

INSTRUKCJA BHP

PRZY OBSŁUDZE STANOWISKA KOMPUTEROWEGO

Czynności przed rozpoczęciem pracy

1. Przewietrzyć pomieszczenie.
2. Ustawić krzesło, klawiaturę do wymiarów swojego ciała tak, aby zapewnić sobie wygodną pozycję podczas pracy i swobodę ruchów, zachowując:
 - naturalną pozycję kończyn górnych przy obsłudze klawiatury,
 - odpowiednią przestrzeń do umieszczania nóg pod blatem stołu,
 - odległość oczu pracownika od ekranu monitora wynoszącą 400-750 mm (2 przekątne ekranu),
 - odpowiedni kąt ustawienia ekranu monitora.
3. Zapewnić sobie możliwość doświetlenia stanowiska pracy źródłem światła miejscowego.

Podczas wykonywania pracy

1. Zachowywać wygodną pozycję ciała i swobodę ruchów a także odległości oczu od monitora,
2. Po każdej godzinie pracy: stosować 5-cio minutowe przerwy w pracy.
3. Miejsce pracy utrzymywać w należytym porządku i czystości.

Czynności zabronione podczas obsługi komputera

1. Zasłanianie otworów wentylacyjnych obudowy komputera.
2. Dokonywania samowolnych napraw komputera w przypadku jego uszkodzenia.
3. Dokonywania przekonfigurowywania ustawień systemowych.
4. Czyszczenie podzespołów komputera podczas jego pracy.
5. Spożywanie posiłków i napojów bezpośrednio na stanowisku komputerowym.
6. Przechowywania na stanowisku pracy magnesów i innych materiałów o właściwościach ferromagnetycznych.
7. Samodzielne instalowanie oprogramowania i sprzętu bez uzyskania zgody opiekuna/prowadzącego zajęcia.
8. Podejmowanie działań mających na celu uszkodzenie lub narażanie na uszkodzenie sprzęt komputerowy i wyposażenie stanowiska.

Czynności po zakończeniu pracy

1. Po zakończeniu pracy, należy wyłączyć komputer, oraz urządzenia peryferyjne wchodzące w skład obsługiwanego stanowiska pracy.
2. Uporządkować stanowisko pracy.
3. Wykonać inne czynności – zgodnie z uwagami opiekuna / prowadzącego zajęcia.

Informacje dodatkowe

1. W celu usunięcia awarii w pracy zestawu komputerowego należy poinformować opiekuna / prowadzącego zajęcia.
2. Każdy wypadek przy pracy należy bezzwłocznie zgłosić opiekunowi / prowadzącemu zajęcia.
3. Osoba której udowodnione zostanie celowe uszkodzenie komputera (wyposażenia stanowiska) – pociągnięta zostanie do odpowiedzialności finansowej.