

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания профсоюзного
комитета первичной профсоюзной
организации учреждения
“Республиканский центр олимпийской
подготовки по велосипедному и ледовым
видам спорта”
от 31.05.2022 № 5

УТВЕРЖДАЮ

Директор учреждения
“Республиканский центр
олимпийской подготовки
по велосипедному и ледовым
видам спорта”

Д.Л. Толкачёв
31.05.2022

ОБЩАЯ ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА № 2

Глава 1 Общие требования безопасности

1. Все работники, вновь поступающие в учреждение ”Республиканский центр олимпийской подготовки по велосипедному и ледовым видам спорта“ (далее – Центр), а также командированные сотрудники и учащиеся-практиканты допускаются к выполнению каких-либо обязанностей после прохождения вводного инструктажа по охране труда, первичного инструктажа по охране труда на рабочем месте, инструктажа о мерах пожарной безопасности.

2. Первичный инструктаж на рабочем месте до начала выполнения должностных обязанностей должен проводиться с каждым работником, командированным сотрудником и учащимся-практикантом индивидуально.

3. При переводе на другую работу, отличающуюся от основной, приступайте к ней после получения от руководителя инструктажа о безопасных способах её выполнения.

4. Работу производите с использованием исправного оборудования, инструмента, приборов, инвентаря. При выявлении неисправностей оборудования, инструмента и инвентаря прекратите работу и сообщите об этом непосредственному руководителю.

5. Инструмент, инвентарь применяйте по его прямому назначению.

6. Не следует допускать на свое рабочее место лиц, не имеющих отношения к порученной работе.

7. Содержите в чистоте рабочее место в течение всего рабочего дня и не загромождайте его деталями, отходами, иными предметами труда.

8. При выполнении работы обратите внимание на следующие опасные и вредные производственные факторы:

опасность поражения электрическим током может возникнуть при работе на неисправном электрооборудовании, при неправильной его эксплуатации, при отсутствии средств защиты, при ненадежном заземлении или его отсутствии;

опасность термических ожогов может возникнуть при прикосновении к горячим частям оборудования, приспособлений и инструмента;

опасность отравления токсичными и вредными для здоровья веществами может возникнуть при работе с ними вне зоны действия местной вытяжной вентиляции, а также при хранении и приеме пищи и питьевой воды в производственном помещении (велобоксе);

опасность возгорания легковоспламеняющихся жидкостей (далее – ЛВЖ) и горючих жидкостей (далее – ГЖ) может возникнуть при работе с ними вблизи огня и горячих предметов.

9. С целью исключения воздействия опасных и вредных производственных

факторов пользуйтесь исправными средствами индивидуальной защиты в соответствии с ГОСТ 12.4.103-83 и ГОСТ 12.4.013-85 (очки защитные, резиновые перчатки, респираторы, противогазы, предохранительные пояса и т.п.). Перед применением проверьте и убедитесь в их целостности и исправности.

10. Заметив нарушение требований безопасности другим рабочим или какую-либо опасность для окружающих, не оставайтесь безучастными, предупредите рабочего и руководителя о необходимости выполнения требований, обеспечивающих безопасность работы.

11. В случае заболевания, отравления или получения даже незначительной травмы прекратите работу, сообщите об этом лично или через товарища непосредственному руководителю и обратитесь в медпункт за получением медицинской помощи.

12. Помните, что правильная организация рабочего места, соблюдение трудовой дисциплины и правил техники безопасности являются условиями безопасного труда.

13. При производстве работ, нахождении в помещениях и передвижении по территории Центра работники обязаны:

13.1. Идти шагом, смотря под ноги и придерживаясь правой стороны. При неблагоприятных метеорологических условиях (гололед) идти по посыпанному песчано-соляной смесью участку территории;

13.2. При передвижении по лестничным маршрутам:
держаться за перила, где они установлены;
не переступать и не перепрыгивать через несколько ступенек лестниц;
не перевешиваться через перила;
не держать руки в карманах;
не переносить предметы, держа их перед собой, если из-за этого не видно пути передвижения;
не перемещаться спиной назад;

13.3. Не закрывать двери перед идущими позади работниками;

13.4. Не допускать разлива жидкостей, падения на пол и ступеньки лестниц стекла, камней, палок, карандашей, болтов, гаек и т.п., а также конфет, огрызков и кожуры фруктов и т.п.;

13.5. Не наступать на участки пола и ступени лестниц, на которых разлита жидкость, а также предметы, оказавшиеся на пути передвижения;

13.6. Соблюдать осторожность при работе с ножницами, шилом, ножом (во избежание травмирования пальцев рук), при использовании силикатного клея (не допускать попадания клея в глаза).

14. Запрещается находиться на территории Центра под воздействием алкогольных, наркотических, психотропных или токсических веществ.

15. Запрещается приносить взрывчатые вещества, взрывные устройства, холодное, газовое, пневматическое, метательное и огнестрельное оружие и боеприпасы.

16. Запрещается садиться, становиться ногами на подоконники закрытых или открытых окон, покидать здание через окна.

17. Запрещается садиться на трубы и батареи центрального отопления (независимо от их температуры).

18. Запрещается выбрасывать наружу через окна и форточки какие-либо предметы.

19. Запрещается входить в технические и хозяйствственные помещения Центра, не предназначенные для нахождения там посторонних лиц (электрощитовые, склады и т.д.), залезать на деревья, спускаться в канализационные люки.

20. Запрещается выполнять работы, если они не входят в круг обязанностей работников.

21. При работе на копировальной технике:

21.1. Необходимо проверить правильность подключения оборудования, проверить визуально исправность аппарата его отдельных узлов и частей;

21.2. В случае обнаружения неисправностей (обрыва проводов питания, заземления и других повреждений, появление запаха гари, необычного шума и т.п.) работу не начинать (не продолжать) и доложить своему руководителю;

21.3. Соблюдать правила эксплуатации оборудования, запрещается самостоятельно производить вскрытие и ремонт оборудования.

22. Запрещается переносить и передвигать тяжести. Для мужчин норма – не более 50 кг, для женщин – не более 10 кг.

23. Запрещается садиться на столы, оборудование, раскачиваться на стульях.

Глава 2 Общие требования электробезопасности

Работникам учреждения запрещается:

24. Повреждать электропроводку, электроприборы, розетки, светильники и т.п.

25. Открывать электрические щитки, шкафы, входить в помещения электроцеховой.

26. Вставлять вилку электроприбора влажными руками, прикасаться к электропроводам.

27. Одновременно дотрагиваться до электроприборов и заземленных металлических предметов (батареи, трубы центрального отопления, и т.д.).

28. Ставить на электроаппаратуру посуду с жидкостью (вазы с цветами, стаканы с водой и т.п.).

29. Тянуть за шнур электроприбора при отсоединении вилки из розетки, наступать на шнуры электроприборов и удлинители, ставить на них любые предметы.

30. Наполнять водой включенные в сеть электронагревательные приборы (чайники, самовары и т.д.).

31. Заклеивать электропроводку обоями, плакатами, пленкой и т.п.

Глава 3 Общие требования пожарной безопасности

32. Не следует устанавливать в проходах и проездах, даже временно, оборудование, оставлять транспортные средства, инвентарь, складировать, отходы и т.п.

33. Ко всем зданиям и помещениям должен быть обеспечен свободный доступ. Проезды и подъезды к зданиям и пожарным водоисточникам, а также подступы к пожарному инвентарю должны быть всегда свободными.

34. Не разрешается использовать лестничные клетки, чердачные помещения, технические этажи и вентиляционные камеры в производственных целях или для хранения материальных ценностей.

35. В административных зданиях запрещается:

устанавливать на путях эвакуации оборудование, мебель, шкафы, сейфы, отходы и т.п.;

оставлять, после окончания работы, включенные в электросеть нагревательные приборы;

пользоваться нестандартными (самодельными) электронагревательными

приборами;

демонтировать устройства самозакрывания дверей.

36. Курение на территории и в административных помещениях Центра запрещено.

37. При уходе на обед, перерыв, по окончании рабочего дня отключите оборудование и освещение от электросети.

Глава 4

Оказание первой помощи потерпевшим при несчастных случаях

38. В случае поражения электрическим током, если потерпевший соприкасается с токоведущими частями оборудования, в первую очередь освободите его от действия электрического тока, отключив оборудование от электросети.

39. При невозможности быстро отключить электрооборудование необходимо отделить потерпевшего от токоведущих частей. Следует изолировать себя, пользуясь каким-либо сухим диэлектрическим предметом, а также встав на диэлектрический коврик или подставку.

При отделении потерпевшего от токоведущих частей действуйте одной рукой.

40. Независимо от состояния потерпевшего вызовите врача и сообщите о случившемся руководителю.

41. Для оказания первой помощи определите состояние потерпевшего после освобождения от действия электрического тока:

если потерпевший находится в сознании, уложите его в удобное положение и до прибытия врача обеспечьте полный покой, непрерывно наблюдая за дыханием и пульсом;

если потерпевший плохо дышит – очень редко и судорожно, - либо признаки жизни (дыхание, пульс) у потерпевшего отсутствуют, немедленно приступайте к искусственному дыханию по способу «рот в рот» или «рот в нос» и наружному массажу сердца.

42. Для проведения искусственного дыхания уложите потерпевшего на спину на ровную твердую поверхность:

расположитесь сбоку от потерпевшего, одну руку подложите под шею, ладонью другой руки надавите на его лоб, максимально запрокинув голову;

на открытый рот (нос) положите марлевую салфетку или носовой платок;

зажмите потерпевшему рот (нос), сделайте глубокий вдох, и, плотно обхватив губами рот (нос) потерпевшего, сделайте энергичный выдох. Как только грудная клетка поднимется, нагнетание воздуха прекратите. Интервал между искусственными вдохами должен составлять 5 секунд (12 дыхательных циклов в минуту).

43. Для проведения наружного массажа сердца потерпевшего уложите на спину на твердую поверхность, встаньте с левой стороны от него и положите ладони одна на другую на левую нижнюю треть грудной клетки. Резкими толчкообразными движениями надавливайте на грудную клетку. Грудная клетка должна смещаться по направлению к позвоночнику на 4-5 см.

За одну минуту необходимо сделать не менее 60 надавливаний и 12 вдуваний.

После восстановления дыхания и сердечной деятельности потерпевшего тепло укройте, напоите чаем и направьте в лечебное учреждение.

44. При ушибах, повреждениях мягких тканей без нарушения целостности покровов кожи к поврежденному месту приложите холодный компресс (пузырь со льдом, снегом, мокрую салфетку) и обратитесь к врачу.

45. В случае тяжелого ранения, сопровождающегося сильным кровотечением, прижмите сосуд пальцем и наложите жгут или давящую повязку выше раны для остановки кровотечения, запишите время установки жгута и сопроводите потерпевшего в медпункт.

46. При обмороке уложите потерпевшего, опустив ему голову и приподняв ноги, обеспечьте поступление свежего воздуха, расстегните ворот одежды, ослабьте все, что стесняет дыхание, обрызгайте лицо холодной водой, дайте потерпевшему понюхать ватку, смоченную нашатырным спиртом.

47. При ранении первая помощь заключается в остановке кровотечения:
ссадины, уколы и мелкие раны смажьте 5%-ным раствором йода или 2%-м раствором бриллиантовой зелени, наложите стерильную повязку;

при кровотечении из капилляров и мелких вен наложите на рану стерильную давящую повязку, предварительно обработав кожу вокруг раны йодной настойкой;

при венозном кровотечении наложите давящую повязку, после остановки кровотечения порез вокруг раны обработайте йодом;

при артериальном кровотечении поднимите раненую конечность, остановите кровотечение путем наложения жгута (веревки, пояса, косынки и т.д.) на 1,5-2 часа, рану закройте стерильным перевязочным материалом и отведите потерпевшего в здравпункт.

Не промывайте рану водой или каким-либо веществом, не засыпайте порошками, не покрывайте мазями, так как это препятствует заживлению раны, способствует занесению в нее грязи с поверхности кожи, что вызовет последующее нагноение.

Не накладывайте повязку на рану, если в ней находится инородное тело, в месте расположения его сделайте в повязке дырку.

48. При переломах и вывихах обеспечьте спокойное и наиболее удобное положение для поврежденной конечности, обеспечьте её полную неподвижность и вызовите врача.

Глава 5 Общие требования санитарно-гигиенической безопасности

49. Во избежание отравлений:

не храните личную одежду и не принимайте пищу на рабочем месте;
не используйте для мытья рук и лица эмульсий, растворителей;
перед приемом пищи и после посещения туалета мойте руки.

50. Запрещается приходить на работу с инфекционными заболеваниями.

51. Запрещается употреблять в пищу и хранить в холодильнике продукты с истекшим сроком годности.

52. По окончании работы тщательно вымойте лицо и руки теплой водой с мылом. При необходимости примите душ.

Глава 6 Ответственность

53. Невыполнение требований настоящей инструкции является нарушением трудовой дисциплины, и виновные несут ответственность в соответствии с действующим законодательством Республики Беларусь.

Инструкцию разработал:

Инженер по охране труда

В.Т.Русакович