УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор ООО «Ромашка»
П. П. Петров
«____» _____ 20__ г.

Инструкция по охране труда для офисных работников

ИОТ-01-2026

№ ИОТ-01-2026

1. Общие требования охраны труда. Инструкция распространяется на работников, занятых работой с персональным компьютером и офисной техникой на постоянном рабочем месте. К работе допускаются лица, прошедшие вводный инструктаж, инструктаж на рабочем месте, обучение по охране труда и проверку знаний, а при необходимости — обязательный предварительный медицинский осмотр.

2. Требования охраны труда перед началом работы. Проверить исправность вилки и кабеля питания техники, осмотреть рабочее место, отрегулировать высоту кресла и положение монитора так, чтобы верхний край экрана был на уровне глаз, включить оборудование.

3. Требования охраны труда во время работы. Соблюдать режим труда и отдыха, делать перерывы, не оставлять включённую технику без присмотра, не работать на неисправном оборудовании, не загромождать проходы и эвакуационные выходы.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях. При возгорании прекратить работу, обесточить оборудование, сообщить руководителю и по телефону 101 или 112, при возможности применить первичные средства пожаротушения. При плохом самочувствии прекратить работу и сообщить руководителю.

5. Требования охраны труда по окончании работы. Выключить технику, привести в порядок рабочее место, снять спецодежду, если она выдавалась, сообщить руководителю о неисправностях.

Разработчик инструкции

Специалист по охране труда

_____ / И. И. Иванов /

Согласовано

Председатель профсоюзного комитета

_____ / С. С. Сидоров /

Образец с сайта nikexpert.ru