

INSTRUKCJA BHP PRZY OBSŁUDZE KOMPUTERA I DRUKARKI

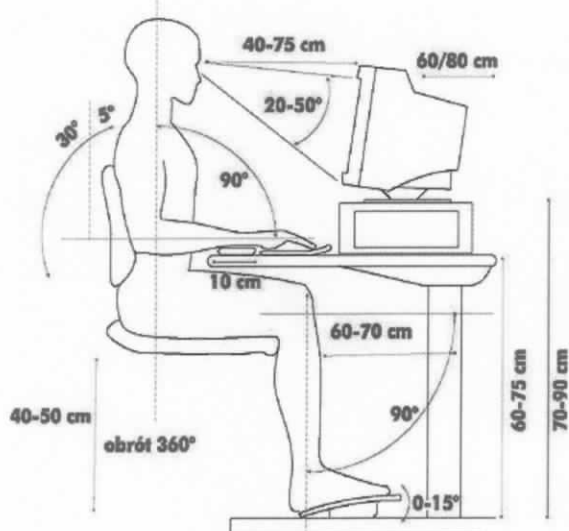
1. Uwagi ogólne.

Do wykonywania pracy na stanowisku roboczym może być dopuszczony pracownik (każda osoba zatrudniona przez pracodawcę, w tym praktykant i stażysta, użytkująca w czasie pracy monitor ekranowy co najmniej przez połowę dobowego wymiaru czasu pracy), który spełnia następujące warunki:

- ma wymagane kwalifikacje do pracy na wyznaczonym stanowisku,
- ma stan zdrowia odpowiedni do wykonywanej pracy potwierdzony świadectwem wydanym przez uprawnionego lekarza,
- przeszedł odpowiedni instruktaż, zapoznał się z instrukcją obsługi i odbył przeszkolenie bhp oraz p.poż.,
- zatrudnienie kobiet dopuszczalne jest na warunkach określonych w K.P. oraz w rozporządzeniu RM w sprawie wykazu prac wzbronionych kobietom (Dz. U. z 1996 r., Nr 114, poz. 545 z późn. zm.)

2. Czynności przed rozpoczęciem pracy:

- sprawdzić stan techniczny urządzeń i oświetlenia stanowiska, a w szczególności stan instalacji elektrycznej, skontrolować wyposażenie stanowiska,
- dostosować biurko, krzesło i podnóżek do wymiarów swojego ciała,
- ustawić ekran monitora względem źródeł światła tak, aby ograniczyć lśnienie i odbicia światła,
- zauważone usterki i uchybienia zgłosić natychmiast przełożonemu.



3. Czynności podczas pracy:

- zachowywać prawidłową pozycję ciała przy wykonywaniu pracy,
- zapewnić przed klawiaturą wystarczającą przestrzeń dla podparcia rąk i dłoni.

4. Bezpieczeństwo na stanowisku pracy przy urządzeniach komputerowych:

- zapewnienie dostatecznej wentylacji pomieszczenia i urządzeń (wilgotność względna powietrza w pomieszczeniach przeznaczonych do pracy z monitorami ekranowymi nie powinna być mniejsza niż 40%), odległości między sąsiednimi monitorami powinny wynosić co najmniej 0,6 m, a między pracownikiem i tyłem sąsiedniego monitora - co najmniej 0,8 m,
- zapewnienie odpowiedniej odległości oczu pracownika od ekranu monitora (400÷750 mm),
- zapewnienie odpowiedniego natężenia światła (zalecane jest dopuszczalne natężenie oświetlenia w przedziale od 300 do 700 lx),
- odpowiednie monitora (nachylenie monitora nie może być większe niż 10 stopni od pionu),
- w celu ochrony przed zjawiskiem elektryczności statycznej stosować podłoga o właściwościach antyelektrostatycznych
- stosowanie co najmniej 5-minutowej przerwy, wliczanej do czasu pracy, po każdej godzinie pracy przy obsłudze monitora ekranowego.

5. Zabrania się:

- wykonywania pracy na stanowisku nie spełniającym wymogów niniejszej instrukcji,
- samowolnego naprawiania urządzeń komputerowych, sprzętu i wyposażenia zasilanego energią elektryczną,
- czyszczenia na mokro urządzeń będących pod napięciem.

6. Czynności po zakończeniu pracy:

- wyłączenie komputera, monitora, drukarki i pozostałych urządzeń oraz sprzętu stanowiskowego zasilanego energią elektryczną,
- uporządkowanie stanowiska pracy.

ZATWIERDZAM

STAROSTA

Stanisław Laskowski