

Трофимцова Е. Е., ИВТ-1, ИСР 1.6

### **Инструкция по охране труда для программиста**

Ссылка на ресурс: <https://douq.ru/WQi>

QR-код:



Был выбран именно этот ресурс, так как данный документ

- утвержден и используется в реальной организации;
- ориентируется на риски проблем со здоровьем, связанные с постоянной работой за компьютером в сидячем положении;
- фокусируется на эргономике рабочего места, необходимости физических упражнений и перерывов;
- регламентирует часы работы и перерывов, что важно для физического и психического здоровья;
- включает в себя также обязанности работника: проверка техники на рабочем месте перед началом работы, умение оказывать первую помощь, соблюдать правила трудового распорядка и инструкции о мерах пожарной и электробезопасности.