

**Заходи щодо посилення контролю
за збереженням життя та здоров'я здобувачів освіти ОНМедУ
в період літніх канікул 2020-2021 навчального року.**

На виконання розпорядження ректора ОНМедУ Запорожана В.М. № 8 від 28.05.2021 року щодо посилення контролю за збереженням життя та здоров'я здобувачів освіти в період літніх канікул, здійснення заходів з охорони праці, безпеки життєдіяльності, цивільного захисту, попередження надзвичайних ситуацій в ОНМедУ.

**ІНСТРУКТАЖ
з безпеки життєдіяльності учасників освітнього процесу ОНМедУ**

В сучасному світі у зв'язку з появою низки небезпек техногенного, природного та соціального походження виникає постійно актуальне питання забезпечення безпеки людини у навколишньому середовищі та збереження створених нею матеріальних цінностей. Вирішення цієї проблеми досягається певним компромісом між об'єктами природи, виробничою, соціальною та іншою діяльністю людини та реалізується як комплекс заходів, спрямованих на мобілізацію державних структур і громадськості з метою підготовки відповідних людських ресурсів для зміни способу мислення та поведінки людей, формуванню в кожній людині відчуття особистої відповідальності за дотримання вимог безпеки проведенні різноманітної повсякденної діяльності.

Правила пожежної безпеки

Основні правила поведінки при виявленні при пожежі:

1. Не потрібно панікувати. Натомість варто взяти себе в руки, бути пильними та уважними, щоб діяти послідовно.
2. При перших ознаках пожежі відразу ж викликайте пожежну охорону за номером 101. При цьому назвіть точну адресу об'єкта, вкажіть кількість поверхів будинку, місце виникнення пожежі, наявність і кількість людей, а також повідомте своє прізвище.
3. Якщо пожежа немасштабна, спробуйте вжити (за можливості) заходів щодо евакуації людей, а також спробуйте загасити полум'я за допомогою первинних засобів пожежогасіння, а саме вогнегасником або за допомогою підручних засобів. Накрийте товстою ковдрою, засипте піском або залийте водою осередок пожежі. Але ніколи не гасіть водою палаючу проводку і прилади, підключені до електромережі. Це надзвичайно небезпечно.
4. Якщо пожежа поширилася на все приміщення, тоді його потрібно швидко залишити. Найкраще зробити це через двері, але якщо двері замкнені, тоді пробуйте покликати на допомогу людей.
5. Якщо розумієте, що самотійно вам із вогнем не впоратися, терміново залиште приміщення. Постарайтеся вивести з будівлі всіх людей або хоча б попередити їх про пожежу. Нізащо не ризикуйте собою через цінні речі та інше майно.

6. Не біжіть навмання. Перед тим, як відчинити зачинені двері в будівлі, що горить, доторкніться до неї зворотною стороною долоні. Якщо відчуєте рукою тепло, не відчиняйте двері – за ними вогонь.

7. При пожежі використовуйте найпростіші засоби захисту органів дихання від чадного газу: потрібно змочити водою одяг або ватно-марлеві пов'язки і прикрити ними ніс і рот.

Якщо полум'я відріже шлях до виходу:

1. Підіть в найбільш віддалену від вогню кімнату, щільно зачиніть за собою всі двері. Відчиніть вікно (не робіть цього, якщо в кімнаті вже щось горить) або вийдіть на балкон і постарайтеся привернути увагу людей криками про допомогу.

2. При можливості затуліть щілини між підлогою і дверима мокрою тканиною, вимкніть електроенергію і перекрийте газ.

3. Якщо приміщення заповниться димом, дихайте через вологу тканину. Перевірте, чи щільно зачинені двері, і висуньтеся у відчинене вікно. Якщо доступу до нього немає або через вікно валить потік диму, тримайтеся якомога ближче до підлоги, адже шкідливі продукти горіння скупчуються на рівні нашого зросту і вище.

4. Під час пожежі не можна користуватися ліфтом. У таких ситуаціях електроенергія, як правило, відключається в першу чергу. Спускайтеся тільки сходами.

Правила електробезпеки

1. Категорично забороняється підходити до обірваного проводу лінії електропередач ближче, ніж на 8 метрів, аби не бути ураженим електричним струмом. При виявленні провисаючого або обірваного проводу, чи інших пошкоджень електричного обладнання, необхідно негайно організувати охорону цього місця, щоб уникнути наближення до нього людей. Після цього, слід терміново повідомити про виявлені пошкодження в диспетчерські служби районів електричних мереж.

2. Пам'ятайте, що будь-який провід або прилад електрообладнання може знаходитися під напругою! Тож у жодному разі не намагайтеся самостійно відновити електропостачання своїх домоволодінь при виявлених пошкодженнях.

3. Забороняється облаштовувати ігрові і спортивні майданчики, зводити будь-які споруди, складувати дрова чи солому під повітряними лініями електропередач та повітряними вводами до будинків.

4. Смертельно небезпечно перебувати біля повітряних і кабельних ліній електропередач під час грози; копати ями, саджати дерева та розводити багаття в охоронних зонах ліній електропередач.

5. Не рибальте і не відпочивайте в охоронній зоні ліній електропередач.

6. Перед тим, як підключити новий електроприлад до мережі, уважно вивчіть інструкцію, що додається до нього – якщо згідно неї прилад має бути заземлений, використовувати його без заземлення небезпечно.

7. Не вмикайте у мережу одночасно кілька енергоємних приладів – внаслідок цього можуть перегрітися розетки або спрацювати запобіжники. Якщо це сталося, негайно відключіть від мережі частину приладів.

8. Якщо у корпусі електроприладу при вмиканні виникає іскріння, користуватися ним забороняється.

9. Не допускайте потрапляння вологи чи води на електроприлади. Не торкайтеся вологими руками електроприладів, підключених до мережі, а також розеток, цоколів лампочок тощо.

10. Не можна встановлювати нагрівальні прилади поруч із легко займистими предметами — завісою, порт'єрами, скатертиною і т. д. або ставити їх безпосередньо на дерев'яні столи, підставки.

11. Не залишайте без нагляду увімкнені електроприлади, надто праску, електроплитку, обігрівач.

12. При займанні проводу у жодному разі не заливайте його водою та не обривайте руками. В такій ситуації слід відключити електричний струм, після чого необхідно загасити пожежу землею, піском чи брезентом.

13. У ванній кімнаті всі електричні прилади слід підключати до мережі лише із використанням розетки та вилки із захисним контактом та розміщувати їх на відстані не менш ніж 60 см безпосередньо від ванни чи душу.

14. Не намагайтеся виконувати складні ремонтні та монтажні роботи, пов'язані із втручанням в роботу електроприладів та електропроводки, самостійно. Подібні роботи мають виконувати фахівці-електрики, що мають ліцензії на здійснення відповідної діяльності.

15. Слід використовувати електронагрівальні прилади тільки заводського виготовлення. При купівлі електронагрівальних приладів перевагу варто віддати приладам закритого типу, де нагрівач поміщений в спеціальну захисну оболонку, яка охороняє спіраль від механічних пошкоджень і від окислення.

16. Заповнення електронагрівальних приладів – чайників, кавоварок та інших ємкостей, увімкнутих до електромережі, небезпечно – це може призвести до ураження струмом через одночасну зв'язку з землею (через кран) людини, що заповнює прилад.

Правила безпечної поведінки у громадських місцях та в громадському транспорті

1. Безпека перебування у громадських місцях насамперед пов'язана з культурою поведінки. Дотримуючись правил перебування на вулиці, у громадському транспорті, театрі, музеї тощо, людина убезпечить себе, а також не створить небезпечних ситуацій для оточуючих. Головне правило поведінки на вулиці – не завдавати незручностей і неприємностей оточуючим.

2. В Україні правосторонній рух, тому, йдучи тротуаром, треба триматися його правого боку.

3. Намагайтеся під час руху не зачіпати оточуючих. Несіть свої речі так, щоб не заважати тим, хто рухається назустріч. Не слід читати йдучи: іноді це може привести до несподіваних і неприємних наслідків.

4. Сходинок часто стають причиною травм. Спускаючись сходами, чоловік завжди повинен йти попереду. Вгору по сходах першою йде жінка,

чоловік – злегка позаду. Однак, якщо сходи темні, круті або в зовсім незнайомому місці, тоді чоловік має йти попереду. Якщо назустріч іде хтось з речами, треба затриматися на майданчику і почекати, коли людина пройде.

5. Очікувати на автобус, тролейбус чи трамвай треба тільки на зупинках. Якщо її немає – на тротуарі або узбіччі. У метро не слід переступати обмежувальну лінію на платформі.

6. Сідати в транспорт можна тільки після того, як він зупиниться. Перш ніж увійти, почекайте, поки вийдуть пасажирів. При цьому треба стояти так, щоб не заважати їм виходити. Зайшовши до транспорту із заплічником, обов'язково зніміть його, щоб не зачіпати людей

7. Під час руху не можна відволікати водія запитаннями.

8. Не можна стояти у дверях, заважаючи входу і виходу інших пасажирів.

Правила безпеки на залізничному транспорті

1. Дозволяється переходити залізничні колії тільки у встановлених місцях (пішохідні мости, переходи, тунелі, переїзди тощо). На станціях, де немає мостів і тунелів, належить переходити залізничні колії у місцях, обладнаних спеціальними настилами.

2. При наближенні поїзда до перону або платформи необхідно стежити за звуковими сигналами, що подаються з локомотива, уважно слухати оповіщення, що передаються по гучномовному зв'язку.

3. Заборонено переходити і перебігати через залізничні колії перед поїздом (або локомотивом, вагоном, тощо), що наближається, якщо до нього залишилося менше ніж 400 м.

4. Заборонено переходити колію зразу після проходу поїзда (або локомотива, вагона тощо), не впевнившись, що по сусідніх коліях не пересувається рухомий склад.

5. Заборонено переходити та переїжджати залізничні колії при закритому положенні шлагбаума або при червоному світлі світлофора та звуковому сигналі переїзної сигналізації.

6. Заборонено класти на рейки залізничної колії будь-які предмети.

7. Заборонено сидіти на краю посадкової платформи, ставити особисті речі на краю платформи, перону.

8. Підніматися у вагон і виходити з вагона дозволяється тільки після повної зупинки поїзда. Посадку у вагон і вихід їх з вагона необхідно проводити тільки з боку перонів або посадочних платформ.

9. Пасажирам забороняється заходити у вагон і виходити з вагона під час руху поїзда, висуватися з вікон вагонів і дверей тамбурів під час руху поїздів та викидати сторонні предмети (пляшки, пакети тощо) з вікон і дверей вагонів.

10. Забороняється знаходитись в поїзді у нетверезому стані.

11. Забороняється провозити у вагонах легкозаймисті, шкідливі і вибухові речовини, палити у вагонах (в тому числі в тамбурах) приміських поїздів, а також у непередбачених для паління місцях вагонів пасажирських поїздів.

Правила поведіння із виявленими підозрілими (вибухонебезпечними) предметами

У разі знаходження підозрілого (вибухонебезпечного) пристрою
ЗАБОРОНЕНО:

- наближатися до виявленого предмета;
- пересувати його або брати в руки;
- розряджати, кидати, ударяти по ньому;
- розпалювати поряд багаття або кидати в нього предмет, приносити предмет додому, у навчальне приміщення, інші багатолюдні місця.

При знаходженні вибухонебезпечного пристрою:

- негайно (з безпечного місця) повідомте чергові служби МНС (тел. 101), міліцію (тел. 102);
- не підходьте до предмета, не торкайтеся і не пересувайте його, не допускайте поряд із знахідкою інших людей;
- припиніть усі види діяльності (робіт) у районі виявлення вибухонебезпечного предмета;
- не користуйтеся засобами радіозв'язку, мобільними телефонами (вони можуть спровокувати вибух), дочекайтеся прибуття фахівців, вкажіть місце знахідки та повідомте час її виявлення.

Правила безпечної поведінки на воді та біля води

1. Першою умовою безпечного відпочинку на воді є вміння плавати. Людина, яка добре плаває, відчуває себе на воді спокійно, упевнено, у випадку необхідності може надати допомогу. Вчитися плавати потрібно під керівництвом інструктора.

2. Не купайтеся і не пірнайте у незнайомих місцях, це можна робити у спеціально відведених місцях, не можна запливати за обмежувальні знаки. Не можна купатись в стані алкогольного сп'яніння.

3. Слід дуже обережно поводитися на надувних матрацах та іграшках, особливо, коли є вітер або сильна течія. Якщо течія вас підхопила, не панікуйте, треба пливати за течією, поступово і плавно повертаючи до берега.

4. Не купайтеся в холодній воді, щоб не сталося переохолодження. Не треба купатися довго, краще купатися кілька разів по 20-30 хвилин.

5. Не можна гратися на воді у такі ігри, які можуть завдати шкоди. Не пірнайте під людей, не хапайте їх за ноги.

6. Не подавайте без потреби сигналів про допомогу.

7. Не підпливайте до коловоротів, пароплавів і катерів.

8. Не стрибайте головою вниз у місцях, глибина яких вам невідома.

Надання домедичної допомоги постраждалим у випадках надзвичайних ситуацій

Перша допомога – це проведення найпростіших медичних заходів для порятунку життя, зменшення страждань потерпілого від надзвичайної

ситуації і попередження розвитку можливих ускладнень. Професійно таку допомогу надають кваліфіковані медичні працівники, але не завжди швидка допомога може прийти вчасно на місце події. Тому вміння кожного надати першу необхідну допомогу постраждалим до прибуття служб порятунку може відіграти вирішальну роль у порятунку життя людини.

Основні принципи надання першої допомоги:

- правильність і доцільність (якщо ви не впевнені в своїх діях – краще утриматись; головне правило першої допомоги – не нашкодити);
- швидкість;
- продуманість, рішучість, спокій.

При наданні першої допомоги алгоритм дій має бути таким:

1. Оглянути місце події та впевнитись у тому, що надання допомоги буде безпечним: забезпечити власну безпеку, а також безпеку потерпілого та людей навколо.
2. Оцінити стан постраждалого (свідомість, дихання, пульс).
3. За необхідності викликати бригаду екстреної (швидкої) медичної допомоги, а також інші екстрені служби (поліцію, аварійно-рятувальну службу, службу газу тощо).
4. Оцінити наявність критичних кровотеч та зупинити їх.
5. Забезпечити прохідність дихальних шляхів.
6. Якщо у постраждалого відсутні ознаки життя та немає критичної кровотечі (або ви вже її ліквідували) – розпочати серцево-легеневу реанімацію.
7. Перевести постраждалого у стабільне положення (на боці, обличчям до себе, рука під головою, нога зігнута в коліні), якщо не йдеться про підозру на травми хребта та кісток тазу.
8. Не залишати постраждалого та контролювати стан його життєвих функцій до прибуття екстрених служб.

Якщо ви не маєте відповідних навичок для надання допомоги, слід звернутись за допомогою до інших присутніх на місці події.