

APROBAT

Ordinul nr. _____ din _____

O Bagrin _____

Directoare CET

INSTRUCȚIUNI

întroductiv generale de securitate și sănătate în muncă

în săli de studii, birouri, laboratoare, sală de sport și cămine studențești pentru elevi și profesori

nr.1S

Cuprins

Instrucțiunea Nr. 1. Instrucțiune generală atribuită elevilor.....	3
Instrucțiunea nr. 2. Măsuri de securitate în caz de situații excepționale Cutremur de pământ.....	5
Instrucțiunea Nr. 3. Măsuri de securitate antiincendiară.....	8
Instrucțiunea Nr. 4. Instrucțiuni specifice sălilor de studii și birourilor	11
Instrucțiunea Nr. 6. Instrucțiuni specifice la activitățile de educație fizică și sport desfășurată în cadrul instituției	14
Instrucțiunea Nr. 7. Instrucțiuni SSM specifice laboratoarelor de informatică	17
Instrucțiunea Nr. 8. Instrucțiuni SSM specifice laboratoarelor de electrotehnică și fizică	19
Instrucțiunea Nr. 9. Instrucțiuni SSM specifice laboratoarelor de chimie și biologie	20

Instruiri introductiv generale de securitate și sănătate în săli de studii, birouri, laboratoare, sală sportivă și cămine studențești, caz de cutremur sau incendiu

1. Prevederi generale

Art.1 Prezentele instrucțiuni sunt elaborate în conformitate cu prevederile Legii securității și sănătății în muncă nr. 186 din 10.07.2008 și Normele metodologice privind implementarea Legii securității și sănătății în muncă nr. 186 din 10.07.2008 aprobate prin Hotărârea de Guvern nr. 95 din 05.02.2009, ca măsură legislativă de realizare a securității și sănătății muncii la nivelul Centrului de Excelență în Transporturi.

Art.2 Instrucțiunile proprii concretizează măsurile de prevenire a accidentelor și îmbolnăvirilor profesionale, în raport cu condițiile reale ale proceselor de muncă și studii desfășurate în cadrul instituției.

2. Scopul instrucțiunilor

Art.3 Scopul instrucțiunilor proprii este detalierea și particularizare prevederilor Legii securității și sănătății în muncă nr. 186 din 10.07.2008 și Normele metodologice privind implementarea Legii securității și sănătății în muncă, standartelor și altor reglementări în domeniu la condițiile concrete de executare a activităților din instituție astfel, încât să fie stabilite modalitățile de acțiune pentru prevenirea tuturor riscurilor posibile de accidentare și îmbolnăvire profesională.

Art.4 Rolul instrucțiunilor proprii este de a particulariza și concretiza măsurile de prevenire a accidentelor și îmbolnăvirilor profesionale în raport cu condițiile reale ale executării sarcinilor de muncă.

Art.5 În raport cu scopul și rolurile menționate, instrucțiunile proprii sunt acte de natura normelor “tehnice” de Securitate și sănătate în muncă.

3. Spațiul de aplicare

Art.6 Instrucțiunile proprii, ca măsuri legislative a securității muncii, cu arie de aplicabilitate restrânsă la emitentul lor, sunt obligatorii pentru tot personalul și elevii instituției pe perioada desfășurării activităților specifice.

4. Modul de revizuire și completare

Art.7 Instrucțiunile proprii se revizuesc periodic și se modifică ori de câte ori este necesar, ca urmare a modificărilor de natură legislativă sau tehnologică. În cazul introducerii de noi operații, echipamente etc. se completează cu măsurile adecvate la capitolul corespunzător locului de muncă la care s-au operat modificările.

Art.8 Modificările organizatorice, administrative nu impugn nici o revizuire.

Instrucțiunea Nr. 1. Instrucțiune generală atribuită elevilor

Art. 1. Să evitați plimbările prin oraș de unul singur.

Art. 2. Să nu vă aflați în oraș mai târziu de ora 19:00.

Art. 3. Să anunți imediat poliția, sau persoane de încredere (maistrul-instructor, dirigintele, pedagogii sociali, director adjunct, director, psiholog) în caz de violență verbală, psihologică sau fizică asupra ta sau a colegilor tăi.

Art. 4. Evitați aflarea voastră în edificii, localuri, unde se desfășoară discotecă, jocuri de noroc și alte activități distractive.

Art. 5. Elevii și angajații trebuie să cunoască schema de evacuare din clădirea instituției și să conștientizeze necesitatea deplasării în ordine în localul și în incinta instituției pentru evitarea accidentelor pe scări, în sălile de studii, în curte, cămine, etc.

Art. 6. Circulația pe scări se va efectua respectându-se următoarele reguli:

- a) se va circula numai pe partea dreapta;
- b) se va merge încet, unul după altul în șir simplu;
- d) nu se vor verifica documente;
- e) nu se va merge distrat, sărind cate doua, trei trepte deodată;
- f) vor fi îndepărtate de pe trepte toate obiectele care ar putea provoca alunecarea;
- g) nu se va citi în timp ce se urcă sau coboară pe scări;

Art. 7. La ieșirea din clădire/teritoriu, orice persoană se va asigura în toate direcțiile pentru a nu fi surprinsă de vreun mijloc de transport.

Art. 8. Aflându-se pe teritoriul instituției, în încăperile de producere și cele auxiliare este strict necesar de a respecta următoarele cerințe:

- a) a fi prudent și cu maximă atenție, a merge numai pe trotuare speciale sau locuri semnalate;
- b) a se păzi de camioanele în mișcare și de alt transport aflat în mișcare atât pe teritoriul instituției precum și în afara acesteia;
- c) trecând pe lângă automobile sau alt transport necesită să fiți atenți și a nu traversați strada înaintea transportului care se mișcă;
- d) a nu trece și a nu sta sub încărcături ridicate, care se află în suspensie sau mișcate de mașini încărcătoare;
- e) a nu trece pe sub schelării și a nu sta pe sub schelele de construcție sau locuri de unde pot cădea diferite obiecte;
- f) a se prezenta pe șantierele/spații de construcții, doar cu echipament de protecție (cască, încălțăminte protectoare);
- g) a se trece în secții și sectoare numai pe pasajele cu această destinație;
- h) a nu circula prin secții, sectoare și alte încăperi fără necesitate;
- i) a nu se atinge de cabluri și fire conductoare electrice, de instalații și utilaje electrice;
- j) pe teritoriu și în încăperi să se respecte strict regimul contra incendiilor; a nu se folosi de foc deschis și a se fuma numai în locurile indicate pentru aceasta;
- k) a nu se bloca cu îngrămădiri pasajele, trecerile, utilajele de distribuire a curentului electric, nici mijloacele contra incendiului;
- l) a nu se arunca hârtii, gunoi, cârpe și alte mijloace de spălat, șters și curățit;
- m) pentru a bea apă trebuie să se folosească instalații speciale de saturare, vase cu apă fiartă;
- n) a nu se folosi aparate electrice în poziție conectată, a nu lăsa lumina aprinsă, a deconecta climatizoarele și alt aparataj electric când se părăsește încăperea;
- o) a utiliza de fiecare dată în dependență de operația/lucrul/exercițiul/experimentul echipamentul de protecție necesar/corespunzător: cască, mănuși, vestă antiincendiară, mască de protecție, încălțăminte corespunzătoare, ș.a.

- p) să folosească utilajul/sculele/instrumentele corespunzător operațiilor de muncă efectuate;
- q) să nu utilizeze forța fizică unul asupra altuia (în mod special vizavi de copii!!!), precum nici asupra persoanelor din exterior, doar în caz de apărare.

Se recomandă evitarea disputelor fizice la general cu apelare la serviciile specializate 112!!!

- r) să nu poarte la școală obiecte ascuțite, arme de foc/traumatice, materiale pirotehnice și inflamabile. Se interzice utilizarea lor;
- s) să nu asculte muzică în căști la volum înalt în timpul aflării pe teritoriul instituției sau încăperilor de producere în scopul evitării unor accidente/ incidente;
- t) la instituție, trebuie să poarte încălțăminte comodă, iar la urcarea/coborârea scărilor, să folosească barierele de protecție. Spațiile cu pericol de alunecare, necurățite, avariate, umezite, înghețate, înzăpezite, gropi, depresiuni – vor fi ocolite!!!!
- u) în timpul deplasării prin spațiile întunecoase, neiluminate, pe teritoriul instituției în timp de iarnă, se vor utiliza întotdeauna lanternele;
- v) pe teritoriul instituției, angajații/elevii nu vor săpa/construi/prelucra pământul/sădi copaci/repara încăperea de lucru fără permisiunea șefilor de sectoare și a directorului adjunct gospodărie;
- w) angajații se vor afla în afara orelor de lucru pe teritoriul instituției, numai cu acordul în prealabil al directorului;
- x) să nu comercializeze/să cumpere/să consume produse neautorizate/de fabricație proprie în rândul elevilor și a angajaților;
- y) în cazul deplasărilor de serviciu, să anunțe administrația despre starea de sănătate și restricțiilor înaintate de medici cu referire la: transportul permis spre utilizare, a mediului permis de aflare, a stării psihice de moment.

Art. 9. În caz de nerespectare a restricțiilor înaintate, fiecare angajat/elev își asumă personal consecințele.

Reguli de circulație pentru pietoni

Art. 10. Elevii, în calitate de pietoni, trebuie să respecte următoarele reguli de circulație:

- a) traversarea drumurilor publice se va face numai pe la trecerile semnalizate cu indicatoare și marcaje și numai prin locurile cu vizibilitate maximă;
- b) când indicatoarele sau semnalele luminoase lipsesc traversarea se face pe la colțul străzilor și numai perpendicular pe axa drumului;
- c) asigurarea înainte de traversarea străzilor este obligatorie;
- d) în timpul traversării străzii este necesară renunțarea la căști sau închiderea volumului muzicii, pentru a trece în siguranță;
- e) este interzisă părăsirea curții instituției pentru orice motiv în timpul orelor de curs sau a pauzelor;
- f) este interzis jocul pe acostamente sau pe partea carosabilă a drumurilor publice;
- g) este interzisă urcarea în vehicule aflate în mers sau în vehicule cu tracțiune animală.

Instrucțiunea nr. 2. Măsuri de securitate în caz de situații excepționale Cutremur de pământ

Art. 1. Păstrați-vă calmul, nu intrați în panică, liniștiți și protejați ceilalți colegii fără a vă speria de zgomotele din jur;

Art. 2. Protejați-vă pe loc, aplicați atât măsurile individuale cât și cele care să protejeze grupul în care vă aflați.

Art. 3. Preveniți panica și tendințele de a părăsi clasa, laboratorul sau clădirea;

Art. 4. Rămâneți în clădire sau în încăpere, departe de ferestre care se pot sparge și vă pot accidenta, departe de pereți exteriori care se pot deteriora, spre a vă feri de căderea unor obiecte, mobile suprapuse, lămpi, tencuieli ornamentale etc., protejându-vă eficient astfel:

- a) elevii se vor proteja sub o bancă de clasă, o masă solidă sau un birou solid, după caz, apucând cu mâinile piciorul mesei, biroului sau băncii, sau stând în cadrul ușii sau sub o grindă etc;
- b) cadrele didactice și personalul auxiliar se vor proteja similar, iar în cazul unei încăperi fără mese, uși sau grinzi rezistente, adulții se pot proteja lângă un perete rezistent. Protecția se asigură prin ghemuirea cu fața în jos, la podea, pe genunchi și coate sau palme, iar capul se protejează cu palmele lipite de zona urechilor și de ceafă.

Art. 5. Pentru a preveni panica și rănirile elevilor, este necesar să ascultați recomandările cadrelor didactice, nu permiteți nimănui să fugă din încăpere, clasă, să țipe sau să propună evacuarea. Veți evita să fugiți pe ușă, să săriți pe fereastră, să alergați pe scări, să utilizați liftul sau să produceți aglomerație.

Dacă puteți, deschideți ușa spre exterior, spre a preveni blocarea acesteia, în vederea evacuării după terminarea mișcării seismice.

Nu uitați:

- a) scările sunt elemente de construcții foarte sensibile la deplasările diferențiate ale etajelor în timpul mișcărilor seismice;
- b) deplasarea persoanelor pe scări sub efectul oscilației seismice este extrem de nesigură și periculoasă;
- c) faza seismică inițială are o durată redusă iar faza oscilațiilor puternice îl poate surprinde pe cel care a plecat în grabă tocmai în casa scării, un spațiu periculos, la care să se adauge panica sau aglomerația creată de alte persoane (nu trebuie neglijăți factorii reacției de grup, care pot scăpa de sub control, inducând voit sau nevoit efecte negative);
- d) în multe cazuri, timpul necesar la evacuare este mai mare decât durata seismului sau decât a intervalului disponibil până la sosirea primelor unde seismice puternice, deci evacuarea celor de la etaj nu este recomandabilă și de cele mai multe ori nici posibilă;
- e) chiar dacă ieșirea dintr-o clădire parter sau de la etajele inferioare ar fi în principiu posibilă și fezabilă în scurt timp (în special pentru persoane tinere care ar ieși individual), afară sunt multe alte riscuri: calcane și coșuri de fum, parapete, ornamente, ferestre etc. , de aceea trebuie să evitați să alergați în stradă.

Art. 6. Dacă este posibil, închideți sursele de foc din încăpere cât de repede iar dacă a luat foc ceva interveniți imediat după ce a trecut șocul puternic.

Art. 7. Dacă vă aflați într-un loc public cu aglomerări de persoane (teatru, cinematograful, biserică, stadion, săli de întrunire), nu alergați către ieșire.

- a) Stați calmi și liniștiți-i pe ceilalți;
- b) Acordați primul ajutor medical persoanelor rănite;
- c) În cazul în care sunteți surprinși de căderea unor tencuieli sau obiecte de mobilier răsturnate, căutați să vă protejați capul și membrele sau să vă asigurați supraviețuirea; ulterior veți căuta să alarmați prin diferite metode vecinii, profesorii, colegii, cât și echipele de salvare-intervenție de prezența dvs. Fiți calm, fără a intra în panică.

Art. 8. Dacă vă aflați în afara unei clădiri, deplasați-vă cât mai departe de clădire, în locurile special destinate, feriți-vă de tencuieli, cărămizi, coșuri, parapete, cornișe, geamuri, ornamente care de obicei se pot prăbuși în stradă. Deplasați-vă calm spre un loc deschis și sigur, fără a alerga pe stradă. Deoarece poziția stând în picioare este instabilă, se recomandă ca și pe teren liber protecția să fie prin ghemuire și sprijinire cu palmele pe teren.

Art. 9. Dacă seismul vă surprinde în autoturism, cel care conduce trebuie să oprească într-un loc deschis, evitând clădirile prea apropiate de stradă, dincolo de poduri, pasaje și linii electrice aeriene. Stați înăuntru. Feriți-vă de firele de curent electric și orice cabluri care pot să cadă.

Art. 10. Dacă sunteți într-un mijloc de transport în comun sau în tren, stați pe loc până se termină mișcarea seismică. Conducătorul trebuie să oprească și să deschidă ușile, dar nu este indicat să vă împulziți la coborâre sau să spargeți ferestrele.

Art. 11. În tren vă păstrați calmul și ascultați recomandările personalului trenului, dacă acesta s-a oprit între stații în tunel, fără a părăsi vagoanele.

Art. 12. Nu vă grăbiți să plecați! Trebuie să aplicați regulile de comportament după un cutremur puternic și anume:

a) îngrijiți-vă cu prioritate de siguranța personală, a familiei și a colegilor !

b) este bine să nu părăsiți imediat spațiul sau clădirea în care v-a surprins seismul. Calmați persoanele intrate în panică sau speriate, în special colegii mai sensibili;

c) acordați mai întâi primul ajutor celor afectați de seism. Ajutați pe cei răniți sau prinși sub mobilier, obiecte sau elemente ușoare de construcții, să se degajeze. Se recomandă să nu mișcați răniții grav (dacă nu sunt în pericol imediat de a fi răniți suplimentar din alte cauze) până la acordarea unui ajutor sanitar-medical calificat;

d) imediat după seism, se recomandă să nu utilizați telefonul fix sau mobil decât pentru apeluri la ambulanță, pompieri sau inspectoratul pentru situații de urgență, în cazuri justificate, spre a nu bloca circuitele telefonice necesare intervențiilor;

e) dacă a luat foc ceva, căutați să-l stingeți prin forțele și mijloacele din apropiere și anunțați imediat cadrele didactice, personalului administrativ sau pompierii;

f) verificați vizual starea construcției în interiorul încăperii în care vă aflați și să comunicați profesorilor sau administratorilor dacă sunt avarii;

g) părăsiți cu calm clădirea, încălțați, îmbrăcați potrivit anotimpului, fără a lua lucruri inutile, dar verificați mai întâi scara și drumul spre ieșire spre a nu vă expune la pericole. Dacă s-au produs efecte grave ca urmare a seismului, va fi util să avem cu noi rucsacul de urgență;

h) pentru orice eventualitate, preveniți rănirea provocată de căderea unor tencuieli, cărămizi, etc. la ieșirea din clădire utilizând o cască de protecție sau în lipsa acesteia un scaun (taburet) ori alt obiect protector (geantă, ghiozdan, cărți groase, etc.);

i) dacă la ieșire întâlniți uși blocate, acționați fără panică pentru deblocare. Dacă nu reușiți, iar acestea au geamuri, procedați cu calm la spargerea geamului și curățirea ramei și a zonei de cioburi, utilizând un scaun, o vază, etc. Dacă se constată că într-un ascensor sunt persoane blocate, operațiunea este dificilă și nu există un alt pericol imediat (incendiu, scurgere de gaze, inundație, etc.), calmați persoanele și agresați-vă la serviciile pentru situații de urgență, intervenind numai cu specialiști și unelte necesare, cu grija de a nu provoca deplasarea cabinei sau căderea în gol a cuiva;

j) dacă vremea este bună, elevii vor sta în curtea școlii, într-un loc liber și sigur; dacă anotimpul nu permite, conducerea școlii poate recomanda gruparea într-o altă clădire sigură sau plecarea elevilor către domiciliu. Pe drumul spre casă, evitați clădirile grav avariate, spre a nu vă expune la riscuri inutile;

k) ajutați echipele de intervenție pentru ajutor sau salvare, indicând unde sunt încăperi avariate, mobilier răsturnat și/sau colegi răniți;

l) ascultați numai anunțurile posturilor de radioteleviziune naționale și recomandările de acțiune imediată ale conducerii școlii și autorităților;

n) fiți pregătiți psihic și fizic pentru eventualitatea unor șocuri ulterioare primei mișcări seismice (așa numitele replici), fără a intra în panică. Nu dați crezare zvonurilor care apar frecvent imediat după seisme, chiar dacă aparent sunt vehiculate de așa-ziși specialiști !

o) la evacuare dați prioritate celor răniți sau copiilor, bătrânilor, femeilor și ascultați întocmai recomandările salvatorilor;

p) cadrele didactice și personalul tehnic disponibil vor aplica măsurile de verificare vizuală imediată a stării clădirii pentru a nu pune în pericol elevii înăuntru sau lângă aceasta.

Instrucțiunea Nr. 3. Măsuri de securitate antiincendiară

Art. 1. Personalul didactic și elevii sânt obligați să cunoască și să respecte cerințele de apărare împotriva incendiilor.

Art. 2. Curtea și încăperile trebuie să fie permanent în stare curată. Deșeurile combustibile, gunoiul etc. trebuie adunate în locuri speciale, în containere sau lăzi, pentru a fi ulterior transportate.

Art. 3. Drumurile, căile de acces, trecerile la clădirile, instalațiile, depozitele deschise și la sursele de apă pentru stingerea incendiilor, precum și la scările de incendiu și la mijloacele de stingere a incendiilor, trebuie să fie permanent libere și să fie menținute în stare ce asigură posibilitatea de acces.

Art. 4. Se interzice categoric fumatul în încăperile și pe teritoriul instituției.

Art. 5. Se interzice aprinderea rugurilor, arderea deșeurilor și a ambalajului în limitele stabilite de normele de proiectare a distanței de siguranță la incendiu.

Art. 6. Pe teritoriul instituției nu se admite amenajarea locurilor pentru depozitarea deșeurilor combustibile.

Art. 7. Nu se admite executarea lucrărilor la utilajele, instalațiile și mașinile cu defecte, care pot conduce la izbucnirea incendiilor, precum și în cazurile în care aparatele de control și măsurare (ACM) și automată tehnologică, care asigură controlul regimurilor prescrise de temperatură, presiune și ai altor parametri reglementați de condițiile de securitate, sânt deconectate.

Art. 8. La resistemizarea încăperilor, schimbarea destinației lor funcționale sau la montarea noilor utilaje tehnologice trebuie să se respecte prevederile de apărare împotriva incendiilor prevăzute în normele respective de proiectare în construcții și tehnologice în vigoare. La închirierea încăperilor locatarii trebuie să respecte prevederile de apărare împotriva incendiilor prevăzute în normele pentru tipul respectiv de clădiri.

Art. 9. În clădirile instituției se interzice:

a) păstrarea și utilizarea în subsoluri și demisoluri a prafului explozibil, substanțelor explozibile, buteliilor cu gaze, mărfurilor în ambalaj tip aerosol, celuloidului și a altor materiale și substanțe cu pericol de incendiu și explozie, cu excepția cazurilor specificate în actele normative în vigoare;

b) utilizarea etajelor tehnice, camerelor de ventilare și a altor încăperi tehnice pentru a organiza sectoare de producție, ateliere, laboratoare, precum și pentru a depozita produse, utilaje, mobilă etc.;

c) amenajarea depozitelor de materiale combustibile și ateliere, precum și amplasarea altor încăperi gospodărești în subsoluri și demisoluri, dacă intrarea în ele nu este izolată;

d) efectuarea resistemizării încăperilor și căilor de evacuare, fără coordonarea organelor SSMCI;

- e) înlăturarea ușilor vestibulurilor, holurilor, coridoarelor, tamburelor și caselor scărilor, prevăzute de proiect;
- f) blocarea cu mobilă, utilaje și alte obiecte a ușilor, trapelor de evacuare la balcoane și lojii, a trecerilor în secțiunile învecinate și a ieșirilor la scările exterioare de evacuare;
- g) curățarea încăperilor și spălatul hainelor, utilizând benzină, gaz lampant și alte LUI, precum și încălzirea conductelor înghețate cu ajutorul lămpii de lipit sau prin alte procedee cu utilizarea focului deschis;
- h) lăsarea la locurile de muncă a materialelor de șters, impregnate cu ulei;
- i) instalarea grătilor fixe la ferestre, cu excepția cazurilor prevăzute în normele și regulile aprobate în modul stabilit;
- j) montarea geamurilor la logiile, galeriile și la balcoanele care se referă la zonele de siguranță în caz de incendiu;
- k) amenajarea în casele scărilor și în coridoare depozite (cămări), precum și păstrarea sub rampele scărilor și pe podeste a diferitelor obiecte, mobilei și a altor materiale combustibile. Sub rampa scărilor la primul etaj și la demisol se admite amenajarea numai a încăperilor pentru punctele de reglare a încălzirii centrale, contoarelor de apă și a tablourilor electrice, separate prin pereți despărțitori din materiale incombustibile;
- l) amenajarea în încăperile de producție și de depozitare ale clădirilor (cu excepția clădirilor de gradul V de rezistență la foc) a antresolurilor, oficiilor și a altor încăperi încorporate, executate din materiale combustibile și foi de metal.

Art. 10. Toate ușile pe căile de evacuare trebuie să se deschidă liber în direcția ieșirii din încăperi. La aflarea persoanelor în încăperi ușile pot fi închise doar cu zăvoare interioare care se deschid ușor.

Art. 11. La exploatarea căilor și ieșirilor de evacuare se interzice:

- a) blocarea trecerilor, coridoarelor, tamburelor, galeriilor, holurilor, ascensoarelor, podestelor scărilor, rampelor scărilor și trapelor cu mobilier, utilaje, diferite materiale și produse finite, precum și baterea în cuie a ușilor căilor de evacuare;
- b) organizarea în tamburele ieșirilor (cu excepția apartamentelor și caselor individuale de locuit) a uscătoriilor de haine de orice construcție, instalarea cuierelor pentru haine și șifonierelor, păstrarea (inclusiv de scurtă durată) a tot felul de inventar și materiale;
- c) amenajarea în căile de evacuare a pragurilor, turnichetelor, ușilor glisante, turnante și a altor instalații care împiedică evacuarea liberă a persoanelor;
- d) utilizarea pe căile de evacuare (cu excepția clădirilor de gradul V de rezistență la foc) a materialelor combustibile pentru finisajul, placajul și vopsirea pereților și tavanelor, iar la casele scării și a treptelor și podestelor;
- e) fixarea ușilor cu autoînchiderea caselor scărilor, coridoarelor, holurilor și tamburelor în poziție deschisă (dacă în aceste scopuri nu se utilizează dispozitive automate, care se declanșează la izbucnirea incendiului), precum și înlăturarea acestora.

Art. 12. Montarea și exploatarea instalațiilor electrice trebuie să se efectueze conform Regulilor de exploatare tehnică a instalațiilor electrice de către consumător, Regulilor tehnicii securității la exploatarea instalațiilor electrice de către consumatori și altor acte normative.

Art. 13. În toate încăperile, indiferent de destinație, care după terminarea lucrărilor se închid și nu se controlează de către personalul de serviciu, toate instalațiile și aparatele electrice trebuie deconectate (cu excepția iluminatului de serviciu și de avarie, instalațiilor automate de stingere și semnalizare a

incendiului, precum și instalațiilor electrice care funcționează 24 de ore, conform prevederilor tehnologice).

Art. 14. Se interzice:

a) utilizarea aparatelor electrice și dispozitivelor în condiții care nu corespund recomandărilor (instrucțiunilor) întreprinderilor-furnizoare, sau cu defecte, care pot conduce la izbucnirea incendiilor, precum și exploatarea conductoarelor și cablurilor electrice cu izolație defectată sau cu izolație ce și-a pierdut capacitățile de protecție;

b) utilizarea prizelor, întrerupătoarelor și a altor mijloace și dispozitive electrice deteriorate;

c) acoperirea cu hârtie, țesătură și cu alte materiale combustibile a becurilor și corpurilor de iluminat, precum și exploatarea lor fără capacele de protecție;

d) lăsarea fără supraveghere a aparatelor electrice de încălzit, televizoarelor, aparatelor de radio etc. conectate la rețea;

e) utilizarea aparatelor electrice de încălzit nestandardizate (improvizate), utilizarea siguranțelor fuzibile necalibrate sau a altor aparate improvizate de protecție contra curenților de scurtcircuit și suprasarcinilor;

f) depozitarea bunurilor materiale se efectuează la o distanță nu mai mică de 0,5m de la corpurile de iluminat electrice.

Art. 15. Înainte de începerea sezonului de încălzire toate sobele, centralele termice, termogeneratoarele și caloriferele, precum și alte aparate și sisteme de încălzit trebuie verificate și reparate.

Art. 16. Mobilierul trebuie să fie amplasat la o distanță de cel puțin 0,7 m distanță de la generatoarele termice.

Art. 17. Depozitarea și păstrarea bunurilor materiale în încăperile cazangeriei și ventilatoarelor este interzisă.

Art. 18. Amplasarea mobilierului, depozitarea bunurilor materiale se efectuează la o distanță nu mai mică de 0,5m de la detectoarele de incendiu.

Art. 19. Stingătoarele de incendiu se amplasează la nu mai mult de 1,5 metri de la nivelul podelei și capătul inferior al stingătorului și cel puțin 1,2 metri de la marginea de când se deschide ușa.

Art. 20. Controlul zilnic de funcționare a stingătoarelor de incendii se efectuează vizual la monometrul de indicare a presiunii.

Art. 21. Rețelele de apă pentru incendii trebuie să se mențină în stare bună de funcționare și să asigure debitul de apă necesar, conform normelor pentru stingerea incendiilor. Verificarea capacității lor de funcționare trebuie să se facă minimum de două ori pe an (primăvara și toamna).

Art. 22. Hidranții de incendiu exteriori trebuie să se mențină în stare bună de funcționare, iar pe timp de iarnă trebuie să fie termoizolați și curățați de gheață și zăpadă.

Art. 23. La deconectarea unor sectoare de conducte de apă și a unor hidranți exteriori, sau la micșorarea presiunii în rețea sub valoarea necesară, trebuie informat serviciul de pompieri și salvatori.

Art. 24. În caz de izbucnire a incendiului, în primul rând, se întreprind măsuri adecvate pentru a salva și evacua persoanele aflate în localul instituției.

Art. 25. Colaboratorul care a depistat focarul incendiului sau aprinderea, este obligat:

a) urgent să anunțe despre incendiu Serviciul salvatori și pompieri din orașul Florești la numărul de telefon: 112 și să lanseze semnalul de alarmă (să-i anunțe pe cei aflați în sediu);

b) să intervină la stingerea incendiului cu ajutorul mijloacelor de primă intervenție la incendiu, avute la dispoziție (indicate pe Planul de evacuare);

c) să întreprindă măsuri de chemare la locul incendiului a persoanei (persoanelor) responsabile de securitatea antiincendiară;

Art. 26. Persoana responsabilă, venită la fața locului, este obligată:

a) să verifice dacă este chemat Serviciul salvatori și pompieri și să comunice (dubleze) despre izbucnirea incendiului serviciului de pompieri și salvatori, să înștiințeze conducerea ierarhic superioară, dispecerul și responsabilul de serviciu la obiectiv;

b) să organizeze stingerea incendiului până la sosirea pompierilor;

c) să verifice dacă sânt conectate și puse în funcțiune sistemele automate de protecție contra incendiilor (de înștiințare a persoanelor în caz de incendiu, de stingere a incendiilor, de protecție contra fumului);

d). să îndrepte un colaborator pentru a întâlni pompierii și a-i informa despre, locul incendiului și locul amplasării rezervorului de apă;

e) să înlăture din încăpere și din zona de pericol toate persoanele care mai sânt implicate în lichidarea incendiului;

f) să organizeze, în caz de necesitate, deconectarea energiei electrice, sistemelor de verificare, instalațiilor și efectuarea altor măsuri ce vor contribui la preîntâmpinarea răspândirii incendiului;

g) să întrerupă toate lucrările în clădire (dacă acest lucru se admite de procesul tehnologic de producție), cu excepția lucrărilor legate de activitățile de lichidare a incendiului;

h) să asigure protecția persoanelor participante la lichidarea incendiului de electrocutare, prăbușire a construcțiilor, intoxicare;

i) să evacueze în afara limitelor zonei cu pericol toți elevii/personalul care nu participă la acțiunile de stingere a incendiului;

j) să organizeze, concomitent cu acțiunile de stingere a incendiului, evacuarea și protecția valorilor materiale;

Art. 27. La sosirea Serviciul salvatori și pompieri, reprezentantul instituției conducătorul stingerii incendiului, este obligat să informeze conducătorul Serviciului salvatori și pompieri, care va efectua conducerea stingerii incendiului, privind toate datele despre focarul incendiului, măsurile întreprinse pentru lichidarea incendiului și despre prezența în încăperi a persoanelor implicate la lichidarea incendiului.

Art. 28. Colaboratorii instituției sânt obligați să execute toate indicațiile conducătorului stingerii incendiului, să contribuie cu ajutorul necesar la evacuarea persoanelor și bunurilor din clădire, de asemenea să contribuie la lichidarea incendiului.

Art. 29. Pe fiecare caz de incendiu conducerea instituției este obligată să clarifice toate circumstanțele ce contribuie la izbucnirea sau răspândirea incendiului și să întreprindă măsurile profilactice necesare.

Instrucțiunea Nr. 4. Instrucțiuni specifice sălilor de studii și birourilor

Art. 1. Fiecare angajat și elev trebuie să cunoască și să aplice instrucțiunile de securitate și sănătate în muncă la locul de muncă în care își desfășoară activitatea.

Art. 2. Se urmărește asigurarea condițiilor de iluminat și microclimat în spațiile și locurile de organizare a activităților instructiv-educative și în birouri.

Art. 3. Starea mobilierului din dotare se controlează periodic și se iau măsuri pentru repararea sau îndepărtarea obiectelor deteriorate care pot produce accidente.

Art. 4. Tablourile și vitrinele din sălile de clasă și birouri precum și tablele din sălile de clasă trebuie ancorate și fixate bine, pentru prevenirea accidentelor provocate prin căderea acestora.

Art. 5. Pardoselile din încăperi trebuie să fie întreținute, iar urmele de ulei și apă trebuie înlăturate pentru a se evita alunecările. Orice defecțiune în pardoseli va fi semnalată (spărturi sau rupturi de linoleum, covoare, etc.) pentru a se evita împiedicările.

Art. 6. Înainte de folosirea unui scaun, trebuie controlată starea lui, după care se potrivește într-o poziție stabilă, evitându-se așezarea pe marginea lui.

Art. 7. Înainte de îndepărtarea unui scaun de birou, trebuie să se asigure că nu există pericol de a se răsturna sau a lovi altă persoană.

Art. 8. Este interzisă mișcarea de legănare pe două din picioarele scaunului sau de răsturnare pe spate.

Art. 9. Este interzisă urcarea pe scaunul cu melc (rotativ) pentru a lua un obiect aflat la înălțime. Pentru această activitate se recomandă un taburet solid, un podium sau o scară corespunzătoare.

Art. 10. Pentru evitarea accidentărilor, sertarele birourilor, fișetelor sau ale dulapurilor trebuie ținute închise.

Art. 11. În sertare trebuie aranjate obiectele tăioase sau ascuțite (creioane, cuțite, lame etc.) în compartimente separate.

Art. 12. Atunci când se folosește un cuțit de mână, lamă sau cuter pentru tăierea hârtiei, degetele trebuie ținute cât mai departe de tăișul lamei.

Art. 13. La producerea unei tăieturi sau răniri accidentale se va folosi trusa de prim-ajutor sau se va cere intervenție de specialitate.

Art. 14. Când trebuie luat un obiect aflat la înălțime, obligatoriu se va folosi o scară sigură. Este interzis să se improvizeze podețe din scaune, cutii, sertare, așezate unele peste altele, deoarece, nefiind stabile, se pot răsturna.

Art. 15. Pentru ridicarea obiectelor mai grele, efortul trebuie făcut cu mușchii picioarelor și nu cu mușchii spatelui. Trebuie evitate întinderile rapide ale brațelor și întoarcerile bruște.

Art. 16. Orice deplasare dintr-o încăpere în alta se va efectua atent, cu fața înainte. Deschiderea ușii se va efectua lent pentru a nu accidenta persoana aflată în imediata apropiere a ei.

Art. 17. În timpul deplasărilor se privește în direcția de mers, iar atunci când se transportă pachete în brațe, acestea nu trebuie să împiedice vizibilitatea.

Art. 18. Pentru protecția personalului care face curățenie, cioburile de sticlă vor fi învelite și depuse astfel încât să poată fi ușor identificate de acest personal, de preferat să fie lăsate la vedere.

Art. 19. Personalul instituției este obligat să semnaleze: - orice accident cunoscut în incinta școlii; - toate situațiile periculoase de muncă; - toate pagubele materiale produse în urma unui accident.

Instrucțiunea Nr. 5. Instrucțiuni specifice căminelor

Reguli de conviețuire în căminele studențești

Elevii cazați în cămin se obligă:

Art. 1. Să respecte drepturile și obligațiile stipulate în contractul de locațiune.

Art. 2. Să păstreze bunurile primite în folosință.

Art. 3. Să poarte o vestimentație decentă.

Art. 4. Să respecte personalul angajat în cămin.

Art. 5. Să respecte colegii și să nu provoace conflicte de orice natură fizică sau psihică.

Art. 6. Să respecte regimul intern de activitate a căminului.

Art. 7. Să prezinte permisul de a locui în cămin la solicitare.

Art. 8. La eliberarea căminului să predea odaia conform cerințelor.

Art. 9. Să respecte normele de igienă personală.

Art. 10. Să respecte cerințele Comisiei naționale extraordinară de sănătate publică.

Locatarilor căminului se interzice:

Art. 11. Să consume în exces energia electrică și apa.

Art. 12. Să asculte muzică cu sonoritate mare.

Art. 13. Să schimbe fără voie inventarul dintr-o odaie în alta.

Art. 14. Să intre în odăile colegilor în lipsa acestora.

Art. 15. Să se afle în odăile colegilor pe perioada de risc de îmbolnăvire cu COVID-19.

Art. 16. Să iasă la balcon după ora de stingere a luminii.

Art. 17. Să plece din cămin peste noapte fără a anunța maistrul-instructor și administrația căminului.

Art. 18. Să consume băuturi alcoolice, substanțe toxice, narcotice sau psihotrope

Art. 19. Să joace cărți sau să participe la jocuri de noroc.

Art. 20. Să fure sau sa-și atribuie lucruri străine.

Art. 21. Să aibă un comportament amoral față de colegi, personal didactic și auxiliar.

Art. 22. Să deterioreze bunurile materiale din incinta căminului.

Art. 23. Să aducă persoane străine în odaie (excepții: membrii familiei).

Art. 24. Să depoziteze, să expună oricare obiecte, produse alimentare pe pervazul exterior al ferestrei căminului.

Reguli de asigurare a securității și sănătății muncii în căminele studențești

Art. 25. Se interzice modificarea și repararea rețelei electrice din blocurile locative.

Art. 26. Se interzice utilizarea reșourilor electrice, prelungitoarelor sau alte dispozitive care pot cauza destabilizarea rețelei electrice sau electrocutarea.

Art. 27. Se interzice folosirea substanțelor inflamabile sau material ce pot cauza incendiu.

Art. 28. Se interzice scoaterea ștecherului din priză trăgând de cablu.

Art. 29. Se interzice atingerea firelor aparatelor electrice cu mâinile umede.

Art. 30. Se interzice utilizarea aparatelor electrice deteriorate.

Art. 31. Se interzice aruncarea obiectelor/lucrurilor pe instalații și dispozitive conectate la rețeaua electrică și apeduct.

Art. 32. Se interzice a aduce în cămin spray-uri colorate, lacrimogene, paralizante, materiale pirotehnice (petarde, pocnitori, artificii) care ar pune în pericol sănătatea sa și a celorlalți colegi.

Art. 33. Se interzice folosirea obiectelor ascuțite, tăioase, pumnale, arme de foc, arme cu aer comprimat, gaze lacrimogene, obiecte de distracție pe bază de amestecuri pirotehnice ori dispozitive pentru șocuri electrice care pot dăuna sănătății personale și sănătății colegilor.

Art. 34. Să fiți atenți pe suprafețele umede și lunecoase.

Art. 35. Se interzice aruncarea obiectelor/produselor în rețeaua de canalizare.

Art. 36. Să deschidă fereastra doar cu scopul de aerisire a încăperii.

Art. 37. Se interzice urcarea pe pervazul ferestrei.

Art. 38. Se interzice intrarea în cămin pe fereastră.

Art. 39. Se interzice părăsirea căminului pe fereastră.

Art. 40. Se interzice consumul de alimente cu termenul expirat.

Art. 41. Se interzice folosirea mijloacelor improvizate de încălzire și alte improvizații electrice.

Art. 42. Se interzice folosirea buteliilor cu gaz în căminele studențești.

Art. 43. Se interzice aruncarea pe fereastră și depozitarea în spațiile comune ale căminului a gunoierului menajer.

Art. 44. Se interzice comercializarea și consumul de țigări, băuturi alcoolice, droguri sau stupefiante în incinta căminului.

Art. 45. Să mențineți curățenia în cameră și în spațiile comune pe întreaga durată a traiului în cămin.

Art. 46. În caz de boală, sunteți obligat să anunțați pedagogul social, persoana de serviciu, asistentul medical, părinții.

Art. 47. Se interzice consumarea altor medicamente decât cele prescrise de medic.

Art. 48. În caz de probleme psihologice sunteți obligat să anunțați pedagogul social, persoana de serviciu, psihologul, părinții, maestrul, dirigintele.

Art. 49. Se interzice atingerea părților fierbinți ale plitei electrice.

Art. 50. Se interzice aplicarea violenței (fizice, verbale, etc.) asupra colegilor și personalului căminului.

Art. 51. Se interzice participarea în jocurile cu utilizarea forței fizice, deoarece acestea poate cauza daune corporale.

Art. 52. În cazuri excepționale sunteți obligat să Vă evacuați conform schemei prezentate.

Art. 53. Se interzice alergarea prin spațiile căminului, deoarece acest lucru poate cauza leziuni corporale.

Art. 54. Să fiți atent la folosirea ustensilelor de bucătărie: tigăi, cratițe, cuțite etc.

Art. 55. În cazuri excepționale sunteți obligat să Vă evacuați conform schemei de evacuare.

Instrucțiunea Nr. 6. Instrucțiuni specifice la activitățile de educație fizică și sport desfășurată în cadrul instituției

Elevul este obligat să i-a următoarele măsuri:

Art. 1. La fiecare început de an școlar să-și controleze starea de sănătate și să prezinte o adeverință eliberată de medicul de familie sau medicul școlar. Pe parcursul lecțiilor elevii vor anunța, ori de câte ori este cazul dacă nu pot depune anumite eforturi fizice, motivând acest lucru.

Art. 2. Activitățile de educație fizică sunt desfășurate de către elevi în costum de protecție specific: trening, tricou, șort și încălțăminte de sport, curate fără să fi fost folosite în afara sălii de sport.

Art. 3. Echiparea se face în vestiarele pentru băieți și fete.

Art. 4. În vestiare elevul nu are voie să acționeze asupra comutatoarelor electrice, a robinetelor de la instalația de încălzire. Mobilierul trebuie protejat. Îmbrăcămintea și încălțăminte se aranjează ordonat pe cuiere.

Art. 5. Nu vor fi lăsate în vestiare obiecte de valoare: ceasuri, bijuterii, bani, telefoane mobile, etc. Acestea vor fi depozitate în cutia specială sau la vestiarul profesorului.

Art. 6. Elevul nu poartă asupra sa ceasuri, medalioane, brățări, cercei, inele, lănțșoare sau alte obiecte care pot răni.

Art. 7. Este interzisă consumarea gumei de mestecat sau a altor alimente.

Art. 8. Activitățile sportive în aer liber se vor desfășura numai pe terenuri special amenajate și în condiții igienico-sanitare bune.

Art. 9. Elevul intră în sală sau teren la invitația profesorului și se deplasează la locul destinat adunării pentru începerea lecției.

Art. 10. Elevul cu efort scăzut, prezintă certificat medical și va respecta indicațiile medicului, va participa la lecție echipat în ținută sportivă și va respecta indicațiile profesorului privind desfășurarea unei activități speciale.

Art. 11. Pe baza sportivă elevul nu are voie să efectueze nici o activitate fizică fără indicațiile profesorului.

Art. 12. Pentru exersarea elementelor de gimnastică elevii vor folosi în mod obligatoriu saltele de gimnastică.

Art. 13. Elevul îi este interzis să escaladeze aparatele sau instalațiile sportive din baza sportivă.

Art. 14. În sală elevul nu are voie să manevreze comutatoarelor lămpilor electrice și ale instalațiilor de încălzire aerotermă.

Art. 15. Elevul nu are voie să escaladeze structura scheletică de susținere a pereților și acoperișului sălii.

Art. 16. Mingile rămase suspendate pe structura sălii vor fi recuperate de către profesor cu ajutorul personalului de întreținere a sălii și în nici un caz de către elev.

Art. 17. Manipularea echipamentelor și instalațiilor sportive din magazie în sală și înapoi va fi făcută de către elevi sub supravegherea profesorului.

Art. 18. Elevul nu va executa lovituri puternice cu mingea asupra pereților sălii.

Art. 19. Elevul nu are voie să se agațe, atârne sau escaladeze porțile de rugby, fotbal etc.

Art. 20. Este interzisă agățarea cu mâinile de ochiurile plaselor de protecție.

Art. 21. Dacă elevul observă defectiuni sau alte nereguli la aparatele și instalațiile sportive este obligat să anunțe imediat profesorul.

Art. 22. Expectorarea fluidelor (scurgerea) se face numai în sectorul grupului sanitar.

Art. 23. Elevul trebuie să evite producerea de accidente printr-o activitate adecvată, respectând normele de protecție.

Art. 24. Elevul se comportă civilizat și responsabil atât în calitate de sportiv/participant cât și de spectator.

Art. 25. În timpul orelor de educație fizică nu se părăsește baza sportivă.

Art. 26. La fiecare lecție se stabilește un elev și o elevă de serviciu, care răspund de starea vestiarelor și le supraveghează, pentru prevenirea unor evenimente negative (dintre cei scutiți medical, indispoziții).

Art. 27. Pentru stricăciuni provocate intenționat sau prin nerespectarea normelor de protecție elevul și părintele se fac răspunzători.

Art. 28. Elevii care din motive familiale, financiare, nu se pot prezenta cu echipament sportive, vor fi acceptați la activitate cu o ținută lejeră. Dirigintele clasei este cel care confirmă situația elevului.

Art. 29. Elevul este obligat să cunoască configurația sălii și să știe să se orienteze spre ușile de evacuare (IEȘIRE) proiectate pentru evenimente deosebite: incendii, cutremure, etc.

Art. 30. Elevul are obligația să respecte indicațiile metodice și de protecție recomandate de către profesor pe întreg parcursul lecțiilor și activităților sportive organizate.

Art. 31. Instruirea privind normele de tehnica securității muncii la activitatea de educație fizică și sport este efectuată de către profesor și se va încheia cu un proces verbal semnat de către elevi prin care se confirmă că au luat cunoștință și se obligă să le respecte întocmai, fiind responsabili de nerespectarea lor.

Art. 32. Elevii care nu respectă aceste norme vor fi sancționați în conformitate cu legislația și Regulamentul de ordine internă al școlii, după gravitatea faptei comise.

Art. 33. Elevul are datoria de a aduce la cunoștință părinților obligațiile care le revin privind normele de tehnică a securității muncii la activitatea de educație fizică și sport.

Art. 34. Instruirea se efectuează la începutul anului școlar și se reamintește la începutul semestrului II. În vederea prevenirii și înlăturării tuturor cauzelor care pot provoca accidentarea elevilor în timpul întrecerilor sportive sau acțiunilor extradidactice ce se desfășoară în afara acestora se stabilesc următoarele măsuri:

Art. 35. Pe parcursul deplasărilor la competiții cât și în timpul desfășurării acestora elevii trebuie să aibă o conduită civilizată respectând indicațiile profesorului.

Art. 36. Elevii vor concura numai în echipamentul corespunzător întrecerilor respective.

Art. 37. La concursuri sportive vor merge numai însoțiți de profesor, vor respecta regulile de circulație și vor utiliza corect mijloacele de transport.

Art. 38. În timpul desfășurării întrecerilor elevii au obligația să respecte cu strictețe prevederile regulamentare, evitând orice tendință de brutalitate, respectând atât partenerii de întrecere, cât și arbitrii.

Art. 39. Pe parcursul întrecerilor și imediat după încheierea lor, elevii nu vor face abuz de băuturi răcoritoare și vor respecta regulile de igienă prevăzute pentru asemenea activități.

Art. 40. Elevii participă la diverse competiții organizate în școală și în afara acestora numai având permisul medicului.

Participarea elevilor la acțiuni turistice se va face numai după ce aceștia au fost temeinic instruiți, fiind obligați să respecte următoarele reguli de protecție a muncii:

- a) participarea la acțiuni turistice se va face numai în echipament adecvat acestor activități, evitând bagaje voluminoase și grele;
- b) deplasarea elevilor se va face numai fiind însoțiți de profesor, pe cât posibil în grup compact, respectând cu strictețe regulile de comportament în mijloacele de transport;
- c) toți elevi trebuie să dea dovadă de conduită civilizată în folosirea diferitelor instalații la locurile de cazare sau pe parcursul deplasărilor;
- d) în timpul acțiunilor turistice se interzice elevilor să ia hotărâri de plecare în excursii individuale sau excursii colective în grupuri mici;
- e) înaintea plecării în excursii/marșuri turistice elevii sunt instruiți asupra modului cum trebuie să se echipeze, ce trebuie să ia cu ei, ce particularități prezintă traseul care urmează să fie parcurs;
- f) se interzice consumul băuturilor alcoolice la locurile de cazare sau în timpul deplasărilor, respectându-se strict programul zilnic de tabără.
- g) în caz de îmbolnăvire elevii se vor adresa personalului medical existent sau în lipsa acestuia, cadrului didactic, însoțitorilor pentru recomandarea medicamentelor. Procesul de informare a elevilor cu cerințele ce țin de protecția muncii în cadrul activităților de educație fizică finisează cu semnarea

Instrucțiunea Nr. 7. Instrucțiuni SSM specifice laboratoarelor de informatică

Art. 1. Accesul și desfășurarea activității în laborator se face numai sub supravegherea profesorului.

Art. 2. Înainte de lucru la calculator încredințați-vă că nu sunt defecțiuni vizibile. La punerea sub tensiune a calculatoarelor se vor respecta, în ordine, următoarele prevederi:

- a) verificarea conectării tabloului de alimentare;
- b) punerea sub tensiune a unității centrale, prin acționarea butonului corespunzător de pe panoul unității centrale;
- c) punerea sub tensiune a echipamentelor periferice prin acționarea butoanelor corespunzătoare de pe panourile de comandă, în succesiunea indicată în documentația tehnică a calculatorului.

Art. 3. Scoaterea de sub tensiune a calculatoarelor se va realiza în succesiunea inversă celei prevăzute la punerea sub tensiune.

Art. 4. Se interzice îndepărtarea dispozitivelor de protecție ale echipamentelor de calcul.

Art. 5. Se interzice efectuarea oricărei intervenții în timpul funcționării echipamentului de calcul.

Art. 6. Funcționarea echipamentului de calcul va fi permanent supravegheată pentru a putea intervenii imediat ce se produce o defecțiune.

Art. 7. Dacă în timpul funcționării echipamentului de calcul se aud zgomote deosebite, acesta va fi oprit și se va anunța informaticianul școlii pentru control și remediere.

Art. 8. Punerea în funcțiune a unui echipament după revizii sau reparații se va face numai după ce informaticianul școlii confirmă că echipamentul respectiv este în bună stare de funcționare.

Art. 9. Se interzice conectarea echipamentelor de calcul la prize defecte sau fără legătură la pământ.

Art. 10. Se interzice profesorilor și elevilor să intervină la tablourile electrice, prize, fișe, cordoane de alimentare sau orice alte instalații auxiliare specifice.

Art. 11. În timpul funcționării echipamentelor de calcul, ușile de acces în laborator nu se vor bloca sau încuia, pentru a permite evacuarea rapidă, în caz de pericol, a elevilor și profesorului.

Art. 12. În cazul unui început de incendiu în laborator se va acționa cu stingător cu praf și dioxid de carbon.

Art. 13. Se interzice consumul alimentelor pe masa de suport a calculatorului sau deasupra tastaturii.

Art. 14. În timpul lucrului la video-terminale, se va evita purtarea ochelarilor colorați.

Art. 15. Video-terminalele vor fi astfel amplasate încât direcția de privire să fie paralelă cu sursele de lumină (naturală și artificială).

Art. 16. Pentru a păstra o poziție de lucru confortabilă și pentru a evita reflexiile și efectul de orbire, utilizatorul trebuie să încline, să basculeze sau să rotească video-terminalul.

Art. 17. Înălțimea optimă a centrului ecranului trebuie să corespundă unei direcții de privire înclinate între 10° și 20° sub planul orizontal care trece la nivelul ochilor.

Art. 18. Înălțimea tastaturii trebuie să asigure în timpul utilizării un unghi între braț și antebraț de minimum 90°. Evitați loviturile pe tastatură. Lucrați cu tastatura având mâinile curate și uscate;

Art. 19. În poziția așezat, distanța dintre planul de lucru și suprafața de ședere trebuie să fie cuprinsă între 200 mm și 260 mm.

Art. 20. Ecranul, suportul de documentare și tastatura trebuie amplasate la distanțe aproximativ egale față de ochii utilizatorului, respectiv 600mm ± 150 mm.

Art. 21. Utilizatorul sistemului de calcul trebuie să cunoască necesitatea și posibilitățile de reglare a echipamentelor și mobilierului de lucru

Art. 22. Amenajarea sistemelor de calcul în laborator trebuie realizată astfel încât să se asigure:

- a) accesul ușor și rapid al elevului la sistemul de calcul;
- b) accesul ușor și rapid al personalului de întreținere la toate părțile echipamentelor, la pozițiile cablurilor și prizele electrice, fără întreruperea activității în desfășurare sau cu o întrerupere minimă;
- c) un spațiu de lucru care să răspundă nevoilor de spațiu personal, de comunicare între indivizi și intimitate.

Art. 23. Conductorii electrici și cablurile trebuie să respecte următoarele condiții:

- a) să nu prezinte risc de electrocutare la trecerea pe planul de lucru sau pe sol;
- b) să aibă o lungime suficientă pentru a se adapta la nevoile reale și previzibile ale utilizatorilor, inclusiv în cazul unei reamenajări a încăperii;
- c) să asigure accesul ușor, iar întreținerea să se efectueze fără întreruperea activității;
- d) conductorii electrici nu vor traversa căile de acces fără a fi protejați împotriva deteriorărilor mecanice.

Art. 24. La utilizarea imprimantelor se va evita atingerea părților fierbinți.

Art. 25. Orice intervenție în timpul funcționării imprimantelor, permisă în documentația tehnică, se va realiza cu luarea măsurilor de evitare a antrenării părților corpului de către imprimantă.

Art. 26. La terminarea lucrului, echipamentele vor fi deconectate de la rețeaua de alimentare.

Art. 27. La încheierea programului de lucru, se vor lua măsuri de deconectare a tablourilor de alimentare cu tensiune a echipamentelor din laborator. Se vor face verificări asupra lichidării oricăror surse de foc. Aceste obligații revin ultimului profesor care are ore în laborator în ziua respectivă.

Art. 28. Elevilor li se interzice strict de:

- a) a atinge cablurile;
- b) a atinge firele de alimentare cu curent electric și prizele;

- c) a atinge ecranul și partea posterioară a vizualizatorului;
- d) a conecta și deconecta computerele fără indicația profesorului;
- e) a pune discuri, cărți, caiete pe tastatură;
- f) a lucra în îmbrăcămintă și cu mâinile umede.

Instrucțiunea Nr. 8. Instrucțiuni SSM specifice laboratoarelor de electrotehnică și fizică

Art. 1. Experiențele la care se utilizează curenți sau tensiuni periculoase le executată numai profesorul de specialitate.

Art. 2. Înainte de începerea experiențelor se iau următoarele măsuri de securitate și sănătate în muncă:

- a) planul de desfășurare a experiențelor va fi stabilit iar personalul va fi instruit în prealabil.
- b) de pe locul unde se desfășoară experiențele se vor îndepărta toate obiectele care nu sunt necesare.
- c) masa de lucru trebuie să fie suficient de mare pentru a permite plasarea în bune condiții a întregului aparataj.
- d) pardoseala din jurul locului unde se desfășoară experiențele trebuie să fie uscată sau acoperită cu un covor izolant.
- e) alimentarea de la rețea se va face de la un tablou cu siguranțe fuzibile calibrate sau întrerupătoare automate; în cazul când se folosește o priză, aceasta va fi în prealabil verificată și asigurată prin siguranțe fuzibile.
- f) părțile metalice ale aparatelor care ar putea intra accidental sub tensiune vor fi legate la pământ.
- g) racordurile dintre părțile componente ale montajului se vor face, în mod obligatoriu, prin cordoane în bună stare, perfect izolate și corespunzătoare tensiunilor folosite în experiența respectivă.
- h) uneltele de lucru (șurubelniță, patent, etc.) vor fi prevăzute cu mânere izolante, rezistente la tensiunile care se află în instalație.
- i) realizarea montajului sau a oricărei modificări a montajului existent precum și introducerea sau scoaterea instrumentelor de măsurat din circuit se va face cu întregul aparataj scos de sub tensiune.
- j) elevii vor fi instruiți de către profesorul instructor privind modul de utilizare a aparaturii de laborator și respectării normelor de electrosecuritate specifice fiecărui aparat.
- k) înainte de conectarea instalației la sursa de curent electric, se va face o ultimă verificare generală a aparatelor, legăturilor, izolației etc.

Art. 3. În timpul desfășurării experiențelor se iau următoarele măsuri de securitate și sănătate în muncă:

- a) în timpul experiențelor, pe masa de lucru nu se va găsi, în afara părților componente ale montajului, nici un obiect care ar putea, accidental, antrena legăturile montajului sau ar putea stabili contactul cu părțile aflate sub tensiune.
- b) cei care efectuează experiențele vor avea o îmbrăcămintă adecvată (strânsă pe corp, mâneci bine încheiate), de preferință halate de laborator.
- c) în timpul funcționării montajului, este interzisă atingerea părților neizolate (schimbarea legăturilor, atingerea becurilor, intercalarea aparatelor de măsură).
- d) este interzisă părăsirea sau lăsarea fără supraveghere a montajului aflat sub tensiune.
- e) se recomandă ca, la instalația aflată sub tensiune, toate manevrele să se facă cu o singură mână.

f) pentru prevenirea accidentelor după terminarea experiențelor, montajul va fi scos obligatoriu de sub tensiune; orice intervenție asupra instalației electrice trebuie să fie făcută de un electrician autorizat iar lucrarea să aibă caracter definitiv.

Art. 4. Pentru prevenirea accidentelor prin electrocutare în laboratoare se iau următoarele măsuri de securitate și sănătate în muncă:

- a) toate părțile metalice care pot intra accidental sub tensiune se vor lega la centura de pământ.
- b) elementele sub tensiune vor fi protejate de carcase, împiedicându-se astfel atingerea acestora.
- c) tablourile electrice de alimentare cu tensiune vor fi prevăzute cu siguranțe fuzibile calibrate sau întrerupătoare de protecție automate și se interzice folosirea sârmelor groase, a cuielor etc., în locul siguranțelor calibrate.
- d) la alimentarea aparatelor electrice portative se vor folosi tensiunile reduse prevăzute în normele de electrosecuritate.
- e) instalațiile electrice și aparatele din laborator se vor revizui periodic de către personal calificat.
- f) elevii nu au voie să efectueze manevre de conectare/deconectare a întrerupătoarelor automate, butoanelor și comutatoarelor de pe tablourile electrice de alimentare cu tensiune.
- g) stațiile de amplificare, aparatele și utilajele electrice vor fi instalate numai în încăperi uscate și curate; alimentarea acestora, prin derivații provizorii, de la tabloul de distribuție este interzisă.
- h) se interzice utilizarea mașinilor și utilajelor la puteri nominale mai mari decât suportă rețeaua.

Art. 5. În caz de electrocutare, măsurile de prim ajutor trebuie luate în funcție de starea în care se găsește accidentatul, astfel:

- a) scoaterea rapidă a accidentatului de sub tensiune prin întreruperea circuitului respectiv, cu respectarea tuturor prevederilor din normele în vigoare, deoarece, dacă accidentatul este atins de o persoană înainte de scoaterea lui de sub tensiune, aceasta poate fi electrocutată.
- b) cel care oferă ajutorul va folosi obiecte din materiale uscate, rău conducătoare de electricitate (țesături, funii, prăjini, mănuși, covoare și galoși de cauciuc etc.), iar la instalațiile de înaltă tensiune este obligatorie folosirea mănușilor și a cizmelor din cauciuc electroizolant; îndepărtarea conductoarelor căzute la pământ se va face cu o prăjină uscată din lemn, iar ruperea lor se face prin lovirea, de la distanță, cu corpuri rău conducătoare de electricitate.
- c) în cazul când accidentatul este în stare de leșin, trebuie chemat neîntârziat un medic sau „Salvarea”; până la sosirea acestora, persoana accidentată se va așeza într-o poziție comodă, liniștită, îmbrăcăminte va fi desfăcută pentru facilitarea respirației, accidentatului dându-i-se în același timp să miroasă o soluție de amoniac; dacă accidentatul a încetat să mai respire sau respiră anormal, rar, convulsiv, i se va face imediat respirație artificială. Pentru reanimarea accidentatului, fiecare secundă este prețioasă. Dacă scoaterea de sub tensiune și începerea respirației artificiale se fac imediat după electrocutare, readucerea la viață reușește de cele mai multe ori. De aceea, primul ajutor trebuie acordat fără întârziere, chiar la locul accidentului.

Art. 6. La încheierea programului de lucru, se vor lua măsuri de deconectare a tablourilor de alimentare cu tensiune a echipamentelor din laborator. Se vor face verificări asupra lichidării oricăror surse de foc. Aceste obligații revin ultimului profesor care are ore în laborator în ziua respectivă.

Instrucțiunea Nr. 9. Instrucțiuni SSM specifice laboratoarelor de chimie și biologie

Art. 1. La lucrările de laborator unde se utilizează substanțe chimice se iau următoarele măsuri de securitate și sănătate în muncă:

- a) lucrările de laborator și aplicațiile practice se efectuează cu cantitățile de substanță, cu concentrațiile, cu vasele și aparatele indicate în proceduri, în manuale și în instrucțiunile de folosire a materialelor respective, după ce în prealabil profesorul instructor a verificat exactitatea datelor.
- b) efectuarea experiențelor este permisă numai după verificarea prealabilă a aparaturii respective.
- c) efectuarea experiențelor în vase murdare este interzisă; imediat după terminarea experienței, vasele utilizate trebuie să fie spălate.
- d) vasele de laborator se spală cu amestecuri oxidante sau detergenți și apă distilată fără a se utiliza nisipul, care provoacă fisuri și la încălzire sticla se va sparge ușor.
- e) vasele care conțin substanțe toxice vor purta etichete avertizoare și vor fi păstrate la locuri sigure, sub cheie. Nu este permisă depozitarea alăturată a vaselor cu substanțe care produc reacții violente prin contact; nu este permisă păstrarea substanțelor în vase neetichetate.
- f) la identificarea substanțelor pentru experiențe, se citește cu atenție eticheta; dacă există cea mai mică îndoială asupra conținutului unui vas, acesta se va trimite laboratorului de analize chimice, pentru identificare.
- g) trebuie să existe la îndemână un set de Fișe tehnice de securitate pentru toate substanțele și preparatele chimice periculoase folosite astfel încât proprietățile fizico-chimice și toxicologice, efectele asupra sănătății, măsurile de protecție necesare la manipularea lor și procedurile în caz de urgență să fie cunoscute.
- h) elevilor le este interzis să guste sau să miroasă substanțele, să se aplece asupra vaselor fără avizul profesorului de specialitate, deoarece acțiunea multor substanțe este puternic toxică, chiar dacă aceasta nu se manifestă imediat.
- i) toate substanțele chimice se păstrează în dulapuri încuiate; nu este permisă înstrăinarea substanțelor din laborator.
- j) purtarea ochelarilor de protecție este obligatorie la toate experiențele cu substanțe chimice agresive.
- k) eprubeta în care se încălzește un lichid se ține înclinată (nu spre cel care lucrează, sau spre vecin); de asemenea, eprubeta nu trebuie încălzită numai la partea de jos, ci pe toata lungimea ocupată de substanță; susținerea eprubetei se va face cu un suport special construit, nu improvizat.
- l) rămășițele substanțelor periculoase (metale alcaline, fosfor, baze, substanțe caustice) nu trebuie aruncate la întâmplare, ci separat în vase destinate acestui scop, pentru a fi apoi cât mai repede neutralizate (făcute inofensive prin metode corespunzătoare).
- n) în cazul efectuării unor experiențe cu aparate în care se pot iniția substanțe gazoase, se va face, în prealabil, verificarea tuburilor de legătură (etanșeitate, îndoire sau lipire), pentru a nu se produce vreo scăpare de gaze din cauza unor suprapresiuni.

Art. 2. La mânăuirea substanțelor chimice se iau următoarele măsuri de securitate și sănătate în muncă:

- a) experiențele în care se produc substanțe gazoase sau vapori trebuie făcute sub nișă.
- b) fărâmițarea alcaliilor, a iodului, a sărurilor acidului cromic, ca și a altor substanțe care dau o pulbere toxică, se va face de asemenea, sub nișă. Totodată, după caz, este obligatorie și folosirea ochelarilor de protecție.

Art. 3. La depozitarea substanțelor chimice se iau următoarele măsuri de securitate și sănătate în muncă:

- a) depozitarea se face într-o încăpere separată și nu în laborator; depozitul trebuie semnalizat cu semne grafice de avertizare.

b) magazia trebuie să fie bine ventilată.

c) depozitul trebuie să fie dotat cu mijloace adecvate și suficiente de stingere a incendiilor.

d) substanțele/ produsele chimice periculoase trebuie să fie etichetate și ambalate în recipiente corespunzătoare.

e) la depozitare se va ține cont de incompatibilitățile la depozitare.

f) toate chimicalele împrăștiate accidental trebuie să fie curățate imediat; trebuie să existe la îndemână mijloace de neutralizare, curățare și EIP adecvat.

g) instrucțiunile de securitate și sănătate în muncă trebuie să fie afișate în loc vizibil pentru a avertiza personalul didactic și elevii cu privire la măsurile de securitate necesare.

Art. 4. La mânuirea recipientelor cu acizi concentrați sau amoniac se iau următoarele măsuri de securitate și sănătate în muncă:

a) vasele mari trebuie ținute în ambalaje integre, etanșe și din materiale rezistente la conținut.

b) turnarea lichidelor se face numai prin pâlnie.

c) acidul clorhidric concentrat, acidul azotic, soluțiile concentrate amoniac etc. trebuie turnate sub nișă.

d) la diluarea acidului sulfuric concentrat, se toarnă încet acidul, apoi apa.

e) dacă într-un laborator sau într-o sală de clasă se produce, dintr-o cauză oarecare, o cantitate de substanțe gazoase sau de vapori toxici (ex. spargerea unui vas cu brom, a unei butelii de acid azotic concentrat sau defectarea robinetului la un balon cu clor etc.), concomitent cu evacuarea celor prezenți din încăperea (fără panică), se deschid ferestrele pentru aerisirea completă a încăperii, se închid ușile pentru a preveni împrăștierea gazelor și se întrerup eventualele surse de căldură.

f) la începutul și sfârșitul oricărei experiențe, mâinile se spală cu apă și săpun.

Art. 5. La experiențele care pot provoca explozii, stropiri sau împrăștieri violente de substanțe se iau următoarele măsuri de securitate și sănătate în muncă:

a) în cazul experiențelor cu vase în care se pot dezvolta presiuni periculoase, trebuie luate măsuri de protecție speciale contra împrăștierii cioburilor în caz de spargere, prin îngrădirea cu plase metalice sau cu paravane de sticlă armată.

b) la pregătirea amestecurilor oxidante se fărâmițează oxidanții în stare pură, frecându-se cu precauție doze mici într-un mojar absolut curat; amestecarea oxidanților cu alte substanțe fărâmițate nu se face niciodată prin frecare în mojar, ci prin agitare într-un balon sau prin amestecare cu o spatulă sau o linguriță de os pe o foaie de hârtie velină cretată.

c) la experiențele executate în vid (distilare) se vor folosi ochelari de protecție; de asemenea, se vor utiliza numai baloane mici cu fund rotund, din sticlă rezistentă la flacără.

d) buteliile (baloanele, tuburile, recipientele) cu gaze lichefiate sau comprimate trebuie ferite de surse de încălzire;

e) în laborator nu este permis să se afle mai mult de o butelie încărcată cu același gaz;

f) buteliile trebuie ferite de căderi și lovituri; robinetele buteliilor de oxigen vor fi păstrate curate (nu vor fi unse cu grăsimi) iar în timpul transportului și depozitării, buteliile vor fi prevăzute cu capac de protecție;

g) este obligatorie dotarea buteliilor cu manometre, prevăzute cu plombă de verificare metrologică și având marcată cu culoare roșie diviziunea de pe scală care indică presiunea maximă de folosire a buteliei;

- h) consumarea gazelor lichefiate sau comprimate se va face exclusiv prin reductoare de presiune;
- i) robinetele trebuie deschise și închise încet, fără a fi bruscate, chiar dacă ele funcționează greu.

Art. 6. La folosirea sticlăriei de laborator se iau următoarele măsuri de securitate și sănătate în muncă:

- a) introducerea unui dop de plută sau de cauciuc într-un tub de sticlă se face ținându-se tubul cu mâna cât mai aproape de capătul de introdus (mâna înfășurată într-o batistă și fără a se forța tubul).
- b) atunci când se introduce un dop într-un vas cu pereți subțiri, vasul nu se ține pe masă, ci de gât și cât mai aproape de locul de introducere a dopului.
- c) încălzirea substanțelor în vase de laborator cu pereți subțiri se face pe o sită sub agitare continuă.
- d) baloanele, paharele și celelalte vase în care se află lichid fierbinte nu se pun direct pe masă, ci pe o placă din material termoizolant.
- e) paharele mari cu lichid se ridică numai cu ambele mâini și se țin în așa fel, ca marginile răsfrânte ale paharului să se sprijine pe degetele mari și pe degetele arătătoare.
- f) prinderea în stative a baloanelor de distilare, a biuretelor și a refrigerentelor se efectuează cu ajutorul clemelor prevăzute cu apărători de plută sau cauciuc.

Art. 7. La manevrarea aparatelor de încălzire (sursele de căldură) se iau următoarele măsuri de securitate și sănătate în muncă:

- 1) la plecarea din laborator, chiar și pentru scurt timp, este interzis să se lase aprinse becuri de gaz, lămpi cu spirt sau alte aparate de încălzire.
- 2) în cazul în care se descoperă pierderi de gaze combustibile (cu miros specific) sau vapori de benzină, se procedează astfel:
 - a) se sting toate becurile de gaz de la ventilul principal precum și celelalte surse de încălzire;
 - b) concomitent cu evacuarea persoanelor din cameră, se deschid ferestrele sau gurile de ventilație și apoi se închid ușile; se aerisește încăperea până la dispariția completă a mirosului de gaz;
 - c) nu se aprinde și nici nu se stinge lumina electrică;
 - d) se caută sursele de scurgere a gazului sau vaporilor (garnituri defecte, robinete deschise, tuburi de cauciuc sau conducte perforate etc.) și se iau măsurile necesare pentru îndepărtarea defectelor; e. la întrebuintarea becurilor de gaz se urmărește ca aprinderea să se facă treptat și flacăra să nu pătrundă în interiorul becului; dacă flacăra totuși pătrunde, se închide robinetul, se lasă becul să se răcească complet și numai după aceea se aprinde din nou, micșorând în prealabil curentul de aer.

Art. 8. La desfășurarea lucrărilor de disecții și de conservare a materialului biologic se iau următoarele măsuri de securitate și sănătate în muncă:

- a) instrumentarul trusei de disecție și microscopie să fie folosit corect, sub directă îndrumare și supraveghere a profesorului.
- b) animalele de disecție (ex. broaște) să fie ținute cu mâna acoperită cu o mănușă de protecție sau cu o bucată de pânză.
- c) după terminarea lucrărilor elevii să se spele pe mâini și să se dezinfecteze cu alcool.
- d) instrumentele de disecție să se sterilizeze, după care vor fi uscate pe o bucată de tifon, reșezarea în cutia trusei făcându-se numai după o uscare completă.
- e) lucrările de conservare a materialului biologic și de folosire a substanțelor chimice se vor desfășura sub directă îndrumare a profesorului.

Art. 9. În laborator trebuie să se găsească, la loc vizibil, mijloacele de prim ajutor iar în caz de accidente (răniri, arsuri, otrăviri etc.) se vor lua următoarele măsuri:

a) accidentele de natură mecanică pot avea ca efect tăieturi, zgârieturi, înțepături, zdrobiri și striviri; în cazul leziunilor grave este necesară chemarea medicului, iar când rănilor sunt ușoare, se spală cu apă curată, se dezinfectează cu apă oxigenată și se bandajează cu tifon sterilizat; când se produc hemoragii, se procedează de urgență la oprirea sângelui, dezinfectarea și bandajarea rănilor și transportarea accidentatului la spital.

b) accidentele termice (arsuri, opăririi) se tratează după gravitatea lor; arsurile profunde și pe suprafețe mari (de gradul II și III) necesită internarea de urgență în spital.

c) manipularea substanțelor chimice agresive se va face folosind echipamentul de protecție corespunzător (șorțuri de protecție, mănuși, ochelari etc.).

d) în fiecare laborator trebuie să existe o trusă sanitară cu următoarele materiale: apă oxigenată, alcool sanitar, tinctură de iod, acid boric, fiole de cofeină, pense, foarfecă, vată, tifon, leucoplast, o soluție neutralizantă pentru cazul stropirii cu substanțe; medicamentele care au termen de valabilitate vor fi înlocuite periodic.

e) când o picătură de reactiv pătrunde în ochi, este foarte important ca ochii să fie spălați imediat cu jet de apă și apoi supuși unui examen medical.

f) în cazul intoxicațiilor acute sau al sufocărilor cu substanțe gazoase sau cu vapori toxici, până la sosirea medicului, cel în cauză va fi scos din atmosfera toxică și va fi dus într-un loc bine aerisit, i se va desface haina la gât și i se va face respirație artificială.

Elaborat

Specialist SSM _____ **Boris Rusu**