проект

**Об утверждении инструкций по охране труда в аппарате Совета депутатов муниципального округа Марьино**

Во исполнение требований Порядка обучения по охране труда работников организаций, утвержденного Постановлением Министерства труда и социального развития РФ, Министерства образования РФ № 1/29 от 13.01.2003 г., в соответствии со статьей 212 Трудового кодекса РФ и пунктом 54 Методических рекомендаций по разработке государственных нормативных требований охраны труда, утвержденных постановлением Министерства труда и социального развития Российской Федерации от 17.12.2002 г. №80:

1. Утвердить и ввести в действие с момента подписания настоящего распоряжения инструкции по охране труда:

1.1. Инструкцию по охране труда для проведения вводного инструктажа по охране труда (Приложение №1);

1.2. Программу проведения вводного инструктажа по охране труда (Приложение №2);

1.3. Инструкцию по охране труда при эксплуатации электрических бытовых приборов (Приложение №3);

1.4. Инструкцию по охране труда при выполнении работ на персональном компьютере (Приложение №4);

1.5. Инструкцию по охране труда при следовании к месту выполнения работ и обратно пешком, при пользовании общественным наземным транспортом, метрополитеном (Приложение №5);

1.6. Инструкцию по охране труда при выполнении работ на копировально-множительной технике (Приложение №6);

1.7. Инструкцию по охране труда при оказании первой помощи пострадавшим (Приложение №7);

1.8. Инструкцию для проведения инструктажа по электробезопасности неэлектротехническому персоналу и присвоения группы I по электробезопасности (Приложение №8).

1. Юрисконсульту - советнику организационно-правового отдела аппарата Совета депутатов муниципального округа Марьино Процик Н.В.:

2.1.Ознакомить муниципальных служащих с утвержденными инструкциями по охране труда, указанными в ч.1 настоящего распоряжения (Приложения №1 - 8). Факт ознакомления зафиксировать росписью муниципальных служащих в журналах установленной формы.

2.2.Обеспечить сохранность инструкций по охране труда, а также их доступность муниципальным служащим.

1. Муниципальным служащим аппарата Совета депутатов муниципального округа Марьино изучить инструкции, соответствующие их должностям или выполняемой работе, и руководствоваться настоящими инструкциями и правилами, закрепленными в них.

4. Признать утратившим силу распоряжение аппарата Совета депутатов муниципального округа Марьино от 25.12.2017 № 55-к «Об утверждении инструкций в сфере охраны труда».

5. Контроль за исполнением настоящего распоряжения возложить на главу муниципального округа Марьино Сотскова В.С.

**Глава муниципального округа Марьино В.С. Сотсков**

Приложение № 1

к распоряжению аппарата

СД МО Марьино

от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Инструкция**

**для проведения вводного инструктажа по охране труда**

**Введение.**

Настоящая Инструкция для проведения вводного инструктажа по охране труда в Аппарате совета депутатов муниципального округа Марьино в городе Москве (далее – Аппарат) разработана в соответствии с Программой проведения вводного инструктажа. Вводный инструктаж проводится с целью ознакомления поступающих на работу с основными положениями действующего законодательства о труде, правилами внутреннего трудового распорядка и общими мерами безопасности и охраны труда на производстве. Вводный инструктаж является обязательным:

* для всех вновь поступающих на постоянную работу рабочих, руководителей, специалистов и служащих независимо от их образования, квалификации, специальности и трудового стажа;
* для временных работников, командированных, учащихся и студентов, прибывающих на производственное обучение или практику.

1. **Общие сведения об организации, численность и характерные особенности деятельности. Расположение основных подразделений, лабораторий и цехов (производственных площадок), служб, вспомогательных помещений.**

Аппарат совета депутатов муниципального округа Марьино в городе Москве располагается по адресу: 109652, г. Москва, Луговой проезд, д. 8, корп. 1.

# Основной вид экономической деятельности – деятельность органов местного самоуправления внутригородских территорий городов федерального значения

Численность персонала не превышает 5 человек.

1. **Основные положения законодательства о труде и об охране труда:**

Охрана труда в Российской Федерации регламентируется следующими основными нормативно-правовыми актами:

* Конституцией Российской Федерации;
* Трудовым кодексом Российской Федерации от 30.12.2001 № 197-ФЗ (далее – ТК РФ);
* иными федеральными законами;
* указами Президента Российской Федерации;
* постановлениями Правительства Российской Федерации и нормативными правовыми актами федеральных органов исполнительной власти;
* конституциями (уставами), законами и иными нормативными правовыми актами субъектов Российской Федерации;
* актами органов местного самоуправления и локальными нормативными актами, содержащими нормы трудового права.

Нормы трудового права, содержащиеся в иных нормативных актах, должны соответствовать Трудовому Кодексу Российской Федерации.

* 1. Индивидуальный трудовой договор, рабочее время и время отдыха. Гарантии и компенсации. Регламентация труда женщин или лиц моложе 18 лет.
     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 законодательством и иными нормативными правовыми актами, содержащими нормы трудового права, коллективным договором, соглашениями, локальными нормативными актами и данным соглашением, своевременно и в полном размере выплачивать работнику заработную плату, а работник обязуется лично выполнять определенную этим соглашением трудовую функцию в интересах, под управлением и контролем работодателя, соблюдать правила внутреннего трудового распорядка, действующие у данного работодателя.
     2. Рабочее время – время, в течение которого работник в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка и условиями трудового договора должен исполнять трудовые обязанности, а также иные периоды времени, которые в соответствии с ТК РФ, другими федеральными законами и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации относятся к рабочему времени.

Нормальная продолжительность рабочего времени не может превышать 40 часов в неделю.

Порядок исчисления нормы рабочего времени на определенные календарные периоды (месяц, квартал, год) в зависимости от установленной продолжительности рабочего времени в неделю определяется федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере труда.

Работодатель обязан вести учет времени, фактически отработанного каждым работником.

* + 1. Время отдыха – время, в течение которого работник свободен от исполнения трудовых обязанностей и которое он может использовать по своему усмотрению.

Видами времени отдыха являются:

* перерывы в течение рабочего дня (смены);
* ежедневный (междусменный) отдых;
* выходные дни (еженедельный непрерывный отдых);
* нерабочие праздничные дни;
* отпуска.

В течение рабочего дня (смены) работнику должен быть предоставлен перерыв для отдыха и питания продолжительностью не более двух часов и не менее 30 минут, который в рабочее время не включается. Правилами внутреннего трудового распорядка или трудовым договором может быть предусмотрено, что указанный перерыв может не предоставляться работнику, если установленная для него продолжительность ежедневной работы (смены) не превышает четырех часов.

На работах, где по условиям производства (работы) предоставление перерыва для отдыха и питания невозможно, работодатель обязан обеспечить работнику возможность отдыха и приема пищи в рабочее время.

* + 1. Ограничивается применение труда женщин на работах с вредными и (или) опасными условиями труда, а также на подземных работах, за исключением нефизических работ или работ по санитарному и бытовому обслуживанию.
    2. Запрещается применение труда женщин на работах, связанных с подъемом и перемещением вручную тяжестей, превышающих предельно допустимые для них нормы.
    3. Перечни производств, работ и должностей с вредными и (или) опасными условиями труда, на которых ограничивается применение труда женщин, и предельно допустимые нормы нагрузок для женщин при подъеме и перемещении тяжестей вручную утверждаются в порядке, установленном Правительством Российской Федерации с учетом мнения Российской трехсторонней комиссии по регулированию социально-трудовых отношений.
    4. Беременным женщинам в соответствии с медицинским заключением и по их заявлению снижаются нормы выработки, нормы обслуживания либо эти женщины переводятся на другую работу, исключающую воздействие неблагоприятных производственных факторов, с сохранением среднего заработка по прежней работе.
    5. До предоставления беременной женщине другой работы, исключающей воздействие неблагоприятных производственных факторов, она подлежит освобождению от работы с сохранением среднего заработка за все пропущенные вследствие этого рабочие дни за счет средств работодателя.
    6. При прохождении обязательного диспансерного обследования в медицинских организациях за беременными женщинами сохраняется средний заработок по месту работы.
    7. Женщины, имеющие детей в возрасте до полутора лет, в случае невозможности выполнения прежней работы переводятся по их заявлению на другую работу с оплатой труда по выполняемой работе, но не ниже среднего заработка по прежней работе до достижения ребенком возраста полутора лет.
    8. Женщинам по их заявлению и на основании выданного в установленном порядке листка нетрудоспособности предоставляются отпуска по беременности и родам продолжительностью 70 (в случае многоплодной беременности – 84) календарных дней до родов и 70 (в случае осложненных родов – 86, при рождении двух или более детей – 110) календарных дней после родов с выплатой пособия по государственному социальному страхованию в установленном федеральными законами размере.
    9. Отпуск по беременности и родам исчисляется суммарно и предоставляется женщине полностью независимо от числа дней, фактически использованных ею до родов.
    10. По заявлению женщины ей предоставляется отпуск по уходу за ребенком до достижения им возраста трех лет. Порядок и сроки выплаты пособия по государственному социальному страхованию в период указанного отпуска определяются федеральными законами.
    11. По заявлению женщины во время нахождения в отпуске по уходу за ребенком она может работать на условиях неполного рабочего времени или на дому с сохранением права на получение пособия по государственному социальному страхованию.
    12. На период отпуска по уходу за ребенком за работником сохраняется место работы (должность).
    13. Отпуска по уходу за ребенком засчитываются в общий и непрерывный трудовой стаж, а также в стаж работы по специальности (за исключением случаев досрочного назначения страховой пенсии по старости).
    14. Запрещаются направление в служебные командировки, привлечение к сверхурочной работе, работе в ночное время, выходные и нерабочие праздничные дни беременных женщин.
    15. Направление в служебные командировки, привлечение к сверхурочной работе, работе в ночное время, выходные и нерабочие праздничные дни женщин, имеющих детей в возрасте до трех лет, допускаются только с их письменного согласия и при условии, что это не запрещено им в соответствии с медицинским заключением, выданным в порядке, установленном федеральными законами и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации. При этом женщины, имеющие детей в возрасте до трех лет, должны быть ознакомлены в письменной форме со своим правом отказаться от направления в служебную командировку, привлечения к сверхурочной работе, работе в ночное время, выходные и нерабочие праздничные дни.
    16. Перед отпуском по беременности и родам или непосредственно после него либо по окончании отпуска по уходу за ребенком женщине по ее желанию предоставляется ежегодный оплачиваемый отпуск независимо от стажа работы у данного работодателя.
    17. Запрещается применение труда лиц в возрасте до восемнадцати лет на работах с вредными и (или) опасными условиями труда, на подземных работах, а также на работах, выполнение которых может причинить вред их здоровью и нравственному развитию.
    18. Запрещаются переноска и передвижение работниками в возрасте до восемнадцати лет тяжестей, превышающих установленные для них предельные нормы.
    19. Перечень работ, на которых запрещается применение труда работников в возрасте до восемнадцати лет, а также предельные нормы тяжестей утверждаются в порядке, установленном Правительством Российской Федерации с учетом мнения Российской трехсторонней комиссии по регулированию социально-трудовых отношений.
    20. Лица в возрасте до восемнадцати лет принимаются на работу только после предварительного обязательного медицинского осмотра и в дальнейшем, до достижения возраста восемнадцати лет, ежегодно подлежат обязательному медицинскому осмотру.
    21. Предусмотренные обязательные медицинские осмотры осуществляются за счет средств работодателя.
    22. Ежегодный основной оплачиваемый отпуск работникам в возрасте до восемнадцати лет предоставляется продолжительностью 31 календарный день в удобное для них время.
    23. Помимо общих гарантий и компенсаций, предусмотренных ТК РФ (гарантии при приеме на работу, переводе на другую работу, по оплате труда и другие), работникам предоставляются гарантии и компенсации в следующих случаях:
* при направлении в служебные командировки;
* при переезде на работу в другую местность;
* при исполнении государственных или общественных обязанностей;
* при совмещении работы с получением образования;
* при вынужденном прекращении работы не по вине работника;
* при предоставлении ежегодного оплачиваемого отпуска;
* в некоторых случаях прекращения трудового договора;
* в связи с задержкой по вине работодателя выдачи трудовой книжки при увольнении работника;
* в других случаях, предусмотренных настоящим Кодексом и иными федеральными законами.
  + 1. При предоставлении гарантий и компенсаций соответствующие выплаты производятся за счет средств работодателя. Органы и организации, в интересах которых работник исполняет государственные или общественные обязанности (присяжные заседатели, доноры, члены избирательных комиссий и другие), производят работнику выплаты в порядке и на условиях, которые предусмотрены нормативными правовыми актами Российской Федерации.
  1. Правила внутреннего трудового распорядка, трудовая дисциплина.
     1. Правила внутреннего трудового распорядка (далее – ПВТР) разработаны в целях обеспечения трудовой и производственной дисциплины и надлежащего правового регулирования трудовых отношений работников и Аппарата.
     2. ПВТР являются локальным нормативным актом Аппарата, регламентирующим в соответствии с ТК РФ и иными федеральными законами порядок приема и увольнения работников, основные права, обязанности и ответственность работодателя и работников, режим работы, время отдыха, применяемые к работникам меры поощрения и взыскания.
     3. ПВТР обязаны соблюдать все работники Аппарата, а работодатель – способствовать созданию необходимых условий для производительного труда. ПВТР разработаны на основе норм трудового законодательства РФ.
     4. Обязанности согласно Правилам внутреннего трудового распорядка.

Администрация Аппарата обязана:

* правильно организовать труд рабочих и служащих так, чтобы работающий и служащий работал по своей специальности и квалификации;
* соблюдать трудовое законодательство и правила охраны труда, в том числе строго придерживаться установленного распорядка рабочего дня;
* осуществлять мероприятия по охране труда и производственной санитарии, обучать работников безопасным приемам и методам выполнения работ, обеспечивать работающих спецодеждой, спецобувью и другими средствами индивидуальной защиты (далее – СИЗ), обеспечивать наличие и работоспособность средств коллективной защиты;
* внедрять безопасную технику, обеспечивать санитарно-гигиенические условия труда, предотвращающие возникновение профессиональных и других заболеваний.

Руководители, специалисты и работники рабочих профессий обязаны:

* работать честно и добросовестно;
* соблюдать трудовую и производственную дисциплину, своевременно и точно выполнять распоряжения администрации;
* строго соблюдать требования охраны труда, производственной санитарии и пожарной безопасности, предусмотренные соответствующими правилами и инструкциями;
* правильно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
* содержать в порядке и чистоте свое рабочее место, оборудование, инструменты, приспособления, а также помещения и территорию Аппарата;
* сообщить непосредственному руководителю о замеченных нарушениях требований охраны труда кем-либо.
  1. Ответственность за нарушение правил внутреннего трудового распорядка.
     1. В случае причинения имущественного ущерба Аппарату вследствие несоблюдения требований охраны труда работник несет материальную ответственность в установленном законом порядке. Несоблюдения правил, решений органов управления Аппарата, приказов и распоряжений, трудового договора, трудовой и производственной дисциплины, иное неисполнение или ненадлежащее исполнение работником возложенных на него трудовых обязанностей влечет за собой применение мер дисциплинарного воздействия, а также применение иных мер, предусмотренных действующим законодательством.

При наложении дисциплинарного взыскания учитывается тяжесть проступка и обстоятельства, при которых он был совершен.

* + 1. К нарушениям трудовой дисциплины относятся:
* Отсутствие на работе без уважительной причины;
* Появление на территории Аппарата и/или на рабочем месте, либо на территории организации-работодателя или объекта, где по поручению работодателя работник должен выполнять трудовую функцию, в состоянии алкогольного, наркотического или иного токсического опьянения;
* Отказ или уклонение от медицинского освидетельствования работника, а также отказ работника от прохождения обучения и проверки знаний требований охраны труда;
* Непринятие мер должностным лицом к отстранению от работы работника, находящегося в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения;
* Невыполнение и ненадлежащее выполнение трудовых обязанностей;
* Использование в рабочее время оборудования, автотранспорта, механизмов, материалов Аппарата в личных целях;
* Невыполнение или нарушение требований охраны труда;
* Сознательное повреждение материальных ценностей;
* Игры, чтение газет и художественной литературы в рабочее время;
* Курение вне специально отведенных мест;
* Опоздание на работу или преждевременный уход с работы, нарушение режима рабочего времени;
* Преднамеренное искажение отчетности;
* Нарушение локальных правовых (нормативных) актов, действующих в Аппарате.
  1. Организация работы по охране труда. Осуществление государственного надзора и общественного контроля за состоянием охраны труда в организации.
     1. Организация работы по охране труда – составная часть управления деятельностью Аппарата, регламентированная законодательством в области охраны труда и направленная на обеспечение безопасности труда, охраны здоровья и работоспособности работников в процессе труда.

Управление охраной труда в Аппарате решает следующие задачи:

* организация и координация работ по охране труда;
* планирование работ по охране труда;
* контроль за состоянием охраны труда, соблюдением требований охраны труда;
* анализ и оценка состояния охраны труда;
* совершенствование профилактической работы по предупреждению производственного травматизма и профессиональных заболеваний;
* стимулирование работы по охране труда.
  + 1. Управление охраной труда направлено на:
* обеспечение безопасности зданий, сооружений, производственного оборудования, производственных процессов;
* создание нормальных режимов труда и отдыха работников;
* организацию санитарно-бытового и лечебно-профилактического обслуживания работников;
* обучение работников безопасности труда;
* обеспечение работников средствами индивидуальной защиты;
* проведение специальной оценки условий труда по основаниям, предусмотренным законодательством РФ;
* профессиональный отбор работников по отдельным специальностям;
* пропаганду в сфере охраны труда.
  + 1. Работодатель обязан обеспечить:
* безопасность работников при эксплуатации зданий, сооружений, оборудования, осуществлении технологических процессов, а также применяемых в производстве инструментов, сырья и материалов;
* создание и функционирование системы управления охраной труда;
* применение прошедших обязательную сертификацию или декларирование соответствия в установленном законодательством Российской Федерации о техническом регулировании порядке средств индивидуальной и коллективной защиты работников;
* соответствующие требованиям охраны труда условия труда на каждом рабочем месте;
* режим труда и отдыха работников в соответствии с трудовым законодательством и иными нормативными правовыми актами, содержащими нормы трудового права;
* приобретение и выдачу за счет собственных средств специальной одежды, специальной обуви и других средств индивидуальной защиты, смывающих и обезвреживающих средств, прошедших обязательную сертификацию или декларирование соответствия в установленном законодательством Российской Федерации о техническом регулировании порядке, в соответствии с установленными нормами работникам, занятым на работах с вредными и (или) опасными условиями труда, а также на работах, выполняемых в особых температурных условиях или связанных с загрязнением;
* обучение безопасным методам и приемам выполнения работ и оказанию первой помощи пострадавшим, проведение инструктажа по охране труда, стажировки на рабочем месте и проверки знания требований охраны труда;
* недопущение к работе лиц, не прошедших в установленном порядке обучение и инструктаж по охране труда, стажировку и проверку знаний требований охраны труда;
* организацию контроля за состоянием условий труда на рабочих местах, а также за правильностью применения работниками средств индивидуальной и коллективной защиты;
* проведение специальной оценки условий труда в соответствии с законодательством о специальной оценке условий труда;
* в случаях, предусмотренных трудовым законодательством и иными нормативными правовыми актами, содержащими нормы трудового права, организовывать проведение за счет собственных средств обязательных предварительных (при поступлении на работу) и периодических (в течение трудовой деятельности) медицинских осмотров, других обязательных медицинских осмотров, обязательных психиатрических освидетельствований работников, внеочередных медицинских осмотров, обязательных психиатрических освидетельствований работников по их просьбам в соответствии с медицинскими рекомендациями с сохранением за ними места работы (должности) и среднего заработка на время прохождения указанных медицинских осмотров, обязательных психиатрических освидетельствований;
* недопущение работников к исполнению ими трудовых обязанностей без прохождения обязательных медицинских осмотров, обязательных психиатрических освидетельствований, а также в случае медицинских противопоказаний;
* информирование работников об условиях и охране труда на рабочих местах, о риске повреждения здоровья, предоставляемых им гарантиях, полагающихся им компенсациях и средствах индивидуальной защиты;
* предоставление федеральным органам исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере труда, федеральному органу исполнительной власти, уполномоченному на осуществление федерального государственного надзора за соблюдением трудового законодательства и иных нормативных правовых актов, содержащих нормы трудового права, другим федеральным органам исполнительной власти, осуществляющим государственный контроль (надзор) в установленной сфере деятельности, органам исполнительной власти субъектов Российской Федерации в области охраны труда, органам профсоюзного контроля за соблюдением трудового законодательства и иных актов, содержащих нормы трудового права, информации и документов, необходимых для осуществления ими своих полномочий;
* принятие мер по предотвращению аварийных ситуаций, сохранению жизни и здоровья работников при возникновении таких ситуаций, в том числе по оказанию пострадавшим первой помощи;
* расследование и учет в установленном настоящим Кодексом, другими федеральными законами и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации порядке несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний;
* санитарно-бытовое обслуживание и медицинское обеспечение работников в соответствии с требованиями охраны труда, а также доставку работников, заболевших на рабочем месте, в медицинскую организацию в случае необходимости оказания им неотложной медицинской помощи;
* беспрепятственный допуск должностных лиц федерального органа исполнительной власти, уполномоченного на осуществление федерального государственного надзора за соблюдением трудового законодательства и иных нормативных правовых актов, содержащих нормы трудового права, других федеральных органов исполнительной власти, осуществляющих государственный контроль (надзор) в установленной сфере деятельности, органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации в области охраны труда, органов Фонда социального страхования Российской Федерации, а также представителей органов Организационного контроля в целях проведения проверок условий и охраны труда и расследования несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний;
* выполнение предписаний должностных лиц федерального органа исполнительной власти, уполномоченного на осуществление федерального государственного надзора за соблюдением трудового законодательства и иных нормативных правовых актов, содержащих нормы трудового права, других федеральных органов исполнительной власти, осуществляющих государственный контроль (надзор) в установленной сфере деятельности, и рассмотрение представлений органов Организационного контроля;
* обязательное социальное страхование работников от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний;
* ознакомление работников с требованиями охраны труда;
* разработку и утверждение правил и инструкций по охране труда для работников;
* наличие комплекта нормативных правовых актов, содержащих требования охраны труда в соответствии со спецификой своей деятельности.

Ведомственный контроль за состоянием охраны труда ведет ответственный за организацию работы по охране труда, назначенный приказом руководителя Аппарата – Главы муниципального округа Марьино.

* + 1. Государственный надзор и контроль за соблюдением требований охраны труда осуществляется территориальным органом федеральной инспекции труда.
    2. Государственный надзор и контроль за соблюдением требований охраны труда наряду с инспекцией труда осуществляются территориальными органами федеральных органов исполнительной власти, которым предоставлено право осуществлять функции надзора и контроля в пределах своих полномочий.
    3. Организационный контроль за соблюдением прав и законных интересов работников в области охраны труда осуществляется профессиональными союзами и иными уполномоченными работниками представительными органами, которые вправе создавать в этих целях собственные инспекции, а также избирать уполномоченных (доверенных) лиц по охране труда профессиональных союзов и иных уполномоченных работниками представительных органов.

1. **Условия труда. Опасные и вредные производственные факторы, характерные для данного производства. Методы и средства предупреждения несчастных случаев и профессиональных заболеваний: средства коллективной защиты, плакаты, знаки безопасности, сигнализация. Основные требования по предупреждению электротравматизма.**
   1. Условия труда на каждом рабочем месте работника зависят от того, какие производственные факторы воздействуют на работника, а также от уровня такого воздействия. Различают 4 класса условий труда – оптимальные, допустимые, вредные и опасные условия труда, которые устанавливаются по результатам специальной оценки условий труда. Класс условий труда влияет на назначение работнику льгот (сокращенная рабочая неделя, лечебно-профилактическое питание, досрочный выход на пенсию и т.д.).
   2. На человека в процессе его трудовой деятельности могут воздействовать следующие производственные факторы:

* физические;
* химические;
* биологические;
* психофизиологические.
  + 1. К физическим факторам относятся: движущиеся машины и механизмы; различные подъемно-транспортные устройства и перемещаемые грузы; незащищенные подвижные элементы производственного оборудования; отлетающие частицы обрабатываемого материала и инструмента, электрический ток, падение с высоты, повышенная или пониженная температура воздуха рабочей зоны; высокие влажность и скорость движения воздуха; повышенные уровни шума, вибрации, электромагнитных излучений; запыленность и загазованность воздуха рабочей зоны; недостаточная освещенность рабочих мест, проходов, проездов; повышенная яркость света и пульсации светового потока.
    2. Химические производственные факторы по характеру действия на организм человека подразделяются на следующие подгруппы: общетоксические, раздражающие, сенсибилизирующие (вызывающие аллергические заболевания), канцерогенные (вызывающие развитие опухолей), мутагенные (действующие на половые клетки организма). В эту группу входят, например, многочисленные пары и газы.
    3. К биологическим факторам относятся микро- и макроорганизмы (растения и животные), воздействие которых на работающих вызывает травмы или заболевания.
    4. К психофизиологическим производственным факторам относятся физические перегрузки (статические и динамические) и нервно-психические перегрузки (умственное перенапряжение, перенапряжение анализаторов слуха, зрения и др.).
  1. Также производственные факторы подразделяются на вредные и опасные: вредные могут при определенных условиях приводить к развитию профессионального заболевания, а опасные – к травме работника.
  2. Для производственных условий Аппарата характерно наличие химических, физических и психофизиологических факторов.
  3. К основным методам и техническим средствам предупреждения несчастных случаев на производстве относятся:
* ограждение опасных зон;
* предохранительные и блокировочные устройства;
* устройства сигнализации о возникновении опасности, сигнальные цвета и знаки безопасности.
  1. Оградительные устройства применяются для изоляции движущихся или вращающихся частей механизмов, мест, где отлетают частицы обрабатываемого материала, и опасных по напряжению токоведущих частей оборудования. Ограждаются траншеи, ямы, колодцы, люки, различные проемы и рабочие места, расположенные на высоте выше 1,5 м.
  2. Предохранительные и блокировочные устройства служат для предупреждения поломок отдельных частей оборудования и аварий, а также для защиты работающих от воздействия вредных и опасных производственных факторов, т.к. они автоматически срабатывают, когда возникает такая угроза, и отключают оборудование и его узлы.
  3. Устройства сигнализации о возникновении опасности – это средства, предупреждающие об опасности. Они бывают световые, звуковые, сигнальные цвета и знаки безопасности.
* Световые и звуковые сигнальные устройства оборудуются на грузоподъемных машинах, транспортных средствах, конвейерах, в специальных камерах и т.д. Сигналы подаются с целью предупреждения людей о непосредственной опасности.
* Сигнальные цвета и знаки безопасности предназначены для привлечения внимания работников к непосредственной опасности, предупреждения о возможной опасности, предписания и разрешения определенных действий с целью обеспечения безопасности, а также для информирования. Установлены четыре сигнальных цвета: красный (запрещение, непосредственная опасность, средство пожаротушения), желтый (предупреждение, возможная опасность), зеленый (предписание, безопасность), синий (указание, информация).
  1. Знаки безопасности подразделяются на:
* Запрещающие – круг красного цвета с белым полем внутри, белой по контуру знака каймой и черным символическим изображением на внутреннем белом поле, перечеркнутым наклонной полосой красного цвета. Знаки предназначены для предотвращения определенных действий.
* Предупреждающие – равносторонний треугольник желтого цвета со скругленными углами, обращенный вершиной вверх, с каймой черного цвета. Знаки предназначены для предупреждения работников о возможной опасности.
* Предписывающие – квадрат зеленого цвета с белой каймой по контуру и белым полем внутри него. Внутри белого квадратного поля нанесены черным цветом символическое изображение или поясняющая надпись. На знаках пожарной безопасности поясняющие надписи нанесены красным цветом. Знаки предназначены для разрешения определенных действий только при выполнении определенных конкретных требований безопасности труда (обязательное применение СИЗ, принятие мер по обеспечению безопасности труда), требований пожарной безопасности и указания путей эвакуации.
* Указательные – синий прямоугольник, окантованный белой каймой по контуру, с белым квадратом внутри. Внутри белого квадрата нанесены символическое изображение или поясняющая надпись черного цвета, за исключением символов и поясняющих надписей пожарной безопасности, которые выполняются красным цветом. Знаки предназначены для указания места нахождения различных объектов и устройств, пунктов медицинской помощи, питьевых пунктов, пожарных кранов и постов, гидрантов, огнетушителей, пунктов извещения о пожаре и др.
  1. Для предотвращения возникновения электротравматизма работник перед началом работы с электрооборудованием должен произвести:
* Осмотр электрооборудования.
* Проверку комплектности и надежности крепления деталей.
* Проверку внешним осмотром исправности кабеля (шнура).
* Проверку четкости работы выключателя.
* Использовать только штатные приспособления.
* Работник обязан доложить руководителю при обнаружении дефектов в электрооборудовании и не эксплуатировать неисправное электрооборудование.
* Включение электрооборудования производить вставкой исправной вилки в исправную специальную розетку для бытовых приборов.
* Работник во время работы с электрооборудованием обязан поддерживать порядок на рабочем месте.
  1. При работе электрооборудования запрещается:
* Оставлять включенное электрооборудование без надзора.
* Передавать электрооборудование лицам, не имеющим право работать с ним.
* Ударять по электрооборудованию.
* Снимать средства защиты.
* Дергать за подводящий провод для отключения.
* Держать палец на включателе при переносе электрооборудования.
* Натягивать, перекручивать и перегибать подводящий кабель.
* Ставить на кабель (шнур) посторонние предметы.
* Брать в руки провода и прикасаться к проводам лежащим на земле или полу, если это не является частью выполняемой работы и рабочих обязанностей.
  1. Отключение электрооборудования необходимо производить:
* при перерыве в работе,
* при окончании рабочего процесса.
  1. Работник после работы обязан отключить электрооборудование, вынув исправную вилку из исправной розетки.
  2. Требования охраны труда в аварийных ситуациях при работе с электрооборудованием
* во всех случаях обнаружения обрыва проводов питания, при повреждении электрооборудования, появлении запаха гари немедленно отключить питание и сообщить об аварийной ситуации непосредственному руководителю работ.
* не приступать к работе с неисправным электрооборудованием до устранения неисправности.
* при обнаружении человека, попавшего под напряжение, немедленно отключить электропитание или освободить его от действия тока другим способом, вызвать скорую помощь по телефону «103», «112» и оказывать первую помощь до приезда медработников или обеспечить доставку пострадавшего в медучреждение по указанию администрации Аппарата.

1. **Общие обязанности работника по охране труда. Общие правила поведения работников на территории организации, в производственных и вспомогательных помещениях.**
   1. Общие обязанности работника в области охраны труда в соответствии с ТК РФ:

* соблюдать требования охраны труда;
* правильно применять средства индивидуальной и коллективной защиты;
* проходить обучение безопасным методам и приемам выполнения работ и оказанию первой помощи пострадавшим на производстве, инструктаж по охране труда, стажировку на рабочем месте, проверку знаний требований охраны труда;
* 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);
* проходить обязательные предварительные (при поступлении на работу) и периодические (в течение трудовой деятельности) медицинские осмотры, другие обязательные медицинские осмотры, а также проходить внеочередные медицинские осмотры по направлению работодателя в случаях, предусмотренных законодательством РФ.
  1. Правила поведения на территории Аппарата:
* не касаться пусковых приборов, особенно, если имеется предупредительная надпись «Не включать – работают люди»;
* производственное оборудование должно содержаться в безопасном, исправном состоянии для чего следует проводить своевременные осмотры, проверки и ремонт. Не допускается работать на неисправном оборудовании;
* обращать внимание на предупредительные плакаты по охране труда;
* строго соблюдать противопожарный режим в Аппарате;
* заметив какую-либо опасность для окружающих на территории, не оставаться безучастным, предупредить работающих об опасности и немедленно сообщить об опасности администрации;
* не ходить по другим отделам без разрешения администрации, если это не связано с должностными обязанностями и характером выполняемой работы;
* при передвижении по лестничным маршам идти спокойно, не торопясь; ставить ногу полной ступней на каждую ступень, держаться за перила;
* если пол скользкий (облит маслом, водой, эмульсией), обратить на это внимание администрации;
* в случае заболевания и получения даже незначительной травмы прекратить выполнение работы, сообщить непосредственному руководителю и обратиться за медицинской помощью;
* внимательно смотреть под ноги, чтобы не споткнуться и не запутаться в проводах;
* плотно закрывать двери при входе и выходе из помещения в холодное время года, надевать верхнюю одежду при хождении по открытым переходам и территории Аппарата.
  1. Правила поведения на территории вокруг Аппарата:
* при выходе из-за колонн, стен, ворот и других мест, в которых имеются ухудшающие обзор помехи, нужно предварительно убедиться в отсутствии движущегося транспорта;
* необходимо уступать дорогу транспорту;
* стоящий транспорт обходить только спереди;
* быть внимательным к сигналам, подаваемым водителями движущегося транспорта;
* не находиться и не проходить под поднятым грузом;
* переходить улицу шагом в местах, где имеются линии или указатели перехода, а где их нет – на перекрестках улиц перпендикулярно линии тротуара;
* не переходить и не перепрыгивать через открытые траншеи, колодцы, люки – пользоваться установленными переходами и проездами.

1. **Основные требования производственной санитарии и личной гигиены.**
   1. В отношении своего рабочего места каждый работник обязан:
      1. Приступать к новой работе можно только после ознакомления с характером этой работы и с ее особенностями, строго после инструктажа на рабочем месте по охране труда, проведенного непосредственным руководителем работ, если должность работника не предполагает освобождения его от инструктажа на рабочем месте.
      2. Прежде чем приступить к работе, необходимо убедиться в исправности оборудования, в надлежащей организации рабочего места. Все эксплуатируемое оборудование должно находиться в исправном состоянии.

Работа на неисправном оборудовании запрещается.

* + 1. Заметив какую-либо неисправность оборудования, работник должен немедленно прекратить работу, сообщить руководителю работ. Ремонт и наладку оборудования должен производить только персонал, специально выделенный, обученный и проинструктированный.
    2. Запрещается самостоятельно устранять какие-либо неисправности, если такая работа не входит в круг обязанностей работника.
    3. Проконтролировать, что рабочее место достаточно освещено и находится в таком состоянии, что ничто не мешает работе.
    4. Проконтролировать, что материалы и принадлежности расположены так, чтобы обращение к ним не вызывало лишних движений рук и корпуса.
    5. Проконтролировать, что сидение расположено так, чтобы обращение к материалам и принадлежностям, а также выполнение операций не вызывали лишних движений рук и корпуса. Недопустимо использовать для сидения случайные предметы (коробки, ящики и др.).
    6. Знать, что недопустимо загромождать рабочее место, проходы и проезды, предметы необходимо складывать в специально отведенные места.
    7. Во время работы быть внимательным, не отвлекаться от своих прямых обязанностей, не отвлекать других какими-либо делами и разговорами, не имеющими отношения к работе. Несоблюдение данных правил может привести к несчастному случаю.
  1. В целях исключения, уменьшения воздействия вредных производственных факторов необходимо:
* для сохранения зрения и снижения вероятности производственных травм в процессе работы следить за освещением на рабочем месте; светильники местного освещения располагать так, чтобы рабочая зона хорошо освещалась, и не было бликов на экранах мониторов;
* своевременно проветривать помещение;
* не загромождать столы во избежание накопления пыли;
* соблюдать правила личной гигиены:
* перед приемом пищи и курением тщательно мыть руки горячей водой с мылом;
* хранение и прием пищи рекомендуется осуществлять в специально оборудованных местах;
* курить следует в специально оборудованных местах – курение в рабочих помещениях воспрещается;
* спецодежду, санитарную одежду и личную одежду следует хранить в специально оборудованных местах;
* следует снимать спецодежду перед посещением столовой/буфета.

1. **Средства индивидуальной защиты (СИЗ). Порядок и нормы выдачи СИЗ, сроки носки.**
   1. Средства индивидуальной защиты — средства, используемые работником для предотвращения или уменьшения воздействия вредных и опасных производственных факторов, а также для защиты от загрязнения. Применяются в тех случаях, когда безопасность работ не может быть обеспечена конструкцией оборудования, организацией производственных процессов, архитектурно-планировочными решениями и средствами коллективной защиты.
   2. Выдача СИЗ производится на основании утвержденных норм, фиксируется работодателем в личных карточках учета выдачи СИЗ, оформленным в соответствии с требованиями законодательства по охране труда.
   3. Перед работой следует надевать положенную спецодежду и спецобувь, а также санитарную одежду, если работа предполагает контактирование с пищевыми продуктами, пользоваться в зависимости от условий работы другими предусмотренными СИЗ (защитными очками, резиновыми перчатками, галошами, противогазами, респираторами, рукавицами и т.д.)
   4. В нерабочее время спецодежда и спецобувь, санодежда должна храниться в специально отведенных для этого местах.
   5. Одноразовая спецодежда и СИЗ должны выбрасываться в специально отведенные места и утилизироваться.
   6. Обязанность работодателя – обеспечить уход за СИЗ и их своевременный ремонт, а также испытания.
   7. Необходимо соблюдать правила ношения спецодежды и спецобуви. Они должны быть всегда исправными и чистыми, спецодежда должна быть застегнутой, ботинки – зашнурованными.
   8. При обслуживании приборов, механизмов и других агрегатов, где возможно затягивание одежды движущимися частями, нельзя допускать свисания концов одежды; обшлага рукавов должны быть всегда застегнуты, волосы убраны под головной убор.
   9. По истечении сроков носки СИЗ, или если они преждевременно пришли в негодность, необходимо обратиться к непосредственному руководителю или ответственному лицу за обеспечение работников специальной одеждой, специальной обувью и другими средствами индивидуальной защиты, смывающими и обезвреживающими средствами, санитарной одеждой, обувью и принадлежностями (санодеждой) для замены их новыми.
   10. Работа с неисправными или пришедшими в негодность СИЗ, а также с не испытанными в положенный срок СИЗ не допускается.
2. **Обстоятельства и причины отдельных характерных травм, несчастных случаев, острых отравлений, аварий, пожаров, происшедших в организации и на других аналогичных производствах из-за нарушения требований безопасности и охраны труда.**
   1. В соответствии с видом воздействия травмы подразделяют на:

* механические (ушибы, переломы, раны и т.д.);
* тепловые (ожоги, обморожения, тепловые удары);
* химические (химические ожоги, острое отравление, удушье);
* электрические;
* комбинированные и другие (например, вызванные каким-либо излучением).

7.3. Травмы подразделяются на две категории: тяжелые и легкие.

7.4. Основными причинами производственного травматизма могут быть следующие:

* несовершенство конструкций и технологических процессов, отсутствие ограждения и блокировок;
* неритмичный процесс производства, неудовлетворительная организация рабочего места;
* загромождение рабочего места, проходов, путей эвакуации;
* скользкие напольные покрытия, в том числе из-за разливов жидкости;
* неровности напольного покрытия, наличие перепадов высот (пороги, ступени);
* недостатки в обучении и контроле знаний, нарушение правил и инструкций;
* недостаточное освещение, повышенные уровни шума, вибрации и т.п.;
* загазованность и запыленность рабочей зоны;
* физические и нервно-психические перегрузки работника.
  1. Работникам Аппарата следует проявлять осторожность при выполнении работ с сыпучими продуктами, пищевыми продуктами, бытовой и промышленной техникой.
  2. Частыми причинами несчастных случаев при выполнении привычной повседневной работы являются спешка, усталость работника, его плохое настроение (расстройство), а также самонадеянность, выражающаяся в пренебрежении работником мерами безопасности и обманчивом ощущении неуязвимости вследствие наличия опыта. В этих состояниях работник неспособен оценить имеющиеся риски и предпринять меры для обеспечения безопасности, что может привести к инцидентам и несчастным случаям.
  3. Наиболее частой причиной травматизма работников являются падения вследствие спотыкания, поскальзывания, в том числе при передвижении по лестницам. Для предотвращения связанных с этим травм следует перемещаться не торопясь, постоянно контролировать изменение окружающей обстановки, особенно на улице в сложных метеоусловиях и в темное время суток, в местах с недостаточной освещенностью. По улицам следует перемещаться по пешеходным зонам, пропускать транспорт, с осторожностью выходить на проезжую часть из-за крупных предметов и зданий.
  4. Неквалифицированному персоналу, на который не возложено подобных обязанностей, запрещается производить самостоятельный ремонт оборудования, электроустановок во избежание травм.
  5. Курение разрешается лишь в отведенных для этого местах, при проведении работ с применением открытого огня необходимо применять методы профилактики пожаров и заранее позаботиться о доступности первичных средств пожаротушения.

1. **Порядок действий работника при несчастном случае или остром отравлении. Порядок расследования и оформления несчастных случаев и профессиональных заболеваний. Социальное обеспечение пострадавших на производстве.**
   1. Обязательное социальное страхование от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний является видом социального страхования и предусматривает:

* обеспечение социальной защиты застрахованных и экономической заинтересованности субъектов страхования в снижении профессионального риска;
* возмещение вреда, причиненного жизни и здоровью застрахованного при исполнении им обязанностей по трудовому договору путем предоставления застрахованному в полном объеме всех необходимых видов обеспечения по страхованию, в том числе оплату расходов на медицинскую, социальную и профессиональную реабилитацию;
* обеспечение предупредительных мер по сокращению производственного травматизма и профессиональных заболеваний.
  1. Расследованию и учету подлежат несчастные случаи, происшедшие с работниками и другими лицами, участвующими в производственной деятельности работодателя (в том числе с лицами, подлежащими обязательному социальному страхованию от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний), при исполнении ими трудовых обязанностей или выполнении какой-либо работы по поручению работодателя (его представителя), а также при осуществлении иных правомерных действий, обусловленных трудовыми отношениями с работодателем либо совершаемых в его интересах.
  2. К лицам, участвующим в производственной деятельности работодателя, помимо работников, исполняющих свои обязанности по трудовому договору, в частности, относятся:
* работники и другие лица, получающие образование в соответствии с ученическим договором;
* обучающиеся, проходящие производственную практику;
* лица, страдающие психическими расстройствами, участвующие в производительном труде на лечебно-производственных предприятиях в порядке трудовой терапии в соответствии с медицинскими рекомендациями;
* лица, осужденные к лишению свободы и привлекаемые к труду;
* лица, привлекаемые в установленном порядке к выполнению организационно-полезных работ;
* члены производственных кооперативов и члены крестьянских (фермерских) хозяйств, принимающие личное трудовое участие в их деятельности.
  1. Расследованию в установленном порядке как несчастные случаи подлежат события, в результате которых пострадавшими были получены: телесные повреждения (травмы), в том числе нанесенные другим лицом; тепловой удар; ожог; обморожение; утопление; поражение электрическим током, молнией, излучением; укусы и другие телесные повреждения, нанесенные животными и насекомыми; повреждения вследствие взрывов, аварий, разрушения зданий, сооружений и конструкций, стихийных бедствий и других чрезвычайных обстоятельств, иные повреждения здоровья, обусловленные воздействием внешних факторов, повлекшие за собой необходимость перевода пострадавших на другую работу, временную или стойкую утрату ими трудоспособности либо смерть пострадавших, если указанные события произошли:
* в течение рабочего времени на территории работодателя либо в ином месте выполнения работы, в том числе во время установленных перерывов, а также в течение времени, необходимого для приведения в порядок орудий производства и одежды, выполнения других предусмотренных правилами внутреннего трудового распорядка действий перед началом и после окончания работы, или при выполнении работы за пределами установленной для работника продолжительности рабочего времени, в выходные и нерабочие праздничные дни;
* при следовании к месту выполнения работы или с работы на транспортном средстве, предоставленном работодателем (его представителем), либо на личном транспортном средстве в случае использования личного транспортного средства в производственных (служебных) целях по распоряжению работодателя (его представителя) или по соглашению сторон трудового договора;
* при следовании к месту служебной командировки и обратно, во время служебных поездок на организационном или служебном транспорте, а также при следовании по распоряжению работодателя (его представителя) к месту выполнения работы (поручения) и обратно, в том числе пешком;
* при следовании на транспортном средстве в качестве сменщика во время междусменного отдыха (водитель-сменщик на транспортном средстве, проводник или механик рефрижераторной секции в поезде, член бригады почтового вагона и другие);
* при работе вахтовым методом во время междусменного отдыха, а также при нахождении на судне (воздушном, морском, речном) в свободное от вахты и судовых работ время;
* при осуществлении иных правомерных действий, обусловленных трудовыми отношениями с работодателем либо совершаемых в его интересах, в том числе действий, направленных на предотвращение катастрофы, аварии или несчастного случая.
  1. Расследованию в установленном порядке как несчастные случаи подлежат также события, произошедшие с лицами, привлеченными в установленном порядке к участию в работах по предотвращению катастрофы, аварии или иных чрезвычайных обстоятельств либо в работах по ликвидации их последствий.
  2. При несчастных случаях работодатель (его представитель) обязан:
* немедленно организовать первую помощь пострадавшему и при необходимости доставку его в медицинское учреждение;
* принять неотложные меры по предотвращению развития аварийной или иной чрезвычайной ситуации и воздействия травмирующих факторов на других лиц;
* 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 фотографирование или видеосъемку, другие мероприятия);
* немедленно проинформировать о несчастном случае органы и организации, а о тяжелом несчастном случае или несчастном случае со смертельным исходом – также родственников пострадавшего;
* принять иные необходимые меры по организации и обеспечению надлежащего и своевременного расследования несчастного случая и оформлению материалов расследования в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.
  1. Порядок действий работника, если он стал свидетелем несчастного случая.

1. Убедиться, что ничего не угрожает самому свидетелю несчастного случая, принять меры для обеспечения собственной безопасности, позвать других людей на помощь.
2. Осмотреть пострадавшего и место происшествия, вызвать скорую помощь (тел. 103,112), сообщив:

* пол и возраст пострадавшего (если пострадавших несколько, сообщить только их количество),
* что произошло,
* где произошло. Не сообщать координаты GPS, т.к. могут быть значительные расхождения!
* информацию о себе (ФИО, место работы, должность),
* узнать номер наряда скорой помощи.

*Первым трубку телефона кладет диспетчер!*

1. Сообщить о несчастном случае непосредственному руководителю или руководителю Аппарата, ответственному за организацию работ по охране труда .
2. Приступить к оказанию первой помощи пострадавшим.
3. После того как пострадавшего увезла машина скорой помощи или работодатель организовал доставку пострадавших в лечебное учреждение иным способом, необходимо предотвратить развитие аварии, оградить место происшествия или зафиксировать обстановку на фото/видео.
4. Способствовать расследованию несчастного случая.
5. **Пожарная безопасность. Способы и средства предотвращения пожаров, взрывов, аварий и инцидентов. Действия работника при их возникновении.**
   1. Каждый работник должен знать и строго выполнять правила пожарной безопасности, а в случае возникновения пожара принять все зависящие от него меры к спасению людей, имущества и, по возможности, тушению пожара.
   2. Лица, вновь поступающие на работу, должны пройти инструктаж о соблюдении мер пожарной безопасности, способах вызова пожарных.
   3. На территории Аппарата должен соблюдаться установленный противопожарный режим и порядок. Требования пожарной безопасности содержатся в соответствующих утвержденных инструкциях. Территория и помещения должны содержаться в чистоте. Весь сгораемый мусор и отходы следует систематически выносить (вывозить) на специально отведенные участки. Замасленная ветошь, если она образуется в процессе деятельности, должна складываться в несгораемые ящики с крышками.
   4. Установка кипятильников, водонагревателей и титанов допускается только в специально приспособленных для этого помещениях. Запрещается использование самодельных удлинителей и электроприборов!
   5. Если возник пожар, то нужно немедленно вызвать пожарную команду по телефону «101» или «112» и, если это возможно, приступить к тушению пожара первичными средствами пожаротушения.
   6. Приступая к тушению пожара, необходимо обесточить все приборы и аппараты, отключить вентиляцию, во избежание взрыва вынести из помещения все емкости с огнеопасными веществами и, если имеются, баллоны со сжатыми газами.
   7. Эвакуация при пожаре происходит согласно планам эвакуации.
6. **Первая помощь пострадавшим.**

Первая помощь представляет собой комплекс срочных мероприятий, проводимых при несчастных случаях и внезапных заболеваниях, направленных на прекращение действия повреждающего фактора, на устранение явлений, угрожающих жизни, на облегчение страданий и подготовку пострадавшего к отправке в лечебное учреждение. Первая помощь — это простейшие действия, выполняемые непосредственно на месте происшествия в кратчайшие сроки после травмы. Она оказывается, как правило, не медиками, а работниками, находящимися в момент происшествия непосредственно на месте происшествия или вблизи от него. Оптимальным сроком оказания первой помощи считаются первые 30 минут после травмы.

* 1. Оказывающему первую помощь необходимо придерживаться следующих рекомендаций:
* принять меры к обеспечению собственной безопасности;
* освободить пострадавшего от дальнейшего воздействия на него опасного производственного фактора (электрического тока, химических веществ, воды и др.), оценить состояние пострадавшего, при необходимости вынести на свежий воздух, освободить от стесняющей дыхание одежды;
* вызвать скорую помощь (тел. «112», «103»);
* определить характер и степень повреждения, для чего обнажить поврежденную часть тела или снять с пострадавшего всю одежду. Раздевание и одевание пострадавшего должны производить осторожно, не вызывать болезненных ощущений или повторного повреждения;
* выполнить необходимые мероприятия по спасению пострадавшего в порядке срочности (восстановить проходимость дыхательных путей, в случае необходимости провести искусственное дыхание, наружный массаж сердца, остановить кровотечение, иммобилизовать место перелома, наложить повязку и т. п.);
* поддержать основные жизненные функции пострадавшего до прибытия медицинского работника;
* если нужно, принять меры для транспортировки пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.
  1. Оказывающий помощь должен знать:
* основы работы в экстремальных условиях;
* основные признаки нарушений жизненно важных функций
* организма человека;
* правила, методы, приемы оказания первой помощи применительно к особенностям конкретного несчастного случая, конкретного человека;
* основные способы переноски и эвакуации пострадавших.
  1. Оказывающий помощь должен уметь:
* быстро и правильно оценивать ситуацию,
* ориентироваться в экстремальных условиях (в том числе: в электроустановках, на воде и пр.);
* оценивать состояние пострадавшего, диагностировать вид, особенности поражения (травмы);
* определять вид необходимой первой помощи, последовательность проведения соответствующих мероприятий, контролировать их эффективность, при необходимости — осуществлять коррекцию мероприятий;
* правильно осуществлять весь комплекс первой помощи, контролировать эффективность, корректировать;
* осуществлять реанимационные мероприятия с учетом состояния пострадавшего;
* временно останавливать кровотечение путем наложения жгута, давящей повязки, пальцевого прижатия сосуда;
* выполнять искусственное дыхание «изо рта в рот» («изо рта в нос») и закрытый массаж сердца и оценивать их эффективность;
* накладывать повязки, косынки, транспортные шины при переломах костей скелета, тяжелых ушибах;
* иммобилизовать поврежденную часть тела при переломе костей, тяжелом ушибе, термическом поражении;
* оказывать помощь при поражениях электрическим током, в том числе, в экстремальных условиях;
* оказывать помощь при тепловом и солнечных ударах, утоплении, остром отравлении, рвоте, бессознательном состоянии;
* использовать подручные средства при оказании первой медицинской помощи, при переносе, погрузке, транспортировке пострадавшего;
* эвакуировать пострадавшего попутным (неприспособленным) транспортом;
* пользоваться аптечкой первой помощи.
  1. В зависимости от воздействующего фактора травмы подразделяются на механические (раны, ушибы, разрывы внутренних органов, переломы костей, вывихи), физические (ожоги, тепловой удар, обморожения, поражения электрическим током или молнией, лучевая болезнь и др.), химические (воздействия кислот, щелочей, отравляющих веществ), биологические (воздействие бактериальных токсинов), психические (испуг, шок и др.).

В зависимости от вида травмы пользуются определенным набором мер, направленных на спасение, жизни и здоровья пострадавшего.

Способы оказания первой помощи пострадавшим по видам травм содержатся в Инструкции по оказанию первой помощи пострадавшим при несчастных случаях.

Приложение № 2

к распоряжению аппарата

СД МО Марьино

от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Программа** **проведения вводного инструктажа по охране труда**.

1. Общие сведения об аппарате совета депутатов муниципального округа Марьино (далее – Аппарат), численность и характерные особенности деятельности. Расположение основных подразделений, вспомогательных помещений.
2. Основные положения законодательства о труде и об охране труда:
   1. Индивидуальный трудовой договор, рабочее время и время отдыха. Гарантии и компенсации. Регламентация труда женщин и лиц моложе 18 лет.
   2. Правила внутреннего трудового распорядка, трудовая дисциплина.
   3. Ответственность за нарушение правил внутреннего трудового распорядка.
   4. Организация работы по охране труда. Осуществление государственного надзора и общественного контроля за состоянием охраны труда в организации.
3. Условия труда. Опасные и вредные производственные факторы, характерные для данного производства. Методы и средства предупреждения несчастных случаев и профессиональных заболеваний: средства коллективной защиты, плакаты, знаки безопасности, сигнализация. Основные требования по предупреждению электротравматизма.
4. Общие обязанности работника по охране труда. Общие правила поведения работников на территории организации, в производственных и вспомогательных помещениях.
5. Основные требования производственной санитарии и личной гигиены.
6. Средства индивидуальной защиты (СИЗ). Порядок и нормы выдачи СИЗ, сроки носки.
7. Обстоятельства и причины отдельных характерных несчастных случаев, острых отравлений, аварий, пожаров, происшедших в организации и на других аналогичных производствах из-за нарушения требований безопасности и охраны труда.
8. Порядок действий работника при несчастном случае или остром отравлении. Порядок расследования и оформления несчастных случаев и профессиональных заболеваний. Социальное обеспечение пострадавших на производстве.
9. Пожарная, промышленная и транспортная безопасность. Способы и средства предотвращения пожаров, взрывов, аварий и инцидентов. Действия работника при их возникновении.
10. Первая помощь пострадавшим.

Приложение № 3

к распоряжению аппарата

СД МО Марьино

от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Инструкция**

**по охране труда при эксплуатации**

**электрических бытовых приборов**

1. **ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА**
   1. Настоящая инструкция устанавливает основные требования по охране труда при пользовании электрочайником, микроволновой печью, холодильником и другими бытовыми электроприборами в аппарате Совета депутатов муниципального округа Марьино.
   2. К эксплуатации бытовых электроприборов допускаются лица, имеющие группу допуска по электробезопасности не ниже I;
   3. При пользовании бытовыми электроприборами существует опасность возникновения следующих опасных факторов:
      1. воздействие электрическим током;
      2. тепловое воздействие;
      3. возгорание, вызванное коротким замыканием электропроводки и электроконтактов;
   4. Допускается применение электробытовых приборов только заводского исполнения, имеющих паспорт и сертификат соответствия
   5. Все используемые электроприборы должны иметь подставку из негорючего и теплоизоляционного материала
   6. Пользование электроприборами должно производиться только в специально отведенных местах, которые должны иметь индивидуальные точки подключения для каждого электроприбора. Запрещается установка электроплиты и холодильника вплотную к стене.
   7. Точки подключения должны быть оборудованы электрическими розетками евростандарта, обеспечивающими сообщение с контуром заземления, либо иметь независимое подключение к контуру заземления.
   8. Все работы по устранению неисправностей и ремонту электроплит, электрочайников, микроволновых печей и других электроприборов должны выполняться после отключения от сети, специалистами организаций, имеющих право на ремонт бытовых электроприборов.
   9. Ответственность за пользованием исправными электробытовыми приборами возлагается на лицо, ответственное за противопожарную безопасность помещения, где применяются данные электроприборы.
2. **ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПЕРЕД НАЧАЛОМ РАБОТ**
   1. Перед включением электроприбора в сеть необходимо убедиться в исправности шнура, вилки, розетки. Электрошнуры не должны иметь скруток и повреждений. При наличии механических повреждений к работе не приступать.
   2. Необходимо проверить видимые повреждения, соответствие напряжения 220 В, которое должно быть указано на прикрепляемой к электророзетке табличке и бытовом электроприборе. Электророзетка должна быть надежно закреплена. При несоответствии напряжения к работе не приступать.
   3. Перед включением электрочайника необходимо проверить наличие и уровень воды в нем, следить, чтобы во время работы нагревательный элемент был полностью закрыт водой.
   4. Запрещается включение электроприборов через тройник в одну электророзетку для совместного использования.
3. **ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ВО ВРЕМЯ РАБОТЫ**
   1. Во время работы запрещается оставлять электрочайник, электроплиту и микроволновую печь без присмотра.
   2. Запрещается оставлять и держать возле электроприборов легковоспламеняющиеся вещества.
   3. Запрещается использование электроплиты для обогрева помещения.
   4. При пользовании микроволновой печью не разрешается использование посуды, не предназначенной для разогрева.
   5. При эксплуатации электрического чайника:
      1. Не нагревать в чайнике ничего, кроме воды.
      2. Располагать чайник на сухой и ровной поверхности, не размещать его на горячей поверхности или над открытым пламенем.
      3. При использовании электроприбора следует убедиться в том, что сетевой шнур не находится ниже уровня, на котором расположен прибор. Длину шнура можно уменьшить путем наматывания его в отсек для хранения шнура.
      4. При случайном включении чайника без воды срабатывает устройство защиты и автоматически отключает его. В этом случае необходимо подождать 10 минут, чтобы дать чайнику остыть, и только после этого наполнить его водой.
      5. Не открывать крышку чайника в процессе кипения воды.
      6. В случае обнаружения любой неисправности работу следует прекратить.
      7. При обнаружении течи электрочайника его необходимо незамедлительно отключить
   6. При эксплуатации холодильника:
4. Не рекомендуется размещать холодильник вблизи источников тепла и в скрытых местах, углублениях или нишах.
5. Зазор между холодильником и стеной должен быть не менее 15 см.
6. Холодильник необходимо располагать на ровной и устойчивой поверхности.
7. Не ускорять процесс размораживания, пытаясь соскоблить иней с испарителя острыми предметами.
8. Не использовать для мойки холодильника воспламеняющиеся или токсичные чистящие средства, металлические скребки и щетки, абразивные средства и органические растворители.
9. Не допускать повреждения электрошнура механическим воздействием посторонних предметов. Отключая холодильник от электросети, следует держаться за вилку и не держать за электрошнур.
10. Перед всеми операциями по чистке, мойке и т.п., следует отключать холодильник от сети.
11. Допускается оставлять включенным холодильник в помещениях, зданиях, оборудованных системой автоматического оповещения о пожаре.
12. **ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ**
    1. При обнаружении несвойственного горелого запаха, оплавления электропроводки, нагрева контактов вилки и электророзетки необходимо отключить электроприбор.
    2. Извлекать вилку из розетки разрешается только после выключения всех нагревательных элементов электроплиты и электрочайника, при отсутствии оголенных проводов, при исправности вилки. При наличии серьезных неисправностей, оплавления вилки и розетки прикасаться к прибору запрещается, также необходимо сообщить дежурному электротехническому персоналу для полного обесточивания неисправных электроприборов, а также лицу, ответственному за противопожарную безопасность помещения, объекта, руководству.
    3. При отказе или неисправном функционировании любого электроприбора, при пощипывании электротоком работу следует приостановить, отключить прибор от электросети и сообщить об этом руководителю.
    4. При электротравме оказать пострадавшему первую доврачебную помощь, вызвать врача.
    5. При возгорании электронагревательных приборов необходимо отключить при возможности электронагревательные элементы и использовать для тушения имеющиеся первичные средства пожаротушения.
    6. При возникновении пожара сообщить по телефону 112, а также руководству подразделения, оповестить о пожаре людей, находящихся в помещении, здании.
    7. Схема оповещения должна быть вывешена в установленных местах, а также в местах присутствия круглосуточного дежурного персонала.
13. **ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПО ОКОНЧАНИИ РАБОТ**
    1. По окончании пользования электроприборами необходимо отключить их нагревательные элементы, электрочайник убрать с подставки, после чего вытащить вилку из розетки.
    2. Запрещается мыть электрочайник, полностью погружая его в воду, во избежание последующего возможного нагрева и замыкания электроконтактов.
    3. Мытье и чистка холодильника производится только при полном отключении от электророзетки.
    4. По окончании пользования все бытовые электроприборы должны быть обесточены, вилки рассоединены от розеток.
    5. Необходимо также провести осмотр оборудования и всех электрических устройств с целью выявления возможных отклонений от требований электробезопасности, возникших в течение рабочего дня.

Приложение № 4

к распоряжению аппарата

СД МО Марьино

от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Инструкция**

**по охране труда при выполнении работ**

**на персональном компьютере**

1. **ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА**
   1. Настоящая инструкция регламентирует основные требования охраны труда при выполнении работ на персональных компьютерах (далее - ПК) в аппарате Совета депутатов муниципального округа Марьино (далее- Аппарат).
   2. К самостоятельной работе на ПК допускаются лица не моложе 18 лет, прошедшие:
      1. вводный инструктаж по охране труда;
      2. первичный инструктаж по охране труда на рабочем месте;
      3. обучение требованиям охраны труда и приемам оказания первой помощи;
      4. проверку знаний требований охраны труда;
      5. инструктаж и присвоение группы I по электробезопасности.
   3. При работе с ПК на муниципальных служащих (далее -работники) могут оказывать воздействие следующие опасные факторы:
      1. превышение допустимых значений уровней электромагнитного поля;
      2. недостаточная освещенность рабочих мест;
      3. факторы микроклимата (повышенная или пониженная температура воздуха, повышенная скорость движения воздуха и относительная влажность воздуха);
      4. повышенное напряжение внимания и зрительных анализаторов;
      5. длительные статические нагрузки на плечевой пояс и руки;
      6. монотонность труда;
      7. свисающие/ располагающиеся в зоне прохода провода оборудования.
   4. Работник обязан:
      1. соблюдать правила внутреннего трудового порядка, установленные в Аппарате;
      2. соблюдать требования настоящей инструкции;
      3. соблюдать требования пожарной безопасности;
      4. соблюдать требования по электробезопасности;
      5. знать порядок действий при эвакуации персонала, при аварийных ситуациях;
      6. уметь пользоваться первичными средствами пожаротушения;
      7. уметь оказывать первую помощь пострадавшему при несчастном случае;
      8. немедленно известить своего непосредственного или вышестоящего руководителя о происшествии, несчастном случае или аварии;
      9. выполнять только порученную непосредственным руководителем работу и не передавать ее другим без разрешения непосредственного руководителя;
      10. во время работы быть внимательным, не отвлекаться и не отвлекать других, не допускать присутствие на рабочем месте лиц, не имеющих отношения к работе;
      11. принимать пищу, курить, отдыхать разрешается только в специально отведенных для этого помещениях и местах, пить воду только из специально предназначенных для этого установок (кулеров/ пурифайеров).
   5. Общие требования к организации и оборудованию рабочих мест пользователей ПК:
      1. помещения для работы на компьютерах должны иметь естественное и (или)искусственное освещение;
      2. дисплей монитора должен находиться от глаз пользователя на расстоянии 0,6-0,7м, но не ближе 0,5м (с учётом размеров алфавитно-цифровых знаков и символов).
   6. Конструкция рабочего стола должна обеспечивать:
      1. оптимальное размещение на рабочей поверхности используемого оборудования с учетом его количества и конструктивных особенностей, характера выполняемой работы;
      2. поддержание рациональной рабочей позы при работе на ПК, позволять изменять позу с целью снижения статистического напряжения мышц шейно-плечевой области спины для предупреждения развития утомления;
      3. высота рабочей поверхности стола должна регулироваться в пределах 0,6-0,8м; при отсутствии такой возможности высота рабочей поверхности стола должна составлять 0,7м;
      4. рабочий стол должен иметь пространство для ног высотой не менее 0,6м, шириной не менее 0,5 м, глубиной на уровне колеи не менее 0,45м и на уровне вытянутых ног не менее 0,65м.
   7. Клавиатуру следует располагать на поверхности стола на расстоянии 0,1-0,3м от края, обращенного к пользователю, или на специальной регулируемой по высоте рабочей поверхности, отделенной от основной столешницы.
   8. Конструкция рабочего стула должна обеспечивать:
      1. ширину и глубину поверхности сиденья не менее 0,4м;
      2. поверхность сиденья с закругленным передним краем;
      3. регулировку высоты поверхности сиденья в пределах 0,4-0,55м и углов наклона вперед до 15° и назад до 5°;
      4. высоту опорной поверхности спинки 0,3±0,02м, ширину не менее 0,38м и радиус кривизны горизонтальной плоскости 0,4м;
      5. угол наклона спинки в вертикальной плоскости в пределах +30°;
      6. регулировку расстояния спинки от переднего края сиденья в пределах 0,26-0,4м;
      7. поверхность сидения, спинки и других элементов стула (кресла) должна быть полумягкой, с нескользящим, слабо электризующимся и воздухопроницаемым покрытием, обеспечивающим легкую очистку от загрязнений;
      8. стационарные или съемные подлокотники длиной не менее 0,25м и шириной 0,05-
      9. 0,07м.
   9. Рабочий стул (кресло) должен быть подъемно-поворотным, регулируемым по высоте и углу наклона сиденья и спинки, а также расстоянию спинки от переднего края сиденья. При этом регулировка каждого параметра должна быть независимой, легко осуществляемой и иметь надежную фиксацию.
   10. Лица, допущенные к работе на ПК, должны выполнять только ту работу, которая им поручена, и которая входит в круг обязанностей работника.
   11. При возникновении в процессе работы каких-либо вопросов, связанных с ее безопасным выполнением, необходимо немедленно обращаться к непосредственному руководителю.
   12. За нарушение требований настоящей инструкции работник несет ответственность в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.
2. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПЕРЕД НАЧАЛОМ РАБОТЫ
   1. Перед началом работы работник обязан:
      1. осмотреть и привести в порядок рабочее место;
      2. отрегулировать освещенность на рабочем месте, убедиться в отсутствии отражений на экране, отсутствии встречного светового потока;
      3. проверить правильность подключения оборудования к электросети;
      4. убедиться в наличии защитного заземления;
      5. 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 целях исключения неудобных поз, длительных напряжений в соответствии с требованиями эргономики.
   2. При включении ПК работник обязан соблюдать следующую последовательность включения оборудования:
      1. включить питание;
      2. включить периферийные устройства (принтер, монитор, сканер и др.);
      3. включить системный блок (процессор).
   3. Работнику запрещается приступать к работе в случае обнаружения несоответствия рабочего места установленным в данном разделе требованиям, при обнаружении неисправности оборудования, а также при невозможности выполнять указанные в данном разделе подготовительные к работе действия.
   4. Обо всех обнаруженных неисправностях и неполадках сообщить руководителю и приступить к работе только после их устранения.
3. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ВО ВРЕМЯ РАБОТЫ
4. Работник во время работы обязан:
   * 1. выполнять только ту работу, которая ему была поручена, и по которой он проинструктирован;
     2. содержать в порядке и чистоте рабочее место;
     3. держать открытыми все вентиляционные отверстия устройств;
     4. при необходимости прекращения работы на некоторое время корректно закрыть все активные задачи;
     5. выполнять санитарные нормы и соблюдать режимы работы и отдыха;
     6. соблюдать правила эксплуатации ПК в соответствии с инструкциями по эксплуатации;
     7. при работе с текстовой информацией выбрать наиболее физиологичный режим представления черных символов на белом фоне;
     8. соблюдать установленные режимом рабочего времени регламентированные перерывы в работе и выполнять рекомендованные упражнения для глаз, шеи, рук, туловища, ног;
     9. соблюдать расстояния от глаз до экрана в пределах 60-80 см.
   1. Работнику во время работы запрещается:
      1. прикасаться к задней панели системного блока (процессора) при включенном питании;
      2. переключение разъемов интерфейсных кабелей периферийных устройств при включенном питании;
      3. загромождать верхние панели устройств бумагами и посторонними предметами;
      4. допускать захламленность рабочего места бумагой во избежание накапливания органической пыли;
      5. производить отключение питания во время выполнения активной задачи;
      6. производить частые переключения питания;
      7. допускать попадание влаги на поверхность системного блока (процессора), монитора, рабочую поверхность клавиатуры, дисководов, и др. устройств;
      8. включать сильно охлажденное (принесенное с улицы в зимнее время) оборудование;
      9. производить самостоятельно вскрытие и ремонт оборудования;
      10. отключать оборудование от электросети и выдергивать электровилку, держась за шнур.
   2. При постоянной работе экран должен находиться в центре поля обзора, документы располагать слева на столе или на пюпитре в одной плоскости с экраном.
   3. Для предупреждения преждевременной утомляемости пользователей ПК рекомендуется организовать рабочую смену путем чередования работ с использованием ПК и без них.
5. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ
   1. Во всех случаях обнаружения опасных ситуаций, в случае появления резких ухудшений самочувствия, а также в любых других ситуациях, которые по мнению работника создают непосредственную угрозу жизни или здоровью людей, он обязан немедленно сообщить об аварийной ситуации главе муниципального округа Марьино (далее – руководитель) или ответственному лицу.
   2. Обо всех несчастных случаях, произошедших с работником в рабочее время, или о несчастных случаях, произошедших с другими работниками Аппарата, необходимо немедленно сообщить своему непосредственному руководителю.
   3. Работники, находящиеся вблизи места происшествия несчастного случая, должны оказать первую помощь пострадавшему и сообщить об этом руководителю или ответственному лицу, вызывать бригаду скорой помощи по телефону «103» или «112».
   4. При обнаружении человека, попавшего под напряжение, необходимо принять все меры по отключению электропитания и освобождению человека от действия тока.
   5. При расследовании причин несчастного случая работники обязаны сообщить известные им обстоятельства происшедшего случая.
   6. Работник при обнаружении пожара или признаков горения (задымление, запах гари, повышение температуры и т.п.) обязан:
      1. немедленно оповестить экстренные оперативные службы со стационарного или мобильного телефонов по номеру «101» или «112»;
      2. оповестить работающих, поставить в известность руководителя, сообщить о возгорании на пост охраны;
      3. приступить к эвакуации посетителей и персонала;
      4. приступить к посильному тушению пожара первичными средствами пожаротушения, если это не сопряжено с риском для жизни.
      5. покинуть здание и находиться в зоне эвакуации.
6. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПОСЛЕ ОКОНЧАНИЯ РАБОТЫ
   1. По окончании работы работник обязан соблюдать следующую последовательность выключения устройств:
      1. произвести закрытие всех активных задач;
      2. убедиться, что в дисководах нет дисков;
      3. выключить питание системного блока (процессора);
      4. выключить питание всех периферийных устройств;
      5. отключить питание.
7. Работник обязан отключить питание оборудования, если оно не используется в течение длительного времени (например, ночью). Если оборудование не используется более продолжительное время (например, в праздничные дни), необходимо отсоединить его от сетевой розетки.
8. Сообщить руководителю об окончании работы и обо всех неисправностях и недостатках, замеченных во время работы и о принятых мерах по их устранению.

Приложение № 5

к распоряжению аппарата

СД МО Марьино

от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Инструкция по охране труда при следовании к месту выполнения

работ и обратно пешком, при пользовании общественным наземным

транспортом, метрополитеном

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА

1. Настоящая инструкция регламентирует основные требования охраны труда при следовании к месту выполнения работ и обратно пешком, при пользовании общественным наземным транспортом, метрополитеном муниципальными служащими (далее – работники) аппарата Совета депутатов муниципального округа Марьино (далее – Аппарат).
2. При следовании к месту выполнения работ и обратно пешком, при пользовании общественным наземным транспортом, метрополитеном на работников возможно воздействие опасных производственных факторов, в том числе:
   * 1. движущиеся автомобили и другие транспортные средства при передвижении по автомобильным дорогам (пешком и на автомобиле);
     2. неровная или скользкая поверхность ступеней лестничных маршей, полов помещений;
     3. ручные и автоматические двери;
     4. недостаточность естественного и искусственного освещения;
     5. поражение электрическим током;
     6. повышенное скольжение (вследствие обледенения, увлажнения и замасливания поверхностей покрытия территории и помещений);
     7. неудовлетворительное состояние дорог, тротуаров, проходов;
     8. неблагоприятные метеорологические условия (пониженная или повышенная температура, высокая влажность, порывы ветра);
     9. падение предметов с высоты (сосулек, элементов конструкций зданий);
     10. низко расположенные конструктивные элементы зданий и сооружений;
     11. слепящее действие от прожекторного освещения, света фар автотранспорта.
3. Работник обязан:
   * 1. соблюдать правила внутреннего трудового порядка, установленные в Аппарате;
     2. соблюдать требования настоящей инструкции;
     3. соблюдать требования пожарной безопасности;
     4. соблюдать требования по электробезопасности;
     5. знать порядок действий при эвакуации персонала, при аварийных ситуациях;
     6. уметь пользоваться первичными средствами пожаротушения;
     7. уметь оказывать первую помощь пострадавшему при несчастном случае;
     8. немедленно известить своего непосредственного или вышестоящего руководителя о происшествии, несчастном случае или аварии;
     9. выполнять только порученную непосредственным руководителем работу и не передавать ее другим без разрешения непосредственного руководителя;
     10. во время работы быть внимательным, не отвлекаться и не отвлекать других, не допускать присутствие на рабочем месте лиц, не имеющих отношения к работе;
     11. принимать пищу, курить, отдыхать разрешается только в специально отведенных для этого помещениях и местах, пить воду только из специально предназначенных для этого установок (кулеров);
     12. соблюдать правила личной гигиены.
4. За нарушение требований настоящей инструкции работник несет ответственность в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

2. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПЕРЕД НАЧАЛОМ РАБОТЫ

1. Работник при нахождении вне территории организации обязан знать участок и маршрут, переходы через улицы и железнодорожные пути, маршруты движения общественного транспорта, опасные зоны и места, телефоны, местонахождение отделений полиции и медицинских учреждений.
2. При самостоятельном передвижении вне территории организации выбрать маршрут передвижения от одного места работ до другого с соблюдением мер личной безопасности. Если на маршруте движения есть (или появились) опасные участки, то выбрать обходной путь.
3. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ВО ВРЕМЯ РАБОТЫ
   1. Требования охраны труда при следовании к месту выполнения работ и обратно пешком
      1. Работник должен двигаться по тротуарам или пешеходным дорожкам, а при их отсутствии - по обочинам.
      2. При отсутствии тротуаров, пешеходных дорожек или обочин, а также в случае невозможности двигаться по ним работник может двигаться по велосипедной дорожке или идти в один ряд по краю проезжей части (на дорогах с разделительной полосой - по внешнему краю проезжей части).
      3. При движении по краю проезжей части работник должен идти навстречу движению транспортных средств. В темное время суток обязательно применять световозвращающие элементы.
      4. Работник должен пересекать проезжую часть только по пешеходным переходам,- подземным и надземным.
      5. В местах, где движение регулируется, работник должен руководствоваться сигналами регулировщика или пешеходного светофора, а при его отсутствии - транспортного светофора.
      6. На нерегулируемых пешеходных переходах работник может выходить на проезжую часть после того, как оценит расстояние до приближающихся транспортных средств, их скорость, и убедится, что переход будет безопасен.
      7. Запрещено пересекать проезжую часть вне пешеходного перехода, создавать помехи для движения транспортных средств и выходить из-за стоящего транспортного средства или иного препятствия, ограничивающего обзорность, не убедившись в отсутствии приближающихся транспортных средств.
      8. Выйдя на проезжую часть, работник не должен задерживаться или останавливаться, если это не связано с обеспечением безопасности движения. Работник, не успевший закончить переход, должен остановиться на линии, разделяющей транспортные потоки противоположных направлений. Продолжать переход можно, лишь убедившись в безопасности дальнейшего движения и с учетом сигнала светофора (регулировщика).
      9. При приближении транспортных средств с включенными синим проблесковым маячком и специальным звуковым сигналом работник обязан воздержаться от перехода проезжей части, а находящиеся на ней должны уступить дорогу этим транспортным средствам и незамедлительно освободить проезжую часть.
      10. 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.
   2. Требования охраны труда при пользовании общественным наземным транспортом
      1. При поездке на транспортном средстве, оборудованном ремнями безопасности, работник обязан быть пристегнутыми ими.
      2. Посадку и высадку производить исключительно со стороны тротуара или обочины на остановочных пунктах и только после полной остановки транспортного средства.
      3. При обнаружении в салоне транспортного средства забытых вещей, коробок и т.п., не трогая их, немедленно сообщить об этом кондуктору или водителю.
      4. Пассажирам запрещается:
         1. отвлекать водителя от управления транспортным средством во время его движения;
         2. препятствовать закрытию дверей или открывать их до полной остановки;
         3. проезжать в общественном транспорте в нетрезвом состоянии или в пачкающей одежде;
         4. курить;
         5. высовываться из окон;
         6. провозить в качестве багажа и ручной клади огнеопасные, взрывчатые, отравляющие, легковоспламеняющиеся, ядовитые, радиоактивные, едкие и зловонные вещества.
   3. Требования охраны труда при пользовании метрополитеном

Метрополитен — транспортное предприятие, связанное с повышенной опасностью. К территории метрополитена относятся станции и входящие в их состав подуличные переходы, межстанционные тоннели и открытые участки, площадки электроподстанций, депо и вентиляционных шахт, вагоны поездов.

* + 1. Лица, находящиеся на территории метрополитена, должны соблюдать в нем чистоту и общественный порядок.
    2. Находясь на эскалаторе, необходимо стоять справа лицом по направлению его движения, проходить с левой стороны, держаться за поручень, не наступать на ограничительную линию на ступенях, не прислоняться к неподвижным частям, не задерживаться при сходе с эскалатора. Запрещается входить на неработающий эскалатор без разрешения работников метрополитена.
    3. На платформе станции запрещается заходить за ограничительную линию у края до полной остановки поезда, а при его остановке следует освобождать место у дверей вагонов для выхода пассажиров.
    4. В вагоне следует не прислоняться к дверям, не мешать входу и выходу пассажиров, при подъезде к станции назначения подготовиться к выходу.
    5. О всех случаях падения людей или вещей на пути метрополитена, возникновения задымления или пожара, а также ситуаций, которые могут повлиять на безопасность пассажиров или движения поездов, необходимо немедленно сообщать дежурному по станции или машинисту поезда по связи «пассажир — машинист».
    6. На территории метрополитена запрещается:
       1. распивать спиртные напитки и находиться в нетрезвом состоянии.
       2. курить;
       3. создавать ситуации, мешающие движению пассажиропотока;
       4. сидеть, ставить вещи на ступени и поручни эскалаторов, облокачиваться на поручни, бежать по эскалаторам и платформам;
       5. спускаться на путь;
       6. открывать двери вагонов во время движения и остановок, а также препятствовать их открытию и закрытию на остановках;
       7. наносить повреждения сооружениям, устройствам пути, оборудованию и подвижному составу метрополитена.
    7. При падении на рельсы:
       1. поручите рядом стоящим на платформе людям сообщить об этом дежурному по станции, машинисту электропоезда;
       2. не пытайтесь выбраться наверх самостоятельно, т.к. вы рискуете наступить на проходящий под платформой контактный рельс под напряжением;
       3. если при падении вы не травмировались и можете самостоятельно двигаться, нужно, не приближаясь к краю платформы, пройти к месту остановки головного вагона поезда, это даст машинисту возможность затормозить вовремя (ориентир - черно-белая рейка, укрепленная на пути). Достигнув места, спокойно ожидайте работника метрополитена, который выведет вас из тоннеля;
       4. если вы не можете быстро дойти до места остановки головного вагона, ложитесь между рельсами и не вставайте до отхода поезда.
    8. Если поезда долго нет, или в метро давка, воспользуйтесь другими линиями метро или другим (наземным) транспортом.
    9. Если есть возможность, отдавайте предпочтение центральным вагонам, которые в случае аварии страдают меньше, чем головные и хвостовые.
    10. Обращайте внимание на оставленные сумки, портфели, свертки, игрушки, банки и другие бесхозные предметы, в которых могут находиться самодельные взрывные устройства. Немедленно сообщите об обнаружении таких предметов водителю, машинисту поезда, любому работнику полиции. Не открывайте их, не трогайте руками, предупредите стоящих рядом людей о возможной опасности.

1. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ
   1. Во всех случаях обнаружения опасных ситуаций, в случае появления резких ухудшений самочувствия, а также в любых других ситуациях, которые по мнению работника создают непосредственную угрозу жизни или здоровью людей, он обязан немедленно сообщить об аварийной ситуации руководителю или ответственному лицу.
   2. Обо всех несчастных случаях, произошедших с работником в рабочее время или о несчастных случаях, произошедших с другими работниками Аппарата, необходимо немедленно сообщить своему непосредственному руководителю.
   3. Работники, находящиеся вблизи места происшествия несчастного случая, должны оказать первую помощь пострадавшему и сообщить об этом руководителю или ответственному лицу, вызвать бригаду скорой помощи по телефону «103» или «112».
   4. При обнаружении человека, попавшего под напряжение, необходимо принять все меры по отключению электропитания и освобождения человека от действия тока.
   5. При расследовании причин несчастного случая работники обязаны сообщить известные им обстоятельства происшедшего случая.
   6. Работник при обнаружении пожара или признаков горения (задымление, запах гари, повышение температуры и т.п.) обязан:
      1. немедленно оповестить экстренные оперативные службы со стационарного или мобильного телефонов по номеру «101» или «112»;
      2. оповестить работающих, поставить в известность руководителя, сообщить о возгорании на пост охраны;
      3. приступить к эвакуации посетителей и персонала;
      4. приступить к посильному тушению пожара первичными средствами пожаротушения, если это не сопряжено с риском для жизни.
      5. покинуть здание и находиться в зоне эвакуации.
2. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПОСЛЕ ОКОНЧАНИЯ РАБОТЫ
   1. По окончании работы необходимо доложить руководителю о выполнении задания и, перемещаясь по установленным маршрутам с соблюдением требований безопасности, регламентируемых настоящей инструкцией, покинуть территорию организации.

Приложение № 6

к распоряжению аппарата

СД МО Марьино

от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Инструкция

по охране труда при выполнении работ  
на копировально-множительной технике

1. **ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА**
2. Настоящая инструкция регламентирует основные требования охраны труда при выполнении работ на копировально-множительной технике в аппарате Совета депутатов муниципального округа Марьино (далее – Аппарат).
3. К самостоятельной работе на копировально-множительной технике допускаются лица не моложе 18 лет, прошедшие:
   * 1. вводный инструктаж по охране труда;
     2. первичный инструктаж по охране труда на рабочем месте;
     3. обучение требованиям охраны труда и приемам оказания первой помощи;
     4. проверку знаний требований охраны труда;
     5. инструктаж и присвоение группы I по электробезопасности.
4. При выполнении работ на копировально-множительной технике на муниципальных служащих (далее – работников) возможно воздействие опасных производственных факторов, в том числе:
   * 1. повышенное значение напряжения в электрической цепи, замыкание которой может произойти через тело человека;
     2. недостаточная освещенность рабочих мест;
     3. повышенное содержание в воздухе рабочей зоны озона при работе с копировально- множительной техникой.
     4. провода электропитания копировально-множительной техники (если не убраны в кабель-каналы).
   1. Работник обязан:
      1. соблюдать правила внутреннего трудового порядка, установленные в Аппарате;
      2. соблюдать требования настоящей инструкции;
      3. соблюдать требования пожарной безопасности;
      4. соблюдать требования по электробезопасности;
      5. знать порядок действий при эвакуации персонала, при аварийных ситуациях;
      6. уметь пользоваться первичными средствами пожаротушения;
      7. уметь оказывать первую помощь пострадавшему при несчастном случае;
      8. немедленно известить своего непосредственного или вышестоящего руководителя о происшествии, несчастном случае или аварии;
      9. выполнять только порученную непосредственным руководителем работу и не передавать ее другим без разрешения непосредственного руководителя;
      10. во время работы быть внимательным, не отвлекаться и не отвлекать других, не допускать присутствие на рабочем месте лиц, не имеющих отношения к работе;
      11. принимать пищу, курить, отдыхать разрешается только в специально отведенных для этого помещениях и местах, пить воду только из специально предназначенных для этого установок (кулеров/ пурифайеров).
5. За нарушение требований настоящей инструкции работник несет ответственность в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.
6. **ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПЕРЕД НАЧАЛОМ РАБОТЫ**
7. Перед началом работы необходимо осмотреть рабочее место, убрать с него все, что может мешать работе.
8. До включения используемого оборудования необходимо:
   * 1. проверить правильность подключения оборудования в электросеть;
     2. убедиться в наличии защитного заземления;
     3. проверить и отрегулировать освещение рабочего места.
9. Обо всех обнаруженных неисправностях и неполадках сообщить своему непосредственному руководителю и приступить к работе только после их устранения.
10. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ВО ВРЕМЯ РАБОТЫ
    1. При выполнении работ необходимо быть внимательным, не отвлекаться посторонними разговорами и делами, не отвлекать других работников.
    2. Во время работы обращать внимание на символы, высвечивающиеся на панели оборудования, не игнорировать их.
    3. Не снимать крышки и панели, жестко закрепленные на устройстве. В некоторых компонентах устройств используется высокое напряжение или лазерное излучение, что может привести к поражению электрическим током или вызвать ухудшение зрения от временного до стойкого.
    4. Не производить включение/выключение аппаратов мокрыми руками.
    5. Не ставить на устройство емкости с водой, не класть металлические предметы.
    6. Не эксплуатировать аппарат, если он перегрелся, стал дымиться, появился посторонний запах или звук.
    7. Не эксплуатировать аппарат, если его уронили или корпус был поврежден.
    8. Вынимать застрявшие листы можно только после отключения устройства из сети.
    9. Запрещается самостоятельно перемещать аппараты.
    10. Все работы по замене картриджей, бумаги можно производить только после отключения аппарата от сети.
    11. Запрещается опираться на стекло, класть на него какие-либо вещи помимо оригинала копируемого/ сканируемого документа.
    12. Запрещается работать на аппарате с треснувшим стеклом.
    13. Обязательно мыть руки теплой водой с мылом после каждой чистки картриджей, узлов.
    14. Просыпанный тонер (носитель) немедленно собрать пылесосом или влажной ветошью.
11. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ
    1. Во всех случаях обнаружения опасных ситуаций, в случае появления резких ухудшений самочувствия, а также в любых других ситуациях, которые по мнению работника создают непосредственную угрозу жизни или здоровью людей, он обязан немедленно сообщить об аварийной ситуации руководителю или ответственному лицу.
    2. Обо всех несчастных случаях, произошедших с работником в рабочее время или о несчастных случаях, произошедших с другими работниками Аппарата, необходимо немедленно сообщить своему непосредственному руководителю, в службу персонала, специалисту по охране труда.
    3. Работники, находящиеся вблизи места происшествия несчастного случая, должны оказать первую помощь пострадавшему и сообщить об этом руководителю или ответственному лицу, вызывать бригаду скорой помощи по телефону «103» или «112».
    4. При обнаружении человека, попавшего под напряжение, необходимо принять все меры по отключению электропитания и освобождению человека от действия тока.
    5. При расследовании причин несчастного случая работники обязаны сообщить известные им обстоятельства происшедшего случая.
    6. Работник при обнаружении пожара или признаков горения (задымление, запах гари, повышение температуры и т.п.) обязан:
       1. немедленно оповестить экстренные оперативные службы со стационарного или мобильного телефонов по номеру «101» или «112»;
       2. оповестить работающих, поставить в известность руководителя, сообщить о возгорании на пост охраны;
       3. приступить к эвакуации посетителей и персонала;
       4. приступить к посильному тушению пожара первичными средствами пожаротушения, если это не сопряжено с риском для жизни.
       5. покинуть здание и находиться в зоне эвакуации.
12. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПОСЛЕ ОКОНЧАНИЯ РАБОТЫ
    1. По окончании работ необходимо:
       1. остановить оборудование,
       2. выключить общий выключатель,
       3. привести в порядок рабочее место.
    2. О замеченных неисправностях и неполадках в оборудовании сообщить руководителю.

Приложение № 7

к распоряжению аппарата

СД МО Марьино

от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Инструкция по охране труда**

**при оказании первой помощи пострадавшим**

1. **ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

Первая помощь — это комплекс мероприятий, направленных на восстановление или сохранение жизни и здоровья пострадавшего, осуществляемых немедицинскими работниками (взаимопомощь) или самим пострадавшим (самопомощь). Одним из важнейших положений оказания первой помощи является ее срочность: чем быстрее она оказана, тем больше надежды на благоприятный исход. Поэтому такую помощь своевременно может и должен оказать тот, кто находится рядом с пострадавшим.

Основными условиями успеха при оказании первой помощи являются спокойствие, находчивость, быстрота действий, знания и умения оказывающего первую помощь. Каждый муниципальный служащий (далее – работник) аппарата Совета депутатов муниципального округа Марьино (далее – Аппарат) должен уметь оказывать первую помощь.

* 1. Оказывающий помощь должен знать:
     1. Основные признаки нарушения жизненно важных функций организма человека.
     2. Общие принципы оказания первой помощи и ее приемы применительно к характеру полученного пострадавшим повреждения.
     3. Основные способы переноски и эвакуации пострадавших.
  2. Оказывающий помощь должен уметь:
     1. Оценивать состояние пострадавшего и определять, в какой помощи в первую очередь он нуждается.
     2. Обеспечивать свободную проходимость верхних дыхательных путей;
     3. Выполнять искусственное дыхание "изо рта в рот" ("изо рта в нос") и закрытый массаж сердца и оценивать их эффективность.
     4. Временно останавливать кровотечение путем наложения жгута, давящей повязки, пальцевого прижатия сосуда.
     5. Накладывать повязку при повреждении (ранении, ожоге, обморожении, ушибе).
     6. Фиксировать поврежденную часть тела при переломе костей, тяжелом ушибе, термическом поражении.
     7. Оказывать помощь при тепловом и солнечном ударах, утоплении, остром отравлении, рвоте, бессознательном состоянии.
     8. Использовать подручные средства при переноске, погрузке и транспортировке пострадавших.
     9. Определять целесообразность вывоза пострадавшего машиной скорой помощи или попутным транспортом.
     10. Пользоваться аптечкой первой помощи.

1. **ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ РАЗНЫХ ВИДАХ ТРАВМ**
   1. При засорении глаз
      1. При засорении глаза его следует немедленно промыть водой или 2-процентным раствором борной кислоты. Для этой цели голову пострадавшего кладут на противоположную засоренному глазу сторону и направляют струю воды или раствора от наружного угла засоренного глаза к носу. Тереть глаз запрещается. Иногда двумя пальцами берут за ресницы верхнее веко, слегка оттягивают его вперед, накладывают на нижнее веко и прижимают верхнее веко к нижнему. Затем пострадавший приоткрывает глаз. В этом случае соринка снимается с внутренней поверхности верхнего века ресницами нижнего. Достигается это обычно после двух-трех попыток.
      2. Если удалить соринку из глаза не удается или возникает покраснение, неприятное ощущение в глазу, необходимо прикрыть глаз стерильной повязкой и немедленно направить пострадавшего в лечебное учреждение.
   2. При ушибах, ранениях.

Ушибы сопровождаются болью. Для ослабления ее и уменьшения кровоизлияния на ушибленное место следует воздействовать холодным: поставить ушибленное место под струю холодной воды, приложить к нему снег, лед, полотенце, смоченное холодной водой. Можно сделать свинцовую примочку. Массаж, тепловые процедуры, горячие ванны и компрессы противопоказаны в течение 4-5 дней, так как они усиливают кровоизлияние. Рекомендуется обеспечить покой ушибленной части тела, руку подвесить на косынке, ногу уложить высоко, например, на подушке. Если после ушиба чувствуется очень сильная боль, то может быть повреждена кость. Нельзя растирать ушибленное место, так как это может привести к тромбофлебиту, закупорке вены сгустком крови.

1. При отсутствии раны на коже ушибленное место не следует смазывать настойкой йода. При ушибе могут быть поражены внутренние органы. Поэтому при сильном ушибе пострадавшего следует осторожно положить на носилки или пол, освободить от стесняющей одежды, немедленно вызвать врача или доставить в ближайшее лечебное учреждение. При сильных ушибах головы (особенно сопровождающихся мгновенной потерей сознания, тошнотой, рвотой) груди, нижней части живота, при падениях с высоты надо обеспечить пострадавшему покой и вызвать врача. Ни в коем случае не допускать, чтобы пострадавший вставал и ходил, его следует переносить на руках или носилках.
2. При ранении, прежде всего, необходимо остановить кровотечение. Если рана небольшая, то достаточно антисептической повязки из стерильной марли, поверх которой накладывают вату и укрепляющий бинт.
3. Рану нельзя промывать, так как в этом случае возможно занесение микробов. Нельзя удалять из раны сгустки крови, так как это может вызвать сильное кровотечение. Вынимать из раны различные осколки, куски дерева, земли, обрывки одежды можно лишь в том случае, если все это находится на поверхности раны. Касаться при этом раны пальцами категорически запрещается. Если под руками нет индивидуального перевязочного пакета, стерильного бинта, стерильной марлевой салфетки, то можно использовать чистые куски материи, на которые следует накапать несколько капель йодной настойки.
4. При повреждении крупной артерии конечности (кровь бьет из раны прерывистой струей или фонтанчиком) выше раны, ближе к туловищу накладывают резиновый жгут, которым обматывают конечность 2-3 раза и завязывают узлом. Если нет жгута, можно сделать закрутку, используя носовой платок или полосу материи (оторвать от рубашки). Платок (материю) обвязывают вокруг раны, связывают концы и закручивают при помощи палочки или карандаша до прекращения кровотечения.
5. Чтобы не повредить кожу, под закрутку или жгут подкладывают мягкую ткань. Затягивать жгут или закрутку необходимо только до остановки кровотечения. Жгут или закрутку можно держать не более 2 часов, иначе наступит омертвение конечности. По истечении этого времени жгут пли закрутку ослабляют минут на десять (до появления пульса ниже раны). Если кровотечение прекратилось или значительно уменьшилось, то жгут снимают, а на рану накладывают давящую повязку. Если кровотечение продолжается, то на время отпуска ослабления прижимают артерию пальцами к кости выше раны (например, сонную артерию - к поперечным отросткам шейных позвонков; подключичную - к ключице; бедренную - к бедренной кости; плечевую - к плечевой кости), а затем повторно затягивают жгут или закрутку.
6. Если повреждена вена (кровь темно-красного цвета льется равномерной струей), на место кровотечения необходимо наложить давящую антисептическую повязку, а если она не помогает, то ниже раны накладывают жгут или закрутку. При сильном ударе или ранении в живот возможно внутреннее кровотечение. Признаки его - бледность, обморочное состояние, слабый частый пульс. Пострадавшего в этом случае укладывают так, чтобы голова была ниже туловища. Его нельзя беспокоить. Необходимо обязательно вызвать врача или доставить пострадавшего в больницу.
7. Кровотечение из носа останавливают следующим образом: пострадавшего усаживают и в ноздрю ему закладывают комочек ваты или марли, голову наклоняют вперед. Наклонять голову не следует назад. Если есть возможность, то к ногам можно приложить грелки, а к затылку - холод. Можно также попытаться остановить кровотечение сильным прижатием обеих половин носа к носовой перегородке. При этом больного наклоняют несколько вперед и возможно выше и с силой сжимают нос. Сжимать нос нужно в течение 3-5 минут и более. Кровь, попавшую в рот, больной должен выплевывать. Если кровотечение из носа остановить не удается, пострадавшего следует немедленно доставить в лечебное учреждение.
8. Иногда при ранении рана бывает сильно загрязнена. В этом случае можно про тереть кожу вокруг раны стерильной ватой или марлей движениями от краев раны. Затем такими же движениями кожу смазывают дезинфицирующими средствами (перекись водорода, настойка йода, раствор фурацилина, спиртовой раствор бриллиантовой зелени, неэтилированный бензин и др.). Обрабатывая рану, надо следить, чтобы эти средства не попали в нее, так как они вызывают ожог поврежденных тканей.
9. При наложении стерильных повязок следует соблюдать правила бинтования. Повязка не должна съезжать и распускаться, беспокоить пострадавшего, сильно сдавливать перевязанное место. Накладывая повязку на ногу, ногу разгибают в колене и вытягивают. Стопу при наложении повязки сгибают под прямым углом. При бинтовании руки ее также сгибают в локте под прямым углом, плечо немного отводят от туловища, а пальцы руки слегка сгибают.
10. Бинтование надо начинать с более тонкой части тела, например, с рук и ног - снизу вверх. Накладывая повязку, левой рукой следует удерживать уже наложенный бинт, а правой бинтовать по ходу часовой стрелки. Первый и второй ход бинта должны совпадать таким образом, чтобы последующий закрывал предыдущий на половину ширины бинта, как закрепляя его. Если при перевязке бинт направляется так, что не перекрывает предшествующего хода, то его нужно перевернуть, чтобы изменить его уклон. После этого бинт будет наматываться правильно. Конец бинта следует разорвать или разрезать на две полосы и завязать узлом. Узел располагают в любом месте, но только не на уровне раны.
    1. При вывихах, переломах

Симптомами вывиха является боль в конечности, изменение формы сустава или длины конечности, отсутствие активных и невозможность пассивных движений в суставе, фиксация конечности в неестественном положении, не поддающемся изменению, онемение конечности. При вывихе следует дать пострадавшему обезболивающие средства (анальгин, амидопирин) и воздействовать холодом на область поврежденного сустава. Холод, кроме того, уменьшает нарастание отека в области сустава.

1. Далее необходимо создать полную неподвижность пострадавшему суставу. Верхнюю конечность надо подвесить на косынке или перевязке из бинта, нижнюю зафиксировать при помощи шин или подручных средств. Вывих вправить значительно легче, если он не застарелый, поэтому пострадавшего необходимо доставить как можно быстрее в лечебное учреждение. Вправлять вывих самим недопустимо.
2. Признаки перелома: резкая боль при надавливании в определенной точке поврежденной конечности или кости, ненормальная подвижность, и изменение формы поврежденной части тела на месте перелома, невозможность двигать поврежденной конечностью. При переломе ребер - боль при глубоком вдохе и покашливании.
3. Переломы подразделяются на открытые (повреждены кожа и мышцы) и закрытые (открытой раны нет). При открытом переломе рекомендуется смазать кожу вокруг раны настойкой йода, а на рану наложить стерильную ватно-марлевую повязку.
4. Запрещается самим вправлять перелом, необходимо обеспечить полный покой и неподвижность поврежденной кости. На сломанную поверхность необходимо наложить шину из твердого материала (полосы фанеры, картона, палки, линейки, доски). Длина шины должна быть такой, чтобы она заходила за те два сустава конечности, между которыми произошел перелом, шину привязывают к сломанной конечности бинтом, ремнем или веревкой. В этом месте, где шину прибинтовывают к телу, следует положить прослойку из ваты или мягкой материи, чтобы не сдавливались мягкие ткани тела.
5. При переломе костей предплечья шина должна располагаться на основании пальцев до локтя. После наложения шины руку привязывают бинтами к туловищу или подвешивают на косынке.
6. Если возникает перелом плеча, то на него накладывают шину, а предплечье подвешивают на косынке.
7. При переломе бедра одну шину прикладывают к наружной поверхности поврежденной конечности от подмышечной впадины до пятки.
8. При переломе ребер на грудную клетку накладывают умеренно стягивающую повязку, предварительно порекомендовав пострадавшему сделать выдох.
9. При переломе ключицы или лопатки руку подвязывают косынкой. Если есть подозрение на перелом позвоночника, пострадавшего осторожно кладут на лист фанеры или доску.
10. После оказания первой помощи пострадавшего следует как можно скорее доставить в лечебное учреждение.
11. Переносить его на руках можно только на короткие расстояния. На далекие расстояния переносить следует только на носилках. Перекладывать пострадавшего на носилки нужно только вдвоем. Поврежденную ногу или руку следует поддерживать. Поднимать пострадавшего и опускать его на носилки следует по команде. При переноске надо идти в ногу, предупреждая толчки и поддерживая носилки в горизонтальном положении, поднимаясь в гору или по лестнице, пострадавшего следует нести головой вперед, а вниз по лестнице и на ровном месте - ногами вперед.
    1. При ожогах и тепловых ударах
12. По глубине поражения различают четыре степени ожога:

I - кожа краснеет, опухает и появляется боль;

II - на коже образуются пузыри, наполненные жидкостью;

III - поражается не только кожа, но и более глубоко лежащие ткани, происходит омертвение всех слоев кожи и поврежденной ткани;

IV - происходит обугливание тканей, повреждается кожа, мышцы, сухожилия, кости и другие части тела и органы.

1. Оказывая первую помощь при ожогах, следует помнить, что к обожженной поверхности нельзя прикасаться руками или грязными предметами, промывать область ожога, прокалывать и снимать пузыри, открывать прилипшие к местам ожога части одежды, смазывать ожоговую поверхность жирами (вазелин, животные или растительные масла) или присыпать ее порошками. Обрабатывать обожженную поверхность следует противоожоговым аэрозолем "Пластуболом" или соответствующими антисептиками. Затем следует наложить сухую антисептическую повязку. При отсутствии специальных стерильных материалов можно использовать проутюженную чистую хлопчатобумажную ткань. Перевязочный материал можно также обработать спиртом, водкой, одеколоном или слабым раствором перманганата калия.
2. При обширных ожогах II, III. IV степеней для предотвращения ожогового ожога пострадавшему можно дать таблетку анальгина, выпить горячего крепкого кофе или чая с небольшим количеством вина. Затем надо обеспечить пострадавшему покой, уложив его в положение, при котором его меньше всего беспокоят боли. Не следует ограничивать пострадавшего в питье. После оказания первой помощи пострадавшего необходимо доставить в лечебное учреждение.
3. При ожогах глаз, вызванных воздействием электрической дуги, следует прикладывать холодные примочки на глаза (2-процентный раствор борной кислоты) и немедленно направить пострадавшего к врачу. Если ожог вызван химическими веществами, обожженные участки тела обматывают тканью, пропитанной холодной водой. На обожженное кислотой место накладывают повязку, пропитанную раствором питьевой воды (1 чайная ложка на стакан воды). При ожогах щелочами накладывают повязку, пропитанную 2-процентным раствором уксусной, лимонной или борной кислоты (1 чайная ложка на стакан воды).
4. Тепловой удар - тяжелое и иногда опасное для жизни состояние, возникающее в результате перегревания тела. Характерными признаками теплового удара являются головная боль, головокружение, тошнота, внезапная слабость, рвота, шум в ушах, несвязная речь, слабый пульс, резкое учащение дыхания, сердцебиение, сонливость, горячая кожа (температура тела повышается до 38-40 С), покраснение кожи лица, иногда внезапная потеря сознания и судороги.
5. При тепловом ударе пострадавшего необходимо вынести на свежий воздух, положить его в тень, расстегнуть одежду, стесняющую дыхание, зафиксировать голову в приподнятом состоянии, напоить подсоленной холодной водой, охладить тело, смачивая водой голову и грудь, создать вокруг движение воздуха. Для возбуждения дыхания пострадавшего похлопывают по лицу мокрым полотенцем и дают вдохнуть нашатырный спирт. Если дыхание прекратилось или стало очень слабым, необходимо начать делать искусственное дыхание и вызвать скорую медицинскую помощь.
   1. При обморожениях
6. При обморожении пострадавшего необходимо доставить в теплое помещение, дать ему горячий чай или кофе, обмыть и растереть пораженное место теплой водой (36- 37 С) с мылом, водкой, одеколоном или спиртом, чтобы не внести инфекцию. Можно отогревать обмороженные участки и теплым воздухом. Растирать их следует чисто вымытыми руками, слегка смоченными одеколоном или водкой, до покраснения кожи. Растирать снегом нельзя, так как льдинками можно поцарапать кожу и занести инфекцию.
7. Если после обморожения уже прошло, некоторое время и появились пузыри, надо наложить сухую согревающую повязку и направить пострадавшего к врачу. При обморожении большого участка руки или ноги, а также в случае общего замерзания лучше всего сделать ванну, температуру воды в которой постепенно повышать до температуры тела человека. После смывания грязи в чистой воде делать растирание и массаж (в обоих случаях растирание и массаж следует делать и для здоровой руки и ноги).
8. Если пострадавший не подает признаков жизни, то после отогревания ему необходимо сделать искусственное дыхание.
9. После оказания первой помощи пострадавшего нужно доставить в лечебное учреждение.
   1. При отравлениях
10. Возможны случаи отравления отработавшими газами, парами бензина, антифризом, щелочами, кислотами, ацетиленом и другими токсичными веществами. Характерными признаками отравления, отработавшими газами являются головная боль, тяжесть в голове, головокружение, шум в ушах, сердцебиение, общая слабость, одышка, тошнота и рвота. В тяжелых случаях возможны судороги потеря сознания. При появлении признаков отравления пострадавшего необходимо вывести (вынести) на свежий воздух или в другое помещение, открыв там форточки, окна и двери, расстегнуть одежду, стесняющую дыхание.
11. При потере сознания надо вызвать врача. Необходимо знать, что обморок происходит в результате внезапного отлива крови от головы. Поэтому до прихода врача пострадавшего укладывать так, чтобы голова находилась ниже туловища. Таким образом, создается приток крови к голове. Во время обморока дают нюхать нашатырный спирт, но ни в коем случае не следует прикладывать к голове холодные компрессы.
12. Нельзя в таком состоянии давать пострадавшему пить воду, так как в это время нарушается возможность глотать, и вода может попасть в дыхательное горло. При остановке дыхания следует немедленно приступить к искусственному дыханию. Затем растереть тело, положить грелки к ногам и дать возбуждающие напитки (кофе, чай).
13. Симптомами отравления ацетиленом, парами бензина и других углеводородных жидкостей являются головокружение, опьянение, дрожание конечностей, кашель с мокротой, потеря сознания, рефлекторная остановка дыхания. Пострадавшему в этом случае необходим воздух. При необходимости делают искусственное дыхание. При попадании бензина внутрь и отравлениях антифризом (этиленгликолем) необходимо срочно промыть желудок. Так как этиленгликоль и его водные примеси быстро всасываются слизистой оболочкой желудка, нужно вызвать у пострадавшего рвоту. Для приема внутрь рекомендуется кофе и горячее молоко.
    1. При поражениях электрическим током.
14. При поражении электрическим током, прежде всего, следует освободить пострадавшего от воздействия тока, необходимо выключить рубильник или вывернуть предохранительные пробки на щитке. Если это невозможно, надо оттянуть провод сухой деревянной палкой, сухой веревкой или оттащить пострадавшего, используя при этом диэлектрические перчатки или подручные изолирующие средства: сухие веревку, палку, доски, сухую одежду, прорезиненный плащ, резиновый коврик и т. д. Можно отделить пострадавшего от пола, земли, подсунув под него изолирующие средства (резиновый коврик, доску, сухую одежду и т.д.).
15. Если пострадавший находится в бессознательном состоянии, но у него устойчивые дыхание и пульс, его следует уложить, расстегнуть одежду, создать приток свежего воздуха, обрызгать водой. Как только пострадавший очнется от обморока, следует до прибытия врача обеспечить ему полный покой и непрерывно наблюдать за дыханием и пульсом.
16. Если пострадавший в бессознательном состоянии, а дыхание его очень редкое и судорожное или он совсем не дышит и у него нельзя прощупать пульс, необходимо немедленно приступить к искусственному дыханию и массажу сердца, предварительно сняв с пострадавшего стесняющую одежду. Искусственное дыхание продолжают до тех пор, пока не появится самостоятельное дыхание или пока не станет ясно, что наступила смерть.
17. На рану в месте поражения током надо наложить сухую стерильную повязку обожженные места намазать стрептоцидовой или пенициллиновой мазью и закрыть стерильной повязкой.
18. Категорически запрещается сильно встряхивать пострадавшего, бросать на землю, раздевать и закапывать в землю. Такие действия опасны. Они обычно сопровождаются сотрясением головного мозга, сдавливанием грудной клетки, переломом, чрезмерным охлаждением организма и занесением инфекции, если на теле есть ожоги.
19. Во всех случаях поражения электрическим током необходимо вызвать врача или доставить пострадавшего после оказания первой помощи в лечебное учреждение.
20. **МЕТОДЫ РЕАНИМАЦИИ**
    1. Наиболее широко при реанимации применяют искусственное дыхание и наружный массаж сердца.
    2. Искусственное дыхание можно осуществлять несколькими способами. Наиболее эффективными являются способы "рот в рот" и "рот в нос". При них количество воздуха, поступающего в легкие пострадавшего за один вдох, в 4 раза больше, чем при других способах искусственного дыхания. Эти способы обеспечивают также возможность контроля за поступлением воздуха в легкие пострадавшего: отчетливо видно расширение грудной клетки после каждого вдувания воздуха и последующее спадение ее в результате пассивного выдоха. Искусственное дыхание рекомендуется лишь в том случае, если пострадавший не дышит или дыхание его редкое, судорожное или постепенно ухудшается.
    3. Приступая к искусственному дыханию способом "рот в рот", пострадавшего необходимо освободить от стесняющей дыхание одежды (развязать галстук, расстегнуть ворот), уложить спиной на ровную поверхность, встать на колени рядом с ним и запрокинуть ему голову.

Одной рукой удерживают его голову, а другой захватывают нижнюю челюсть за подбородок и приоткрывают рот. Удаляют изо рта пострадавшего посторонние предметы и слизь. Затем надо глубоко вдохнуть и, наклонившись над ним, охватить его рот своими губами. Желательно нос во избежание утечки воздуха зажать.

Воздух в рот пострадавшего следует вдувать равномерно и энергично (вдох). Выдох осуществляется сам собой.

* 1. Вдувания делают 14-20 раз в 1 минуту. Продолжительность вдоха должна быть в 2 раза меньше продолжительности выдоха. Так как вдувание непосредственно через рот создает гигиенические неудобства, можно вдувать воздух через марлевую салфетку, платок, неплотную материю или специальные воздуховоды.
  2. Если невозможно охватить губами рот пострадавшего или у него сжаты челюсти так, что невозможно открыть рот, вдувать воздух надо через нас, а рот закрыть рукой, чтобы через него не утечки воздуха. Этой же рукой одновременно смещают челюсть кверху для предупреждения западания языка.
  3. В процессе искусственного дыхания оказывающий помощь должен следить за тем, чтобы вдуваемый им воздух попадал в легкие, а не в живот пострадавшего, что может быть обнаружено по вздутию живота. Если воздух попал в живот, нужно быстро нажать на верхнюю часть живота под диафрагмой, выпустить воздух и потом возобновить искусственное дыхание.
  4. Когда дыхание пострадавшего восстановится, искусственное дыхание следует продолжать так, чтобы вдувание воздуха совпало с собственным вдохом пострадавшего. Необходимо продолжать это делать до полного приведения пострадавшего в сознание или до появления бесспорных признаков истинной (биологической) смерти (трупные пятна, окоченение).
  5. Если у пострадавшего отсутствует пульс, необходимо одновременно с искусственным дыханием проводить наружный массаж сердца. Для этого следует уложить пострадавшего на жесткую поверхность, обнажить у него грудную клетку; снять пояс и другие стесняющие дыхание предметы одежды.

Затем встать с правой или с левой стороны и занять такое положение, при котором возможен значительный наклон над пострадавшим. Если пострадавший уложен на столе, нужно стать на низкий стул, если на полу - на колени рядом с ним.

Затем надо разогнуть до отказа свою руку, положить верхний край ладони на нижнюю треть грудной клетки, т.е. на два пальца выше мечевидного отростка. Вторую руку положить ладонью вниз на первую. Слегка помогая себе наклоном корпуса, надо быстрым толчком надавить на нижнюю часть грудной клетки с такой силой, чтобы прогнуть ее по направлению к позвоночнику на 4-5 см.

Ни в ком случае нельзя надавливать на верхнюю часть грудной клетки и окончание нижних ребер, так как это может вызвать перелом, а также ниже грудной клетки - так можно повредить внутренние органы.

Надавливание повторяют примерно через секунду (частота нажатий 50-70 раз в 1 минуту). Надавив, руки следует оставить в достигнутом положении в течение примерно 1/3 сек., а затем их необходимо снять, освободив тем самым грудную клетку от давления.

После 30 надавливаний делают 2 глубоких вдувания через рот и потом повторяют надавливание. На восстановление деятельности сердца указывает появление у пострадавшего собственного, не поддерживаемого массажем пульса.

Приложение № 8

к распоряжению аппарата

СД МО Марьино

от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**ИНСТРУКЦИЯ**

**для проведения инструктажа по электробезопасности неэлектротехническому персоналу и присвоения группы I по электробезопасности**

1. **ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**
   1. Настоящая Инструкция для присвоения I группы по электробезопасности неэлектротехническому персоналу (далее – Инструкция) предназначена для проведения инструктажа с муниципальными служащими (далее – работниками) аппарата СД МО Марьино (далее – Аппарат) по основным мерам безопасности при использовании электрооборудования, подключаемого к бытовым электрическим сетям напряжением 220/380 В, и присвоения им по результатам инструктажа I группы по электробезопасности как неэлектротехническому персоналу.
   2. Термины и определения
      1. Электробезопасность – система организационных и технических мероприятий и средств, обеспечивающих защиту людей от вредного и опасного воздействия электрического тока, электрической дуги, электромагнитного поля и статического электричества.
      2. **Электротравма -** результат воздействия на человека электрического тока или электрической дуги.
      3. Электроустановка – совокупность машин, аппаратов, линий и вспомогательного оборудования (вместе с сооружениями и помещениями, в которых они установлены), предназначенных для производства, преобразования, трансформации, передачи, распределения электрической энергии и преобразования её в другие виды энергии.
      4. Электропроводка – совокупность проводов и кабелей с относящимися к ним креплениями, установочными и защитными деталями, проложенных по поверхности или внутри конструктивных строительных элементов
   3. Группа I по электробезопасности распространяется на неэлектротехнический персонал, выполняющий работы, при которых может возникнуть опасность поражения электрическим током.
   4. Присвоение группы I по электробезопасности осуществляется в форме проведения инструктажа, который должен завершаться проверкой знаний в форме устного опроса и (при необходимости) проверкой приобретенных навыков безопасных способов работы или оказания первой помощи при поражении электрическим током с регистрацией в Журнале учета присвоения группы I по электробезопасности.
   5. Присвоение I группы проводится работником из числа электротехнического персонала, имеющим группу по электробезопасности не ниже III, назначенным распоряжением руководителя организации.
   6. Лица с I группой по электробезопасности должны иметь представление об опасности электрического тока, о мерах безопасности при работе с электрооборудованием, знать и практически оказывать первую помощь при электротравме.
   7. Присвоение I группы по электробезопасности проводится с периодичностью не реже одного раза в год. Непосредственный руководитель вновь принятого работника обязан обеспечить проведение инструктажа для присвоения I группы.
   8. Перечень должностей и профессий сотрудников, требующих присвоения I группы по электробезопасности утверждается распоряжением аппарата Совета депутатов муниципального округа Марьино. К таким сотрудникам относятся персонал, занятый:

* работой с применением ПЭВМ, мультимедийного оборудования и оргтехники и т.п.;
* работой в помещениях, где имеется электрооборудование;
* уборкой производственных помещений предприятия.
  1. Электроприборы и электроустановки представляют для человека большую опасность, и органы чувств человека не могут на расстоянии обнаружить наличие напряжения на оборудовании так, как электрический ток не имеет запаха, цвета, бесшумен. Неспособность организма человека обнаруживать ток до начала его действия приводит к тому, что работник не осознает реально имеющейся опасности и не принимает своевременно защитных мер. Опасность поражения электрическим током характерна еще и тем, что пострадавший не может оказать себе помощь, а при неумелом оказании помощи может пострадать и тот, кто оказывает помощь. Приблизительно половина несчастных случаев, связанных с поражением электрическим током, происходит во время профессиональной деятельности пострадавших. По некоторым данным электротравмы составляют около 30% общего числа всех травм на производстве и, как правило, имеют тяжелые последствия. По частоте смертельных исходов электротравматизм в 15-16 раз превосходит другие виды травм.

1. **ВОЗДЕЙСТВИЕ ЭЛЕКТРИЧЕСКОГО ТОКА НА ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ ОРГАНИЗМ**
   1. Электрический ток оказывает на человеческий организм биологическое, электролитическое и термическое воздействие.
      1. Биологическое выражается в раздражении и возбуждении живых клеток организма, что приводит к непроизвольным судорожным сокращениям мышц, нарушению нервной системы, органов дыхания и кровообращения. При этом могут наблюдаться обмороки, потеря сознания, расстройство речи, судороги, нарушение дыхания (вплоть до остановки). При тяжелой электротравме смерть может наступить мгновенно.
      2. Электролитическое воздействие проявляется в разложении плазмы крови и других органических жидкостей, что может привести к нарушению их физико-химического состава.
      3. Термическое воздействие сопровождается ожогами участков тела и перегревом отдельных внутренних органов, вызывая в них различные функциональные расстройства. Возникающая электрическая дуга вызывает местные повреждения тканей и органов человека.
   2. По степени тяжести электротравмы классифицируются по четырем степеням:

I степень – судорожное сокращение мышц без потери сознания;

II степень – судорожное сокращение мышц и потеря сознания;

III степень – потеря сознания и нарушение функций сердечной деятельности и дыхания;

IV степень – клиническая смерть.

* 1. Ожоги подразделяются на четыре степени:

I степень – покраснение кожи;

II степень – образование пузырей;

III степень – обугливание кожи;

IV степень – обугливание подкожной клетчатки, мышц, сосудов и т.п..

* 1. Виды поражения электрическим током:
* электрические ожоги, они подразделяются на токовые (контактные), дуговые и комбинированные;
* электрические метки (знаки) – специфические поражения кожи электрическим током;
* металлизация кожи – проникновение в верхние слои кожи мельчайших частиц металла (сварочные работы), расплавившегося под воздействием электродуги;
* механические повреждения – следствие резких непроизвольных судорожных сокращений мышц под действием тока или падения с высоты при освобождении от действия электрического тока;
* электроофтальмия – поражение органов зрения (электродуга);
* электрический шок – своеобразная тяжелая нерворефлекторная реакция организма, сопровождающаяся серьезными расстройствами кровообращения, дыхания, обмена веществ;
* электрический удар – возбуждение живых тканей организма электрическим током, сопровождающееся непроизвольным судорожным сокращением мышц.
  1. Тяжесть электротравм зависит от силы тока, проходящего через человека, рода тока, времени воздействия, физиологического состояния организма (индивидуальные свойства) и условий внешней среды.
     1. **Сила тока**. От ее величины зависит общая реакция организма. Предельно допустимая величина переменного тока 0,3 мА. При увеличении силы тока до 0,6-1,6 мА человек начинает ощущать его воздействие, происходит легкое дрожание рук. При силе тока 8-10 мА сокращаются мышцы руки (в которой зажат проводник), человек не в состоянии освободиться от действия тока. Значения переменного тока 50-200 мА и более вызывают фибрилляцию сердца, что может привести к его остановке.
     2. **Род тока**. Предельно допустимое значение постоянного тока в 3-4 раза выше допустимого значения переменного, но это - при напряжении не выше 260-300 В. При больших величинах он более опасен для человека ввиду его электролитического воздействия.
     3. **Сопротивление тела человека**. Тело человека проводит электричество. Электризация происходит тогда, когда существует разность потенциалов между двумя точками в данном организме. Опасность несчастных случаев с электричеством возникает не от простого контакта с проводом, находящимся под напряжением, а от одновременного контакта с проводом под напряжением и другим предметом при разнице потенциалов. Сопротивление тела человека слагается из трех составляющих: сопротивлений кожи (в местах контактов), внутренних органов и емкости человеческого кожного покрова. Основную величину сопротивления составляет поверхностный кожный покров (толщиной до 0,2 мм). При увлажнении и повреждении кожи в местах контакта с токоведущими частями ее сопротивление резко падает.

Сопротивление кожного покрова сильно снижается при увеличении плотности и площади соприкосновения с токоведущими частями. При напряжении 200-300 В наступает электрический прорыв верхнего слоя кожи.

* + 1. **Продолжительность воздействия тока**. Тяжесть поражения зависит от продолжительности воздействия электрического тока. Время прохождения электрического тока имеет решающее значение для определения степени телесного повреждения. При длительном воздействии электрического тока снижается сопротивление кожи (из-за потовыделения) в местах контактов, повышается вероятность прохождения тока в особенно опасный период сердечного цикла. Человек может выдержать смертельно опасное значение переменного тока 100 мА, если продолжительность воздействия тока не превысит 0,5 с.
    2. **Путь электрического тока через тело человека**. Наиболее опасно, когда ток проходит через жизненно важные органы: сердце, легкие, головной мозг.

При поражении человека по пути «правая рука – ноги» через сердце человека проходит 6,7 % общей величины электрического тока. При пути «нога – нога» через сердце человека проходит только 0,4 % общей величины тока.

С медицинской точки зрения прохождение тока через тело является основным травмирующим фактором.

* + 1. **Частота электрического тока**. Принятая в энергетике частота электрического тока (50 Гц) представляет большую опасность возникновения судорог и фибрилляции желудочков. Фибрилляция не является мускульной реакцией, она вызывается повторяющейся стимуляцией с максимальной чувствительностью при 10 Гц. Поэтому переменный ток (с частотой 50 Гц) считается в три-пять раз более опасным, чем постоянный ток, – он воздействует на сердечную деятельность человека.
    2. Под **индивидуальными особенностями человека** (или физиологическим состоянием) подразумевают: болезни кожи, сердечно-сосудистой системы, легких, нервные болезни и все, что увеличивает темп работы сердца (усталость, возбуждение, испуг, алкоголь, жажда), способствует увеличению тяжести поражения током.
    3. **Условия внешней среды** и сами помещения, в которых находится электроустановки, являются факторами влияющими на тяжесть поражения электрическим током.

Помещения делятся на три категории:

* помещения без повышенной опасности;
* помещения с повышенной опасностью;
* особо опасные помещения.

Помещения с повышенной опасностью характеризуются наличием в них хотя бы одного из следующих условий:

* токопроводящая пыль, сажа;
* сырость – относительная влажность воздуха длительно превышает 75%;
* высокая температура воздуха – длительно превышает 35°С;
* токопроводящий пол – металлический, железобетонный, каменный, земляной;
* возможность одновременного прикосновения к имеющим соединение с землей металлическим элементам технологического оборудования или металлическим конструкциям здания и металлическим корпусам оборудования.
  1. Особо опасные помещения характеризуются наличием:
* высокой влажности воздуха – близко к 100%, «капает с потолка»;
* химически активной среды, разрушающе действующей на изоляцию электрооборудования;
* одновременным наличием двух или более признаков помещений с повышенной опасностью.
  1. Помещения без повышенной опасности – это помещения, в которых отсутствуют все указанные выше (в п. 2.6) условия. Категорий безопасных помещений, где используются электроустановки, не существует. Опасность поражения электрическим током в любых помещениях существует всегда!
  2. Обо всех обнаруженных неисправностях работники извещают непосредственного руководителя. Начало работы в этом случае допускается после устранения неисправностей специализированным персоналом и только после получения разрешения от непосредственного руководителя.

1. **ПРИЧИНЫ ПОРАЖЕНИЯ ЭЛЕКТРИЧЕСКИМ ТОКОМ**
   1. Поражение электрическим током возникает:

* при прикосновении человека к не заизолированным токоведущим частям электроустановки;
* при прикосновении к металлическим частям электроустановок, оказавшимся под напряжением в результате нарушения изоляции при неисправном заземляющем устройстве;
* при неисправности электроустройств (оборудования, приборов, пусковых устройств, проводов, заземления);
* при применении в помещениях с повышенной и особой опасностью переносных ламп и электроинструментов более высокого напряжения, чем установлено правилами; при нарушении правил и инструкций по эксплуатации электрооборудования.

1. **ВНЕШНИЕ ПРИЗНАКИ НЕИСПРАВНОСТИ ЭЛЕКТРИЧЕСКИХ УСТРОЙСТВ**
   1. Внешними признаками неисправности электроустройств являются:

* наличие трещин и сколов у корпусов приборов и пусковых устройств, ненадежное их крепление на основах;
* наличие оголенных токоведущих частей;
* ненадежное скрепление элементов электроустройств (плохое соединение половинок штепсельной вилки, ослабленное крепление штырей) могущие вызвать короткое замыкание;
* потертость, подпалы, изломы на подводящих шнурах, особенно в месте входа шнура в колодку штепсельной вилки и прибор;
* неплотная посадка штепсельной вилки в розетку;
* появление дыма;
* появление специфического запаха горящей резины или пластмассы;
* перегрев и искрение.
  1. При появлении неисправностей электроустройство следует обесточить, а переносные приборы выключить, отсоединить от сети и сообщить непосредственному руководителю.

1. **ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ЭКСПЛУАТАЦИИ ЭЛЕКТРООБОРУДОВАНИЯ**
   1. Оборудование с внешним питанием в зависимости от способа защиты от поражения электрическим током подразделяются на IV класса:

* оборудование I класса безопасности в дополнении к основной изоляции имеет заземляющий контакт вилки сетевого шнура или зажим на корпусе с постоянным присоединением к сети, служащим для присоединения доступных для прикосновения металлических частей к внешнему заземляющему устройству;
* приборы 0I класса безопасности в дополнение к основной изоляции имеют зажим для присоединения доступных для прикосновения металлических частей к внешнему заземляющему устройству, вилка сетевого шнура не имеет заземляющего контакта;
* электрооборудование II класса безопасности (с двойной или усиленной изоляцией, имеет, кроме основной изоляции, дополнительную, у ввода сетевого шнура в корпус – знак) и не требует защитного заземления или зануления;
* приборы III класса питаются от изолированного источника тока с переменным напряжением не более 24 В или постоянным напряжением не более 50 В и не имеют цепей с более высоким напряжением, не нуждаются в защитном заземлении или занулении.
  1. Если степень защиты (класс) не указана в маркировке на оборудовании или в инструкциях по эксплуатации (паспорте) или они утеряны, то такие приборы должны быть проверены инженерно-техническим персоналом для определения пригодности к дальнейшей безопасной эксплуатации. Запрещается допускать использования таких приборов покупателями (например, холодильники), если неизвестна степень их защиты.
  2. Для защиты от поражения электрическим током все доступные для прикосновения металлические части оборудования I и 0I классов должны быть заземлены или занулены.
  3. Непрерывность цепи между зажимом защитного заземления на электроустановке и заземляющей клеммой на щите или шине защитного заземления должна проверяться осмотром персонала в начале каждой рабочей смены. Запрещается подача сетевого питания на электроустановку при нарушении непрерывности цепи защитного заземления.
  4. В помещении, где эксплуатируется электрооборудование, радиаторы и металлические трубы отопления, водопровода, канализационные и газовые системы должны быть закрыты деревянными решетками или другими диэлектрическими заградительными приспособлениями, а полы должны быть нетокопроводящими.
  5. Персоналу запрещается включать электрооборудование в сеть при поврежденной изоляции шнура питания и корпуса штепсельной вилки, а также других дефектах, при которых возможно прикосновение персонала к частям, находящимся под напряжением. Работать с неисправным оборудованием запрещается.
  6. При обнаружении неисправности в процессе эксплуатации электрооборудования, персонал должен немедленно отключить неисправный прибор от сети, доложить об этом непосредственному руководителю.
  7. Запрещается отключать электрооборудование путем выдергивания штепсельной вилки из розетки за шнур, усилие должно быть приложено к корпусу вилки.
  8. Запрещается перевозить тележки по проводам и кабелям, наступать на электрокабели или шнуры электрооборудования, переносить работающие электроустройства или оставлять их без надзора включенными в сеть, бросать штепсельные вилки на пол.
  9. При подключении стационарного оборудования запрещается использование удлинителей, подсоединенных друг к другу, для чего в помещениях должно предусматриваться достаточное число штепсельных розеток.
  10. Работникам запрещается использовать электрооборудование, не ознакомившись предварительно с принципом его работы и правилами безопасной эксплуатации (паспорт или инструкция).
  11. Запрещается проверять работоспособность электрооборудования в неприспособленных для эксплуатации помещениях с токопроводящими полами, сырых, не позволяющих заземлить доступные металлические части (для 0I и I классов).
  12. Персоналу запрещается самостоятельно устранять неисправности электрооборудования, ремонт осуществляет работник требуемой квалификации и только после отключения прибора от сети.
  13. Запрещается применять в помещениях электроплитки с открытыми спиралями, электрообогреватели без защитных ограждающих устройств и другие электроприемники, имеющие части под напряжением, доступные для прикосновения.
  14. Запрещается:
* класть провода переносных ламп и электрифицированных инструментов на влажные поверхности, горячие предметы, в места, где они могут подвергнуться трению, скручиванию, натяжению;
* протирать мокрыми тряпками электроустановки, включенные в сеть;
* обмывать стены там, где установлены электроприборы, проложены кабели и провод;
* производить уборку помещений с помощью поливочного шланга вблизи распределительного устройства и электродвигателей, установленных на полу.

1. **ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПОСТРАДАВШИМ ОТ ДЕЙСТВИЯ ЭЛЕКТРИЧЕСКОГО ТОКА**
   1. Быстрое отключение от действия электрического тока – это первое действие для спасения пострадавшего.
      1. При поражении электрическим током необходимо быстро освободить пострадавшего от действия тока – немедленно отключить ту часть электроустановки, которой касается пострадавший (рис. 1). Когда невозможно отключить электроустановку, следует принять иные меры по освобождению пострадавшего, соблюдая надлежащую предосторожность
      2. Для отделения пострадавшего от токоведущих частей или провода напряжением до 1000 В следует воспользоваться канатом, палкой, доской (рис. 2) или каким-либо другим сухим предметом, не проводящим электрический ток. Можно оттянуть пострадавшего за одежду (если она сухая и отстает от тела), избегая при этом прикосновения к окружающим металлическим предметам и частям тела пострадавшего, не прикрытым одеждой (рис. 3)
      3. Для изоляции своих рук следует воспользоваться диэлектрическими перчатками (рис. 4) или обмотать руку шарфом, надеть на нее суконную фуражку, натянуть на руку рукав пиджака или пальто, накинуть на пострадавшего сухую материю. Действовать рекомендуется одной рукой, другая должна находиться за спиной.
      4. На линии электропередачи, когда невозможно быстро отключить ее на пунктах питания, можно произвести замыкание проводов накоротко, набросив на них гибкий неизолированный провод достаточного сечения, заземленный за металлическую опору, заземляющий спуск и т.д. Для удобства на свободный конец проводника прикрепляют груз. Если пострадавший касается одного провода, то достаточно заземлить только один провод
   2. Все, о чем говорилось выше (п. 6.1), относится к установкам напряжением до 1000 В. Для отделения пострадавшего от токоведущих частей, находящихся под напряжением выше 1000 В, следует применять диэлектрические боты, перчатки и изолирующие штанги, рассчитанные на соответствующее напряжение. Такие действия может производить только обученный персонал
   3. После освобождения пострадавшего от действия электрического тока или атмосферного электричества (удара молнии) необходимо провести полный объем реанимации. Пострадавшему обеспечить полный покой, не разрешать двигаться или продолжать работу, так как возможно ухудшение состояния из-за ожогов внутренних органов и тканей по ходу протекания электрического тока. Последствия внутренних ожогов могут проявиться в течение первых суток или ближайшей недели.
   4. Во всех случаях поражения электрическим током необходимо вызвать врача, независимо от состояния пострадавшего.
   5. Меры первой помощи зависят от состояния, в котором находится пострадавший после освобождения его от действия тока:

* если пострадавший в сознании, но до этого был в обмороке, или находился в бессознательном состоянии, но с сохранившимися устойчивыми дыханием и пульсом, его следует уложить на подстилку из одежды, расстегнуть одежду, стесняющую дыхание, создать приток свежего воздуха, согреть, удалить из помещения лишних людей и до прихода врача создать полный покой;
* если пострадавший, находившийся я в бессознательном состоянии, пришел в сознание, следует дать ему горячего чая;
* если у пострадавшего отсутствует дыхание (определяется подъемом грудной клетки и характерным звуком) и пульс, нельзя считать его мертвым, так как запас кислорода в организме сохраняется 4-8 минут, необходимо немедленно начать делать искусственное дыхание и наружный (непрямой) массаж сердца.
  1. Переносить пострадавшего в другое место следует только в тех случаях, когда ему или оказывающему помощь продолжает угрожать опасность или когда оказание помощи на месте невозможно.
  2. Правила определения признаков клинической смерти.
     1. Чтобы сделать вывод о наступлении клинической смерти у неподвижно лежащего пострадавшего, достаточно убедиться в отсутствии сознания и дыхания (дыхания не слышно, нет движения грудной клетки), дополнительный признак – отсутствие пульса на сонной артерии.
     2. Надавить костяшками пальцев на болевые точки (например, на область грудины).
  3. Если подтвердились признаки клинической смерти, быстро освободить грудную клетку от одежды и нанести удар по грудине. При его неэффективности приступить к сердечно-легочной реанимации.
  4. Правила определения пульса на сонной артерии.

Расположить четыре пальца на шее пострадавшего и убедиться в отсутствии/наличии пульса на сонной артерии. Определять пульс следует не менее 10 секунд.

* 1. Правила освобождения грудной клетки от одежды для проведения реанимации.
* Расстегнуть пуговицы одежды и освободить грудную клетку.
* Джемпер, свитер или водолазку приподнять и сдвинуть к шее.
* Майку, футболку или любое нательное белье из тонкой ткани можно не снимать. Прежде чем наносить удар по грудине или приступать к непрямому массажу сердца, следует убедиться, что под тканью нет нательного крестика или кулона.
* Поясной ремень обязательно расстегнуть или ослабить. Известны случаи, когда во время проведения непрямого массажа сердца печень повреждалась о край жесткого ремня.
  1. Правила нанесения удара по грудине.
* Убедиться в отсутствии пульса на сонной артерии.
* Прикрыть двумя пальцами мечевидный отросток.
* Нанести удар кулаком выше своих пальцев, прикрывающих мечевидный отросток.
* После удара проверить пульс на сонной артерии. В случае отсутствия пульса сделать еще одну-две попытки.
* Нельзя наносить удар при наличии пульса на сонной артерии.
* Нельзя наносить удар по мечевидному отростку.

**Внимание!** В случае клинической смерти, особенно после поражения электрическим током, первое с чего необходимо начать помощь, - нанести удар по грудине пострадавшего. Если удар нанесен в течение первой минуты после остановки сердца, то вероятность оживления превышает 50%. Если после нескольких ударов не появился пульс на сонной артерии, то приступить к непрямому массажу сердца.

* 1. Правила проведения непрямого массажа сердца и сердечно-легочной реанимации (СРЛ).
* Расположить основание правой ладони выше мечевидного отростка так, чтобы большой палец был направлен на подбородок или живот пострадавшего. Левую ладонь расположить на ладони правой руки.
* Переместить центр тяжести на грудину пострадавшего и проводить непрямой массаж сердца прямыми руками.
* Продавливать грудную клетку не менее чем на 3-5 см с частотой не реже 60 раз в минуту.
* Каждое следующее надавливание начинать только после того, как грудная клетка вернется в исходное положение.
* Оптимальное соотношение надавливаний на грудную клетку и вдохов искусственной вентиляции легких – 30:2, независимо от количества участников реанимации.
* По возможности приложить холод к голове.

**Внимание!** При каждом надавливании на грудную клетку происходит активный выдох, а при ее возвращении в исходное положение – пассивный вдох. Чтобы непрямой массаж сердца был эффективным, его необходимо проводить на ровной жесткой поверхности.

* 1. Правила проведения искусственного дыхания способом «изо рта в рот».
* Перед проведением искусственного дыхания необходимо очистить ротовую полость пострадавшего и использовать чистый носовой платок, салфетку или специальное устройство для СРЛ.
* Правой рукой обхватить подбородок так, чтобы пальцы, расположенные на нижней челюсти и щеках пострадавшего, смогли разжать и раздвинуть его губы.
* Левой рукой зажать нос.
* Запрокинуть голову пострадавшего и удерживать ее в таком положении до окончания проведения вдоха.
* Плотно прижаться губами к губам пострадавшего и сделать в него максимальный выдох. Если во время проведения вдоха пальцы правой руки почувствуют раздувание щек, можно сделать безошибочный вывод о неэффективности попытки вдоха.
* Если первая попытка вдоха оказалась неудачной, следует увеличить угол запрокидывания головы и сделать повторную попытку.
* Если вторая попытка вдоха оказалась неудачной, то необходимо сделать 30 надавливаний на грудину, повернуть пострадавшего на живот, очистить пальцами ротовую полость и только затем сделать вдох.

**Внимание!** Нет необходимости разжимать челюсти пострадавшего, так как зубы не препятствуют прохождению воздуха. Достаточно разжать только губы

* 1. Первая помощь должна быть оказана в первые четыре-пять минут после поражения электрическим током. Применяя современные методы оживления в первые две минуты после наступления клинической смерти, можно спасти до 92 % пострадавших, а в течение от трех до четырех минут - только 50 %.
  2. При поражении электрическим током пострадавший в любом случае должен обратиться к врачу. Через несколько часов могут возникнуть опасные последствия (падение сердечной деятельности, вызванное нарушением функции сердца из-за воздействия электрического тока). Периферические сосудистые нарушения могут обнаруживаться через неделю после травмы. Отмечены случаи, когда спустя несколько месяцев развивалась катаракта.