

**ИНСТРУКЦИЯ  
ПО ОХРАНЕ ТРУДА  
КОМПЕТЕНЦИИ  
«ВИЗАЖ И СТИЛИСТИКА»**

**Республики  
Башкортостан 2023 г.**

**Комплект документов по охране труда компетенции  
«Визаж и стилистика»**

**ОГЛАВЛЕНИЕ**

<b>Программа инструктажа по охране труда и технике безопасности</b>	<b>2</b>
<b>Инструкция по охране труда для участников</b>	<b>4</b>
<i>1. Общие требования охраны труда</i>	<i>4</i>
<i>2. Требования охраны труда перед началом работы</i>	<i>7</i>
<i>3. Требования охраны труда во время работы</i>	<i>9</i>
<i>4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях</i>	<i>12</i>
<i>5. Требование охраны труда по окончании работ</i>	<i>13</i>
<b>Инструкция по охране труда для экспертов</b>	<b>15</b>
<i>1. Общие требования охраны труда</i>	<i>15</i>
<i>2. Требования охраны труда перед началом работы</i>	<i>29</i>
<i>3. Требования охраны труда во время работы</i>	<i>30</i>
<i>4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях</i>	<i>33</i>
<i>5. Требование охраны труда по окончании работ</i>	<i>34</i>

## Программа инструктажа по охране труда и технике безопасности

1. Общие сведения о месте проведения конкурса, расположение компетенции, время трансфера до места проживания, расположение транспорта для площадки, особенности питания экспертов, участников и экспертов компатриотов, месторасположение санитарно-бытовых помещений, питьевой воды, медицинского пункта, аптечки первой помощи, средств первичного пожаротушения.

2. Время начала и окончания проведения конкурсных заданий, нахождение посторонних лиц на площадке.

3. Контроль требований охраны труда участниками и экспертами.

4. Вредные и опасные факторы во время выполнения конкурсных заданий и нахождения на территории проведения конкурса.

5. Общие обязанности экспертов, участников и экспертов компатриотов по охране труда, общие правила поведения во время выполнения конкурсных заданий и на территории.

6. Основные требования санитарии и личной гигиены.

7. Средства индивидуальной и коллективной защиты, необходимость их использования.

8. Порядок действий при плохом самочувствии или получении травмы. Правила оказания первой помощи.

9. Действия при возникновении чрезвычайной ситуации, ознакомление со схемой эвакуации и пожарными выходами, номерами телефонов экстренного вызова.

# Инструкция по охране труда для участников

## 1. Общие требования охраны труда

Для участников от 14 до 16 лет.

К участию в конкурсе, под непосредственным руководством Экспертов Компетенции «Визаж и стилистика» допускаются участники в возрасте от 14 до 16 лет:

- прошедшие инструктаж по охране труда по «Программе инструктажа по охране труда и технике безопасности»;
  - ознакомленные с инструкцией по охране труда;
  - имеющие необходимые навыки по эксплуатации инструмента, приспособлений совместной работы на оборудовании;
  - не имеющие противопоказаний к выполнению конкурсных заданий по состоянию здоровья.
- имеющие допуск к работе (медицинскую книжку).

### 1.2. Для участников старше 16 лет.

К самостоятельному выполнению конкурсных заданий в Компетенции «Визаж и стилистика» допускаются участники не моложе 16 лет.

- прошедшие инструктаж по охране труда по «Программе инструктажа по охране труда и технике безопасности»;
  - ознакомленные с инструкцией по охране труда;
  - имеющие необходимые навыки по эксплуатации инструмента, приспособлений совместной работы на оборудовании;
  - не имеющие противопоказаний к выполнению конкурсных заданий по состоянию здоровья.
- имеющие допуск к работе (медицинскую книжку).

1.3. В процессе выполнения конкурсных заданий и нахождения на территории и в помещениях места проведения конкурса, участник обязан четко соблюдать:

- инструкции по охране труда и технике безопасности;
- не заходить за ограждения и в технические помещения;
- соблюдать личную гигиену;
- принимать пищу в строго отведенных местах;

- самостоятельно использовать инструмент и оборудование, разрешенное к выполнению конкурсного задания;

1.4. Участник возрастной группы 14-16 лет для выполнения конкурсного задания использует инструмент:

<b>Наименование инструмента/ оборудования</b>	
<b>Использует самостоятельно</b>	<b>Использует под наблюдением эксперта или назначенного ответственного лица старше 18 лет:</b>
Пинцет для макияжа	Стерилизатор термический
Пинцет для коррекции бровей	
Кисти для макияжа	Стерилизатор УФ
Ножницы маникюрные	Аэрограф
Косметическая палетка для смешивания декоративной косметики	Щипцы для завивки круглые
Косметический шпатель для смешивания декоративной косметики	Щипцы для завивки плоские
Щеточки для туши	
Косметические губки (спонжи)	
Пуховки	
Точилка для косметических карандашей	
Расчески	
Кольцевая лампа для визажа	

1.3.1. Участник возрастной группы 16 лет и старше для выполнения конкурсного задания использует инструмент:

<b>Наименование инструмента/ оборудования</b>	
<b>Использует самостоятельно</b>	<b>Использует под наблюдением эксперта или назначенного ответственного лица старше 18 лет:</b>
Пинцет для макияжа	
Пинцет для коррекции бровей	
Кисти для макияжа	
Ножницы маникюрные	
Косметическая палетка для смешивания декоративной косметики	
Косметический шпатель для смешивания декоративной косметики	
Щеточки для туши	
Косметические губки (спонжи)	
Пуховки	
Точилка для косметических карандашей	
Щипцы для завивки круглые	
Щипцы для завивки плоские	
Расчески	
Стерилизатор термический	
Стерилизатор УФ	
Аэрограф	

1.5. При выполнении конкурсного задания на участника могут воздействовать следующие вредные и (или) опасные факторы:

Физические:

- режущие и колющие предметы;
- ультрафиолетовое излучение;
- термические ожоги;
- недостаточная освещенность рабочего места;
- напряжение кистей и пальцев рук;
- длительные статические физические перегрузки (поза "стоя");

Химические:

- возникновение аллергической реакции на косметическое средство;
- химические факторы (дезинфицирующие растворы, синтетические моющие средства и др.)

Психологические:

- чрезмерное напряжение внимания;
- перенапряжение зрительных анализаторов;
- повышенная ответственность.

1.6. Применяемые во время выполнения конкурсного задания средства индивидуальной защиты:

1. Строгое использование одноразовых перчаток при проведении процедур:

- «Коррекции и окрашивания бровей и ресниц», «Аэрографии в макияже»;
- при проведении поверхностного и глубокого очищения кожи лица;
- при проведении дезинфекции рабочей зоны;

2. Работы, с применением электроинструмента (щипцы для завивки круглые, щипцы для завивки плоские и т.д.), рекомендовано проводить с использованием хлопчатобумажной перчатки.

3. Обязательное использование во время выполнения процедуры фартука для участника, пеньюара(пелерины) для клиента.

4. Допускается использование защитной тканевой маски (медицинской)

5. Для участников соревнований устанавливается профессиональный дресс – код.

Требования к одежде:

- имиджевая футболка чемпионата «Профессионал» обязательна в подготовительный день, открытие чемпионата, закрытие чемпионата, награждение;

- чистая отглаженная одежда чёрного цвета (100 %- чёрный цвет) нижнее белье не должно просвечивать через одежду, выбирается в цвет униформы. Общий стиль в одежде, обуви и аксессуарах - деловой;

- бейдж участника чемпионата.

Обувь:

- Обувь – чистая, закрытая, с фиксированной пяткой, из легко моющего материала (кожа, кожзам), подошва не скользящая. Цвет обуви - черный. Каблук средний до 5 см;

- Туфли «лодочки» / оксфорды, лоферы, броги. Спортивная обувь – слипоны, сникеры, кеды, кроссовки – запрещены;

Брюки:

- джинсы запрещены;

- брюки предпочтительно прямого кроя - классика/зауженные к низу; карманы на брюках в боковых швах, рамка/листочка на задней половинке брюк (накладные карманы не допускаются); средняя/высокая посадка, длина брюк до середины пятки/закрывающие щиколотку (в положении стоя);

- носки в цвет брюк достаточно высокие, чтобы в положении сидя голени не оголялись.

Верх:

- блуза/ рубашка чёрного цвета длина рукава: длинный рукав на манжете/ не более  $\frac{3}{4}$  и не менее  $\frac{1}{2}$  плеча;

Аксессуары в деловом стиле:

- подтяжки;
- ремень, пряжка должна быть лаконичной, из металла;
- галстуки, держатель для галстука, бабочки, съемные жабо, модернизированные банты;
- платки/ шелковые шарфы с цветным принтом.

Аксессуары могут отличаться от основного цвета (черного) или быть в одном цветовом единстве. Аксессуары должны сочетаться, как по цвету так и по стилю.

#### Украшения:

- допускаются небольшие серьги - гвоздики (не более 1-й пары) и обручальное кольцо, религиозные украшения должны быть спрятаны под униформу. Запрещаются цепочки, кольца, браслеты, часы.

#### Прическа:

- Волосы чистые, аккуратно причесанные, зафиксированы лаком для волос – не должны падать на воротник или лицо; («конский хвост» запрещается), допускаются аксессуары для волос соответствующие общему стилю - деловому; шапочку или фиксатор-повязку надевать запрещается.

#### Макияж:

- обязателен дневной макияж с использованием всех средств декоративной косметики;
- помада красных оттенков;
- в случае ношения защитной маски (по требованию Роспотребнадзора в связи с Covid-19), использование бальзама для губ;
- разрешены наращенные ресницы (по ресничное наращивание).

#### Маникюр:

- коротко подстрижены чистые ногти, свободный край 1-2 мм (гигиенический маникюр) без покрытия лаком и иных покрытий;

#### Фартук:

- черного цвета без логотипа, тканевый с водо непроницаемым покрытием, с карманом или без кармана;
- отсутствие волосяного покрова на предплечьях;
- отсутствие модификаций тела татуировки, пирсинг и т.д;
- отсутствие запахов тела, не пользоваться парфюмерией;
- отсутствие запахов изо рта. Запрещено жевать жвачку, сосать конфеты;


1.7. Знаки безопасности, используемые на рабочем месте, для обозначения присутствующих опасностей:

- F 04 Огнетушитель 

- E 22 Указатель выхода 

- E 23 Указатель запасного выхода 

- EC 01 Аптечка первой медицинской помощи 

- P 01 Запрещается курить 

1.8. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить о случившемся Экспертам.

В помещении комнаты экспертов находится аптечка первой помощи, укомплектованная изделиями медицинского назначения, ее необходимо использовать для оказания первой помощи, самопомощи в случаях получения травмы.

В случае возникновения несчастного случая или болезни участника, об этом немедленно уведомляются Главный эксперт, Лидер команды и Эксперт. Главный эксперт принимает решение о назначении дополнительного времени для участия. В случае отстранения участника от дальнейшего участия в Чемпионате ввиду болезни или несчастного случая, он получит баллы за любую завершённую работу.

Вышеуказанные случаи подлежат обязательной регистрации в Форме регистрации несчастных случаев и в Форме регистрации перерывов в работе.

1.9. Участники, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности в соответствии с Регламентом чемпионата.

Несоблюдение участником норм и правил ОТ и ТБ ведет к потере баллов. Постоянное нарушение норм безопасности может привести к временному или перманентному отстранению аналогично апелляции.

## **2. Требования охраны труда перед началом выполнения конкурсного задания**

Перед началом выполнения конкурсного задания участники должны выполнить следующее:

2.1. В подготовительный день, все участники должны ознакомиться с инструкцией по технике безопасности, с планами эвакуации при возникновении пожара, местами расположения санитарно-бытовых помещений, медицинскими кабинетами, питьевой воды, подготовить рабочее место в соответствии с Техническим описанием компетенции.

Проверить специальную одежду, обувь и др. средства индивидуальной защиты. Одеть необходимые средства защиты для выполнения подготовки рабочих мест, инструмента и оборудования.

По окончании ознакомительного периода, участники подтверждают свое ознакомление со всеми процессами, подписав лист прохождения инструктажа по работе на оборудовании по форме, определенной Оргкомитетом.

2.2. Подготовить рабочее место:

- проверить состояние и исправность оборудования и инструмента;
- произвести подключение и настройку оборудования;
- проверить, чтобы электропроводка была надежно изолирована (вход в розетку с боку) и закреплена. Провода (провода удлинителей) должны быть убраны в специальные каналы (короба);
- отрегулировать освещенность на рабочем месте, убедиться в достаточной освещенности, при необходимости, установить лампу местного освещения или потребовать замены перегоревших ламп;

- проверить исправность электровилок, розеток, кабелей (шнуров) электропитания используемых электроаппаратов (отсутствие оголенных участков, перегибов и скручивания питающих подводящих проводов);

- проверить исправность гидроподъемников и устойчивость кресла, убедиться, что они легко вращаются вокруг своей оси.

- при необходимости отрегулировать углы наклона спинки и сиденья кресла клиента для работы в удобной рабочей позе.

2.3. Подготовить инструмент и оборудование, разрешенное к самостоятельной работе:

Наименование инструмента или оборудования	Правила подготовки к выполнению конкурсного задания
Кисти для макияжа	<p>- Подготовить и правильно расположить материалы, инструменты и оборудование так, чтобы процедуры проходили без задержек и помех.</p> <p>- Кисти необходимо хранить только в чехле.</p> <p>- Инструменты необходимо проверить на чистоту.</p>
Косметическая палетка для смешивания декоративной косметики	
Косметический шпатель для смешивания декоративной косметики	
Щеточки для туши	
Косметические губки (спонжи)	
Пуховки	
Расчески	
Точилка для косметических карандашей	
Ножницы маникюрные	<p>- Подготовить и правильно расположить материалы, инструменты и оборудование так, чтобы процедуры проходили без задержек и помех.</p> <p>- Проверить надежность ходового механизма ножниц</p> <p>- До и после использования набор инструментов должен находиться в запечатанном и подписанном крафт пакете с</p>
Пинцет для макияжа	
Пинцет для коррекции бровей	

Наименование инструмента или оборудования	Правила подготовки к выполнению конкурсного задания
Ножницы канцелярские	<p>соответствующими отметками, который помещается в плотный чехол, кофр или пенал;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Участник обязан иметь минимум два комплекта металлических инструментов;</li> <li>- Все металлические инструменты до начала соревнований стерилизуются и помещаются в специальные крафт-пакеты (с индикатором), на которых должны быть указаны: Ф.И.О. конкурсанта, название инструмента, дата стерилизации</li> </ul>
Стерилизатор УФ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Подготовить и правильно расположить материалы, инструменты и оборудование так, чтобы процедуры проходили без задержек и помех.</li> <li>-Аппараты должны иметь технический паспорт и инструкцию производителя на русском языке;</li> <li>- Перед началом эксплуатации изучите всю прилагаемую документацию.</li> <li>- Проверить исправность и целостность электроприборов перед включением;</li> <li>- Все электроприборы и принадлежности должны храниться в сухом месте;</li> <li>- Убедиться, что курок и сопло аэрографа исправно</li> <li>- Проверить приборы на холостом ходу</li> </ul>
Стерилизатор термический	
Кольцевая лампа для визажа	
Аэрограф	
Электронагревательные приборы	

Инструмент и оборудование, не разрешенное к самостоятельному использованию, к выполнению конкурсных заданий подготавливает уполномоченный Эксперт, участники могут принимать посильное участие в подготовке под непосредственным руководством и в присутствии Эксперта.

2.4. В день проведения конкурса, изучить содержание и порядок проведения модулей конкурсного задания, а также безопасные приемы их выполнения. Проверить пригодность инструмента и оборудования визуальным осмотром.

2.5. Ежедневно, перед началом выполнения конкурсного задания, в процессе подготовки рабочего места:

- осмотреть и привести в порядок рабочее место, средства индивидуальной защиты;
- убедиться в достаточности освещенности;

-проверить (визуально) правильность подключения инструмента и оборудования в электросеть;

-проверить правильность установки стола, стула, положения оборудования и инструмента, при необходимости, обратиться к эксперту для устранения неисправностей в целях исключения неудобных поз и длительных напряжений тела.

2.6. Подготовить необходимые для работы материалы, приспособления, и разложить их на свои места, убрать с рабочего стола все лишнее.

2.7. Участнику запрещается приступать к выполнению конкурсного задания при обнаружении неисправности инструмента или оборудования. О замеченных недостатках и неисправностях немедленно сообщить Эксперту и до устранения неполадок к конкурсному заданию не приступать.

### **3. Требования охраны труда во время работы**

3.1. При выполнении конкурсных заданий участнику необходимо соблюдать требования безопасности при использовании инструмента и оборудования:

<b>Наименование инструмента/оборудования</b>	<b>Требования безопасности</b>
Кисти для макияжа	- перед каждым применением необходимо дезинфицировать;

Наименование инструмента/оборудования	Требования безопасности
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- в ходе работы, чистые инструменты необходимо строго отделяться от использованных инструментов;</li> <li>- не рекомендуется дуть на косметические кисти;</li> <li>- очищать и дезинфицировать кисти после каждого клиента;</li> </ul>
Косметическая палетка для смешивания декоративной косметики	<ul style="list-style-type: none"> <li>- декоративную косметику набирать шпателем на палитру или зеркальце;</li> <li>- перед каждым применением необходимо дезинфицировать;</li> <li>- наносить декоративную косметику только с палитры (не с руки и не из упаковки);</li> <li>- своевременно очищать палетку от загрязнений;</li> </ul>
Косметический шпатель для смешивания декоративной косметики	<ul style="list-style-type: none"> <li>- применять для набора из емкостей таких косметических средств как губная помада, основа, крем под пудру, маскировщики, румяна, тени;</li> <li>- применять для смешивания косметических средств на косметической палетки;</li> <li>- перед каждым применением необходимо дезинфицировать;</li> <li>- своевременно очищать шпатель от загрязнений;</li> </ul>
Щеточки для туши	<ul style="list-style-type: none"> <li>- перед каждым применением необходимо дезинфицировать;</li> <li>- после использования необходимо выбрасывать;</li> </ul>
Косметические губки (спонж)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- после применения выбрасывать все одноразовые принадлежности – косметические спонжи, шпатели, аппликаторы, кисточки и т.д.)</li> <li>- во время выполнения конкурсного задания применять для тонирования лица;</li> </ul>
Пуховки	<ul style="list-style-type: none"> <li>- во время нанесения макияжа необходимо подкладывать под руку пуховку или сухую салфетку;</li> </ul>
Расчески	<ul style="list-style-type: none"> <li>- перед каждым применением необходимо дезинфицировать;</li> <li>- очищать и дезинфицировать кисти после каждого клиента;</li> </ul>

Наименование инструмента/оборудования	Требования безопасности
Точилка для косметических карандашей	<ul style="list-style-type: none"> <li>- карандаши для глаз и губ необходимо затачивать перед каждым применением;</li> <li>- после каждого использования точилку следует очищать и дезинфицировать;</li> </ul>
Ножницы маникюрные Канцелярские ножницы	<ul style="list-style-type: none"> <li>- в ходе работы запрещается брать режущие и колющие инструменты за режущие поверхности и острие;</li> <li>- в ходе выполнения работ строго запрещено класть колющие и режущие инструменты в карманы спецодежды;</li> <li>- хранить и передавать ножницы только в закрытом виде кольцами вперед с защитным наконечником на лезвиях;</li> </ul>
Пинцет для коррекции бровей	<ul style="list-style-type: none"> <li>- крафт-пакет вскрывать на рабочем месте непосредственно перед началом использования;</li> </ul>
Пинцет для макияжа	<ul style="list-style-type: none"> <li>- в ходе работы, чистые инструменты должны строго отделяться от использованных инструментов;</li> <li>- если участник уронил инструмент в ходе подготовки рабочего места или в процессе выполнения процедуры, дальнейшее использование инструмента запрещается. В этом случае применяется запасной инструмент;</li> <li>- по окончании работы, использованные инструменты помещаются в кронты с дез. раствором для дальнейшей пред стерилизационной обработки согласно инструкциям. После обработки инструменты запечатываются в индивидуальные крафт-пакеты, которые подписываются участником.</li> </ul>
Стерилизатор термический	<ul style="list-style-type: none"> <li>- в случае кратковременного ухода с рабочего места необходимо выключать местное освещение и индивидуальные нагревательные приборы</li> </ul>
Стерилизатор УФ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- нельзя выключать электроприборы из сети, держа за шнур;</li> </ul>
Кольцевая лампа для визажа	<ul style="list-style-type: none"> <li>- запрещается прикасаться к электроприборам мокрыми или влажными руками;</li> </ul>

Наименование инструмента/оборудования	Требования безопасности
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- отключайте нагреватель перед тем, как вытащить шнур питания из розетки.</li> <li>- устанавливать приборы и аппараты необходимо так, чтобы предотвратить их опрокидывание. Запрещается установка приборов на пол, стул, кушетку и край рабочего стола.</li> </ul>
Аэрограф	<ul style="list-style-type: none"> <li>- запрещается прикасаться к электроприборам мокрыми или влажными руками;</li> <li>- не допускать скручивания и спутывания проводов; не задевать провода в ходе работы; не допускать касания проводами лица и тела клиента;</li> <li>- аэрограф подготовлен к работе и протестирован;</li> <li>- провести санитарную обработку воздушной кисти (распылителя) после использования;</li> <li>- перед разборкой необходимо отключить аэрограф от подачи сжатого воздуха и жидкости;</li> <li>- не выключать электроприборы из сети, держа за шнур;</li> <li>- установить на рабочем месте так, чтобы предотвратить риск задеть или перевернуть его.</li> </ul>
Электронагревательные приборы	<ul style="list-style-type: none"> <li>- проверить прибор на холостом ходу</li> <li>- все виды щипцов для накрутки, предания текстуры и выпрямления волос «утюжки», необходимо включать в сеть, непосредственно перед работой и не оставлять их без присмотра;</li> <li>- запрещается прикасаться к электроприборам мокрыми руками;</li> <li>- нельзя выключать электроприборы из сети, держа за шнур;</li> <li>- все электронагревательные приборы должны иметь огнестойкие подставки (термо-коврики)</li> <li>- категорически запрещается закрывать бумагой, салфетками или какими-либо легковоспламеняющимися материалами термо-инструменты</li> </ul>

Наименование инструмента/оборудования	Требования безопасности
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- все электроприборы и принадлежности нужно хранить в сухом месте.</li> <li>.</li> </ul>

### 3.2. Безопасность при работе с красителями:

- перед окрашиванием бровей, модели заранее проходят проверку на чувствительность кожи и патологические реакции на продукты под наблюдением Главного эксперта;
- окрашивание бровей/ресниц, ламинирование ресниц, следует производить строго в перчатках;
- работать металлическим инструментом при окраске строго воспрещается;
- для приготовления краски следует использовать пластмассовый или стеклянный стаканчик;
- излишки красителя с кожи необходимо удалить ватной палочкой, предварительно смоченной в специальном растворе (жидкость для удаления краски).
- если у модели неожиданно появилась сыпь или модель чувствует жжение на коже, немедленно смыть окрашивающее средство с волосков теплой водой.

Все инструменты и предметы, которые используются в работе, должны быть продезинфицированы.

### 3.3. Эргономика

В положении сидя:

- спина прямая, мышцы живота напряжены;
- плечи расправлены, располагаются симметрично бедрам, предплечье и плечо образуют прямой угол; запястье и рука на одной линии;
- размещаться по центру сидения;

- сидя на стуле, стопы полностью находиться на полу. Колени должны быть чуть ниже бедер, ноги чуть расставлены;
- в положении сидя не наклонять голову вперед и верхнюю часть тела;
- спинка стула поддерживает поясничный отдел;
- поворачиваться в положении сидя необходимо всем корпусом, а не грудью и плечами.

#### В положении стоя:

- спина прямая;
- плечи и бедра находятся в одной плоскости;
- в положении стоя расстояние между стопами не менее 30 см (расставлены на ширину плеч), одну стопу необходимо выдвинуть вперед;
- ноги немного согнуты в коленях;
- масса тела должна быть распределена равномерно на обе ноги;
  - голову следует держать прямо, чтобы подбородок находился в горизонтальной плоскости;
- высота сидения должна быть такова, чтобы лицо сидящего на нем человека находилось на одном уровне с плечом мастера;
- не рекомендуется работать в положении «скрученного позвоночника», необходимо начинать движение со ступней, а не с поясницы.

#### Эргономика на рабочем месте:

- накрыть рабочий столик так, чтобы инструменты, материалы и косметические препараты располагались в аккуратном порядке, на своих местах;
- рабочий инструмент располагать таким образом, чтобы исключалась возможность его скатывания и падения;
- часто используемые предметы нужно располагать прямо перед собой, а по мере уменьшения используемости — дальше вправо или влево;
- удобно размещать предметы на рабочем столе;
- удобно устанавливать столик под рабочую руку;
- рабочее место должно оставаться опрятным на протяжении всей процедуры;
- содержать рабочее место в чистоте. Своевременно убирать используемые салфетки, ватные диски, ватные палочки, пролитые рабочие растворы, воду;

- поддерживать порядок на общем столе (завинчивать крышки на упаковках с косметикой, не класть на общий стол отходы и использованные инструменты);
- не облокачиваться на клиента, не класть руки на голову клиенту;
- перемещаться вокруг рабочего места и по площадке аккуратно: не скользить, не наталкиваться на других участников, не задевать края мебели и провода.

#### 3.4. При выполнении конкурсных заданий и уборке рабочего места:

- участник должен перед началом модуля и по его завершению мыть руки под проточной водой;
- участник должен обрабатывать руки в начале работы, а также каждый раз после касания предметов оборудования, (рабочих поверхностей, документов, вещей клиента, собственных волос и одежды);
- после обработки рабочей поверхности дезинфицирующим средством, необходимо сменить перчатки и обработать руки антисептиком;
- конкурсант перед проведением процедуры обязан продезинфицировать косметическую посуду, рабочее место, рабочий столик;
- накрыть рабочий столик так, чтобы инструменты, материалы и косметические препараты располагались в аккуратном порядке, на своих местах;
- рабочий инструмент располагать таким образом, чтобы исключалась возможность его скатывания и падения;
- перед тем как взять что-либо с общего стола, участник должен обработать руки антисептиком;
- косметику брать из упаковок одноразовыми шпателями и мерными ложками;
- поддерживать порядок на общем столе (завинчивать крышки на упаковках с косметикой, не класть на общий стол отходы и использованные инструменты);
- рабочий стол, стул, табурет следует протереть салфеткой с дезинфицирующим составом и сухой салфеткой;
- необходимо быть внимательным, не отвлекаться посторонними разговорами и делами, не отвлекать других участников;

- косметику из фабричных упаковок помещать в индивидуальные емкости в соответствии с нормами расхода;
- поддерживать порядок на общем столе (завинчивать крышки на упаковках с косметикой, не класть на общий стол отходы и использованные инструменты);
- соблюдать правила эксплуатации оборудования, механизмов и инструментов, не подвергать их механическим ударам, не допускать падений;
- рабочее место должно оставаться опрятным на протяжении всей процедуры;
- содержать рабочее место в чистоте. Своевременно убирать используемые салфетки, ватные диски, ватные палочки, пролитые рабочие растворы, воду;
- выполнять конкурсные задания только исправным инструментом;
- использовать исправные инструменты только для тех работ, для которых они предназначены;
- краны с горячей и холодной водой открывать медленно, без рывков и больших усилий;
- включать и выключать электроприборы, настольную лампу сухими руками. При выключении электровилки из розетки держаться за корпус вилки, не дергать за подводящий провод;
- все инструменты во время выполнения парикмахерских услуг должны располагаться на специально отведённых для них поверхностях;
  - соблюдать настоящую инструкцию.

3.5. При неисправности инструмента и оборудования – прекратить выполнение конкурсного задания и сообщить об этом Эксперту, а в его отсутствие заместителю главного Эксперта.

## **4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях**

4.1. При обнаружении неисправности в работе электрических устройств, находящихся под напряжением (повышенном их нагреве, появления искрения, запаха гари,

задымления и т.д.), участнику следует немедленно сообщить о случившемся Экспертам. Выполнение конкурсного задания продолжить только после устранения возникшей неисправности.

4.2. В случае возникновения у участника плохого самочувствия или получения травмы сообщить об этом эксперту.

4.3. При поражении участника электрическим током немедленно отключить электросеть, оказать первую помощь (самопомощь) пострадавшему, сообщить Эксперту, при необходимости обратиться к врачу.

4.4. При несчастном случае или внезапном заболевании необходимо в первую очередь отключить питание электрооборудования, сообщить о случившемся Экспертам, которые должны принять мероприятия по оказанию первой помощи пострадавшим, вызвать скорую медицинскую помощь, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

4.5. При возникновении пожара необходимо немедленно оповестить Главного эксперта и экспертов. При последующем развитии событий следует руководствоваться указаниями Главного эксперта или эксперта, заменяющего его. Приложить усилия для исключения состояния страха и паники.

При обнаружении очага возгорания на конкурсной площадке необходимо любым возможным способом постараться загасить пламя в "зародыше" с обязательным соблюдением мер личной безопасности.

При возгорании одежды попытаться сбросить ее. Если это сделать не удастся, упасть на пол и, перекатываясь, сбить пламя; необходимо накрыть горящую одежду куском плотной ткани, облить водой, запрещается бежать – бег только усилит интенсивность горения.

В загоревшемся помещении не следует дожидаться, пока приблизится пламя. Основная опасность пожара для человека – дым. При наступлении признаков удушья лечь на пол и как можно быстрее ползти в сторону эвакуационного выхода.

Строго запрещается курить, зажигать спички и зажигалки; ароматические свечи и лампы на рабочем месте.

В случае даже кратковременного ухода с рабочего места участник обязан выключать местное освещение и нагревательные приборы.

Категорически запрещается закрывать бумагой, салфетками или другими материалами электрические лампочки и штепсельные розетки.

4.6. При обнаружении взрывоопасного или подозрительного предмета не подходите близко к нему, предупредите о возможной опасности находящихся поблизости экспертов или обслуживающий персонал.

При происшествии взрыва необходимо спокойно уточнить обстановку и действовать по указанию экспертов, при необходимости эвакуации возьмите с собой документы и предметы первой необходимости, при передвижении соблюдайте осторожность, не трогайте поврежденные конструкции, оголившиеся электрические провода. В разрушенном или поврежденном помещении не следует пользоваться открытым огнем (спичками, зажигалками и т.п.).

## **5.Требование охраны труда по окончании работ**

После окончания работ каждый участник обязан:

- по завершении процедуры участник обязан навести порядок на рабочем месте, убрать весь мусор, помыть и продезинфицировать посуду, руки;
- по окончании процедуры всю посуду необходимо вымыть с применением моющих средств, вытереть насухо и поместить на общий стол;
- пол под столиком, если на него попали косметические средства, нужно протереть и высушить салфеткой;
- отходы производства необходимо выбрасывать в индивидуальный контейнер, снабженный одноразовым пакетом, находящийся на рабочем месте. В процессе работы не оставлять отходы на рабочем столе;
- в конце процедуры пакет с отходами необходимо завязать, вынуть из контейнера и поместить в общий бак для отходов;

- отключить инструмент и оборудование от сети;
- инструмент убрать в специально предназначенное для хранения место;
- сообщить эксперту о выявленных во время выполнения конкурсных заданий неполадках и неисправностях оборудования и инструмента, и других факторах, влияющих на безопасность выполнения конкурсного задания;
- по окончании работы, использованные инструменты помещаются в кранты с дез, раствором для дезинфекции и предстерилизационной обработки согласно инструкциям. После обработки инструменты запечатываются в индивидуальный крафт пакет, который подписывается участником.

## **6. Оказание первой помощи пострадавшим**

6.1. До выполнения процедур на площадке Технологический эксперт убеждается в отсутствии у моделей противопоказаний и аллергических реакций на процедуры.

6.2. При возникновении у клиента аллергических реакций либо иных реакций на проводимые процедуры необходимо немедленно оповестить Эксперта по технике безопасности и оказать клиенту первую помощь.

6.3. При случайной травматизации кожи модели (порезы, потертости, ожоги) необходимо немедленно оповестить Эксперта по технике безопасности и оказать модели первую помощь.

6.4. В случае причинения вреда здоровью модели, связанного с нарушением техники безопасности и технологии процедур, участник может быть дисквалифицирован по решению экспертов.

6.5. В случае производственной травмы, участнику со стороны экспертов должна быть немедленно оказана первая помощь. При необходимости, нужно обратиться в медицинский пункт ли вызвать неотложную помощь.

6.6. Любые несчастные случаи, произошедшие на площадке, должны быть зарегистрированы в установленном законом порядке.

## Инструкция по охране труда для экспертов

### **1. Общие требования охраны труда**

1.1. К работе в качестве эксперта Компетенции «Визаж и стилистика» допускаются Эксперты, прошедшие специальное обучение и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. Эксперт с особыми полномочиями, на которого возложена обязанность за проведение инструктажа по охране труда, должен иметь действующее удостоверение «О проверке знаний требований охраны труда».

1.3. В процессе контроля выполнения конкурсных заданий и нахождения на конкурсной площадке Эксперт обязан четко соблюдать:

- инструкции по охране труда и технике безопасности;
- правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения и планов эвакуации.
- расписание и график проведения конкурсного задания, установленные режимы труда и отдыха.

1.4. При работе на персональном компьютере и копировально-множительной технике на Эксперта могут воздействовать следующие вредные и (или) опасные производственные факторы:

- электрический ток;
- статическое электричество, образующееся в результате трения движущейся бумаги с рабочими механизмами, а также при некачественном заземлении аппаратов;
- шум, обусловленный конструкцией оргтехники;
- химические вещества, выделяющиеся при работе оргтехники;
- зрительное перенапряжение при работе с ПК.

При наблюдение за выполнением конкурсного задания участниками на Эксперта могут воздействовать следующие вредные и (или) опасные производственные факторы:

Физические:

- режущие и колющие предметы;
- термические ожоги.

Химические: нет

Психологические:

- чрезмерное напряжение внимания, усиленная нагрузка на зрение
- ответственность при выполнении своих функций.

1.5. Требования к одежде – профессиональный дресс-код:

- имиджевая футболка чемпионата «Профессионал» обязательна в подготовительные дни, открытие чемпионата, закрытие чемпионата, награждение;

- чистая отглаженная одежда чёрного цвета (100 %- чёрный цвет) белье должно быть в цвет униформы и не должно просвечивать;

- бейдж эксперта чемпионата;

- деловой стиль в одежде, обуви и аксессуарах;

#### Обувь:

Сменная обувь обязательна!!!

Туфли «лодочки» / оксфорды, лоферы, броги черные, закрытые из легко моющего материала (не спортивная); подошва черная (не скользящая); средний каблук (до 4-5см), без шипов, бархата, страза и.т.д.

#### Брюки:

- джинсы запрещены;

- брюки предпочтительно прямого кроя - классика/зауженные к низу; карманы на брюках в боковых швах, рамка/листочка на задней половинке брюк (накладные не допускаются);

- средняя/высокая посадка, длина брюк до середины пятки/закрывающие щиколотку (в положении стоя);

- носки в цвет брюк достаточно высокие;

#### Юбка:

- длина юбки миди/ чуть ниже колена

- колготки черного цвета;

#### Платье, комбинезон:

- деловой стиль, длина миди для платья, длина до середины пятки для комбинезона, с рукавом не менее 1\2 плеча;

#### Верх:

-Блуза/ рубашка чёрного цвета, длина рукава: не более  $\frac{3}{4}$  и не менее 1\2 плеча.

#### Аксессуары в деловом стиле:

- подтяжки;

-ремень, пряжка должна быть не кричащей, а лаконичной, из металла;


- галстуки, держатель для галстука, бабочки, съёмные жабо, модернизированные банты;

- платки/ шелковые шарфы с цветным принтом.

Аксессуары могут отличаться от основного цвета (черного) или быть в одном цветовом единстве. Аксессуары должны сочетаться, как по цвету так и по стилю.

- волосы чистые, аккуратно причесанные и уложенные в прическу, распущенные волосы запрещены;
- обязателен дневной макияж с использованием всех средств декоративной косметики;
- помада адаптивных оттенков в соответствии модным направлениям в макияже.
- разрешены наращенные ресницы (по ресничное наращивание);
- использование не более трех предметов украшений, религиозное украшение (должны быть спрятаны под униформу);
- аккуратный маникюр с покрытием лаком, адаптивных оттенков, край ногтя не должен выходить за кончики подушечек пальцев (свободный край до 2 – 3 мм);
- отсутствие волосяного покрова на предплечьях;
- отсутствие модификаций тела татуировки, пирсинг и т.д;
- отсутствие запахов тела, не пользоваться парфюмерией;
- отсутствие запахов изо рта. Запрещено жевать жвачку, сосать конфеты. Можно использовать освежители дыхания;

1.6. Знаки безопасности, используемые на рабочих местах участников, для обозначения присутствующих опасностей:

- F 04 Огнетушитель 
- E 22 Указатель выхода 
- E 23 Указатель запасного выхода 
- ЕС 01 Аптечка первой медицинской помощи 
- P 01 Запрещается курить 

1.7. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить о случившемся Главному Эксперту.

В помещении Экспертов Компетенции «Визажное и стилистика» находится аптечка первой помощи, укомплектованная изделиями медицинского назначения, ее необходимо использовать для оказания первой помощи, самопомощи в случаях получения травмы.

В случае возникновения несчастного случая или болезни Эксперта, об этом немедленно уведомляется Главный эксперт.

1.8. Эксперты, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности в соответствии с Регламентом чемпионата, а при необходимости согласно действующему законодательству.

## **2. Требования охраны труда перед началом работы**

Перед началом работы Эксперты должны выполнить следующее:

2.1. В подготовительный день, Эксперт с особыми полномочиями, ответственный за охрану труда, обязан провести подробный инструктаж по «Программе инструктажа по охране труда и технике безопасности», ознакомить экспертов и участников с инструкцией по технике безопасности, с планами эвакуации при возникновении пожара, с местами расположения санитарно-бытовых помещений, медицинскими кабинетами, питьевой воды, проконтролировать подготовку рабочих мест участников в соответствии с Техническим описанием компетенции.

Проверить специальную одежду, обувь и др. средства индивидуальной защиты. Одеть необходимые средства защиты для выполнения подготовки и контроля подготовки участниками рабочих мест, инструмента и оборудования.

2.2. Ежедневно, перед началом выполнения конкурсного задания участниками конкурса, Эксперт с особыми полномочиями проводит инструктаж по охране труда, Эксперты контролируют процесс подготовки рабочего места участниками, и принимают участие в подготовке рабочих мест участников в возрасте моложе 18 лет.

2.3. Ежедневно, перед началом работ на конкурсной площадке и в помещении экспертов необходимо:

- осмотреть рабочие места экспертов и участников;
- привести в порядок рабочее место эксперта;

- проверить правильность подключения оборудования в электросеть;
- одеть необходимые средства индивидуальной защиты;
- осмотреть инструмент и оборудование участников в возрасте до 18 лет, участники старше 18 лет осматривают самостоятельно инструмент и оборудование.

2.5. Подготовить необходимые для работы материалы, приспособления, и разложить их на свои места, убрать с рабочего стола все лишнее.

2.6. Эксперту запрещается приступать к работе при обнаружении неисправности оборудования. О замеченных недостатках и неисправностях немедленно сообщить Техническому Эксперту и до устранения неполадок к работе не приступать.

### **3. Требования охраны труда во время работы**

3.1. При выполнении работ по оценке конкурсных заданий на персональном компьютере и другой оргтехнике, значения визуальных параметров должны находиться в пределах оптимального диапазона.

3.2. Изображение на экранах видеомониторов должно быть стабильным, ясным и предельно четким, не иметь мерцаний символов и фона, на экранах не должно быть бликов и отражений светильников, окон и окружающих предметов.

3.3. Суммарное время непосредственной работы с персональным компьютером и другой оргтехникой в течение конкурсного дня должно быть не более 6 часов.

Продолжительность непрерывной работы с персональным компьютером и другой оргтехникой без регламентированного перерыва не должна превышать 2-х часов. Через каждый час работы следует делать регламентированный перерыв продолжительностью 15 мин.

3.4. Во избежание поражения током запрещается:

- прикасаться к задней панели персонального компьютера и другой оргтехники, монитора при включенном питании;
- допускать попадания влаги на поверхность монитора, рабочую поверхность клавиатуры, дисководов, принтеров и других устройств;
- производить самостоятельно вскрытие и ремонт оборудования;

- переключать разъемы интерфейсных кабелей периферийных устройств при включенном питании;
- загромождать верхние панели устройств бумагами и посторонними предметами;
- допускать попадание влаги на поверхность системного блока (процессора), монитора, рабочую поверхность клавиатуры, дисководов, принтеров и др. устройств;

3.5. При выполнении модулей конкурсного задания участниками, Эксперту необходимо быть внимательным, не отвлекаться посторонними разговорами и делами без необходимости, не отвлекать других Экспертов и участников.

3.6. Эксперту во время работы с оргтехникой:

- обращать внимание на символы, высвечивающиеся на панели оборудования, не игнорировать их;
- не снимать крышки и панели, жестко закрепленные на устройстве. В некоторых компонентах устройств используется высокое напряжение или лазерное излучение, что может привести к поражению электрическим током или вызвать слепоту;
- не производить включение/выключение аппаратов мокрыми руками;
- не ставить на устройство емкости с водой, не класть металлические предметы;
- не эксплуатировать аппарат, если он перегрелся, стал дымиться, появился посторонний запах или звук;
- не эксплуатировать аппарат, если его уронили или корпус был поврежден;
- вынимать застрявшие листы можно только после отключения устройства из сети;
- запрещается перемещать аппараты включенными в сеть;
- все работы по замене картриджей, бумаги можно производить только после отключения аппарата от сети;
- запрещается опираться на стекло оригинала держателя, класть на него какие-либо вещи помимо оригинала;
- запрещается работать на аппарате с треснувшим стеклом;
- обязательно мыть руки теплой водой с мылом после каждой чистки картриджей, узлов и т.д.;
- просыпанный тонер, носитель немедленно собрать пылесосом или влажной ветошью.

3.7. Включение и выключение персонального компьютера и оргтехники должно проводиться в соответствии с требованиями инструкции по эксплуатации.

3.8. Запрещается:

- устанавливать неизвестные системы паролирования и самостоятельно проводить переформатирование диска;
- иметь при себе любые средства связи;
- пользоваться любой документацией кроме предусмотренной конкурсным заданием.

3.9. При неисправности оборудования – прекратить работу и сообщить об этом Техническому эксперту, а в его отсутствие заместителю главного Эксперта.

3.10. При наблюдении за выполнением конкурсного задания участниками Эксперту:

- одеть необходимые средства индивидуальной защиты;
- передвигаться по конкурсной площадке не спеша, не делая резких движений, смотря под ноги.

#### **4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях**

4.1. При обнаружении неисправности в работе электрических устройств, находящихся под напряжением (повышенном их нагреве, появления искрения, запаха гари, задымления и т.д.), Эксперту следует немедленно отключить источник электропитания и принять меры к устранению неисправностей, а так же сообщить о случившемся Техническому Эксперту. Работу продолжать только после устранения возникшей неисправности.

4.2. В случае возникновения зрительного дискомфорта и других неблагоприятных субъективных ощущений, следует ограничить время работы с персональным компьютером и другой оргтехникой, провести коррекцию длительности перерывов для отдыха или провести смену деятельности на другую, не связанную с использованием персонального компьютера и другой оргтехники.

4.3. При поражении электрическим током немедленно отключить электросеть, оказать первую помощь (самопомощь) пострадавшему, сообщить Главному Эксперту, при необходимости обратиться к врачу.

4.4. При несчастном случае или внезапном заболевании необходимо в первую очередь отключить питание электрооборудования, сообщить о случившемся Главному Эксперту.

4.5. При возникновении пожара необходимо немедленно оповестить технического эксперта. При последующем развитии событий следует руководствоваться указаниями

Главного эксперта или должностного лица, заменяющего его. Приложить усилия для исключения состояния страха и паники.

При обнаружении очага возгорания на конкурсной площадке необходимо любым возможным способом постараться загасить пламя в "зародыше" с обязательным соблюдением мер личной безопасности.

При возгорании одежды попытаться сбросить ее. Если это сделать не удастся, упасть на пол и, перекатываясь, сбить пламя; необходимо накрыть горящую одежду куском плотной ткани, облить водой, запрещается бежать – бег только усилит интенсивность горения.

В загоревшемся помещении не следует дожидаться, пока приблизится пламя. Основная опасность пожара для человека – дым. При наступлении признаков удушья лечь на пол и как можно быстрее ползти в сторону эвакуационного выхода.

4.6. При обнаружении взрывоопасного или подозрительного предмета не подходить близко к нему, предупредить о возможной опасности находящихся поблизости ответственных лиц.

При происшествии взрыва необходимо спокойно уточнить обстановку и действовать по указанию должностных лиц, при необходимости эвакуации, эвакуировать участников и других экспертов и конкурсной площадки, взять те с собой документы и предметы первой необходимости, при передвижении соблюдать осторожность, не трогать поврежденные конструкции, оголившиеся электрические провода. В разрушенном или поврежденном помещении не следует пользоваться открытым огнем (спичками, зажигалками и т.п.).

## **5.Требование охраны труда по окончании работ**

После окончания конкурсного дня Эксперт обязан:

5.1. Отключить электрические приборы, оборудование, инструмент и устройства от источника питания.

5.2. Привести в порядок рабочее место Эксперта и проверить рабочие места участников.

5.3. Сообщить Техническому эксперту о выявленных во время выполнения конкурсных заданий неполадках и неисправностях оборудования, и других факторах, влияющих на безопасность труда.

