**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**
**ЧУГУЄВО-БАБЧАНСЬКИЙ ЛІСОВИЙ ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ**

# ІНСТРУКЦІЯ
# З ПИТАНЬ БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ № 1
# ДЛЯ СТУДЕНТІВ ПЕРЕД ПОЧАТКОМ КАНІКУЛ

**селище Кочеток**

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**
**ЧУГУЄВО-БАБЧАНСЬКИЙ ЛІСОВИЙ ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ**

ЗАТВЕРДЖЕНО
наказ директора
Чугуєво - Бабчанського
лісового фахового коледжу
від 04.08.2026 № 37

# ІНСТРУКЦІЯ
# З ПИТАНЬ БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ № 1
# ДЛЯ СТУДЕНТІВ ПЕРЕД ПОЧАТКОМ КАНІКУЛ

## І. БЕЗПЕКА ДОРОЖНЬОГО РУХУ
## 1.ОБОВ'ЯЗКИ І ПРАВА ПІШОХОДІВ

1.1. Пішоходи повинні рухатися по тротуарах і пішохідних доріжках, тримаючись правої сторони.

Якщо немає тротуарів, пішохідних доріжок, по яких йти неможливо, пішоходи можуть рухатися по велосипедній доріжці, тримаючись правої сторони, не затримуючи рух на велосипедах і мопедах, або в один ряд по узбіччю, а у разі його відсутності – по краю проїжджої частини дороги - назустріч руху транспортних засобів. При цьому треба бути обережним і не заважати іншим учасникам дорожнього руху.

1.2. За межами населених пунктів пішоходи, що пересуваються по узбіччю чи краю проїжджої частини, повинні йти назустріч руху транспортного засобу.

1.3. У темну пору доби та в умовах недостатньої видимості пішоходи повинні вжити заходів для того, щоб чітко виділити себе на проїжджій частині або узбіччі.

1.4. Пішоходи повинні переходити проїжджу частину по пішохідних переходах (підземних, наземних), а у разі їх відсутності на перехрестях - по лініях тротуарів або узбіч.

1.5. Якщо в зоні видимості немає переходу або перехрестя, а дорога має не більше трьох смуг руху для обох його напрямків, дозволяється переходити її під прямим кутом до краю проїжджої частини та у місцях, де дорогу добре видно з двох сторін і лише після того, як пішохід оцінить відстань до транспортного засобу, який наближається, його швидкість та впевниться у відсутності небезпеки.

1.6. У місцях, де рух регулюється, пішоходи повинні керуватися сигналами регулювальника або світлофора.

1.7. Пішоходи, які не встигли перейти через дорогу, повинні перебувати на острівці безпеки або лінії, що розділяє транспортні потоки протилежних напрямків, і можуть продовжити перехід лише переконавшись у безпеці подальшого руху.

1.8. Перед виходом на проїжджу частину з-за транспортних засобів, які стоять, пішоходи повинні впевнитись у відсутності транспортних засобів, які наближаються.

1.9. Чекати транспортний засіб пішоходи повинні на тротуарах, посадочних майданчиках, а там де вони відсутні - на узбіччі, не створюючи перешкод для дорожнього руху.

1.10. На трамвайних зупинках, не обладнаних посадочними майданчиками, пішоходам дозволяється виходити на проїжджу частину тільки після зупинки трамвая.

1.11. Пішохід має право:

а) переходити проїжджу частину позначеними нерегульованими пішохідними переходами, а також регульованими переходами, за наявності на те відповідного сигналу регулювальника або світлофора.

1.12. Пішоходам забороняється:

а) виходити на проїжджу частину, не впевнившись у відсутності небезпеки для себе та інших учасників руху;

б) переходити проїжджу частину поза пішохідним переходом, якщо є розділювальна смуга або дорога має чотири та більше смуг для руху в обох напрямках, а також у місцях, де встановлено огородження;

в) затримуватися й зупинятися на проїжджій частині, якщо це не пов'язано із забезпеченням безпеки дорожнього руху.

1.13. У разі причетності пішохода до дорожньо-транспортної пригоди він повинен надати можливу допомогу потерпілим, повідомити органи міліції про пригоду та необхідні дані про себе, перебуваючи на місці до прибуття працівників міліції.

## 2. ОБОВ'ЯЗКИ І ПРАВА ПАСАЖИРІВ

2.1 Посадку (висадку) дозволяється здійснювати пасажирам після зупинки транспортного засобу лише зі спеціально облаштованого майданчика, а в разі відсутності такого майданчика – тротуару чи узбіччя, якщо це неможливо то з крайньої смуги проїжджої частини (але не з боку суміжної смуги для руху) за умови, що це буде безпечно та не створить перешкод іншим учасникам руху.

2.2. Пасажири, користуючись транспортним засобом, повинні:

а) сидіти або стояти (якщо це дозволено) в призначених для цього місцях, тримаючись за поручень або інше пристосування;

б) під час пересування на транспортному засобі, обладнаному ременями безпеки, бути пристебнутими, а на мотоциклі – в застебнутому шоломі.

2.3. Пасажирам забороняється:

а) під час руху транспортного засобу відвертати увагу водія від керування та заважати йому в цьому;

б) відчиняти двері транспортного засобу, не переконавшись, що він зупинився біля тротуару, посадочного майданчика, краю проїжджої частини або узбіччя;

в) перешкоджати зачиненню дверей та використовувати для їзди підніжки й виступи транспортних засобів;

г) стояти під час руху в кузові вантажного автомобіля, сидіти на бортах, на вантажі, який розміщений на рівні або вище бортів.

2.4. У разі дорожньо-транспортної пригоди пасажир повинен надати можливу допомогу потерпілим і повідомити про транспортну пригоду відповідні органи.

2.5. Пасажир під час користування транспортними засобами має право на:

а) безпечне перевезення себе і багажу;

б) відшкодування завданих збитків;

в) отримання своєчасної і точної інформації про умови і порядок руху.

## 3.ОБОВ'ЯЗКИ ПАСАЖИРІВ НА РІЧКОВОМУ ТРАНСПОРТІ

3.1. До об'яви посадки не заходити на причал.

3.2. Не перегинатися через парапет набережної, не влазити на нього.

3.3. При посадці й висадці не штовхати один одного, не створювати колотнечі, не розхитувати трап.

3.4. Під час руху річкового транспорту не перегинатися через перила.

**3.5.** Не залишати своїх місць до повної зупинки транспортного засобу.

## 4.ВИМОГИ ДО ВОДІЇВ МОПЕДІВ І ВЕЛОСИПЕДІВ

4.1. Рухатися по проїжджій частині на мопедах дозволяється особам, які досягли 16-річного віку, та на велосипедах – 14 річного віку.

4.2. Водії мопедів і велосипедів повинні мати карту з інформацією про себе. Форма картки встановлюється місцевими органами державної виконавчої влади і органами місцевого самоврядування.

4.3. Мопеди і велосипеди повинні бути обладнані світло повертючими: з переду – білого кольору, по бокам – помаранчевого, ззаду – червоного.

4.4. Для руху в темну пору доби та в умовах недостатньої видимості на мопеді необхідно увімкнути освітлення, а на велосипеді – ліхтар (фару).

4.5. Водії мопедів і велосипедів, рухаючись групами, повинні їхати один за одним, щоб не заважати іншим учасникам дорожнього руху.

Колона велосипедистів, що рухається по проїжджій частині, повинна бути розділена на групи по 10 велосипедистів з відстанню між групами 80-100м.

4.6. Водії мопедів і велосипедів можуть перевозити лише такі вантажі, які не заважають керувати транспортним засобам і не створюватимуть перешкод іншим учасникам дорожнього руху.

4.7. Якщо велосипедна доріжка перетинає дорогу за перехрестям, то водії мопедів і велосипедів зобов'язані дати дорогу іншим транспортним засобам, що рухаються по дорозі.

4.8. Водіям мопедів і велосипедів забороняється:

а) керувати мопедом (велосипедом) з несправними гальмами і звуковим сигналом, а також без освітлення у темну пору доби та в умовах недостатньої видимості;

б) рухатися по проїжджій частині, коли поруч є велосипедна доріжка;

в) рухатися по тротуарах і пішохідних доріжках (крім дітей на дитячих велосипедах під наглядом дорослих);

г) під час руху триматися за інший транспортний засіб;

д) їздити, не тримаючись за руль та знімати ноги з педалей (підніжок);

е) перевозити пасажирів, за винятком дітей до 7-річного віку, на додатковому сидінні, обладнаному надійно закріпленими підніжками;

є) буксирування мопедів і велосипедів;

ж) буксирування причепа, крім того, який призначений для експлуатації з цими транспортними засобами.

## 5.ПЕРЕВЕЗЕННЯ ЛЮДЕЙ В КУЗОВІ ВАНТАЖНОГО АВТОМОБІЛЯ

5.1.Вантажний автомобіль, який використовується для перевезення людей, повинен бути обладнаний сидіннями, закріпленими в кузові на відстані не менше 0,3м від верхнього краю борту і 0,3-0,5м від підлоги. Сидіння, що розташовані вздовж заднього або бокового борту, повинні мати міцні спинки.

5.2.Кількість людей, які перевозяться в кузові вантажного автомобіля, не повинна перевищувати кількості обладнаних місць.

5.3.Перед поїздкою водій вантажного автомобіля повинен проінструктувати пасажирів про правила посадки, висадки, розміщення та поведінки в кузові.

Починати рух можна лише переконавшись, що створені умови для безпечного перевезення пасажирів.

5.4.Забороняється перевозити:

- дітей до 16-річного віку у кузові будь-якого вантажного автомобіля;
- організовані групи дітей у темну пору доби.

## ІІ.БЕЗПЕКА НА ВОДІ І НА ЛЬОДУ
## 1.ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ НА ВОДІ І НА ЛЬОДУ ВЛІТКУ І ВЗИМКУ

1.1. Не виконання правил поведінки на воді може призвести до нещасних випадків і травматизму, тому під час купання забороняється:

- запливати за огороджувальні буї;
- підпливати до моторних човнів, вітрильників, веслових човнів та інших плавзасобів;
- залізати на технічні та попереджувальні знаки, буї та інші предмети;
- використовувати рятувальні засоби і спорядження не за призначенням;
- стрибати у воду зі споруд, не пристосованих для цього у місцях, де невідомі глибини та стан дна;
- організовувати у воді ігри, пов'язані з пірнанням та захватом тих, хто купається ;
- стрибати у воду з човнів, катерів, вітрильників та інших плавзасобів;
- користуватися для плавання дошками, камерами від волейбольних м'ячів, рятувальними кругами, надувними матрацами;
- купатися біля причалів;
- купатися у вечірній час після заходу сонця;
- стрибати у воду в незнайомих місцях;
- купатися біля обривів, заростих рослинністю берегів;
- засмічувати воду та узбережжя, кидати пляшки та інші предмети.

Забороняється купання:

- у затоплених кар'єрах, каналах, озерах, пожежних водоймах, ставках, морських акваторіях й інших водоймах, які не мають обладнаних пляжів сезонними рятувальними постами, не зареєстровані місцевою владою як місця масового відпочинку.

Для попередження нещасних випадків при пірнанні треба виконувати наступні рекомендації:

- познайомитись з місцем занурення – вивчити рельєф дна;
- пірнати на глибину 8 – 11 м. і знаходитися під водою не більше 40 сек.;
- коли виникає бажання зробити вдих , потрібно випливати на поверхню;
- пірнати тільки тоді, коли є страховий фал.

1.2. Під час купання не слід робити лишніх рухів, не треба тримати свої м'язи в постійній напрузі, не порушувати ритму дихання, не перевтомлювати себе, не приймати участі у великих запливах без необхідних тренувань та дозволу лікаря. Не можна заходити у воду спітнілим або після прийому сонячних ванн, жвавих ігор.

1.3. Як тільки ви починаєте замерзати, треба негайно вийти з води, енергійно розтертися рушником і швидко одягнутися.

1.4. Не можна купатися, якщо ви почуваєте себе хворим.

1.5. Забороняється виходити на недостатньо міцний лід.

1.6. Граючись снігом, треба бути дуже обережним. Кинута в людину сніжка може завдавати чималих травм. Обмерзла кригою сніжка не тільки травмуватиме людину, але й розіб'є вікно, а його відламки можуть травмувати людей, які знаходяться внизу.

1.7. Не грайте у хокей шайбами і ключками, які зробили самі.

1.8. Дозволяється кататися на ковзанах тільки на міцному льоду, який не має розщілин.

1.9. Під час сильних морозів треба слідкувати, щоб не було відмороження рук, ніг, вух. Після переохолодження, негайно знайти тепле приміщення.

## 2.РЯТУВАННЯ ПОТОПАЮЧОГО

2.1. Щоб уникнути нещасних випадків на воді та попередити травматизм під час купання треба заздалегідь навчити дітей плавати.

2.2. Допомогу людині, яка тоне, може надати - будь – яка особа, яка вміє добре плавати. Якщо людина тоне подивіться, чи не маєте ви під рукою рятувальних засобів - рятувального кола, палки, дошки, м'яча, мотузки, які можна кинути. Рятувальник повинен швидко роздягнутися, визначити, де краще увійти у воду і пливти до особи, яка тоне.

2.3. Якщо течія річки відносить постраждалого, треба спочатку пробігти берегом річки, а потім увійти у воду нижче за течією.

2.4. До постраждалого треба пливти обережно, позаду. Якщо це не можна здійснити, то треба за 2-3м наблизитися до нього, пірнути, схопити за коліна і повернути до себе спиною.

2.5. Якщо постраждалий захопив рятувальника і той заважає рухам, необхідно зробити глибокий вдих і затримати його одним із засобів:

- для звільнення від захвату за руки, треба звільнитися одним махом своїх рук у бік великих пальців рук постраждалого;
- для того, щоб звільнитися від захвату двома руками, треба упертися ногами у груди або плече постраждалого й сильно відштовхнутися;
- для звільнення від захвату за шию або торс рятувальник однією рукою впирається у підборіддя потопаючого, рукою відштовхує його голову назад, а другою рукою підтримує його за поперек.

2.6.Якщо потопаючий занурився під воду, необхідно впірнути, наблизитися до нього, схопити за волосся, витягнути на поверхню й транспортувати до берега.

2.7.Особі, яка провалилась під лід, необхідно подати мотузку, дошку, одяг, не підходячи близько до неї. Якщо лід крихкий, треба лягти на нього. Не поспішаючи, треба допомогти постраждалому вибратися з води.

## 3.НАДАННЯ ДОПОМОГИ ВРЯТОВАНОМУ

3.1.Витягнути постраждалого з води та негайно відправити кого - небудь за лікарем.

3.2.Чекати прибуття лікаря, прийняти міри для надання першої допомоги.

3.3.Якщо постраждалий не втратив свідомість, треба енергійно розтерти йому тіло, надіти суху білизну, напоїти гарячим чаєм чи кавою.

3.4.Якщо постраждалий втратив свідомість але є дихання та пульс, треба піднести до носа ватку з нашатирним спиртом, розтерти тіло.

3.5.Взимку або в холодну погоду треба постраждалого відправити у приміщення, палатку чи машину, зняти мокрий одяг, зробити компрес з одеколону, води або спирту, надіти сухий одяг, напоїти гарячим чаєм або кавою.

3.6. Якщо постраждалий знепритомнів, треба зробити штучне дихання або зовнішній масаж серця. Штучне дихання та зовнішній масаж серця треба робити послідовно, доки постраждалий почне дихати сам і негайно відправити у лікарню.

# III. БЕЗПЕКА ПІД ЧАС ЕКСКУРСІЙ І ТУРИСТИЧНИХ ПОХОДІВ

## 1. ПРАВИЛА БЕЗПЕКИ ПІД ЧАС ПРОВЕДЕННЯ ЕКСКУРСІЙ

1.1. Перед початком екскурсії керівник робить перекличку студентів, відмічає присутніх. Бажано, щоб на 10-15 учнів приходилось по одному дорослому. Другу перекличку проводять після прибуття на місце екскурсії, третю - перед відправленням у зворотній шлях, четверту-після повернення з екскурсії.

1.2. Якщо для доставки студентів до місця екскурсії використовується громадський транспорт або спеціально виділений, посадка здійснюється групами під керівництвом дорослого. Спочатку в транспортний засіб заходять студенти, а потім особа, яка керує ними. У такому самому порядку здійснюється й висадка.

1.3. Під час перевезення студентам забороняється висовуватися з вікон, сідати й висаджуватися з транспортного засобу під час руху.

1.4. Перед тим, як організовувати екскурсію, треба ознайомити студентів з вимогами охорони природи, з місцевими отруйними рослинами, грибами, з місцевими отруйними тваринами, переносниками або передавачами інфекційних захворювань.

1.5. Щоб запобігти механічним пошкодженням сучками, хмизом, колючими рослинами, гострим камінням, осколками скла тощо, напередодні екскурсії треба попередити, щоб студенти приходили у взутті, яке захищає ноги від пошкоджень.

1.6. Не дозволяється студентам знімати взуття під час екскурсії та ходити босоніж.

1.7. Вирушаючи на екскурсію зі студентами, керівник повинен мати при собі похідну аптечку першої допомоги.

## 2.ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ В ЛІСАХ ТА ПОСАДКАХ

2.1.Не розводити багаття у лісі.

2.2.Не кидати запалених сірників і не погашених недопалків.

2.3.Обережно, отруйний гриб!

2.3.1.Для запобігання отруєння грибами потрібно:

- гриби збирати в екологічно чистих місцях, подалі від шосейних доріг та залізничних магістралей, захоронення трупів тварин, місць зберігання промислових відходів, біля атомних і теплових електростанцій;
- не збирати та не вживати невідомих грибів;
- не збирати перезрілі та червиві гриби;
- не збирати дуже молоді гриби, побудова та колір яких не чітко виявлені;
- не купувати гриби у приватних осіб як свіжі, так і домашнього приготування;
- найбільшу небезпеку викликають мухомори, бліді поганки, несправжні опеньки, сморчки.

**Пам'ятайте! У всіх грибів токсичні речовини не виводяться, якщо їх відварити.**

2.3.2.Ознаки отруєння грибами:

- через 1-6 годин з'являється нудота, біль у животі, рідкий стул, запаморочення, блювання;
- через 8-14 годин спостерігаються ознаки жовтяниці, порушується кровообіг, дихання, уражаються нирки;
- під час отруєння блідою поганкою через 8-14 годин з'являється спрага, судоми, синіють губи та нігті, холодніють руки та ноги.

2.4. Обережно, небезпечні речовини і предмети!

2.5. При виявленні небезпечних речовин і предметів (знарядів, бомб, мін, аерозолів тощо) необхідно:

- не доторкатися до небезпечних речовин, предметів;
- негайно вийти за межі зони зараження (забруднення);
- повідомити службу оперативного реагування району, штаб ЦО, органи міліції;
- при попаданні отруйних речовин на шкіру, одяг, взуття негайно видалити їх тампоном із матерії або папером;
- після виходу із зони зараження, необхідно провести часткову обробку відкритих частин тіла водою з милом, полоскання рота, гортані, носа, очей;
- відчувши ознаки ураження, негайно звернутися до лікаря.

2.6.Забороняється в лісах, посадках рубати дерева, знищувати птицю, стріляти, залишати сміття.

## IV. БЕЗПЕКА В ПОБУТІ
## 1. ПОПЕРЕДЖЕННЯ ПОБУТОВОГО ТРАВМАТИЗМУ

1.1. Правила користування газовими приладами:

- газові прилади зберігати у робочому, чистому стані. Не допускати до них дітей дошкільного віку, осіб, які не пройшли інструктаж або осіб, які знаходяться в нетверезому стані;
- перед увімкненням приладів необхідно провірити приміщення, а при їх роботі відкрити кватирки або фрамуги;
- після користування газовим приладом закрити крани на ньому та газопроводі і закрити вентиль газового балону;
- при появі запаху газу негайно припинити користування газовим приладом, закрити крани, не запалювати вогонь, не палити, не вмикати світло, не користуватися електроприладами, не провітрювати помешкання, терміново викликати аварійну службу «104»;
- забороняється залишати без нагляду працюючі газові прилади.

1.2. Забороняється користуватися горілками для обігрівання кімнат.

1.3. Правила електробезпеки та безпечного користування електроспоживачами:

- не працювати близько біля відкритих струмопровідних частин;
- не підходити і не відкривати шафи, ящики, в яких знаходяться електрообладнання, не захаращувати доступу до них;
- не вмикати кнопки, рубильники, пускачі сторонніми предметами;
- не торкатися до обігрівальних струмопровідних проводів і незахищених частин електрообладнання;
- не користуватися розбитими розетками, несправними штепсельними вилками;
- при вмиканні або вимиканні штепсельної вилки, її потрібно тримати за корпус, а не за шнур;
- забороняється працювати на обладнанні, де відсутнє передбачене захисне заземлення;
- не використовувати шнури, проводи з ушкодженою ізоляцією або обплетенням;
- забороняється вмикати в розетку провід без штепсельної вилки.
- забороняється залишати без нагляду включені в мережу електронагрівальні прилади.

1.4. До роботи з електрифікованим інструментом допускаються особи, які пройшли спеціальне навчання.

1.5. Наявність напруги можна визначити при допомозі показника напруги або вольтметра. Застосування контрольних ламп забороняється.

1.6. При перерві в електропостачанні відключити всі включені споживачі.

1.7. При появі пожежі на електроустановках негайно вимкнути їх від мережі й приступити до гасіння пожежі сухим піском або вуглекислотним вогнегасником. Застосування води для гасіння пожежі в електроустановках забороняється.

1.8. Про всі випадки незначного удару при доторканні до обладнання або металевих конструкцій повідомити відповідну службу.

## V.ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ У РАЗІ ВИНИКНЕННЯ АВАРІЙНИХ СИТУАЦІЙ, СТИХІЙНИХ ЛИХ ТА НЕЩАСНИХ ВИПАДКІВ

5.1. При виникненні аварійних ситуацій, які можуть призвести до нещасних випадків, робота, відпочинок припиняється до вияснення й усунення причин виникнення цих ситуацій.

5.2. При появі запахів горілого вимкнути апаратуру, повідомити керівника.

5.3. При виникненні пожеж, інших стихійних лих слід організовано без паніки залишити місце.

5.4. Для виклику пожежної команди необхідно зателефонувати за номером – 101, для виклику швидкої допомоги – 103.

5.5. Про всі випадки аварійних ситуацій, аварій, нещасних випадків треба повідомити органи місцевого самоврядування, місцеві органи поліції, штаб ЦО(у разі необхідності):

5.6. У разі виникнення надзвичайних ситуацій природного характеру(землетруси, повені, затоплення, паводка, снігових лавин) населення буде оповіщено сигналом «УВАГА ВСІМ!» – завивання сирени, виробничі гудки та інші сигнальні засоби.

***5.6.1. Дії під час землетрусу:***

- зберігати спокій, уникати паніки;
- діяти негайно, тільки будуть відчутні коливання ґрунту або споруди, головна небезпека - це предмети й уламки, що падають;
- швидко залишити будинок та відійти від нього на відкрите місце, якщо ви перебуваєте на першому, другому поверсі;
- негайно треба залишити кутові кімнати, перейти та стати в отворі внутрішніх дверей подалі від вікон і важких предметів;
- вибігати з будинку швидко, але обережно, остерігаючись уламків, електричних дротів тощо;
- швидко відійти від високих споруд, шляхопроводів, мостів та ліній електро передач;
- зупинитися, якщо ви їдете автомобілем, відкрити двері та залишитись в автомобілі до припинення коливань;
- якщо поблизу є постраждалі, сповістити про них рятувальників та надати, по можливості, допомогу.

***5.6.2. Дії під час раптового затоплення, повені, паводка:***

- зберігати спокій, уникати паніки;
- швидко збирати документи, коштовності, ліки та необхідні речі;
- надати необхідну допомогу маленьким дітям, інвалідам та людям похилого віку, які підлягають евакуації в першу чергу;
- перед виходом з будинку вимкнути електрику та перекрити газ, загасити вогонь у грубах, печах, закрити вікна та двері. Якщо є час—закрити вікна та двері першого поверху дошками;
- негайно треба залишити зону затоплення;
- відкрити хлів – дати худобі рятуватися;
- піднятися на верхні поверхи, якщо будинок одноповерховий зайняти горищні приміщення;
- до прибуття допомоги, залишатися на верхніх поверхах, дахах, деревах, сигналізуючи рятівникам, щоб вони мали можливість швидко вас знайти;
- надати, по можливості, допомогу потерпілим;
- потрапивши у воду, зняти з себе важкий одяг і взуття, відшукати поблизу предмети, якими можна скористатися для порятунку до одержання допомоги;
- не переповнювати рятувальні засоби( катери, човни, плоти тощо).

***5.6.3. Дії у разі сходження снігової лавини:***

- зберігати спокій, уникати паніки, за необхідності, надати допомогу потерпілим інвалідам, дітям дошкільного віку, людям, які знаходяться поруч;
- почувши шум снігової лавини, негайно заховатися за скелю, дерево, лягти на землю, захистивши руками голову, притиснувши коліна до живота, орієнтуючи своє тіло за рухом лавини і дихаючи через одяг;

- коли лавина захопила і зносить спробувати виконувати плавальні рухи, створивши простір навколо обличчя та грудної клітини - це допоможе диханню, коли зупиниться снігова лавина;
- не панікувати і не дозволяти собі заснути, пам'ятаючи про те, що вас шукають і врятують впродовж деякого часу.

***5.6.4. Дії під час стихійного лиха:***

- зберігати спокій, уникати паніки, за необхідності надати допомогу інвалідам, дітям дошкільного віку та сусідам, зачинити вікна та відійти від них подалі, загасити вогонь у грубах, вимкнути електро та газопостачання. Зберігати документи, одяг, найбільш необхідні та цінні речі, продукти харчування на декілька днів, питну воду, медикаменти, ліхтарик, приймач на батарейках;
- перейти у безпечне місце, сховатись у внутрішніх приміщеннях – коридорі, ванній кімнаті, коморі, погребі. Ввімкнути приймач, щоб отримувати інформацію. Не переходити в іншу споруду, не користуватися ліфтами – це небезпечно. Електромережу можуть раптово вимкнути;
- обминати великі споруди, хиткі дерева, будинки з хитким дахом, якщо стихійне лихо застало вас на вулиці. За можливості заховатися в підвалі найближчого будинку;
- на відкритій місцевості треба щільно притиснутися до землі, на дно яру, канави, захищаючи голову одягом або гілками дерева;
- зупинитися, якщо ви їдете автомобілем, вийти і сховатись у підвалі міцної споруди;
- уникати споруд підвищеного ризику-мостів, естакад, трубопроводів, ліній електро передач, водоймищ тощо.

5.7. У разі виникнення надзвичайних ситуацій з викидами радіаційних та екологічно-небезпечних речовин населення після сигналу **«УВАГА ВСІМ!»** буде оповіщено мовною інформацією **«РАДІАЦІЙНА НЕБЕЗПЕКА!»** або **«ХІМІЧНА НЕБЕЗПЕКА!».**

Почувши цей сигнал, потрібно негайно увімкнути радіо, телевізор та слухати повідомлення місцевих органів влади та штабу цивільної оборони з надзвичайних ситуацій. Протягом усього періоду ліквідації наслідків стихійних лих, аварій та катастроф - усі ці засоби необхідно тримати постійно увімкненими.

## VI. ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ В КІНОТЕАТРАХ

6.1. Придбати квиток.

6.2. Спокійно зайти в залу й зайняти місце відповідно до квитка.

6.3. Під час сеансу не коментувати бачене, не розмовляти один з одним, не приймати їжу та не жувати гумку.

6.4. Під час сеансу не вставати з місця, не ходити по залі.

6.5. По закінченню сеансу не створювати „пробки" при виході із зали

## VII. ПРАВИЛА НАДАННЯ ПЕРШОЇ (ДОЛІКАРСЬКОЇ) ДОПОМОГИ

7.1. Швидкість дій - вирішальна роль долікарської допомоги.

7.2. Якщо у потерпілого немає дихання, не б'ється серце, відсутній пульс-це ні в якому разі не означає припинити дії по оживленню постраждалої особи.

7.3. Висновок про смерть робить лише лікар.

7.4. При нещасному випадку треба одягнути потерпілого, викликати лікаря або швидку допомогу й надати потерпілому першу медичну допомогу:

- при ударі – забезпечити потерпілому спокій, поклавши на забите місце холодний компрес протягом 6 годин;
- при вивихах – покласти підтримуючу пов'язку, на уражене місце - холодний компрес, без лікаря суглоби не вправляти;

- при розтягненні м'язів і зв'язок – накласти тугу пов'язку, забезпечити потерпілому спокій;
- при запорошенні очей твердими частинами – накласти на око м'яку пов'язку та негайно відправити потерпілого до медпункту;
- при запорошенні очей хімічними речовинами – промити чистою водою запорошене око в напрямку від вуха до носа;
- при попаданні на тіло кислот – обпечене місце обробити 2% розчином соди (1 чайна ложка на стакан води);
- при попаданні на тіло лугів – промити уражене місце водою з оцтом;
- при порушенні цілісності шкіри – обробити навколо ураженого місця йодом чи зеленкою та зробити пов'язку. Не слід торкатися рани руками, виймати з неї інородне тіло;
- при наявності кровотечі – накласти джгут або тугу пов'язку. Джгут накладають не більше як на 1,5-2 години;
- при втраті свідомості – розстебнути комір, пасок і відкрити вікна, винести потерпілого на свіже повітря, дати понюхати нашатирний спирт, обличчя та груди змочити холодною водою;
- при ураженні електричним струмом – звільнити потерпілого від дії струму, оцінити його стан і надати йому до лікарняну допомогу;
- при переломах – наложити шину так, щоб були надійно іммобілізовані два сусідні з місцем ушкодження суглоби (вище і нижче). При відкритих переломах – наложити на рану пов'язку;
- при зупинці дихання – зробити штучне дихання;
- при опіках – обробити уражене місце спиртом, одеколоном. Не можна доторкатися до обпечених ділянок руками, не можна проколювати пухирі та відривати одяг. Опікову поверхню накривають чистою тканиною. При опіках очей електродугою треба робити примочки розчином борної кислоти;
- при отруєнні окисом вуглецю (чадний газ, дим, продукти горіння) – забезпечити потерпілого свіжим повітрям, звільнити його від одягу, який утруднює дихання, дати понюхати нашатирний спирт. На голову і груди потерпілого покласти холодний компрес;
- при отруєнні недоброякісною їжею, медикаментами, негайно промити шлунок. Для цього потерпілому потрібно дати 1-1,5 л теплої води і визвати блювання. Процедуру повторити 2-3 рази;
- при укусах бджолами, осами – видалити жало, на рану накласти примочку з нашатирного спирту;
- при обмороженні – розтерти уражену ділянку тіла вовняною тканиною до почервоніння шкіри, давати пити гарячий чай або молоко. Не можна робити розтирання снігом;
- при тепловому та сонячному ударах – перенести потерпілого в прохолодне місце, намочити голову і ділянку серця холодною водою, піднести до носа ватку з нашатирним спиртом.

***7.5. Здобувачі освіти повинні:***

- зупинити кровотечу і перев'язати рану;
- накласти шину;
- зробити штучне дихання та зовнішній (непрямий )масаж серця;
- звільнити від контакту з електричним струмом;
- вміти користуватися аптечкою (переносною сумкою); піклуватися не тільки про те, щоб допомогти потерпілому, а й про те, щоб не зашкодити йому;
- вживати тільки найнеобхідніших заходів, пам'ятаючи про те, що долікарська допомога не виключає лікарську, яка необхідна в окремих випадках.

***7.6. При ураженні електричним струмом необхідно:***

- якомога швидше вивільнити від струмопровідних частин;
- швидко вимкнути напругу рубильником або вимикачем;
- для звільнення від струмопровідних частин або проводу напругою до 1000 В користуються палицею, дошкою або іншим сухим предметом, який не проводить електричного струму, проводи перерубують сокирою, кожний провід окремо;
- відтягнути потерпілого за одяг, уникаючи дотику до оточуючих металевих предметів і відкритих частин тіла;
- під напругою понад 1000В надіти діелектричні рукавиці, взути боти працюючи ізолюючими кліщами або штангою;
- якщо провід торкається землі, слід пам'ятати про небезпеку крокової напруги, тому після звільнення від струмопровідних частин постраждалого треба винести із зони крокової напруги;
- місцеві опіки перев'язують як рану;
- при клінічній смерті зробити штучне дихання, а у випадку фібриляції серця – зовнішній масаж серця;
- одночасно треба викликати фельдшера, швидку медичну допомогу та готувати транспорт для відправки постраждалого.

Дотримання правил безпеки під час канікул є запорукою створення безпечних та нешкідливих умов для відпочинку дітей, учнівської та студентської молоді.

Інженер з охорони праці _____ (підпис)

Узгоджено:
Юрисконсульт _____ (підпис)