- техническое состояние автомобиля, обращая особое внимание на исправность шин, тормозной системы, рулевого управления, приборов освещения и сигнализации, стеклоочистители, на правильную установку зеркала заднего вида, чистоту и видимость номерных знаков и дублирующих их надписей, а также отсутствие подтекания топлива, масла и воды.
- давление воздуха в шинах в соответствии с нормами;
- наличие исправного инструмента и приспособлений;
- заправку автомобиля топливом, маслом, водой, тормозной жидкостью и уровень электролита в аккумуляторной батарее.

2.2. После запуска или прогрева двигателя необходимо проверить на ходу работу рулевого управления и тормозов, работу "СТОП" сигнала, поворотов, освещения, а также звуковой сигнал.

2.3. В случае обнаружения неисправностей на линию не выезжать до полного их устранения и сообщить об этом механику Администрации сельского поселения.

2.4. Заправку автомобиля топливом производить после остановки двигателя.

2.5. Открывать крышку радиатора следует после охлаждения двигателя, оберегать руки и лицо от ожогов.

## **3. Требование безопасности во время работы**

3.1. Прежде чем начать движение с места остановки (стоянки) или выехать из гаража, убедиться, что это безопасно для рабочих и других посторонних лиц и подать предупредительный сигнал.

3.2. Быть внимательным и осторожным при движении задним ходом. При недостаточной обзорности или видимости следует воспользоваться помощью другого лица.

3.3. Скорость движения выбирать с учетом дорожных условий, видимости и обзорности, интенсивности и характера движения транспортных средств и пешеходов, особенностей и состояния автомобиля и перевозимого груза.

3.4. Выполнять требования безопасности движения и указания регулировщиков дорожного движения в соответствии с "Правилами дорожного движения".

3.5. Оставлять автомобиль разрешается только после принятия мер, исключающих возможность

его движения во время отсутствия водителя.

3.6. При ремонте автомобиля на линии соблюдать меры предосторожности: съехать на обочину дороги, включить задний свет при плохой видимости, остановить автомобиль с помощью стояночной тормозной системы, включить первую передачу, подложить под колеса упоры. При работе на обочине под автомобилем находиться с противоположной стороны проезжей части.

3.7. Водителю не разрешается:

- управлять автомобилем в состоянии алкогольного опьянения или под воздействием наркотических средств;
- выезжать в рейс в болезненном состоянии или при такой степени утомления, которая может повлиять на безопасность движения;
- передавать управление автомобилем посторонним лицам;
- выполнять буксировку автомобиля с целью пуска двигателя;
- подогревать двигатель открытым пламенем, а так же при определении и устранении неисправностей механизмов;
- протирать двигатель ветошью смоченной бензином и курить в непосредственной близости от системы питания двигателя и топливных баков.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. Водитель причастный к дорожно-транспортному происшествию, вызвавшего несчастный случай (наезд на людей или столкновение с другим транспортным средством), должен немедленно сообщить в органы ГИБДД, диспетчеру; оказать пострадавшему первую (доврачебную) помощь, принять меры к сохранению обстановки происшествия (аварии) до прибытия ГИБДД, если это не создает опасности для окружающих.

4.2. Неисправную машину брать на буксир при помощи специальных приспособлений можно после разрешения инспектора ГИБДД.

5. Требования безопасности по окончании работы

5.1. После возвращения с линии совместно с механиком проверить автомобиль. В случае необходимости составить заявку на текущий ремонт с перечнем неисправностей, подлежащих устранению.

5.2. Сдать путевой лист диспетчеру.

## ИОТ- 9

### **ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА ДЛЯ УБОРЩИКА СЛУЖЕБНЫХ ПОМЕЩЕНИЙ**

#### **1. Общие требования безопасности**

1.1. К работе по уборке служебных помещений допускаются лица мужского и женского пола не моложе 18 лет, прошедшие медицинский осмотр, вводный инструктаж и инструктаж на рабочем месте.

1.2. Работник, убирающий служебные помещения работает под непосредственным руководством Главы сельского поселения и выполняет его распоряжения.

1.3. Работник должен соблюдать правила внутреннего трудового распорядка Администрации, исключить употребление алкогольных, наркотических и токсических средств.

1.4. Обслуживаемые помещения необходимо одержать в чистоте.

1.5. Производить уборку всего помещения тщательно, помнить, что от качества уборки и чистоты в помещении, зависит работоспособность, безопасность и сохранение здоровья других работников.

1.6. В процессе труда на работника могут воздействовать следующие опасные и вредные факторы:

- электрический ток, статическое электричество;
- работа на высоте более 1,3 м;
- повышенная влажность;
- повышенная запыленность воздуха.

1.7. Согласно типовым отраслевым нормам работнику полагается специальная одежда:

- халат х/б со сроком носки 12 месяцев;
- перчатки резиновые до износа.

1.8. В случаях травматизма работник или очевидец должен немедленно сообщить о случившемся Главе сельского поселения, оказать помощь пострадавшему, при необходимости вызвать машину скорой помощи или обратиться в здравпункт.

1.9. Работник должен иметь практические навыки в оказании первой доврачебной помощи пострадавшему.

1.10. Работник должен знать и соблюдать правила санитарной и личной гигиены.

1.11. Работник несет персональную ответственность за нарушение требований инструкции в порядке установленном Правилами внутреннего трудового распорядка Администрации и действующим законодательством.

#### **2. Требования безопасности перед началом работы**

2.1. Приступая к работе, работник должен внимательно осмотреть рабочее место и проверить:

- санитарное состояние рабочего места;
- исправность инвентаря (щетки, совки, скребки, тряпкодержатели, стремянки);
- нет ли оголенных проводов;
- исправность электроприборов.

2.3. В случае обнаружения неисправностей следует сообщить об этом непосредственному руководителю.

#### **3. Требования безопасности во время работы**

3.1. При уборке помещений пользоваться щетками, веником, совком, ветошью.

3.2. Помнить, что работа вблизи токоведущих частей электрооборудования опасна, быть осторожным, не прикасаться к ним.

3.3. Производить уборку служебных помещений влажным способом. Столы, окна, шкафы протирать чистой влажной тряпкой.

3.4. Грязь, мусор с пола собирать совком, лопатой и веником, а не руками.

3.5. Работу по уборке производить в рукавицах.

3.6. При использовании в работе электроприборов запрещается:

- оставлять без надзора электроприборы присоединенными к электросети;
- эксплуатировать при повреждении штепсельного соединения, шнура, нечеткой работе выключателя;
- при уборке не допускать попадания воды на электропроводку и другое электрооборудование.
- при прекращении подачи тока во время работы с электроприборами или при перерыве в работе электроприборы отсоединяются от электросети.
- при обнаружении каких-либо неисправностей работа прекращается. Разбирать электроприбор и производить самим какой-либо ремонт запрещается.

3.10. Не оставлять свой инвентарь на проходах, на углах, случайных местах.

3.11. При использовании лестниц-стремян, проверить их исправность.

3.12. При мойке оконных стекол не разрешается прислонять лестницы на оконные переплеты.

#### **4. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

4.1. При возникновении ситуаций, которые могут привести к аварии или несчастным случаям, немедленно прекратить работу и отключить используемое оборудование.

4.2. При обнаружении возгорания работник обязан:

- немедленно сообщить в пожарную службу по телефону 01;
- немедленно поставить в известность Главу сельского поселения;
- принять меры по обеспечению безопасности и эвакуации людей;
- приступить к тушению загорания имеющимися первичными средствами пожаротушения;
- в случае угрозы жизни покинуть помещение.

4.3. Тушить загоревшееся электрооборудование сухим песком или огнетушителями.

4.4. При несчастном случае необходимо быстро освободить пострадавшего от травмирующего действия (электротока, высокой температуры, сдавливающих тяжестей и тому подобного), принять меры по оказанию пострадавшему доврачебной медицинской помощи.

4.4. В случае травмы или внезапного заболевания сообщить о случившемся Главе сельского поселения и обратиться в здравпункт, а также сохранить обстановку без изменения на момент получения травмы, если это не представляет опасности для жизни и здоровья людей.

#### **5. Требования безопасности по окончании работы**

5.1. Привести в порядок и убрать весь свой инвентарь и электроприборы в специально отведенное для этой цели место.

5.2. Снять и убрать спецодежду в гардероб, помыть руки с мылом, переодеться в личную одежду.

**ИОТ- 10**  
**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 загрязненная - 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 оголенным 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 разъемов 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, ненадежное их крепление на основаниях;

- наличие оголённых токоведущих частей;

- ненадежное крепление элементов электроустройств (например, плохое соединение половинок штепсельной вилки, ослабление фиксации её штырей и т.п.) которое может вызывать короткое замыкание;

- потертость, 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 разъемов и сообщить в электрослужбу.

3.2. Лицам, обслуживающим электроустройства, запрещается:

- прикасаться к оголенным проводам;

- переносить работающие электроустройства и оставлять их без надзора включенными 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 электромонтером.

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 в электрослужбу. 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 поврежденной 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 надежного 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):
- г) 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 надежного 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 пострадавшему соответствующую доврачебную медицинскую 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, веревочным 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 прикрытого 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, сверток 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 веревкой 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 ее 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 все еще находится в бессознательном состоянии, но с сохранившимся 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 придет 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 мертвым. 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 принесет 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 изо рот в нос, при котором человек, оказывающий помощь, производит выдох воздуха из своих легких в легкие 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 свернутой 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 вдввания воздуха грудная клетка не расправляется, необходимо выдвинуть челюсть пострадавшего вперед. Для этого следует четыре пальца обеих рук поставить позади углов нижней челюсти, упираясь большими пальцами в ее край, оттянуть и выдвинуть нижнюю челюсть вперед так, чтобы нижние зубы стояли впереди верхних. Легче выдвинуть челюсть

введением в рот большого пальца. Если раскрыть рот пострадавшего не удастся, то искусственное дыхание необходимо проводить изо рта в нос. Вдувание воздуха следует производить резко, через каждые 5 секунд, что соответствует частоте дыхания около 12 раз в минуту.

При оказании помощи ребенку вдувание 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 жесткую 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 ее в этом положении на 0,5 сек., после чего быстро отпустить ее, расслабив руки, но, не отнимая их от грудины.

Повторять надавливание следует каждую секунду или несколько чаще, так как менее 60 надавливаний в минуту не создает 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. Вдувание 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.

и т.д.) настольной лампы и обогревателя с открытой спиралью;

- не разрешать вешать одежду на выключатели или розетки;

- не хранить легковоспламеняющиеся вещества в комнатах;

- при обнаружении возгорания прекратить работу, оповестить окружающих сотрудников, без паники выйти из здания, по возможности вызвать пожарную команду по телефону "01", сообщить администрации, отключить от сети электрооборудование, приступить к тушению пожара имеющимися средствами пожаротушения;

- не разрешать курение в комнатах;
- при общем сигнале опасности без паники выйти из здания;
- курить только в отведенных местах.

1.2. Работнику запрещается:

- применять открытый огонь для любых целей;
- оставлять без присмотра электрооборудование (ПК, нагреватель, настольную лампу и т.д.);
- сушить одежду и обувь на нагревательных приборах;
- пользоваться самодельными электроприводными средствами;
- пользоваться неисправными электроприборами;
- курить на рабочем месте.