

# INSTRUKCJA BHP PRZY PRACY NA STANOWISKU KOMPUTEROWYM w ZSP nr 1 w praszcze

## UWAGI OGÓLNE

1. Do pracy przy elektronicznych monitorach komputerowych mogą być dopuszczone osoby posiadające orzeczenie lekarskie o braku przeciwwskazań.
2. Kobieta w ciąży nie może pracować przy obsłudze monitorów dłużej niż 4 godziny na dobę.

## PODSTAWOWE ZASADY BEZPIECZNEJ OBSŁUGI

1. Zabrania się spożywania posiłków na stanowiskach pracy z komputerem.
2. Zabrania się przebywania na stanowisku pracy osób nieupoważnionych.
3. Pracownik obsługujący sprzęt biurowy zobowiązany jest do sprawdzenia kompletności wyżej sprzętu.
4. Przy pracach z komputerem należy:
  - dostosować biurko, krzesło do wymiarów swojego ciała,
  - włączyć komputer oraz drukarkę do sieci elektrycznej,
  - wyregulować jasność, kontrast między znakami i tłem w zależności od potrzeb i aktualnych warunków otoczenia,
  - ustawić zadania do wpisywania do komputera w ten sposób, aby nie było potrzeby manewrowania ciałem.
5. Obsługującym komputer zaleca się przerwy w pracy (po każdej godzinie 5 minut przerwy) lub łączenie prac nie obciążających wzroku i wykonywanych w innej pozycji przy nie przekraczaniu godziny pracy przy obsłudze monitora.
6. Zabrania się napraw elektrycznych lub mechanicznych urządzenia przez osoby nie posiadające do tego uprawnień.
7. Zobowiązuje się obsługujących urządzenie do przestrzegania przepisów ochrony p.poż., a zwłaszcza zabrania się palenia tytoniu przy obsłudze komputera.
8. Za stan czystości i porządku na stanowisku pracy i wokół niego oraz za utrzymanie urządzenia w dobrym technicznie i bezpiecznym stanie odpowiedzialny jest jego użytkownik.

***Uwaga – zabrania się stosowania do czyszczenia obudowy komputera cieczy, gdy urządzenie jest pod napięciem. Zabrania się stosowania środków chemicznych do czyszczenia ekranu.***

## UWAGI KOŃCOWE

1. Zawsze wyłączaj lub odłączaj wtyczkę zasilania z gniazdka sieciowego przed przesuwaniem, konserwacją, myciem lub inną czynnością niż normalna obsługa urządzenia możesz zostać poważnie zraniony!
2. W razie zaistnienia wypadku przy pracy zgłoś to swojemu przełożonemu, a stanowisko pracy zostaw w takim stanie, w jakim zdarzył się wypadek.
3. Palenie tytoniu w pomieszczeniach pracy jest zabronione. Odbywać się ono może wyłącznie w miejscu oznakowanym i wyznaczonym.

Opracował:

Zatwierdził: