



Міністерство освіти і науки України
НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ ЦЕНТР
ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНОЇ ОСВІТИ У СУМСЬКІЙ ОБЛАСТІ
НАКАЗ

16.03.2023

м. Суми

№ 11-02

**Про затвердження Програми
вступного інструктажу та
інструкцій з охорони праці**

Відповідно до вимог статті 13 Закону України «Про охорону праці» та Положення про розробку інструкцій з охорони праці, затвердженого наказом Держнаглядохоронпраці від 29.01.1998 № 9 (у редакції наказу Міністерства соціальної політики України від 30.03.2017 № 526), зареєстрованого в Міністерстві юстиції України 07 квітня 1998 р. за № 226/2666, з метою організації роботи з охорони праці та безпеки життєдіяльності працівників Навчально-методичного центру професійно-технічної освіти у Сумській області

НАКАЗУЮ:

1. Затвердити Програму вступного інструктажу з питань охорони праці (додається).

2. Затвердити:

1) Інструкцію з охорони праці № 1 вступного інструктажу для працівників Навчально-методичного центру професійно-технічної освіти у Сумській області (додається).

2) Інструкцію з охорони праці № 2 для працівників Навчально-методичного центру професійно-технічної освіти у Сумській області (додається).

3) Інструкцію з охорони праці № 3 при роботі на персональному комп'ютері працівників Навчально-методичного центру професійно-технічної освіти у Сумській області (додається).

4) Інструкцію з охорони праці № 4 з електробезпеки в Навчально-методичному центрі професійно-технічної освіти у Сумській області (додається).

5) Інструкцію з охорони праці № 5 з пожежної безпеки в Навчально-методичному центрі професійно-технічної освіти у Сумській області (додається).

6) Інструкцію з охорони праці № 6 для прибиральника службових приміщень Навчально-методичного центру професійно-технічної освіти у Сумській області (додається).

3. Відповідальному за охорону праці, санітарний стан і пожежну безпеку Коротенку О.Г. – інженеру-електроніку Навчально-методичного центру професійно-технічної освіти у Сумській області:

1) Постійно проводити всі види інструктажів з працівниками Навчально-методичного центру професійно-технічної освіти у Сумській області.

2) Здійснювати не рідше одного разу на 5 років перегляд діючих інструкцій з охорони праці.

4. Визнати такими, що втратили чинність, накази Навчально-методичного центру професійно-технічної освіти у Сумській області від 01.02.2018 № 6-ОД «Про затвердження Програми вступного інструктажу та інструкцій з охорони праці», від 21.03.2019 № 8-ОД «Про внесення змін до наказу НМЦ ПТО у Сумській області від 01.02.2018 № 6-ОД»

5. Контроль за виконанням цього наказу залишаю за собою.

Директор



Наталія САМОЙЛЕНКО

ЗАТВЕРДЖЕНО

Наказ Навчально-методичного
центру професійно-технічної
освіти у Сумській області

16.03.2023 № 11-02

ПРОГРАМА
вступного інструктажу з питань охорони праці

1. Загальні відомості про Навчально-методичний центр професійно-технічної освіти у Сумській області.
2. Загальні правила поведінки працівників на території, у службових, загальних і допоміжних приміщеннях. Безпечний рух автотранспорту на прибудинковій території.
3. Основні положення Закону України «Про охорону праці», Кодексу законів про працю України та нормативних актів про охорону праці, вирішення спірних питань між роботодавцем і працівником.
4. Основні небезпечні і шкідливі виробничі фактори, характерні для установи, особливості їх дії на працівників. Методи і засоби запобігання нещасних випадків і професійних захворювань, засоби індивідуального і колективного захисту, знаки безпеки. Питання електробезпеки.
5. Основні вимоги виробничої санітарії й особистої гігієни.
6. Перша допомога потерпілим. Дії працівників при виникненні нещасного випадку чи аварії у процесі праці.
7. Пожежна безпека. Способи і засоби запобігання пожеж, вибухів, аварій. Дії працівників при їх виникненні. Способи застосування первинних засобів пожежегасіння.
8. Навчання з питань охорони праці.
9. Ознайомлення з Колективним договором.

Директор



Наталія САМОЙЛЕНКО

ЗАТВЕРДЖЕНО

Наказ Навчально-методичного
центру професійно-технічної
освіти у Сумській області

16.03.2023 № 11-ОД

ІНСТРУКЦІЯ З ОХОРОНИ ПРАЦІ № 1
вступного інструктажу для працівників Навчально-методичного центру
професійно-технічної освіти у Сумській області

I. Загальні відомості

1.1. Навчально-методичний центр професійно-технічної освіти у Сумській області розташований у будинку по вул. Прокоф'єва, 38. Це чотириповерхова споруда, обладнана відповідними інженерними мережами та технічним устаткуванням для забезпечення належних санітарно-побутових умов працівників.

II. Загальні правила поведінки працівників у службових та загальних приміщеннях

2.1. Відповідно до Правил внутрішнього трудового розпорядку для працівників Навчально-методичного центру професійно-технічної освіти у Сумській області кожен працівник зобов'язаний:

- берегти державну власність;
- повністю виконувати правила, вимоги інструкцій, наказів, розпоряджень з охорони праці, санітарного стану і пожежної безпеки;
- тримати в порядку і чистоті своє робоче місце, не порушувати санітарні правила у службових та загальних приміщеннях;
- утримуватися від дій, що заважають іншим працівникам виконувати свої обов'язки;
- додержуватися дисципліни праці і виконувати Правила внутрішнього розпорядку.

III. Основні небезпечні та шкідливі виробничі фактори

3.1. Небезпечними факторами є відкриті електричні розетки, оргтехнічне обладнання з електричними приводами (комп'ютери, ксерокси), побутові електрообігрівачі, електрочайники.

IV. Основні вимоги виробничої санітарії та особистої гігієни

4.1. Система побутової внутрішньої каналізації санітарно-побутових приміщень повинна підтримуватися в нормальному технічному стані, щоб не допустити осередків антисанітарії.

4.2. Під час користування санітарно-побутовими приладами не допускати їх закупорювання.

V. Пожежна безпека

5.1. Для забезпечення пожежної безпеки необхідно суворо виконувати і постійно дотримуватися норм і правил пожежної безпеки.

5.2. У приміщеннях забороняється:

користуватися електронагрівачами з відкритими елементами для цілей опалення, приготування їжі тощо;

палити й застосовувати відкритий вогонь у службових та інших приміщеннях; виконання вогнебезпечних робіт здійснювати тільки з дозволу адміністрації;

самовільно без потреби зривати пломби на дверях внутрішніх шаф з пожежними кранами;

користуватися пошкодженими розетками та подовжувачами, вимикачами й іншими електроприладами;

обертати електролампи і світильники папером, тканиною та іншими легкозаймистими матеріалами, експлуатувати їх зі знятими ковпаками;

залишати без догляду, при виході із приміщення, увімкненими в електромережу комп'ютери, нагрівальні прилади тощо.

5.3. Порядок дій у разі виникнення пожежі:

у разі виникнення пожежі (ознак горіння) кожний працівник зобов'язаний терміново дзвонити за телефоном 101, повідомляти (адресу, указати кількість поверхів будівлі, місце виникнення пожежі, наявність людей, а також своє прізвище).

якщо можливо, ужити заходів щодо евакуації людей, гасіння пожежі наявними засобами пожежогасіння та збереження матеріальних цінностей.

VI. Перша допомога потерпілим

6.1. Дії працівників у разі виникнення нещасного випадку:

надання першої медичної допомоги треба починати з оцінювання загального стану потерпілого і на підставі цього зробити висновки щодо характеру пошкодження.

у разі різкого порушення або відсутності дихання, зупинки серця приступити до проведення штучного дихання та зовнішнього масажу серця, негайно викликати за телефоном 103 «швидку допомогу».

Директор



Наталія САМОЙЛЕНКО

ЗАТВЕРДЖЕНО

Наказ Навчально-методичного
центру професійно-технічної
освіти у Сумській області

16.03.2023 № 11-ОД

ІНСТРУКЦІЯ З ОХОРОНИ ПРАЦІ № 2
для працівників Навчально-методичного центру професійно-технічної
освіти у Сумській області

I. Загальні обов'язки працівників

1.1. Кожний працівник Навчально-методичного центру професійно-технічної освіти у Сумській області зобов'язаний:

дотримуватися Правил внутрішнього трудового розпорядку, Статуту Навчально-методичного центру професійно-технічної освіти у Сумській області, інших нормативно-правових актів;

дотримуватися трудової дисципліни (вчасно з'являтися на робоче місце, працювати встановлену тривалість робочого часу, повністю використовувати робочий час для виконання своїх обов'язків, вчасно і якісно виконувати розпорядження, накази і доручення керівництва Навчально-методичного центру професійно-технічної освіти у Сумській області);

точно виконувати всі правила з техніки безпеки;

уживати ефективних заходів щодо запобігання виникненню і ліквідації аварійно небезпечних ситуацій;

дбайливо ставитись до державної власності – приміщень, обладнання, майна;

економно витратити електроенергію, воду.

1.2. Забороняється приносити із собою до установи алкогольні напої і вживати їх на робочому місці. До роботи не допускаються особи у нетверезому стані й особи, що намагаються пронести алкогольні напої.

1.3. У літній період продукти, які швидко псуються, зберігати у холодильнику.

1.4. На робочих місцях і в приміщеннях дотримуватися чистоти та вимог особистої гігієни.

1.5. Забороняється палити і користуватися відкритим вогнем поза відведеними для цього місцями.

II. Вимоги безпеки перед початком роботи

2.1. Перевірити робоче місце, наявність та справність обладнання.

2.2. На робочому місці перевірити справність електрообладнання, рівень освітлення, наявність та справність заземлення.

2.3. При виявленні несправностей або поломок доповісти відповідальному за охорону праці, санітарний стан і пожежну безпеку – інженеру з охорони праці Навчально-методичного центру професійно-технічної освіти у Сумській області.

III. Вимоги безпеки під час роботи

3.1. Не відволікатися під час роботи і не допускати сторонніх осіб на робоче місце.

3.2. Стежити за справністю обладнання, приладів та санітарним станом приміщень.

3.3. У разі несправності, незадовільного стану обладнання доповісти відповідальному за охорону праці, санітарний стан і пожежну безпеку, інженеру з охорони праці Навчально-методичного центру професійно-технічної освіти у Сумській області для вжиття заходів.

3.4. Не дозволяється виконувати самовільний ремонт електрообладнання: ізолювати оголені проводи, замінювати запобіжники, відкривати кришки кожухів електроапаратури, вкручувати або викручувати електричні лампочки.

3.5. Електроприлади вмикати тільки в розетку з напругою, на яку вони розраховані.

3.6. Під час роботи забороняється користуватися відкритими електронагрівальними приладами.

IV. Вимоги безпеки після закінчення роботи

4.1. Навести лад на своєму робочому місці.

4.2. Відключити електропостачання приладів, освітлення.

4.3. Вимкнути електронагрівальні прилади, якими дозволяється користуватися в установі.

V. Вимоги безпеки в аварійних ситуаціях

5.1. Під час виникнення будь-якої аварійної ситуації необхідно одразу припинити роботу і вжити заходів для її усунення (продовжити роботу можна тільки після того, коли буде з'ясовано причину аварії та визначено заходи для її усунення).

5.2. При виникненні пожежі на робочому місці негайно вимкнути електропостачання з обладнання, приладів, викликати Управління Державної служби України з надзвичайних ситуацій у Сумській області (тел. 101) і почати гасити джерело загоряння засобами пожежогасіння (вогнегасниками).

5.3. Під час загоряння електрообладнання, з метою запобігання отримання електротравм категорично забороняється користуватися для гасіння пожежі водою й лужними вогнегасниками. Для запобігання ураження електричним струмом електрообладнання, що загорілося, необхідно гасити тільки вуглекислотними вогнегасниками, піском або ковдрою. Людину, на якій загорівся одяг, необхідно накрити ковдрою чи облити водою. Палаючий одяг на людині не можна гасити струменем піни з вогнегасника, оскільки речовини, що містяться в ній, уражують шкіру. Якщо загорілася невелика ділянка одягу,

потрібно не бігти, а швидко лягти на землю і щільно притиснутися до неї тим місцем, що загорілося.

5.4. Про нещасний випадок негайно повідомити відповідального за охорону праці, санітарний стан і пожежну безпеку, інженера з охорони праці Навчально-методичного центру професійно-технічної освіти у Сумській області, а в разі потреби надати першу допомогу потерпілому та викликати «швидку допомогу» (тел. 103). Усі без винятку працівники Навчально-методичного центру професійно-технічної освіти у Сумській області повинні знати місцезнаходження аптечки з медикаментами і вміти ними користуватися під час надання першої допомоги та самодопомоги.

Директор



Наталія САМОЙЛЕНКО

ЗАТВЕРДЖЕНО

Наказ Навчально-методичного
центру професійно-технічної
освіти у Сумській області

16.03.2023 № 11-ОД

ІНСТРУКЦІЯ З ОХОРОНИ ПРАЦІ № 3
при роботі на персональному комп'ютері працівників Навчально-
методичного центру професійно-технічної освіти у Сумській області

I. Загальні положення

1.1. Дія інструкції поширюється на всіх працівників Навчально-методичного центру професійно-технічної освіти у Сумській області, які виконують роботи з персональним комп'ютером (ПК).

1.2. За цією інструкцією користувач ПК (відеодисплейного терміналу) інструктується перед початком роботи (первинний інструктаж), а потім через кожні 6 місяців (повторний інструктаж).

1.3. Результати інструктажу заносяться у «Журнал реєстрації інструктажів з питань охорони праці», у журналі після проходження інструктажу повинні бути підписи особи, яка інструктує, та користувача.

1.4. Користувач зобов'язаний дбати про особисту безпеку і здоров'я.

1.5. До роботи на ПК допускають осіб, які пройшли інструктажі з питань охорони праці та пожежної безпеки.

1.6. Користувач зобов'язаний:

виконувати правила внутрішнього трудового розпорядку;

не допускати за своє робоче місце сторонніх осіб;

не виконувати вказівок, що суперечать правилам охорони праці та пожежної безпеки;

знати правила надання домедичної допомоги;

знати розташування первинних засобів пожежогасіння;

уміти користуватися первинними засобами пожежогасіння;

уміти працювати з ПК.

1.7. Основні небезпечні та шкідливі виробничі фактори, що можуть впливати на користувача:

підвищений рівень статичної електрики;

нерівномірність розподілу яскравості в полі зору;

підвищена яскравість світлового зображення;

ураження електричним струмом;

напруга зору та уваги;

тривалі статичні навантаження.

1.8. У приміщеннях із ПК має бути природне і штучне освітлення.

1.9. При розміщенні робочих місць необхідно унеможливити пряме засвічування екрана природним освітленням.

1.10. При природному освітленні слід передбачити наявність сонцезахисних засобів (плівка, жалюзі, штори тощо).

1.11. Світлові відблиски із клавіатури, екрана та інших частин ПК у напрямку очей користувача неприпустимі.

1.12. Основним обладнанням робочого місця є ПК або ноутбук, монітор, клавіатура, маніпулятор, робочий стіл, стілець (крісло).

1.13. При розміщенні елементів робочого місця необхідно враховувати:

робочу позу користувача;

простір для розміщення користувача;

можливість огляду елементів робочого місця;

можливість огляду простору поза межами робочого місця;

можливість робити записи, розміщувати на робочому столі документацію та матеріали, які використовує користувач.

1.14. Розміщення елементів робочого місця не має заважати рухам та переміщенню для експлуатування ПК.

1.15. Монітор установлюють так, щоб відстань від поверхні екрана до очей користувача була 600-700 мм залежно від розміру екрана.

1.16. Клавіатуру розміщують на робочому або окремому столі на відстані 100-300 мм від краю з боку користувача. Положення клавіатури та кут її нахилу залежить від побажання користувача (як правило, у межах 5-15°). Не допускати хитання клавіатури.

1.17. Конструкція робочого столу має бути такою, щоб оптимально розмістити на робочій поверхні обладнання, що використовують, з урахуванням кількості, розмірів, конструктивних особливостей і характеру його роботи.

1.18. Крісло має забезпечувати підтримування раціональної робочої пози під час виконання основних виробничих операцій та можливість зміни пози. Тип робочого крісла обирають залежно від характеру та тривалості роботи.

1.19. Раціональна поза користувача:

ступні розташовані на підлозі або на підставці для ніг;

стегна зорієнтовані у горизонтальній площині;

верхні ділянки рук вертикальні;

кут ліктьового суглоба у межах 70-90°;

зап'ястя зігнуті під кутом не більше ніж 20°;

нахил голови у межах 15-20°, а часті її повороти виключено.

1.20. Для забезпечення оптимальної робочої пози користувача необхідно:

засоби праці, з якими користувач має тривалий або найбільш частий зоровий контакт, розмістити в центрі зони зорового спостереження та моніторного поля;

забезпечити відстань близько 500 мм між найважливішими засобами праці, з якими користувач працює найчастіше.

1.21. ПК встановлювати на рівній твердій поверхні (столі). Не дозволено встановлювати ПК та оргтехніку на хитких підставках чи на похилій поверхні.

1.22. ПК не встановлювати впритул до стіни, перегородки тощо. Не допускати загородження вентиляційних отворів ПК сторонніми предметами.

1.23. Розетка біля ПК має бути в доступному місці, щоб в аварійних випадках можна було своєчасно його відімкнути. Не рекомендовано використовувати подовжувачі.

1.24. Під час переміщення ПК, периферійних пристроїв витягти вилку живлення з розетки.

1.25. Не допускати ушкодження чи модифікування шнура живлення. Заборонено ставити важкі речі на шнур живлення, тягнути чи надмірно перегинати його, скручувати та перев'язувати шнур живлення вузлом.

1.26. ПК під'єднувати до електромережі лише за допомогою справних штепсельних з'єднань та електророзеток заводського виробництва.

1.27. Штепсельні з'єднання та електророзетки мають бути зі спеціальними контактами для під'єднання нульового захисного провідника. Їх конструкція має забезпечувати з'єднання нульового захисного провідника раніше, ніж з'єднання фазового та нульового робочого провідників. Порядок роз'єднань при вимкненні має бути зворотнім.

1.28. Заборонено під'єднувати електрообладнання до звичайної двошнурової електромережі.

II. Вимоги безпеки перед початком роботи

2.1. Оглянути робоче місце, прибрати сторонні предмети, перевірити, чи все обладнання і блоки ПК з'єдані із системним блоком з'єднувальними шнурами.

2.2. Перевірити надійність установлення апаратури на робочому столі. Монітор не має стояти на краю стола. Повернути монітор так, щоб було зручно дивитися на екран – під прямим кутом (а не збоку) і трохи зверху вниз; при цьому екран має бути трохи нахиленим – нижній край ближче до користувача.

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

2.4. Вставити вилку в розетку і впевнитися, що вона міцно тримається. Заборонено вставляти і виймати вилку мокрими руками.

2.5. Відрегулювати та зафіксувати висоту крісла та зручний для користувача нахил спинки.

2.6. За потреби приєднати до комп'ютера необхідну апаратуру (принтер, сканер тощо). Кабелі з'єднувати із системним блоком з іншими пристроями лише при вимкненому комп'ютері.

2.7. Відрегулювати яскравість свічення, контрастність монітора.

2.8. Про всі виявлені несправності інформувати відповідального за охорону праці, санітарний стан і пожежну безпеку, інженера з охорони праці

Навчально-методичного центру професійно-технічної освіти у Сумській області, приступати до роботи після їх усунення.

III. Вимоги безпеки під час виконання роботи

3.1. Під час роботи на ПК:

стійко встановити клавіатуру на робочому столі, не допускаючи її хитання, водночас передбачити можливість її поворотів та переміщень;

якщо в конструкції клавіатури не передбачено простору для упору долонь, клавіатуру розміщують на відстані не менше 100 мм від краю столу в оптимальній зоні моніторного поля;

під час роботи на клавіатурі сидіти рівно, не напружуватися;

щоб зменшити несприятливе навантаження на користувача при роботі з комп'ютерною мишею (вимушена поза, необхідність постійно контролювати якість дій), забезпечити велику вільну поверхню столу для переміщення комп'ютерної миші та зручного упору ліктьового суглоба;

періодично при вимкненому комп'ютері прибирати пил із поверхонь апаратури спеціальними серветками.

3.2. При роботі з ПК заборонено:

самостійно розбирати та ремонтувати системний блок (корпус ноутбука), монітор, клавіатуру, комп'ютерну мишу тощо;

встромляти сторонні предмети до вентиляційних отворів ПК, ноутбука або монітора;

ставити на системний блок ПК та периферійні пристрої металеві предмети, ємкості з водою (вази, горщики для квітів, склянки), оскільки через потрапляння води у середину апарата може виникнути пожежа або ураження електрострумом.

3.3. Тривалість безперервної роботи за ПК не має перевищувати 2 годин. Після цього необхідно зробити 15-хвилинну перерву.

3.4. Якщо виник зоровий дискомфорт або інші неприємні відчуття, необхідно зробити коротку перерву.

3.5. Для зниження нервово-емоційного напруження, стомлення зорового аналізатора, поліпшення мозкового кровообігу, подолання несприятливих наслідків гіподинамії, запобігання втомі доцільно під час декількох перерв виконувати комплекс вправ.

IV. Вимоги безпеки після закінчення роботи

4.1. Зберегти інформацію.

4.2. Вимкнути ПК, монітор чи ноутбук.

4.3. Вимкнути стабілізатор, якщо комп'ютер під'єднаний до мережі через нього.

4.4. Прибрати робоче місце.

V. Вимоги безпеки в аварійній ситуації

5.1. Аварійні та небезпечні ситуації під час виконання роботи на ПК можуть виникнути в разі: короткого замикання, перевантаження блоку живлення системного блоку, перегрівання, пожежі, поломки крісла тощо.

5.2. У разі виникнення аварії або ситуації, що може призвести до аварії, нещасного випадку, негайно від'єднати ПК від електромережі, повідомити про інцидент відповідального за охорону праці, санітарний стан і пожежну безпеку, інженеру з охорони праці Навчально-методичного центру професійно-технічної освіти у Сумській області.

5.3. Не допускати в небезпечну зону сторонніх осіб.

5.4. Якщо стався нещасний випадок, зберегти обстановку в робочій зоні та устаткування в такому стані, у якому вони були на момент події (якщо це не загрожує життю і здоров'ю інших працівників і не призведе до більш тяжких наслідків). Поінформувати про подію відповідального за охорону праці, санітарний стан і пожежну безпеку, інженера з охорони праці Навчально-методичного центру професійно-технічної освіти у Сумській області, та в подальшому керуватися його вказівками. Ужити заходів, щоб запобігти подібним випадкам у подальшому.

5.5. У разі виникнення пожежі (ознак горіння), повідомити відповідального за охорону праці, санітарний стан і пожежну безпеку, інженера з охорони праці Навчально-методичного центру професійно-технічної освіти у Сумській області, за потреби, викликати Управління Державної служби України з надзвичайних ситуацій у Сумській області за телефоном 101 (назвати адресу і місце виникнення пожежі, наявність людей, повідомити своє прізвище) та вжити можливих заходів для евакуації людей, гасіння (локалізації) пожежі наявними засобами пожежогасіння. Гасіння електротехнічних пристроїв, які перебувають під напругою, виконувати лише після їх попереднього від'єднання від електромережі. Гасити за допомогою вуглекислотних або порошкових вогнегасників, а в окремих випадках – сухим піском.

5.6. За потреби надати потерпілому домедичну допомогу. У разі подальшого погіршення самопочуття потерпілого, не припиняючи надання домедичної допомоги, викликати за телефоном 103 швидку медичну допомогу.

Директор



Наталія САМОЙЛЕНКО

ЗАТВЕРДЖЕНО

Наказ Навчально-методичного
центру професійно-технічної
освіти у Сумській області

16.03.2023 № 11-ОД

ІНСТРУКЦІЯ З ОХОРОНИ ПРАЦІ № 4
з електробезпеки в Навчально-методичному центрі професійно-
технічної освіти у Сумській області

I. Загальні положення

1.1. Дія інструкції поширюється на всіх працівників Навчально-методичного центру професійно-технічної освіти у Сумській області.

1.2. Незалежно від посади і фаху працівникам Навчально-методичного центру професійно-технічної освіти у Сумській області необхідно пройти інструктаж із цієї інструкції з оформленням у «Журналі реєстрації інструктажів з питань охорони праці».

II. Заходи проти ураження електричним струмом

2.1. З метою уникнення ураження електричним струмом при користуванні побутовими електроприладами (далі електроспоживачі) під час роботи (комп'ютери, обігрівачі, кондиціонери, електропідігрівачі води тощо) дотримуватися таких правил:

користуватися електроспоживачами, як правило, шнури живлення яких мають триполюсну вилку з опереджуючим включенням заземлюючого (занулюючого) проводу;

не вмикати в електромережу електроспоживачі, шнури живлення яких мають пошкоджену ізоляцію;

не вмикати в електромережу електроспоживачі, що мають пошкодження або ненадійно з'єднані з електрошнуром живлення, вилок, розетками та подовжувачами;

не вмикати електроспоживачі в розетки, що не мають захисних направляючих вилок, кришок;

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

не користуватися саморобними подовжувачами, що не відповідають вимогам правил улаштування електроустановок;

не застосовувати для опалення приміщень нестандартне (саморобне) електронагрівальне обладнання або лампи розжарювання;

при користуванні електроспоживачами, що мають окремий, самостійний провід заземлення, перед включенням його в електромережу перевірити

наявність та надійність приєднаного заземлюючого проводу до відповідних клем;

уникати доторкання до металевих частин електроспоживачів, увімкннутих в електромережу;

не торкатися руками до обірваних та оголених проводів електромережі, електроспоживачів;

не змінювати самостійно зіпсовані електрозапобіжники, електролампи, не проводити ремонт електроспоживачів, електромережі;

при прибиранні пилу з електроспоживачів, митті холодильників, іншої електричної техніки їх обов'язково відключити від електромережі;

не залишати без догляду працюючі електроспоживачі;

у кінці робочого дня вимкнути електроспоживачі та від'єднати провід живлення від розетки електромережі, від'єднуючи вилку електроспоживача від розетки, її тримати за корпус, не смикати за провід живлення, щоб не висмикнути один з проводів і не потрапити під дію електричного струму.

III. Перша допомога при ураженні електричним струмом

3.1. Дотик до струмопровідних частин, що знаходяться під напругою, викликає у більшості випадків мимовільне судорожне скорочення м'язів, унаслідок чого потерпілий сам не може звільнитися від дії електричного струму.

3.2. Якщо потерпілий залишається в контакті із струмопровідними частинами, необхідно, перш за все, швидко звільнити його від дії електричного струму.

3.3. Відключити ту частину електроустановки, до якої дотикається потерпілий.

3.4. Якщо це зробити неможливо, необхідно вжити заходів щодо відокремлення потерпілого від струмопровідних частин, до яких він доторкається, застосувавши підручний ізоляційний матеріал.

3.5. При цьому необхідно пам'ятати, що без вживання належних запобіжних заходів торкатися до людини, яка знаходиться під струмом, небезпечно для життя.

3.6. Заходи першої допомоги залежать від того, у якому стані знаходиться потерпілий після звільнення його від струму:

якщо потерпілий у свідомості, але до цього був непритомним або тривалий час знаходився під струмом, йому необхідно забезпечити повний спокій до появи лікаря або терміново доставити в лікарню;

за відсутністю свідомості, але збереженні дихання, потерпілого потрібно покласти зручно, по можливості рівно, розпустити і розстібнути одяг, створити приплив свіжого повітря, дати понюхати нашатирний спирт, збризкувати потерпілого водою, розтирати і зігрівати його тіло до появи лікаря;

якщо потерпілий не дихає або дихає надто погано (рідко, судорожно зі схлипуванням) та дихання погіршується необхідно до появи лікаря робити штучне дихання.

IV. Штучне дихання

4.1. Найефективнішим способом штучного дихання є дихання «з легень у легені», яке проводиться «з рота в рот» або «з рота в ніс». Для цього відводять голову потерпілого максимально назад і пальцями затискають ніс (або губи). Роблять глибокий вдих, притискають свої губи до губ потерпілого і швидко роблять глибокий видих йому в рот. Вдування повторюють кілька разів із частотою 12-20 раз на хвилину.

4.2. Із гігієнічною метою рекомендується рот потерпілого прикрити шматком тонкої тканини (носовик, бинт, косинка тощо).

4.3. Якщо пошкоджене обличчя і проводити штучне дихання «з легень у легені» неможливо, треба застосувати метод стиснення і розширення грудної клітини шляхом складання і притискання рук потерпілого до грудної клітини з їх наступним розведенням у боки.

V. Зовнішній масаж серця

5.1. Зовнішній масаж серця здійснюється у разі його зупинення. При цьому робиться його ритмічне стискання між грудиною та хребтом.

5.2. На нижню частину грудни кладуть внутрішньою стороною зап'ястя одну руку, на яку із силою натискають (із частотою 1 раз на секунду) покладеною зверху рукою.

5.3. Сила натискання має бути такою, щоб грудина вдавлювалась на глибину 4-5 см.

5.4. Масаж серця доцільно проводити паралельно зі штучним диханням для чого після двох-трьох штучних вдихів роблять 4-6 натисків на грудну клітину.

5.5. При правильному масажі серця під час натискання на грудину відчуватиметься легкий поштовх сонної артерії і протягом кількох секунд звуться зіниці, а також порожевіють шкіра обличчя і губи, з'явиться самостійне дихання.

5.6. Не слід втрачати пильності, не забувати про можливість зупинення серця або дихання.

5.7. Під час надання першої допомоги треба бути готовим до раптового другого приступу. Щоб його не пропустити, потрібно стежити за зіницями, кольором шкіри і диханням, регулярно перевіряти частоту і ритмічність.

Директор



Наталія САМОЙЛЕНКО

ЗАТВЕРДЖЕНО

Наказ Навчально-методичного
центру професійно-технічної
освіти у Сумській області

16.03.2023 № 11-02

ІНСТРУКЦІЯ З ОХОРОНИ ПРАЦІ № 5
**з пожежної безпеки в Навчально-методичному центрі професійно-
технічної освіти у Сумській області**

I. Вимоги безпеки

1.1. Електроустановки (можливість їх застосування, монтаж, наладка та експлуатація) повинні відповідати вимогам чинних Правил улаштування електроустановок (ПУЕ), Правил технічної експлуатації електроустановок споживачів, Правил техніки безпеки при експлуатації споживачів та інших нормативних документів.

1.2. Не дозволяється:

експлуатація кабелів і проводів з пошкодженою або такою, що в процесі експлуатації втратила захисні властивості, ізоляцією;

залишення під напругою кабелів та проводів з неізольованими струмопровідними жилами;

застосування саморобних подовжувачів;

користування пошкодженими розетками, відгалужувальними та з'єднувальними коробками.

1.3. Електрообладнання (корпуси трансформаторів, розподільчих щитів, щитів управління тощо) підлягає зануленню або заземленню відповідно до вимог розділів ПУЕ.

II. Вимоги до утримання первинних засобів пожежогасіння

2.1. Приміщення повинно бути забезпечено первинними засобами пожежогасіння, вогнегасниками, ящиками з піском, совковими лопатами, що використовуються для локалізації і ліквідації пожеж у їх початковій стадії розвитку.

2.2. Норми належності первинних засобів пожежогасіння повинні встановлюватися нормами технологічного проектування, галузевими правилами пожежної безпеки з урахуванням рекомендацій Правил пожежної безпеки в Україні.

2.3. Вогнегасники необхідно встановлювати в легкодоступних та помітних місцях (коридорах, біля входів або виходів з приміщень тощо), а також у пожежонебезпечних місцях, де найбільш можлива поява пожежі.

2.4. Вогнегасники, допущені до введення в експлуатацію, повинні мати: облікові номери за прийнятою в установі системою нумерації; пломби на пристроях ручного пуску;

бірки та маркувальні написи на корпусі, червоне сигнальне пофарбування згідно з державними стандартами.

2.5. Використані вогнегасники, а також із зірваними пломбами необхідно негайно направляти на перезарядження або перевірку.

III. Дії працівників на випадок пожежі

3.1. Під час виникнення пожежі необхідно:

терміново сповістити Управління Державної служби України з надзвичайних ситуацій у Сумській області (тел. 101), при цьому вказати точну адресу й місце виникнення пожежі, наявність у приміщеннях людей;

до прибуття служби порятунку вжити заходів щодо евакуації людей та приступити до ліквідації або локалізації пожежі всіма наявними засобами;

утримуватися від відкривання вікон, дверей, запобігати биттю скла. Потік свіжого повітря сприяє швидкому розповсюдженню вогню, тому залишаючи приміщення, необхідно щільно зачиняти вікна й двері;

електромережу та електрообладнання, що спалахнуло, гасити тільки вуглекислими та порошковими вогнегасниками, сухим піском.

Директор



Наталія САМОЙЛЕНКО

ЗАТВЕРДЖЕНО

Наказ Навчально-методичного
центру професійно-технічної
освіти у Сумській області

16.03.2023 № 11-ОД

ІНСТРУКЦІЯ З ОХОРОНИ ПРАЦІ № 6
для прибиральника службових приміщень Навчально-методичного центру
професійно-технічної освіти у Сумській області

I. Загальні вимоги безпеки

1.1. До роботи в якості прибиральника службових приміщень у Навчально-методичного центру професійно-технічної освіти у Сумській області допускаються особи не молодше 18 років, які пройшли вступний інструктаж, інструктаж перед початком роботи (первинний інструктаж), а потім через кожні 6 місяців (повторний інструктаж).

1.2. Працювати необхідно в чистому й акуратному одязі, мати охайний вигляд, волосся повинно бути прибрано під головний убір, рукава одягу підвернуто або застебнуто біля кистей рук.

1.3. Забороняється:

палити на робочому місці, займатися сторонніми розмовами, відволікати від роботи інших;

доторкатися або працювати поблизу проводів і незахищених струмоведучих частин електроустаткування;

класти на захисні кожухи рубильників різні предмети, вішати на електровимикачі одяг.

1.4. Виконувати тільки роботу, доручену керівництвом, якщо останнє не суперечить правилам і нормам охорони праці і не може призвести до нещасного випадку.

1.5. При виконанні роботи на висоті (протиранні вікон, стін, світильників тощо) необхідно користуватися тільки справними драбинами. Користуватися замість стрем'янок випадковими підставками (шухлядами, бочками тощо) забороняється.

1.6. Не перевищувати концентрацію хлорного вапна понад 100 г на 10 л теплої води.

1.7. Користуватися гумовими рукавичками при роботі з дезинфікуючими і миючими речовинами і їхніми розчинами.

1.8. Вимагати від відповідального за охорону праці, санітарний стан і пожежну безпеку, інженера з охорони праці Навчально-методичного центру професійно-технічної освіти у Сумській області, вилучення і заміни негожого інвентаря й обладнання.

1.9. Стежити за тим, щоб підлога у приміщеннях була рівною і не слизькою.

1.10. Необхідно знати і дотримуватися:
правил особистої гігієни і виробничої санітарії;
вимоги щодо забезпечення пожежної безпеки;
уміти робити першу (долікарську) допомогу при травмах і при ураженні електрострумом.

1.11. У випадку травмування або нездужання припинити роботу, сповістити про це відповідального за охорону праці, санітарний стан і пожежну безпеку, інженера з охорони праці Навчально-методичного центру професійно-технічної освіти у Сумській області, і звернутися до медпункту.

1.12. Помітивши порушення правил і норм охорони праці іншим працівником або небезпеку для навколишніх, попередити цих працівників і керівництво.

II. Вимоги безпеки перед початком роботи

2.1. Перевірити справність інвентаря, інструментів і пристосувань, наявність дезинфікуючих і миючих засобів.

2.2. Переодягнутися в спецодяг.

2.3. При митті гарячою водою – наповнювати відро не більше, ніж на три чверті його об'єму.

2.4. Перевірити освітленість робочого місця, провітрити приміщення.

III. Вимоги безпеки під час роботи

3.1. Протягом усього робочого дня підтримувати чистоту і порядок у приміщеннях, стежити за тим, щоб підлога завжди були чистою і сухою. негайно забрати з підлоги предмети, що впали на неї, шматки розбитого посуду, пролиту рідину і жири.

3.2. Працювати тільки зі справним інвентарем.

3.3. Дотримуватися обережності при прибиранні приміщень механічного і теплового устаткування, сходів і дверей.

3.4. Не класти будь-які предмети на устаткування.

3.5. Прибирання електроустаткування проводити тільки після його відключення.

3.6. Пробувати ступінь нагрівання води електрокип'ятильником тільки після його відключення.

3.7. Не мити вікна при наявності битого скла.

3.8. Остерігатися скалок і цвяхів при митті підлоги, протиранні устаткування.

3.9. Не виконувати самостійно роботи, що не доручені, не працювати на устаткуванні, до експлуатації якого не допущений.

IV. Вимоги безпеки після завершення роботи

4.1. Упорядкувати і привести в належний стан використовуваний інвентар, пристосування, помістити миючі і дезінфікуючі засоби у відведені для них місця.

V. Вимоги безпеки в аварійних ситуаціях

5.1. При виникненні ситуації, що може призвести до аварії або травмування людей, негайно припинити роботу і проінформувати відповідального за охорону праці, санітарний стан і пожежну безпеку, інженера з охорони праці Навчально-методичного центру професійно-технічної освіти у Сумській області.

5.2. При виявленні електричного струму на електроустаткуванні негайно припинити роботу і повідомити відповідального за охорону праці, санітарний стан і пожежну безпеку, інженера з охорони праці Навчально-методичного центру професійно-технічної освіти у Сумській області.

5.3. При виникненні пожежі негайно вжити заходів щодо гасіння її з допомогою вогнегасників та інших наявних засобів, терміново сповістити Управління Державної служби України з надзвичайних ситуацій у Сумській області (тел. 101), при цьому вказати точну адресу й місце виникнення пожежі, наявність у приміщеннях людей.

Директор



Наталія САМОЙЛЕНКО