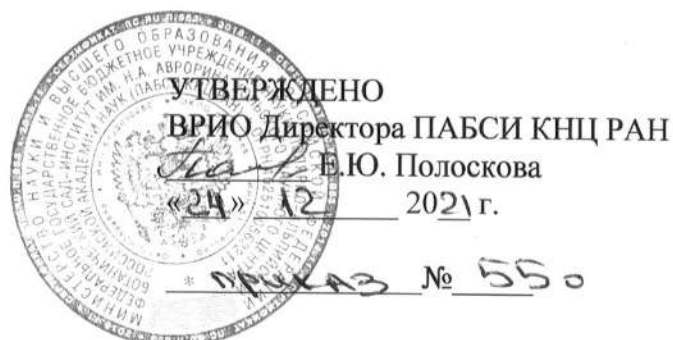


**Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное учреждение науки
Полярно-Альпийский ботанический сад – институт им. Н.А. Аврорина
Кольского научного центра Российской академии наук**



**ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА № 12
ДЛЯ РАБОТНИКОВ АДМИНИСТРАТИВНО-УПРАВЛЕНЧЕСКОГО
ПОДРАЗДЕЛЕНИЯ ПАБСИ КНЦ РАН.**

1. Общие требования охране труда

1.1. Настоящая инструкция по охране труда для работника административно-управленческого подразделения (далее – работник АУП) Федерального Государственного бюджетного учреждения науки Полярно-альпийского ботанического сада-института им. Н.А. Аврорина Кольского научного центра Российской академии наук (далее – ПАБСИ КНЦ РАН, Учреждение), а также устанавливает порядок выполнения требований охраны труда при осуществлении работ в АУП ПАБСИ КНЦ РАН.

1.2. В настоящей инструкции по охране труда устанавливаются Государственные нормативные требования охраны труда, изложенные в ст. 211 «Государственные нормативные требования охраны труда» ТК РФ от 30.12.2001 N 197-ФЗ, а также содержащихся в федеральных законах, и иных нормативных правовых актах Российской Федерации, и в законах и иных нормативных правовых актах субъектов Российской Федерации, в том числе устанавливаются правила, процедуры, критерии и нормативы, направленные на сохранение жизни и здоровья работников в процессе их трудовой деятельности, при осуществлении работ.

1.3. Настоящая Инструкция по охране труда разработана с учетом требований ст. 212 ТК РФ от 30.12.2001 N 197-ФЗ, а также с учётом требований законодательных и иных нормативно-правовых актов в области охраны труда и предназначена для работников АУП ПАБСИ КНЦ РАН при выполнении ими работ согласно профессии и квалификации.

1.4. Настоящая инструкция руководствуется требованиями Порядка обучения по охране труда и проверки знаний требований охраны труда работников организаций (Постановление Минтруда России, Минобразования России от 13.01.2003 N 1/29), а также ГОСТ 12.0.004-2015. «Межгосударственный стандарт. Система стандартов безопасности труда. Организация обучения безопасности труда. Общие положения».

1.5. В ПАБСИ КНЦ РАН к самостоятельной работе в административно-управленческом подразделении – допускаются лица не моложе 18 лет, имеющие профессиональное обучение (диплом, или др.), соответствующую выполняемой работе квалификацию, и прошедшие при поступлении на работу:

- вводный инструктаж охране труда;
- инструктаж по пожарной безопасности;
- обучение оказания первой помощи пострадавшим;
- инструктаж по электробезопасности на рабочем месте;
- первичный инструктаж по охране труда на рабочем месте;
- обучение безопасным методам и приёмам труда с офисным оборудованием;
- стажировку на рабочем месте и проверку знаний требований охраны труда.

1.6. Конкретный порядок, условия, сроки и периодичность проведения всех видов инструктажей по охране труда (вводный, первичный, повторный, внеплановый, целевой) работников регулируются соответствующими отраслевыми и межотраслевыми нормативными правовыми актами по безопасности и охране труда (см. п. 1.4 настоящей инструкции).

1.7. Работник АУП ПАБСИ КНЦ РАН, совмещающий иные виды работ, проходит обучение и инструктажи по всем совмещаемым видам работам (профессиям).

1.8. Работник АУП, допущенные к самостоятельной работе обязан знать и соблюдать:

- свою должностную инструкцию, должностные обязанности;
- инструкцию по охране труда для работников Административно-управленческого подразделения ПАБСИ КНЦ РАН;
- инструкцию по электробезопасности (первая группа);
- правила пожарной безопасности;
- правила оказания первой помощи;
- правила производственной санитарии и личной гигиены;
- правила внутреннего трудового распорядка, установленный график работы, а также режим труда и отдыха;
- иные локально-нормативные акты (далее – ЛНА);
- способы рациональной организации рабочего места;
- санитарно-гигиенические требования к условиям труда;
- последовательность выполнения работ;
- правила технической эксплуатации и требования безопасности при работе с офисным оборудованием;
- содержание своего рабочего места в чистоте и порядке, в течение рабочего дня;
- отключать электрическое освещение (кроме аварийного) по окончании работы.

1.9. Работнику АУП ПАБСИ КНЦ РАН необходимо знать месторасположения аптечки, первичных средств пожаротушения, путей эвакуации людей в случае аварии, стихийного бедствия или пожара.

1.10. Работнику АУП ПАБСИ КНЦ РАН запрещено:

- появляться на рабочем месте, а также приступать к работе в нетрезвом состоянии;
- приносить с собой и распивать спиртные напитки на рабочем месте;
- оставлять без присмотра включённое оборудование и электроприборы;
- курить в неустановленных местах.

Разрешается курить только в специально отведённых и оборудованных местах.

1.11. При работе в ПАБСИ КНЦ РАН источниками профессионального риска, вреда здоровья работника АУП может быть воздействие вредных и (или) опасных производственных факторов, в том числе:

- перенапряжение зрительного анализатора при длительной работе за включённым монитором;
- длительное статическое напряжение мышц спины, шеи, рук и ног, (статические перегрузки);
- ионизирующие и неионизирующие излучения, источниками которых являются мониторы персональных компьютеров;
- статическое электричество;

- движущие части копировально-множительной техники;
- загрязнение рук химическими веществами, входящие в состав красок, порошков копировально-множительной техники;
- физических и нервно-психических перегрузок;
- недостаточной освещённости рабочих зон или рабочего места;
- движущиеся транспортные средства;
- разрушающиеся конструкции;
- особенности лестничных маршей (крутой подъём-спуск, или наличие крутой лестницы);
- работающая компьютерная и офисная оргтехника;
- поражение электрическим током, повышенного значения напряжения в электрической цепи, замыкание которой может произойти через тело человека, путь которого может проходить на корпусах офисной техники;
- воздействие пожара или взрыва;
- иные факторы, отрицательно влияющие на здоровье работника.

1.12. В целях снижения уровня воздействия неблагоприятных факторов на организм работник АУП должен соблюдать инструкции по охране труда, трудовой распорядок, выполнять правила и требования установленного режима труда и отдыха.

1.13. Работник АУП обязан проходить:

- первичный инструктаж на рабочем месте;
- обучение безопасным методам и приёмам труда, выполнением работ;
- стажировку на рабочем месте и проверку знаний требований охраны труда;
- повторный инструктаж по охране труда на рабочем месте не реже чем раз в полгода, а также в иных случаях, регламентируемых требованиями и нормами законодательства в области охраны труда;
- внеплановый инструктаж по охране труда;
- целевой инструктаж по охране труда;
- обучение оказанию первой помощи пострадавшим при несчастном случае;
- инструктаж по пожарной безопасности;
- инструктаж по электробезопасности на рабочем месте.

1.14. При осуществлении работ, с применением офисной техники, электроприборов и прочего оборудования, работнику АУП следует руководствоваться требованиями технической (эксплуатационной) документации завода-изготовителя.

1.15. Работникам АУП запрещается пользоваться инструментом, приспособлениями и оборудованием, безопасному обращению с которыми они не обучены.

1.16. Для обеспечения пожарной безопасности работник АУП обязан:

- не курить, не зажигать спички, не применять открытый огонь помещениях и зданиях Учреждения, вблизи пожароопасного оборудования и в неустановленных местах;
- регулярно убирать рабочее место и очищать оборудование от пыли, отходов своей трудовой деятельности;
- не сушить одежду и обувь на нагревательных приборах;
- обеспечивать свободный доступ к средствам пожаротушения;
- не использовать для обогрева открытый огонь, неисправные обогревательные приборы.

1.17. При обнаружении загорания или пожара работник АУП обязан:

- немедленно сообщить об этом в пожарную охрану, администрации ПАБСИ КНЦ РАН;
- оповестить рядом находящихся работников или посетителей АУП, принять меры к их эвакуации;
- приступить к тушению очага пожара с помощью первичных средств пожаротушения с соблюдением мер безопасности, как для себя, так и для других лиц.

1.18. Работник АУП должен уметь оказывать первую помощь пострадавшим, а также первую помощь себе.

1.18.1. При несчастном случае необходимо: отключить оборудование, оказать помощь пострадавшему (при необходимости принять меры к его доставке в медицинское учреждение), сообщить о случившемся администрации Учреждения, а также сохранить обстановку, при которой произошёл несчастный случай, если это не создаёт опасности для окружающих.

1.19. Для предупреждения возможных заболеваний работнику АУП необходимо – рабочее место, одежду содержать в чистоте, одеваться и обуваться в соответствии с сезоном.

1.20. Работник АУП обязан знать и соблюдать правила личной гигиены:

- приходить на работу в чистой одежде и обуви;
- постоянно следить за чистотой тела, рук, волос;
- перед приёмом пищи вымыть руки с тёплой водой и мылом;
- принимать пищу в специально отведённых помещениях (не на рабочем месте);
- не хранить обувь и одежду на рабочем месте;
- на работах с вредными условиями труда и загрязнением кожного покрова после окончания работы использовать душ и специальные моющие средства.
- систематически использовать по назначению санитарно-бытовые помещения.

1.22.1. Для питья предпочтительно применять бутилированную или кипячёную воду.

1.22.2. Принимать пищу, отдыхать или курить разрешается в специально отведённых местах.

1.23. Работник АУП обязан известить администрацию ПАБСИ КНЦ РАН о любом происшествии, аварии, о каждой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом несчастном случае, произошедшем на рабочем месте, об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков острого заболевания.

1.24. Во всех случаях, если в процессе выполнения работы, у работника АУП возникают какие-нибудь вопросы, связанных с её безопасным выполнением, то работнику необходимо сразу же остановить проведение этих работ. Работы, в этом случае, можно будет продолжить – только после решения всех вопросов.

1.25. При обнаружении опасности угрожающей людям, сооружениям и имуществу Учреждения – работник АУП обязан в пределах своих полномочий и возможностей принять меры для устранения опасности, и действовать согласно инструкциям: по эксплуатации, по охране труда, по пожарной безопасности, инструкции по электробезопасности и правилам оказания первой помощи, или руководствоваться указаниями лица, которому непосредственно подчиняется, в иных случаях – руководству Учреждения в лице директора ПАБСИ КНЦ РАН, его заместителей, руководителей структурных подразделений, специалиста по охране труда, ответственного лица отвечающего за пожарную безопасность.

1.26. При передвижении по территории учреждения работник АУП должен руководствоваться Инструкцией по охране труда о безопасном передвижении сотрудников на территории ПАБСИ КНЦ РАН, в частности обязан:

- ходить только по установленным маршрутам, а также по пешеходным дорожкам;
- быть внимательным к движущемуся транспорту;
- при необходимости движения по проезжей части следует идти с левой стороны по краю дороги, лицом навстречу движению транспортных средств, а также быть внимательным к выбоинам и наледи на дорогах и обходить их стороной;
- при выходе из здания убедиться в отсутствии движущегося рядом транспорта;
- проходить в помещения и здания только через специально оборудованные для этой цели места. **ЗАПРЕЩАЕТСЯ** заходить и выходить через оконные проёмы;
- соблюдать осторожность при входе (выходе) в помещение, избегать мест падения

сосулек и снега. При передвижении по лестницам и у дверей обращать внимание на наличие порогов и других перепадов высоты пола.

1.27. Работник АУП должен выполнять требования охраны труда, изложенные в настоящей инструкции.

1.28. За нарушение (невыполнение) требований правил и норм охраны труда, нормативных актов (инструкции) по охране труда офисный работник привлекается к дисциплинарной, а в соответствующих случаях - материальной и уголовной ответственности в порядке, установленном законодательством Российской Федерации, локальными нормативными актами.

1.29. Контроль над выполнением требований охраны труда настоящей Инструкции возлагается на руководство Учреждения, директора ПАБСИ КНЦ РАН в целом.

2. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПЕРЕД НАЧАЛОМ РАБОТЫ.

2.1. Работнику АУП необходимо явиться (прибыть) в Учреждение заблаговременно, исключая спешку, падение и случаев травматизма.

2.2. Работник АУП обязан подготовить рабочую зону для безопасной работы:

- проверить рабочее место на соответствие требованиям безопасности и удостовериться в безопасном состоянии своего рабочего места. Проверить подходы к рабочему месту, пути эвакуации на соответствие требованиям охраны труда;

- осмотреть и подготовить своё рабочее место, проверить оснащённость рабочего места, наличие используемых в работе материалов, а также убрать все лишние предметы;

- проверить путём внешнего осмотра достаточность освещённости и исправность выключателей и розеток;

- осуществить осмотр электрооборудования (проверку комплектности и надёжности крепления деталей; проверку путём внешнего осмотра исправности кабеля (шнура); проверку чёткости работы выключателя; использовать только штатные приспособления).

2.2.1. Необходимо проветрить кабинет.

2.2.2. Проверить наличие противопожарных средств, аптечки (её комплектацию)

2.3. Работник АУП обязан сообщить руководству Учреждения при обнаружении дефектов в электрооборудовании. **ЗАПРЕЩЕНО** эксплуатировать неисправное электрооборудование!

2.4. Включение электрооборудования необходимо производить вставкой исправной вилки в исправную розетку для бытовых приборов.

2.5. Работник АУП во время работы с электрооборудованием обязан поддерживать порядок на рабочем месте.

2.6. При работе с электрооборудованием работнику АУП запрещается:

- оставлять включенное электрооборудование без надзора;

- передавать электрооборудование лицам, не имеющим права работать с ним

- снимать средства защиты;

- дергать за подводящий провод для отключения;

- держать палец на выключателе при переносе электрооборудования;

- натягивать, перекручивать и перегибать подводящий кабель;

- ставить на кабель (шнур) посторонние предметы;

- допускать касание кабеля (шнура) с горячими или теплыми предметами.

2.7. Работник АУП обязан выполнять с электрооборудованием только ту работу, для которой предназначено электрооборудование.

2.8. Если во время работы обнаружится неисправность электрооборудования или работающий с ним почувствует хотя бы слабое действие тока, работа должна быть немедленно прекращена и неисправное электрооборудование должно быть сдано на

проверку или в ремонт.

- 2.9. Отключение электрооборудования необходимо производить:
- при перерыве в работе;
 - при окончании рабочего процесса.

2.10. Работнику АУП, находящемуся в болезненном или переутомлённом состоянии, а также под воздействием алкоголя, наркотических веществ или лекарств, притупляющих внимание и реакцию, **ЗАПРЕЩЕНО** приступать к работе, так как это может привести к травме, несчастному случаю, или смерти.

3. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ВО ВРЕМЯ РАБОТЫ.

3.1. Работник АУП должен выполнять только ту работу, которая входит в его должностные обязанности согласно его должности и квалификации, и по которой он имеет профессиональную подготовку, а также обучен и проинструктирован по охране труда, или поручена ему Директором ПАБСИ КНЦ РАН.

3.2. При выполнении своих служебных обязанностей работник АУП обязан:

- работать на хорошо освещённом рабочем месте, при недостаточном освещении работнику АУП необходимо сообщить об этом руководству Учреждения;
- соблюдать трудовую и производственную дисциплину, правила внутреннего трудового распорядка;
- знать месторасположение главных и запасных выходов, путей эвакуации в случае аварии или пожара;
- знать местоположение средств оказания первой помощи, первичных средств пожаротушения – уметь пользоваться и применять их.

3.3. Работнику АУП во время работы необходимо быть внимательным и осторожным, не отвлекаться на посторонние дела и разговоры, не отвлекать от работ других. Не допускать на рабочее место лиц, не имеющих отношения к выполнению работ. Даже при кратковременной отлучке, перерыве на обед отключать все электроприборы от электросети.

3.4. Соблюдать технологическую дисциплину, воздерживаться от действий, мешающих другим работникам выполнять их трудовые обязанности, содействовать устранению причин, мешающих нормальной работе.

3.5. Во время работы необходимо содержать в чистоте и порядке рабочее место, не загромождать его материалами и посторонними предметами, своевременно убирать отходы в отведённое для них место, офисные принадлежности инструменты располагать в удобном для работы месте, исключая получение травм и увечий.

3.6. Работник АУП должен работать исправными офисными принадлежностями и инструментом, правильно их применять, а также использовать его по назначению.

3.7. На рабочем месте работнику АУП **ЗАПРЕЩЕНО:**

- качаться на стуле;
- касаться оголённых проводов;
- работать на оборудовании мокрыми руками;
- размахивать острыми и режущими предметами;
- допускать захламлённость рабочего места бумагой в целях недопущения накопления органической пыли;
- производить отключение питания во время выполнения активной задачи;
- производить частые переключения питания;
- включать сильно охлаждённое (принесённое в тёплое помещение с улицы в зимнее время года) оборудование;
- производить самостоятельно вскрытие и ремонт оборудования;

- совершать иные действия, которые могут повлечь за собой наступление несчастного случая.

3.8. Работнику АУП необходимо соблюдать правила перемещения в помещении и на территории Учреждения, пользоваться только установленными проходами. Не загромождать установленные проходы, входы-выходы и проезды, в том числе аварийные.

3.9. Работнику АУП необходимо хранить документацию в шкафах, на полках, стеллажах (при их наличии).

3.10. Работнику АУП в при выполнении работ на компьютере, необходимо учесть следующее: в своей работе делать перерыв на 15 минут для снижения утомляемости общефизического характера (каждые два часа).

4. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ.

4.1. Аварийными ситуациями в ПАБСИ КНЦ РАН при проведении работ в АУП являются:

- Возгорание, пожар.
- Обрушение конструкций зданий и сооружений.
- Затопление, потоп.
- Отключение электроэнергии.
- Нарушение технологического процесса, вызванное неисправностью оборудования или неправильными действиями работника.

4.2. При возникновении аварийной ситуации (авария, пожар, обрушение зданий и сооружений и т.п.) на территории Учреждения, работник АУП должен немедленно сообщить о происшествии директору ПАБСИ КНЦ РАН, и действовать в соответствии с его указаниями, или указаниями руководства ПАБСИ КНЦ РАН. При угрозе жизни работнику необходимо сразу покинуть опасную зону.

4.3. При наличии опасности: авария, пожар, обрушение зданий, сооружений и аварийной работе оборудования, угрожающей другим работникам, или посетителям территории учреждения, работник АУП обязан оповестить и предупредить людей, которым угрожает опасность, а также оказать посильную помощь в их эвакуации из опасной зоны.

4.4. В случае аварии или возникновения аварийной ситуации работнику АУП необходимо отключить электрооборудование от всех видов энергии, сообщить руководству ПАБСИ КНЦ РАН, вывести людей из опасной зоны и приступить к ликвидации аварийного состояния.

4.5. При поражении электрическим током, работнику АУП необходимо обесточить рабочее место и освободить пострадавшего от действия электрического тока. Если пострадавший оказался под действием электрического тока на высоте, принять меры, предупреждающие его падение.

4.6. При обнаружении пожара, или признаков горения (задымление, запах гари, повышение температуры и т.п.) необходимо:

- отключить и обесточить электрическое оборудование;
- немедленно вызвать пожарную охрану по телефону 01, 112;
- сообщить о возникновении пожара руководству ПАБСИ КНЦ РАН;
- до прибытия пожарной охраны принять меры для эвакуации людей, имущества;
- приступить к тушению пожара с помощью первичных средств пожаротушения с соблюдением мер безопасности, как для себя, так и для других лиц.

4.6.1. При пожаре, после эвакуации персонала, необходимо приступить к ликвидации пожара имеющимися первичными средствами пожаротушения. Если ситуация с пожаром или с задымлением будет становиться критичной, а также будет угрожать собственной жизни, следует незамедлительно покинуть опасную зону.

4.6.2. Тушить пожары около включённых электроприборов находящиеся под напряжением, в самих электроприборах (электроустановках), а также в местах, где проложен электрический кабель, электропровода и т.п., при помощи воды или пенного огнетушителя – **ЗАПРЕЩЕНО**, так как это сопряжено опасностью поражения электрическим током. Необходимо всегда помнить, что в любом случае электроустройства, электрическое оборудование, а также любые электрические сети должны быть сначала обесточены, и лишь после полного отключения можно приступить к тушению возгорания.

4.7. Если при аварийной ситуации произошёл несчастный случай, отравление или острое (внезапное) заболевание – есть пострадавший или их несколько, то работнику необходимо оказать первую помощь пострадавшему (им), вызвать скорую медицинскую помощь, а также сообщить о несчастном случае руководству ПАБСИ КНЦ РАН.

4.7.1. При несчастном случае необходимо сохранить обстановку на месте происшествия без изменений до прибытия комиссии по расследованию несчастного случая, если это не угрожает здоровью окружающих, разрушению зданий и сооружений и т.п. и не ведёт к поломке оборудования, приборов и др.

4.7.2. При несчастном случае следует:

- освободить пострадавшего от действия травмирующего фактора;
- оказать пострадавшему первую помощь;
- вызвать на место происшествия скорую медицинскую помощь или организовать доставку пострадавшего в лечебное учреждение;
- сообщить о случившемся руководству ПАБСИ КНЦ РАН.

5. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПО ОКОНЧАНИИ РАБОТЫ.

5.1. По окончании выполнения служебных обязанностей работник АУП обязан:

- отключить применяемое оборудование от электросети;
- привести в порядок рабочее место, собрать канцелярские принадлежности и другое оборудование, и убрать их в отведенное для этого места хранения;
- произвести уборку своего рабочего места, участков проведения работ, от технологического мусора;
- убедиться в отсутствии очагов возгорания, или проверить противопожарное состояние помещения (кабинета);
- закрыть окна, выключить свет, закрыть двери.

5.2. Работник АУП обязан сообщить руководству ПАБСИ КНЦ РАН обо всех замеченных во время работы неисправностях и недостатках.

5.3. При применении спецодежды снять и убрать её в специально отведённое для хранения место. Вымыть руки тёплой водой с мылом.

5.4. После окончания работы, перемещаясь по установленным маршрутам, с соблюдением мер безопасности – покинуть территорию ПАБСИ КНЦ РАН.

6. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

6.1. Настоящая Инструкция вступает в силу со дня ее утверждения директором ПАБСИ КНЦ РАН.

6.2. Изменения и дополнения в настоящую Инструкцию вносятся путём оформления отдельного документа (дополнения), который утверждается директором ПАБСИ КНЦ РАН и является неотъемлемой частью настоящей Инструкции.

6.3. Настоящая Инструкция, все изменения и дополнения вводятся приказом директора ПАБСИ КНЦ РАН.

6.4. Настоящая Инструкция прекращает своё действие в связи с принятием нового локального акта – со дня его утверждения или отменой данной Инструкции – со дня издания приказа директора ПАБСИ КНЦ РАН об его отмене.

Инструкцию разработал:
Специалист по охране труда
Исаев И.В.