

1.3.5.1. Строго определенную длительность периодов непрерывной работы на персональных компьютерах, копировально-множительной технике и перерывов.

1.3.5.2. Регламентацию продолжительности рабочего времени в зависимости от вида и категории трудовой деятельности, условий ее выполнения.

1.3.5.3. Чередование видов работы, выполняемой в течение рабочего времени, для уменьшения монотонии (неблагоприятного влияния монотонности труда).

1.3.5.4. Выполнение в течение перерывов комплексов упражнений

1.3.6. Знать места хранения медицинской аптечки и порядок применения содержащихся в ней медицинских препаратов (средств)

1.3.7. Уметь оказывать первичную доврачебную помощь пострадавшим при получении травмы или внезапном заболевании на рабочем месте (при выполнении трудовых обязанностей).

1.3.8. Выполнять правила личной гигиены:

1.3.8.1. Личную одежду и обувь хранить в гардеробных (иных отведенных для этого местах).

1.3.8.2. Перед началом работы и после ее окончания, а также перед приемом пищи мыть руки теплой водой с мылом.

1.3.8.3. Не хранить и не принимать пищу на рабочем месте.

1.3.8.4. Иное (указать конкретно).

1.4. Работник обязан соблюдать требования безопасности труда для обеспечения защиты от воздействия следующих опасных и вредных производственных факторов, связанных с характером работы:

1.4.1. Повышенного уровня электромагнитных излучений.

1.4.2. Повышенного уровня статического электричества.

1.4.3. Пониженной ионизации воздуха.

1.4.4. Напряжения зрения.

1.4.5. Напряжения внимания.

1.4.6. Длительных статических нагрузок.

1.4.7. Монотонности труда.

1.4.8. Иных факторов (указать конкретно).

1.5. При нахождении на рабочем месте работник обязан соблюдать правила внутреннего трудового распорядка. Допуск посторонних лиц, а также работников в нетрезвом состоянии на рабочие места запрещается.

1.6. Работник обязан немедленно извещать своего непосредственного или вышестоящего руководителя:

1.6.1. О любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей.