

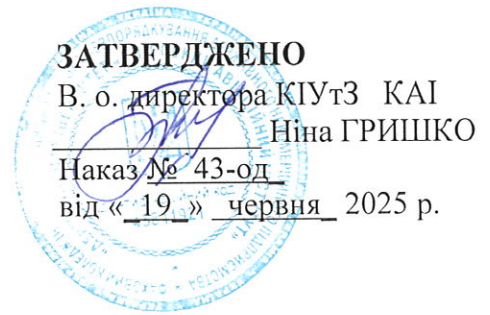
Фаховий коледж інженерії, управління та землевпорядкування
Державного некомерційного підприємства
«Державний університет «Київський авіаційний інститут»

Інструкція

з безпеки життєдіяльності №28

студентів під час літніх канікул.

Фаховий коледж інженерії, управління та землевпорядкування
Державного некомерційного підприємства
«Державний університет «Київський авіаційний інститут»



Інструкція з безпеки життєдіяльності №28 студентів під час літніх канікул.

1. ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ.

1.1. Інструкція з безпеки життєдіяльності студентів під час літніх канікул поширюється на всіх учасників освітнього процесу під час перебування студентів на літніх канікулах.

1.2. Інструкцію розроблено відповідно до «ПОЛОЖЕННЯ про організацію роботи з охорони праці та безпеки життєдіяльності учасників освітнього процесу в установах і закладах освіти», затвердженого Наказом Міністерства освіти і науки України від 26.12.2017 №1669, «Правил дорожнього руху України», «Правила пожежної безпеки для навчальних закладів та установ системи України» затверджених Наказом Міністерства освіти і науки України, «Правила пожежної безпеки України».

1.3. Всі учасники навчально-виховного процесу повинні знати правила надання першої (долікарської) допомоги при характерних ушкодженнях, мати необхідні знання і навички користування медикаментами.

2. Вимоги безпеки життєдіяльності студентів під час навчальної практики та літніх канікул.

2.1. Вимоги безпеки життєдіяльності студентів перед початком літніх канікул:

2.1.1. Перед початком літніх канікул чітко визначити терміни початку та закінчення канікул.

2.1.2. У разі продовження канікул слід телефонувати в останні дні визначених термінів до приймальної навчального закладу або куратору групи, вихователю для визначення нового терміну канікул.

2.1.3. Ознайомитися з планом проведення канікул у групі, навчальному закладі, брати активну участь у запланованих заходах.

2.1.4. У разі неможливості через поважні причини або сімейні обставини взяти участь у запланованих заходах під час канікул, вчасно приступити до навчальних занять після канікул, студентам слід завчасно попередити вихователя, кураторів групи, надавши заяву від батьків чи медичну довідку, що підтверджує обґрунтованість причини неможливості своєчасно приступити до занять.

2.2. Вимоги безпеки життєдіяльності студентів під час літніх канікул.

2.2.1. Під час канікул, перебуваючи на вулиці й ставши учасником дорожньо-транспортного руху, чітко виконувати правила дорожнього руху:

- рухатися по тротуарах і пішохідних доріжках, підтримуючись правого боку;
- за межами населених пунктів, рухаючись узбіччям чи краєм проїжджої частини, йти на зустріч руху транспортних засобів;
- переходити проїжджу частину тільки по пішохідних переходах, зокрема підземних і наземних, а у разі відсутності – на перехрестях по лініях тротуарів або узбіч;
- у місцях із регульованим рухом керуватися тільки сигналами регулювальника чи світлофора;
- виходити на проїжджу частину з-за транспортних засобів упевнившись, що не наближаються інші транспортні засоби;

- чекати на транспортний засіб тільки на посадкових майданчиках (зупинках), тротуарах, узбіччях, не створюючи перешкод для дорожнього руху;

- на трамвайних зупинках, не обладнаних посадковими майданчиками, можна виходити на проїжджу частину лише з боку дверей і тільки після зупинку транспортного засобу;

- у разі наближення транспортного засобу з увімкненим проблісковим маячком червоного або синього кольору, чи спеціальним звуковим сигналом, треба утриматися від переходу проїжджої частини або негайно залишити її;

- категорично заборонено вибігати на проїжджу частину, влаштовувати на ній або поблизу неї ігри, переходити проїжджу частину поза пішохідним переходом, або встановленими місцями;

- по проїжджій дорозі рухатися на велосипеді можна тільки дітям, які досягли 16-ти років;

- мопеди й велосипеди повинні бути обладнані звуковим сигналом та світловідбивачами: попереду – білого кольору, по боках – помаранчевого, позаду – червоного; на голові у водія має бути захисний шолом; слід чітко дотримуватися правил дорожнього руху;

- водіям мопедів і велосипедів заборонено: керувати транспортом із несправним гальмом, звуковим сигналом, у темну пору доби; рухатися по автомагістралях, якщо є поряд велосипедна доріжка; рухатися по тротуарах і пішохідних доріжках; перевозити пасажирів; буксирувати інші транспортні засоби;

- для катання на інших засобах (скейтбордах, самокатах, роликах тощо); слід обирати місце на спортивних майданчиках та інше, на проїжджу частину виїжджати заборонено;

- студенти повинні виконувати зазначені правила, а також інші Правила дорожнього руху України, знання про які були отримані на заняттях в навчальному закладі;

- перебувати поблизу залізничних колій без загальної на то потреби заборонено;

- студенти, користуючись транспортним засобом, повинні сидіти або стояти тільки в призначених для цього місцях, тримаючись за поручень або інше пристосування.

2.2.2. Під час канікул, перебуваючи вдома, на вулиці, в спеціальних установах, транспорті, студенти повинні чітко виконувати правила пожежної безпеки:

- заборонено без потреби брати з собою вогнебезпечні предмети, що можуть спричинити пожежу (запальнички, сірники, петарди, бенгальські вогні феєрверки, цигарки, легкозаймисті речовини, легкозаймисту рідину тощо);

- заборонено зберігати бензин, газ та інші легкозаймисті горючі рідини, приносити їх до приміщення (зберігати тільки в спеціально відведених для цього місцях);

- застосовувати предмети оформлення приміщень, декорація та сценічне обладнання, виготовлене з горючих синтетичних матеріалів, штучних тканин і волокон (пінопласту, поролону тощо);

- застосовувати відкритий вогонь (факели, свічки, феєрверки, бенгальські вогні тощо), хлопавки, дугові прожектори;

- влаштовувати світлові ефекти із застосуванням хімічних та інших речовин, що можуть викликати загоряння;

- встановлювати стільці, крісла тощо, конструкції, виготовлені з пластмас і легкозаймистих матеріалів, а також захищати предметами проходи та аварійні виходи;

- користуватися електроприладами тільки сухими руками. У разі виявлення обірваних проводів, неізолюваної проводки, іскріння проводки, слід негайно вжити заходів по їх усуненню;

- не скупчуватися біля проходів у громадських установах, біля входів та виходів, у приміщеннях вестибюлю;

- під час участі в масових заходах не кричати, не свистіти, не бігати, не стрибати, не створювати травмонебезпечних ситуацій у приміщенні, виконувати правила пожежної безпеки;

- у разі пожежної небезпеки (наявності вогню, іскріння, диму) слід – негайно вийти на повітря за двері, балкон) та кликати на допомогу. Викликати службу пожежної охорони за номером 101, назвавши своє ім'я, прізвище, коротко описавши ситуацію: наявність вогню, диму, кількість людей у приміщенні, залишити номер свого телефону;

- при появі запаху в квартирі, приміщенні у жодному разі не вмикати електроприлади, не користуватися стаціонарними чи мобільним телефоном, відчинити вікна, двері, перевірити приміщення, вимкнути газову плиту, якщо вона була увімкнена, й вийти з приміщення;

- негайно повідомити газову службу за номером – 104 чи пожежну охорону – 101; назвавши своє ім'я, прізвище, коротко описавши ситуацію й залишивши номер свого телефону.

2.2.3. Під час канікул, перебуваючи вдома, на вулиці, в спеціалізованих установах, громадських місцях, приміщеннях, транспорті учні повинні чітко виконувати правила з попередження нещасних випадків, травмування, отруєння тощо:

- під час канікул заборонено перебувати біля водойм в заборонених місцях. Відпочивати на водоймах тільки в призначених для цього місцях;
- відпочиваючи у прибережній зоні, слід виконувати правила безпечної поведінки на воді: не запливати за огорожувальні буї, не підпливати до моторних човнів, вітрильників, веслових човнів та інших плавзасобів; не залізати на технічні та попереджувальні знаки, буї та інші предмети;
- не використовувати рятувальні засоби і спорядження не за призначенням;
- не стрибати у воду зі споруд, не пристосованих для цього, й у місцях, де невідомі глибина та стан дна;
- не організовувати у воді ігри, пов'язані з пірнанням і захопленням тих, хто купається;
- не стрибати у воду з човнів, катерів, вітрильників та інших плавзасобів;
- не використовувати для плавання дошки, камери від волейбольних м'ячів, рятувальні круги, надувні матраци (особливо у штормову погоду);
- не купатися біля причалів та у вечірній час, особливо після заходу сонця;
- не стрибати у воду в незнайомих місцях;
- не купатися біля обривів, зарослих рослинністю берегів;
- не засмічувати воду та узбережжя, не залишати та не кидати сміття;
- заборонене купання у затоплених кар'єрах, каналах, озерах, пожежних водоймах, ставках, морських акваторіях та інших водоймах, що не мають обладнаних пляжів сезонними рятувальниками постами, не зареєстровані місцевою владою як місця масового відпочинку;
- під час купання не слід робити зайвих рухів, не пірнати, не треба тримати свої м'язи в постійній напрузі, не порушувати ритму дихання, не перевтомлювати себе, не брати участі у великих запливах без необхідних тренувань та дозволу лікаря;
- не можна заходити у воду спітнілим або після приймання сонячних ванн, жвавих ігор;
- як тільки ви починаєте замерзати, треба негайно вийти з води, енергійно розтертися рушником і швидко одягатися;
- категорично заборонено заходити у воду, якщо ви погано почуваєтеся;
- категорично заборонено перебувати біля будівельних майданчиків, кар'єрів, закинутих будівель для запобігання обрушень будівельних матеріалів й попередження травм та загибелі людей;
- категорично заборонено вживати алкоголь, наркотичні засоби, тютюнові вироби, стимулятори;
- уникати вживання в їжу грибів;
- категорично заборонено брати в руки, нюхати, їсти незнайомі дикі рослини чи паростки квіттів, кущів, дерев, що може призвести до отруєння;
- пересуватися слід обережно, спокійно. Беручи участь в іграх, не створювати хаотичного руху, не штовхатися, не кричати. На вулиці бути обережним, дивитися під ноги, щоб не впасти в яму чи відкритий каналізаційний люк;
- не підходити на вулиці до обірваних, обвислих проводів, або проводів, які стирчать, а особливо, якщо від них іде гудіння – дані проводи можуть бути ще підживленні електрострумом;
- не підходити до щитових, не залазити на стовпи з високовольтними проводами – та можна отримати удар електрострумом від високовольтних живлень на відстані до 5 м;
- бути обережним на спортивних майданчиках, у парках відпочинку: спочатку переконатися, що гойдалки, атракціони, турніки та інші прилади справні, сильно не розгойдуватися й не розгойдувати інших, щоб не призвести до падіння чи іншого травмування;
- не виходити на дах будівель для попередження падіння людей із висоти;
- не висовуватись з відчинених вікон, мити вікна дотримуючись безпечних положень, щоб центр ваги знаходився в середині приміщення, не нахилятися на поручні, парапети сходинок для запобігання падіння людей із висоти;
- не спускатися у підвали будинків чи інші підземні ходи, катакомби, бомбосховища крім організованих екскурсій (там може бути отруйний газ, можливість заблукати тощо);
- не вступати в контакт із незнайомими тваринами для запобігання отримання укусів (можуть бути хворі на сказ тощо);
- застосовувати всі знання й правила, отримані на заняттях в навчальному закладі.

2.2.4. Під час канікул студенти повинні виконувати правила безпеки життєдіяльності під час самостійного перебування вдома, на вулиці, у громадських місцях, у друзів, на молодіжних

дискотеках, у замкнутому просторі з чужими людьми, правила попередження правопорушень та насильства над людьми:

- не розмовляти й не вступати в контакт із незнайомцями, зокрема не передавати їм цінні речі, ключі від дому, навіть якщо вони назвалися представниками поліції. Слід одразу кликати на допомогу й швидко йти до людей;

- не підходити до автомобілів із незнайомцями, навіть якщо вони запитують дорогу. Скажіть що не знаєте, і швидко йти геть;

- перебувати без супроводу дорослих на вулиці дітям до 18 років – до 22 годин. У темну пору сезону – до настання темряви;

- діти до 18 років мають право не відчиняти двері дому навіть представникам правоохоронних органів. Якщо незнайомиць запитує, чи скоро прийдуть батьки, повідомте, що скоро – вони у сусідів, а в цей час зателефонуйте батькам і двері незнайомцям не відчиняйте;

- бути подалі від тих, хто влаштовує бійки, не брати участі в суперечках дорослих і не провокувати словами чи діями агресивну поведінку, що може призвести до бійки або травми; у стосунках із оточуючими користуйтеся толерантними відносинами;

- не заходити в під'їзд, ліфт із незнайомими людьми; одразу кликати на допомогу, якщо незнайомиць провокує якісь дії щодо вас. Бути уважнішими, оглядатися й перевіряти, чи не слідує за вами хтось під час проходу провулків, підземних переходів між домами й тунелями. Якщо за вами хтось іде, зупинитися й відійти в сторону, щоб потенційний переслідувач пройшов повз вас;

- під час перебування на дискотеці, треба завчасно попередити батьків, щоб зустріли вас після заходу;

- слід керуватися загальними правилами етикету й нормами поведінки, не провокувати оточуючих на агресивну поведінку діями і словами;

- у разі небезпечної ситуації звертатися до служби охорони закладу, викликати поліцію за номером 102, зателефонувати батькам;

- не вчиняти дії, що можуть призвести до правопорушень. Неповнолітніми у кримінальному праві вважаються особи віком до 18 років. За злочини, вчинені після настання 14-річного віку, неповнолітні підлягають кримінальній відповідальності. Позбавлення волі неповнолітньому може бути призначення строком до 10-ти років; найбільш суворим примусовим заходом виховного характеру є направлення до спеціальних навчально-виховних установ, що здійснюється примусово, незалежно від бажання неповнолітнього чи його батьків;

- батьки неповнолітніх, які не займаються вихованням своїх дітей, підлягають адміністративному штрафу в розмірах, передбачених відповідною статтею кримінального кодексу України;

- всеукраїнські гарячі лінії підтримки дітей та молоді України: Всеукраїнська лінія «Телефон довіри» - 800-500-21-80; національна гаряча лінія з питань попередження насильства над дітьми та захисту прав дітей – 800-500-233-50 (у межах України дзвінки безкоштовні).

2.2.5. Під час канікул студенти повинні використовувати правила запобігання захворювань на грип, інфекції й кишкові захворювання, педикульоз тощо:

- при нездужанні не виходити з дому, щоб не заразити інших людей, і викликати лікаря;

- хворому виділити окреме ліжко, посуд, білизну;

- приміщення постійно провітрювати;

- хворому слід дотримуватися постільного режиму;

- вживати заходів профілактики: їсти мед, малину, цибулю, часник;

- чітко виконувати рекомендації лікаря;

- постійно мити руки з милом перед їжею;

- не їсти брудних овочів та фруктів, ретельно їх мити й ошпарювати;

- для запобігання захворювання на педикульоз, регулярно мити голову; довге волосся у дівчат має бути зібране у зачіску, не користуватися засобами особистої гігієни (гребінцем) інших осіб, а також не передавати свої засоби особистої гігієни іншим. Не міряти й не носити чужого одягу, головних уборів, а також не передавати свого одягу іншим;

- не вживати самостійно медичних препаратів, не рекомендованих лікарем;

- якщо ви погано почуваєтеся, а дорослих не має поряд, слід викликати швидку медичну допомогу за номером 103, описавши свій стан, назвавши номер свого телефону, домашню адресу, прізвище, ім'я, а також зателефонувати батькам.

3. Вимоги безпеки життєдіяльності студентів при виникненні надзвичайної або аварійної ситуації.

3.1. Не панікувати, не кричати, не метушитися, а чітко і спокійно виконувати вказівки старших, які перебувають поряд.

3.2. Слід зателефонувати батькам, коротко описати ситуацію, повідомити про місце свого перебування.

3.3. Якщо ситуація вийшла з під контролем старших, потрібно зателефонувати до служб екстреної допомоги за телефонами:

- 101 - ДСНС (державна служба надзвичайних ситуацій);
- 102 - поліція;
- 103 - швидка медична допомога;
- 104 - газова служба.

Коротко описати ситуацію, назвати адресу, де сталася надзвичайна ситуація, а також своє прізвище, ім'я, номер свого телефону.

3.4. У разі можливості слід залишити територію аварійної небезпеки.

4. Комплекс правил безпеки під час літнього відпочинку.

4.1. Безпека людей на воді.

Майже всі оздоровчі табори розміщені біля водойм (море, річка, штучна водойма), тому відпочинок біля води приємний та корисний. На жаль, не всі люди вміють плавати та дотримуватися правил поведінки на воді. Відпочиваючи повинні чітко усвідомлювати, що робити і як надати першу допомогу при виникненні надзвичайної ситуації.

4.1.1. Чого не слід робити на відпочинку біля водойм:

- запливати за огорожувальні буї та купатися без нагляду;
- залізати на технічні та попереджувальні знаки, буї та інші предмети та стрибати у воду з них, або де невідомі глибина та стан дна;
- організовувати у воді ігри, пов'язані із пірнанням та захватом тих, хто купається та подавати обманні сигнали тривоги заради жарту;
- забруднювати і засмічувати водойми та території пляжів;
- використовувати для плавання автомобільні камери, надувні матраци, лежачки, дошки;
- використовувати моторні, вітрильні, веслові човни, інші гребні і моторні плавзасоби, водні велосипеди, швидкісні моторні плавзасоби, водні мотоцикли у зонах пляжів, у громадських місцях купання при відсутності буйкового огороження пляжної зони.

4.1.2. При виникненні нещасного випадку.

Коли вже трапилося лихо і хтось тоне – слід швидко витягнути потерпілого з води. Але робити це слід лише в тому випадку, коли ви це можете зробити, інакше існує загроза потонути разом. Якщо ви не впевнені в своїх силах – гукайте на допомогу. До прибуття лікарів «швидкої допомоги» надайте першу допомогу.

Правила першої допомоги при утопленні:

- прочистити порожнину рота і глотку у утопленого від слизу, мулу та піску;
- переверніть потерпілого на живіт, перегніть через своє коліно, щоб голова звисала вниз і кілька разів надавіть на спину. Дитину просто припідніміть за ноги;
- при відсутності дихання та серцебиття проводьте штучне дихання і зовнішній масаж серця до відновлення серцебиття і самостійного дихання;
- доставте потерпілого до лікувального закладу.

4.2. Надання допомоги при сонячному та тепловому ударі.

4.2.1. Літо у розпалі – і особливо щедре на ультрафіолетові промені. Але його «ласки» треба уникати, аби не отримати опіків шкіри та теплового чи сонячного удару. Особливо обережними будьте на воді, тому що промінь, віддзеркалений від неї, легко призводить до опіків губ, вух, слизової оболонки носа, підборіддя.

Тепловий удар виникає у разі тривалого перегрівання організму, особливо при підвищеному фізичному навантаженні. Це може статися у походах, на дачних ділянках, при носінні цивільного одягу в спеку, під час роботи в приміщенні з високою температурою, в умовах підвищеної вологості і за недостатнього провітрювання.

4.2.2. Що треба робити, щоб запобігти сонячному (тепловому) удару:

- ходити у кепці з довгим козирком, у сонцезахисних окулярах та в світлому одязі з натуральних тканин;

- не приймати сонячних ванн на голодний чи повний шлунок;
- по можливості якнайбільше перебувати у затінку;
- засмагати слід вранці до 11 години або після 16 години вечора;
- користуватися захисними кремами;
- вмиватися кілька разів на день – бажано мінеральною водою.

4.2.3. Як розпізнати перші ознаки (сонячного, та теплового удару):

- з'являється різка втома, слабкість, головний біль, запаморочення, біль у ногах, спині, нудота, блювота, шум у вухах, потьмарення в очах, посилене дихання, кровотеча з носа, а можлива й втрата свідомості. Якщо в цей час потерпілому не надати нагальної допомоги, він може загинути в щонайближчі години від зупинки дихання та кровообігу. По опіках – почервоніння шкіри.

4.2.4. Як допомогти (при сонячних та теплових ударах):

- потерпілого перенести у затінок і звільнити його тіло від одягу;
- змочити прохолодною водою голову та груди, на ділянку паху та під пахвами покласти шматки тканини, змоченої водою;
- за необхідності зробити штучне дихання і дати кофеїн, а за наявності головного болю – анальгін; викликати швидко допомогу;
- покласти потерпілого на спину. Якщо є позиви на блювання, потерпілий має лежати на боці;
- до приїзду лікаря треба боротися за життя потерпілого;
- для виведення зі стану непритомності потерпілому дають понюхати нашатирний спирт;
- намагатися знизити температуру тіла, для чого потрібно накрити потерпілого вологою тканиною, увімкнути вентилятор.

4.2.5. Перша допомога при опіках:

- не змащуйте тіло ніякими речовинами (кремами, мазями, за винятком лікувальних);
- на поверхню опіку потрібно закрити сухою стерильною пов'язкою.

4.2.6. Чого не слід робити у спеку: - пити солодкі газовані напої – вони спричиняють набряки; молоко – посилює спрагу; вина – зневоднює організм. Зловживати їжею.

4.3. Допомога при укусах комах, кліщів, змій.

4.3.1. Загрозу для здоров'я людей, особливо для тих, хто потерпає від алергії, становлять оси (шершень, звичайна оса) і бджоли змій, кліщі. При цьому жаленні під шкіру вприскується отрута, від якої може виникнути місцева або загальна реакція.

Ступінь отруєння після укусів бджіл залежить від кількості одночасно укусів, місця ураження та індивідуальна реакція організму до бджолоїної отрути. Найнебезпечнішими є укуси ротової порожнини.

Місцева реакція добре відома кожному, кого хоч раз ужалила бджола або оса: сильний біль, сверблячка і печіння, почервоніння і набряк.

Що слід робити (при укусах комах):

- видалити по можливості жало разом з отруйним мішечком, підчепивши нігтем, пінцетом, голкою;
- промити ранку етиловим чи нашатирним спиртом;
- приклавши до цього місця шматочок цукру, що сприяє витяганню отрути з ранки і перешкоджає розвитку набряку або льоду для зменшення болю;
- дати випити міцного і солодкого чаю.

4.3.2. Кліщі. Ці приставучі і кусючі носії енцефаліту найбільш активні у весняно-літній період. Для попередження цього захворювання при лісових прогулянках, збиранні ягід, грибів, необхідно дотримуватись найпростіших запобіжних правил:

- одяг повинен надійно закривати тіло;
- штани – заправлені у шкарпетки, на ногах – чоботи або щільно зав'язані черевики;
- куртку наглухо закривають і заправляють у штани, обшлага повинні щільно облягати кісті рук;
- комір і манжети можна змастити камфорною олією;
- вуха і волосся потрібно закрити косинкою або беретом;
- можна застосовувати засоби відлякування комах, так звані репеленти: крем «Тайга», лосьйон «Ангар», аерозоль «ДЕТА».

Після повернення з лісу необхідно уважно оглянути одяг і тіло. Особливо уважно потрібно оглянути голову, шию, відкриті ділянки шкіри. Кліщі, які присмоктались, мають вигляд малопомітних чорних плямок, їх важко відрізати від природних утворень на шкірі.

4.3.2.1. Що слід робити при укусах кліщів:

- кліщів, що присмоктались, треба видалити (для цього шкіру навколо кліща змащують ефіром, бензином, після цього паразит виходить самостійно);
- ранку потрібно змазати розчином йоду;
- вилучених кліщів сплатити (якщо є сумніви щодо небезпечності кліща, то його треба віднести до лікувального закладу для визначення його небезпечності);
- якщо при виділенні кліща головка його відірвалася і залишилась в товщі шкіри, потрібно звернутися в медичну установу для видалення головки.

4.3.3. Що слід робити (при укусах змії):

- слід створити всі умови для негайного введення сироватки;
- забезпечити потерпілому нерухомість, оскільки надмірні рухи сприяють швидкому проникненню отрути в крові;
- звільнити кінцівки від взуття, шарпеток, браслетів для попередження набряків;
- не перетягувати гумовим джгутом кінцівку вище місця укусу, бо це може призвести до порушення кровообігу в ураженій ділянці;
- не надрізати краї рани, не відсмоктувати з неї кров, бо через пошкодження слизової оболонки ротової порожнини отрута може швидко потрапити у кров;
- дати випити значну кількість рідини (води, кави, чаю).

4.4. Попередження отруєння грибам.

Збирання грибів – це справа не тільки цікава, але й серйозна. Гриби поділяють на групи: їстівні, умовно їстівні та отруйні. До першої групи належать, скажімо, білі, підберезники, підосичники, масляки, моховики, печериці, до другої – зморшки, грузді, вовняки, валуї, до третьої – бліда поганка, мухомори, опеньок несправжній, гірчак.

Серед отруйних грибів найнебезпечніший – бліда поганка. Вона росте в листяних лісах під дубами, кущами ліщини, рідше – у хвойних від початку літа до пізньої осені. Часто бліду поганку плутають із зеленою сирожкою, печерицями. Щоб не помилитися, слід пам'ятати, що основа ніжки у блідій поганки бульбо видної форми, з набряками та залишками мішкоподібного покривала. Той факт, що бліда поганка отруйна, відома всім. Але мало хто знає, що небезпечними є спори, які вітер може занести на рослини. Тому не слід збирати гриби, ягоди, траву, що ростуть поряд з блідою поганкою.

Перш ніж іти з кошиком до лісу, треба добре знати, які з грибів, можна збирати, а які ні. Тому надаємо вам рекомендації:

- не збирайте гриби поблизу транспортних магістралей, на промислових пустирях, колишніх смітниках;
- невідомі, особливо з циліндричною ніжкою, в основі якої є потовщення, оточене оболонкою;
- ніколи не збирайте пластинчаті гриби, бо отруйні інколи маскуються під них;
- шампінйони (печериці), у яких пластинки нижньої поверхні капелюшка білого кольору;
- не порівнюйте зібрані чи придбані гриби зі зображеннями з різних довідників, бо вони не завжди відповідають дійсності;
- не куштуйте сирі гриби на смак;
- ще раз перевірте вдома гриби.

4.5. Рекомендації щодо надання допомоги при втраті орієнтації в лісі.

4.5.1. Що робити (коли заблукали):

- зберігати спокій та уникати паніки;
- пригадати останню прикмету на знайомій частині шляху і постаратися простежити до неї дорогу.

Прислухатися. При відсутності знайомих орієнтирів, стежок і доріг виходьте «на воду» - униз за течією. Струмок виведе до ріки, ріка – до людей. Якщо орієнтирів немає, залізьте на найвище дерево – погляд з висоти допомагає краще зорієнтуватися.

Необхідно вибрати велике дерево (або якийсь інший об'єкт) біля примітного місця і знаходитися там. Необхідно кричати на шуми що лякають їх. Якщо це звірі, вони злякаються та підуть геть. Це також допоможе швидше знайти тим, хто буде їх шукати.

4.5.2. Чого не слід робити (коли заблукали):

- пити воду з річок та озер. Найбільш надійні джерела води – струмки. Поблизу місць, де ви побачите мертвих рибу чи тварин, взагалі не можна навіть мити руки;
- затримуватися біля поламаних дерев. Вони спираються одне на одне і можуть впасти, особливо під час вітру;
- ходити біля боліт. Болотною водою також не можна користуватися. Поблизу болота, як правило, водиться багато гадюк;
- контактувати із дикими тваринами. У людей і тварин (олень, лисиця) близько 150 спільних хвороб. Тварини нападають на людину, якщо вони поранені, перелякані несподіванкою або захищають своє потомство. При явно агресивному поведженні тварин можна використовувати як засіб захисту вогонь або стукати палицею по дереву;
- залишати їжу у вашому наметі або поряд з місцем вашого відпочинку;
- ховатися під високими деревами та залишитися на галявині під час зливи з блискавкою, бо блискавка може вдарити у найвище місце.

4.6. Надання допомоги при ураженні блискавкою.

Влітку часто гримлять грози і блискають блискавиці. Ураження блискавкою не дуже часто явище. Але від нього ніхто не застрахований.

4.6.1. Під час грози і блискавки забороняється:

- ховатися під деревами (особливо тими, що стоять окремо). Найбільш небезпечні дерева – це дуб, тополя, ялина, сосна. Рідко блискавка б'є в березу і клен, майже ніколи – у чагарник;
- стояти прямо на відкритому просторі (блискавка б'є в найвищу точку на місцевості);
- лягати на землю (таким чином ви підставите все тіло під удар блискавки), краще присісти навпочіпки в суху яму чи траншею, обхопивши ноги руками;
- бігти, їхати на велосипеді, купатися;
- перебувати поруч з металевими предметами, торкатися металевих споруджень, дротяної огорожі, тримати в руках довгі чи металеві предмети, (вудки, парасольки);
- стояти біля відчиненого вікна.

4.6.2. Що робити при ураженні блискавкою з потерпілим:

- потерпілого слід розглянути;
- облили голову холодною водою та обгорнути мокрим холодним простирадлом;
- якщо людина не опритомніла, треба зробити штучне дихання «рот у рот», а при зупинці серця – непрямий масаж, поверхню опіку закрити пов'язкою та як найшвидше викликати медичну допомогу або відправити до лікарні, не забуваючи, що в будь-який момент може наступити зупинка дихання і серця.

Навіть якщо людина опритомніла, у ній можуть виявитися серйозні ушкодження внутрішніх органів.

4.6.3. Чого категорично не можна робити з потерпілим при ураженні його блискавкою:

- закопувати в землю, бо такий намір не просто марний, а й небезпечний (це відтягує не тільки застосування справді ефективних засобів допомоги – ви можете просто вморити потерпілого, якщо він наковтається землі).

4.7. Надання допомоги при харчовому отруєнні.

Літом достигає безліч фруктів, овочів і є можливість вдосталь поласувати різною смакотою. Для того ж воно і літо. Але саме в літку вершина харчових отруєнь досягає апогею.

4.7.1. Що слід робити, щоб запобігти отруєнню:

- завжди дотримуватися правил особистої гігієни;
- звертати увагу на доброякісність харчових продуктів, виконувати правила їхнього зберігання;
- ретельно мити овочі і фрукти.

4.7.2. При появі ознак отруєнні (головний біль, біль в області живота, пронос, блювання):

- випити багато рідини, щоб викликати блювоту;
- випити активованого вугілля;
- покласти хворого в ліжку, зігріти, дати теплого слабкого чаю;
- викликати лікаря або «швидку допомогу».

4.8. Надання першої допомоги при отруєнні рослинами.

Важливо пам'ятати, що люди мають звичку гризти різноманітні травинки. І немає гарантії, що випадково зірвана травинка не отруйна. Отруйні рослини зустрічаються скрізь: в лісі, в полі, на луках. Тому при зборі дарів природи треба бути обачним і пам'ятати про безпеку, яку можуть

заховати у собі приємні на вигляд та смак рослини. Тут слід пам'ятати правило :»не знаєш – не бери до рук».

4.8.1. Щоб запобігти отруєнню не слід робити:

- куштувати невідомих ягід, травинок, рослин, грибів;
- знищувати отруйні рослини, тому що їх використовують в медицині, вони є ліками для тварин і птахів.

4.8.2. При отруєнні необхідно робити:

- дати випити багато води, щоб викликати блювання;
- негайно звернутися до лікаря, вкласти потерпілого в ліжку.

4.9. Дотримання правил пожежної безпеки.

4.9.1. Пожежі часто виникають через такі причини:

- несправність або неправильна експлуатація електрообладнання, газових плит, електричних побутових приладів;

- увімкнення в одну розетку декількох побутових приладів великої потужності;
- несправність електропроводки;
- сушіння речей над газовою плитою;
- користування саморобними електричними приладами;
- несправна або залишена без догляду побутова електротехніка;
- необережне поводження з вогнем;
- ігри з вогнем;
- удари блискавки;
- збереження легкозаймистих матеріалів та речовин;
- витік газу;
- використання піротехніки.

4.9.2. Правила поведінки при пожежі:

- подзвонити до служби 101 (якщо це можливо), повідомити повну адресу, що горить, свій телефон, прізвище, ім'я та по батькові, скільки поверхів у будинку, якщо ви знаєте – як до нього під'їхати;

- вікна відкривати не можна, адже кисень посилить вогонь;

- негайно вийти з приміщення, покликати дорослих;

- негайно евакуювати дітей з приміщень;

- з висотного будинку не біжить сходами вниз, якщо зайнялося внизу, а рятуйтеся на даху, використовуйте пожежну драбину;

- щоб уберегти дихання від чадного газу, слід пробиватися до виходу повзком, бо внизу менше диму, накрити голову шматком мокрої тканини або пальтом.

4.9.3. Основні правила пожежної безпеки в лісі.

Причини пожежі в лісі можуть стати блискавка або засуха, але основною причиною виникнення пожеж у лісі є необережність людини. Пам'ятайте, що украй небезпечно:

- кидати палаючі сірники, недопалки;
- палити суху траву;
- розводити вогнища;
- залишати в лісі промаслені або просочені іншою горючою речовиною шматки тканини.

4.9.4. Щоб запобігти пожежі рекомендуємо такі правила поведінки в лісі:

- багаття розпалювати дрібними сухими сосновими і ялинковими гілками, корою, недогарком свічки, трісками тощо;

- розводити багаття в лісі тільки в спеціально передбачених для цього місцях;

- перед тим як розпалювати багаття, звільніть місце для нього від нагромадження сушняку, сухої трави або ж обкопайте місце навколо багаття невеликим рівчаком;

- під час дощу багаття розводити під накриттям з брезенту або плащ-накидки. У суху погоду навколо багаття прибрати суху траву, мох, хвою, щоб запобігти пожежі;

- перед сном багаття гасять і заливають водою. якщо потрібно зберегти вогонь, то на ніч призначають чергового або засипають багаття попелом;

- після відпочинку обов'язково загасить вогонь, залийте багаття водою, якщо її не має, то розгребіть головешки та подрібніть великі вуглини;

- не лягайте біля багаття – це небезпечно, ви можете обгоріти або й задихнутися;

- якщо побачите десь покинуте багаття, яке розгорілося, знайдіть можливість повідомити за телефоном «101» або «102»;
- категорично забороняється розводити багаття на торфовищі.

Шановні дорослі та діти, пам'ятайте, щоб не трапилось біди під час літніх канікул та відпусток необхідно чітко дотримуватись правил пожежної безпеки життєдіяльності. Батьки, ви відповідаєте за безпеку ваших дітей, тож інформування дітей з приводу небезпечних ситуацій як їм запобігти, та як допомогти собі, коли неприємність таки трапилась, завдання не тільки педагогів та вихователів, а й безпосередній Ваш обов'язок. Тож, шановні дорослі, згадайте про відповідальність за життя юних громадян нашої Держави і розкажіть хоча б найелементарніші правила безпечної поведінки у такому небезпечному світі. Пам'ятайте про наслідки недбалого поводження з вогнем, іграми на воді, у лісі й горах, на дорозі.

РОЗРОБЛЕНО

Інженер з охорони праці
коледжу



_____ Турчин І. В.

« 19 » червня 2025 р.