



**ВІДДІЛ ОСВІТИ  
ЯГОТИНСЬКОЇ МІСЬКОЇ РАДИ  
ЯГОТИНСЬКИЙ ЛІЦЕЙ № 1**

*Вулиця Шевченка, будинок 86, місто Яготин, Бориспільський район, Київська область, 07700  
тел. (045-75) 5-16-85, E.mail: [Yagoschool1@ukr.net](mailto:Yagoschool1@ukr.net), Web: <http://yagoschool1.ucoz.ua>  
Код ЄДРПОУ 24892115*

---

**ЗАТВЕРДЖЕНО**  
**Наказ Яготинського ліцею №1**  
**№ 61-а/д від 01.09.2022**

**ІНСТРУКЦІЯ**  
**з охорони праці № 67**  
**під час дистанційної (надомної) роботи**

**1. Загальні положення**

1.1. Інструкція встановлює вимоги з охорони праці під час дистанційної (надомної) роботи та поширюється на всіх працівників, що працюють на підприємстві в дистанційному режимі роботи<sup>1</sup>.

1.2. Інструкція розроблена відповідно до Положення про розробку інструкцій з охорони праці, затвердженого наказом Держнаглядохоронпраці від 29.01.1998 № 9; Типового положення про порядок проведення навчання і перевірки знань з питань охорони праці, затвердженого наказом Держнаглядохоронпраці від 26.01.2005 № 15, та з урахуванням Вимог щодо безпеки та захисту здоров'я працівників під час роботи з екранними пристроями, затверджених наказом Мінсоцполітики від 14.02.2018 № 207.

1.3. Дистанційна робота - це форма організації праці, коли працівник виконує роботу за місцем проживання чи в іншому місці за його вибором, зокрема за допомогою інформаційно-комунікаційних технологій, але поза приміщенням підприємства.

При переведенні працівника на дистанційну (надомну) роботу необхідною умовою є конкретизація адреси робочого місця працівника у заяві або інших документах.

1.4. При дистанційній (надомній) роботі на працівників повною мірою поширюється законодавство про працю з урахуванням специфіки та особливостей застосування дистанційного режиму роботи, які обумовлюють у трудовому договорі.

Тривалість робочого часу в режим дистанційної роботи не може перевищувати норм, передбачених статтями 50 і 51 КЗпП — 40 або менше годин на тиждень.

Стаття 24 КЗпП містить вимогу щодо письмової форми укладення договору про дистанційну (надомну) роботу. Виключення із цього правила —

запровадження такого режиму роботи у період загрози поширення епідемії/пандемії, коли умову про таку роботу достатньо зазначити в наказі (розпорядженні) керівника.

1.5. При дистанційній роботі працівники розподіляють робочий час на власний розсуд, правила внутрішнього трудового розпорядку на них не поширюються.

1.6. До виконання дистанційної роботи допускають осіб, які пройшли:

- вступний інструктаж із охорони праці, виробничої санітарії, пожежної безпеки, прийомів і способів надання домедичної допомоги потерпілим;
- ознайомлені під розпис з умовами праці, правилами та пільгами щодо роботи в шкідливих і небезпечних умовах праці;
- правилами поведінки при виникненні аварій.

1.7. До початку роботи безпосередньо на робочому місці працівник повинен пройти первинний інструктаж із безпечних прийомів виконання робіт — первинний інструктаж із охорони праці на робочому місці.

1.8. Під час роботи працівник проходить:

- перевірку знань з охорони праці — щорічно;
- періодичний медичний огляд;
- повторний інструктаж із охорони праці на робочому місці — раз на 6 місяців;
- позаплановий інструктаж:
  - при роботах на обладнанні іншої конструкції, з якою працівник незнайомий, але до моменту пуску цього обладнання в експлуатацію;
  - при порушенні вимог нормативно-правових актів з охорони праці, що призвели до травм, аварій, пожеж тощо;
  - при перерві в роботі понад 30 календарних днів;
- цільовий інструктаж — у разі ліквідації аварії або стихійного лиха; при проведенні робіт, на які відповідно до законодавства оформлюють наряд-допуск, наказ або розпорядження.

1.9. Допущений до самостійної роботи працівник повинен:

- уміти надавати першу домедичну допомогу потерпілому при нещасному випадку;
- не приступати до роботи у стані алкогольного або наркотичного сп'яніння;
- виконувати тільки доручену роботу та не передавати її іншим без дозволу керівника;
- у разі робіт з виготовлення будь-якої продукції дотримувати інструкції з охорони праці, що поширюється на цей вид робіт або професію;
- не відволікатися під час роботи;
- не допускати на робоче місце сторонніх осіб;
- утримувати робоче місце в чистоті й порядку;

- знати й дотримувати правил особистої гігієни;
- приймати їжу, палити, відпочивати тільки у спеціально відведених для цього приміщеннях і місцях;
- повідомити керівника у разі виявлення несправностей пристроїв, обладнання або інших небезпек. Приступити до роботи можна тільки після того, як усунули всі недоліки;
- повідомити керівника, якщо стався нещасний випадок.

1.10. На працівника можуть впливати небезпечні й шкідливі виробничі чинники:

1.10.1. Під час роботи на персональних комп'ютерах — обмежена рухова активність, монотонність і значна зорова напруга.

1.10.2. Під час роботи з електроприладами, як-от прилади освітлення, побутова техніка, принтер, сканер тощо, — підвищене значення напруги електричної мережі;

1.10.3. Під час роботи поза домом — автотранспорт, що рухається, незадовільний стан дорожнього покриття.

1.10.4. Небезпека, спричинена нехтуванням ергономічних вимог і принципів до обладнання:

- незручна робоча поза або надмірне чи повторюване фізичне навантаження на організм працівника;
- нехтування засобами індивідуального захисту (ЗІЗ);
- недостатнє місцеве освітлення;
- розумове перевантаження, стрес тощо, що виникають під час робочого процесу, процесу контролю за роботою обладнання або технічного обслуговування в межах їх використання за призначенням;
- помилки, неправильне поводження працівника;
- незручна конструкція, розміщення або маркування елементів керування;
- незручна конструкція або розміщення приладів контролю.

1.10.5. Небезпека, пов'язана з несприятливими природними чинниками:

- вітрове навантаження;
- снігове навантаження;
- ожеледиця, зледеніння;
- сейсмічне навантаження;
- грозові електричні розряди;
- повені.

1.11. Ризики від впливу основних видів небезпеки потрібно унеможливити або звести до мінімуму за рахунок запобіжних заходів, спрямованих на недопущення прогнозованих ризиків і забезпечення безпеки під час експлуатації обладнання та виконання робіт.

1.12. Вимоги до робочих приміщень і обладнання робочих місць.

Робочі місця працівників мають бути обладнані відповідно до вимог з охорони праці, пожежної безпеки, санітарно-епідеміологічних і санітарно-гігієнічних норм, а саме:

- правильне планування робочого простору з урахуванням розташування вікон;
- дотримання гігієнічних вимог при оздобленні приміщень і використанні полімерних матеріалів;
- належні умови освітлення приміщення і робочого місця;
- оптимальні параметри мікроклімату: температура, вологість повітря тощо;
- належні ергономічні характеристики основних елементів робочого місця;
- справність інженерних мереж: електрики, водопостачання, каналізації, опалювання, телефонного зв'язку та високошвидкісного Інтернету;
- врахування наявності шуму, електромагнітного, ультрафіолетового та інфрачервоного випромінювання, електростатичного поля між працівником і екраном комп'ютера, наявності пилу тощо.

1.14. Приміщення, призначені для робочих місць, обладнаних персональними комп'ютерами, оснащувати сонцезахисними пристроями — жалюзі, штори тощо.

1.15. Приміщення з персональними комп'ютерами повинні мати природне й штучне освітлення.

1.16. Заборонено застосовувати відкриті, без арматури, лампи в установках загального освітлення.

1.17. Для боротьби із запиленням повітря проводити вологе прибирання і регулярно провітрювати приміщення.

1.18. Працівники несуть відповідальність згідно з чинним законодавством України за дотримання вимог Інструкції, виробничий травматизм і аварії, які сталися з їхньої вини.

## **2. Вимоги безпеки перед початком роботи**

2.1. У разі використання приладів з екранними пристроями незалежно від їхнього типу та моделі очистити їх від пилу та інших забруднень. Відрегулювати висоту й кут нахилу екрану.

2.2. Оглянути робоче місце, стіл і прибрати речі, що не стосуються виконуваної роботи.

2.3. Перевірити справність обладнання.

2.4. Переконатися:

- що автоматичні вимикачі та електричні запобіжники були завжди справні;
- ізоляція електропроводки, електроприладів, вимикачів, штепсельних розеток, лампових патронів і світильників, а також

шнурів, за допомогою яких електроприлади включають в електромережу, були у справному стані.

### **3. Вимоги безпеки під час роботи**

3.1. На робочих місцях, оснащених персональними комп'ютерами дотримувати таких вимог безпеки:

- вагітних жінок з моменту встановлення вагітності переводять на роботи, не пов'язані з використанням персональних комп'ютерів, або обмежують час роботи — не більше ніж три години за робочу зміну;
- екран повинен знаходитися нижче рівня очей на 5 градусів і розташовуватися в прямій площині або з нахилом 15 градусів на оператора;
- відстань від очей оператора до екрану має бути в межах 60—80 см;
- місцеве джерело освітлення відносно робочого місця розташовувати так, щоб виключити попадання в очі прямого світла. Воно має забезпечувати рівномірну освітленість на поверхні 40 x 40 см, не створювати сліпучих відблисків на клавіатурі та інших частинах пульта, а також на екрані відеотерміналу в напрямку очей працівника.
- щоб знизити зорове й загальне стомлення, після кожної години роботи за екраном використовувати регламентовані перерви на відпочинок тривалістю 5 хвилин;
- упродовж усього робочого дня утримувати в порядку й чистоті робоче місце. Екран дисплея впродовж робочої зміни не менше ніж раз очищати від пилу.

3.2. Під час роботи з електроприладами і оргтехнікою, як-от персональні комп'ютери, принтери, сканери, копіювальні апарати, факси, побутові електроприлади, прилади освітлення, заборонено:

- торкатися до задньої панелі системного блоку (процесора) при включеному живленні;
- перемикати роз'єми інтерфейсних кабелів периферійних пристроїв при включеному живленні;
- захарашувати верхні панелі пристроїв паперами й сторонніми предметами;
- засмічувати робоче місце;
- відключати живлення під час виконання активного завдання;
- допускати потрапляння вологи на поверхню системного блоку (процесора), монітора, робочу поверхню клавіатури, дисководів, принтерів та інших пристроїв;
- включати сильно охоложене, наприклад принесене з вулиці в зимовий час, устаткування;
- розкривати та самостійно ремонтувати устаткування;

- використовувати змінні носії інформації низької якості, щоб уникнути зараження комп'ютера вірусами;
- гойдатися на стільці;
- наступати на переносні електричні дроти, що лежать на підлозі;
- користуватися несправними електроприладами та електропроводкою;
- очищати від забруднення і пилу включені освітлювальні апарати та електричні лампи;
- ремонтувати електроприлади самостійно;
- підвішувати електропроводи на цвяхах, металевих і дерев'яних предметах; перекручувати дрiт, закладати дрiт і шнури на водопровідні труби та батареї опалювання, вішати що-небудь на дроти; витягати за шнур вилку з розетки;
- торкатися одночасно до персонального комп'ютера і до пристроїв, що мають з'єднання із землею, — радіатори опалювання, водопровідні крани, труби тощо;
- торкатися до електричних дротів, не ізольованих і не захищених струмовідних частин електричних пристроїв, апаратів і приладів: розеток, патронів, перемикачів, запобіжників;
- застосовувати на відкритому повітрі побутові електроприлади й переносні світильники, призначені для роботи в приміщеннях;
- користуватися саморобними електронагрівними приладами та електроприладами з відкритою спіраллю;
- вживати їжу за робочим столом.

3.3. Під час перерви в роботі або подачі електроенергії вимикати обладнання.

3.4. Виконувати дистанційну (надомну) роботу лише за допомогою тих засобів та матеріалів, які надав або погодив роботодавець.

#### **4. Вимоги безпеки після закінчення роботи**

4.1. Відключити від електричної мережі екранні пристрої та продезінфікувати клавіатуру.

4.2. Упорядкувати робоче місце.

4.3. Вимити руки з милом або обробити їх антисептиком.

#### **5. Вимоги безпеки в аварійних ситуаціях**

5.1. Аварійна ситуація може виникнути у разі:

- поломок і несправностей в роботі машин, агрегатів, пристроїв, електроустаткування, електропроводки тощо;
- ураження електричним струмом;
- падіння і травмування під час руху та виконання робіт;
- виникнення пожежі або її ознак — запаху гарі, диму, горілої ізоляції тощо.

5.2. негайно припинити роботу, відключити персональний комп'ютер, інше електроустаткування, якщо:

- виявлені механічні ушкодження та інші дефекти електроустаткування і електропроводки;
- спостерігається підвищений рівень шуму при роботі устаткування;
- спостерігається підвищене тепловиділення від устаткування;
- не припиняється мерехтіння екрану;
- спостерігається стрибання тексту на екрані;
- відчувається запах гарі й диму;
- припинена подача електроенергії.

5.3. У разі пожежі (ознак горіння) необхідно:

- припинити роботу;
- вжити заходів для гасіння (локалізації) пожежі наявними первинними засобами пожежогасіння;
- гасити електропроводку та електроустаткування тільки вуглекислотними й порошковими вогнегасниками;
- подати сигнал оповіщення про пожежу;
- повідомити за телефоном 101 пожежну частину. При цьому повідомити адресу, місце пожежі, наявність людей і своє прізвище;
- вжити заходів для евакуації людей і збереження матеріальних цінностей.

5.4. Якщо стався нещасний випадок чи раптове захворювання, усунути дію на організм потерпілого небезпечних чинників: вивільнити від дії електричного струму, винести із зараженої території, загасити одяг, що горить, тощо.

5.5. За потреби надати потерпілому домедичну допомогу відповідно до Інструкції про порядок надання домедичної допомоги, що діє на підприємстві.

5.6. Загальна послідовність дій під час домедичної допомоги потерпілому:

- усунути вплив на організм чинників, які загрожують життю і здоров'ю;
- оцінити стан потерпілого, визначити характер і тяжкість травми;
- виконати необхідні дії, щоб врятувати потерпілого;
- підтримувати основні життєві функції потерпілого, доки не прибуде медичний працівник;

- викликати швидку медичну допомогу або вжити заходів, щоб транспортувати потерпілого до найближчого медичного закладу.

5.7. У разі загрози виникнення або виникнення інших аварійних ситуацій (запах газу, прорив трубопроводів водопостачання, каналізації, опалювання) викликати інші аварійно-рятувальні служби та діяти відповідно до вказівок керівника або особи, яка його заміщує.

5.8. Зберегти місце події таким, яким воно було на момент нещасного випадку, якщо це не загрожує життю і здоров'ю працівників і довкіллю.

Ліцей №1