

ХМЕЛЬНИЦЬКА ОБЛАСНА РАДА
ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ УПРАВЛІННЯ ТА ПРАВА
ІМЕНІ ЛЕОНІДА ЮЗЬКОВА

ЗАТВЕРДЖЕНО

Наказом ректора університету
« 14 » березня 2023 №165 /23

ПРОГРАМА

**вступного інструктажу з питань охорони праці та безпеки життєдіяльності
для здобувачів освіти Хмельницького університету управління та права імені
Леоніда Юзькова**

(Інструкція з питань безпеки життєдіяльності для здобувачів освіти № 31)

Програма вступного інструктажу з охорони праці та безпеки життєдіяльності для здобувачів освіти включає такі питання:

1. Загальні відомості про Хмельницький університет управління та права імені Леоніда Юзькова (далі – університет), його структуру (кабінети, лабораторії, спортзали тощо). Види та джерела небезпеки у навчальних приміщеннях, на спортивних майданчиках, навчально-дослідних ділянках тощо.

2. Загальні правила поведінки під час освітнього процесу. Обставини та причини найбільш характерних нещасних випадків, що сталися в Університеті.

3. Вимоги пожежної безпеки в Університеті. Ознайомлення з Правилами пожежної безпеки для установ системи освіти.

4. Радіаційна безпека, дії у разі надзвичайних ситуацій природного і техногенного характеру.

5. Цивільний захист, техногенна безпека природного і техногенного характеру.

6. Безпека дорожнього руху. Поведінка на вулиці, ознайомлення з правилами дорожнього руху.

7. Побутовий травматизм, попередження та дії у разі нещасних випадків у побуті.

8. Домедична допомога у разі нещасних випадків, надзвичайних ситуацій тощо.

9. Дії учасників освітнього процесу у випадку отримання сигналу «Увага всім! Термінова евакуація з навчальних приміщень»

1. Загальні відомості про університет, його структуру (кабінети, лабораторії, спортзали тощо). Види та джерела небезпеки у навчальних приміщеннях, на спортивних майданчиках, навчально-дослідних ділянках тощо

Історію нашого навчального закладу розпочато 6 липня 1992 року. Університет є закладом вищої освіти України, функціонує на засадах комунальної власності і належить до сфери управління Хмельницької обласної ради.

Структура Університету складається з таких підгруп:

- *керівництво* (ректор, проректор з навчальної роботи, проректор з нормативного та науково-методичного забезпечення та інші);

- *структурні підрозділи освітнього процесу* (юридичний факультет, факультет

управління та економіки);

- *структурні підрозділи, які забезпечують наукову роботу* (науково-дослідна частина, аспірантура та інші);

- *структурні підрозділи, які забезпечують освітній процес* (відділи, частини та служби, наукова бібліотека, студентський гуртожиток та інші).

Адміністрація Університету, відділи, частини і служби, музей Університету, деякі кафедри, актовий зал знаходяться у корпусі № 1 (вул. Героїв Майдану, 8).

Деканати розміщено в різних корпусах Університету:

- юридичного факультету – на другому поверсі навчального корпусу № 4 (вул. Проскурівська, 57);

- факультету управління та економіки – на другому поверсі навчального корпусу № 2 (вул. Володимирська, 12).

Інформацію щодо розташування кафедр можна отримати в деканатах.

Наукова бібліотека Університету розташована по вул. Героїв Майдану, 38 (на другому поверсі).

Студентський гуртожиток знаходиться за адресою: вул. Інститутська, 14/2, медпункт – у навчальному корпусі № 2.

У навчальних корпусах №№ 1, 2, 4 є кафе.

Небезпеку для життя та здоров'я здобувачів освіти в Університеті можуть становити: уся сукупність технічних, електричних пристроїв, пристосувань, що застосовуються чи використовуються в процесі здійснення навчання; мікрокліматичні фактори (температура повітря, швидкість руху повітря); підвищений рівень електромагнітного випромінювання (при роботі з ЕОМ, електричними пристроями); недостатня освітленість приміщень; мережа живлення електричних пристроїв 220 В; транспорт, що рухається територією навчального закладу; відкриті люки, колодязі, ями, канави та інше.

2. Загальні правила поведінки під час освітнього процесу. Обставини та причини найбільш характерних нещасних випадків, що сталися в Університеті

Усім категоріям учасників освітнього процесу на території навчальних корпусів Університету дозволяється знаходитися в робочий час, який встановлено Правилами внутрішнього розпорядку Університету, розкладом навчальних занять, планами проведення різних заходів тощо.

В'їзд на територію Університету дозволяється тільки на службовому транспорті або транспорті працівників Університету і тільки в робочий час. При цьому швидкість транспортних засобів не повинна перевищувати 5 км/год. Пересування пішоходів по території Університету дозволяється тільки по пішохідним тротуарам та встановленими маршрутами. Під час пересування потрібно бути уважними, прислухатися до сигналів транспорту, що рухається. При зустрічному транспорті слід триматися правої сторони. Пересування по вимощенням уздовж будівель і споруд **ЗАБОРОНЕНО**.

Під час освітнього процесу здобувачі освіти повинні знаходитися в навчальних аудиторіях, лабораторіях і виконувати роботу відповідно до Програми навчання та навчальних планів з тієї чи іншої дисципліни на відповідній кафедрі.

Під час проведення навчальних занять ЗАБОРОНЯЄТЬСЯ;

- відволікати здобувачів освіти від безпосереднього навчання, відзивати або знімати їх із занять для виконання громадських обов'язків чи проведення заходів, не пов'язаних із навчальним процесом без відповідного наказу або письмового

розпорядження по Університету;

- проводити наради, збори, наради з громадських питань.

У системі виконання нормативних актів з охорони праці кожен здобувач освіти повинен:

- пройти вступний інструктаж з питань безпеки життєдіяльності при зарахуванні до Університету;

- пройти первинний інструктаж з питань охорони праці та безпеки життєдіяльності на кожній кафедрі перед початком виконання лабораторних (практичних) занять на відповідному обладнанні; яке використовується в навчальному процесі;

- знати і виконувати вимоги нормативних актів з охорони праці, правила безпечної роботи з машинами, механізмами і обладнанням, які використовуються в навчальному процесі, вміти користуватися засобами колективного та індивідуального захисту, надавати першу допомогу потерпілому;

- дотримуватися вимог з охорони праці та безпеки життєдіяльності, передбачені у Правилах внутрішнього розпорядку Університету;

- співпрацювати з адміністрацією Університету з питань організації безпечних і нешкідливих умов праці і навчання.

При проведенні екскурсій, туристичних подорожей, спортивних змагань, вечорів відпочинку, дискотек та інших *позааудиторних і позанавчальних заходів* особливу увагу необхідно приділяти виконанню норм і правил електробезпеки, пожежної безпеки всіма учасниками заходів.

Основою безпеки при проведенні таких заходів є висока дисципліна всіх учасників, знання норм і правил безпеки при проведенні заходів, їх неухильне виконання, безумовне виконання розпоряджень керівників заходів.

Перед проведенням позааудиторних і позанавчальних заходів із усіма учасниками необхідно проводити цільовий інструктаж з питань безпеки життєдіяльності.

За порушення законодавчих чи інших нормативних актів про охорону праці усі учасники освітнього процесу можуть бути притягнуті до дисциплінарної, матеріальної, кримінальної відповідальності відповідно до законодавства (ст. 43, ст. 44 Закону України «Про охорону праці»).

Нещасні випадки, що сталися в Університеті, відбулися через порушення правил безпеки (ураження електричним струмом та інші).

3. Вимоги пожежної безпеки в Університеті. Ознайомлення з Правилами пожежної безпеки для установ системи освіти

Пожежа – це стихійне розповсюдження вогню, який вийшов з-під контролю людей і призводить до матеріальної шкоди, а іноді – до загибелі людей.

Кожний учасник освітнього процесу повинен знати місце розташування первинних засобів пожежогасіння і вміти ними користуватися, повинні знати правила поведінки при пожежі, шляхи евакуації.

Легкозаймисті та горючі рідини дозволяється зберігати у спеціально відведених місцях, у межах їх потреби відповідно до норм.

Забороняється розкидати пожежонебезпечні матеріали. Після використання їх треба винести з приміщення у спеціальне відведене місце.

У разі виникнення пожежі учасники освітнього процесу повинні негайно повідомити про це **пожежну охорону за телефоном 101** та керівництву, розпочати

ліквідацію пожежі всіма наявними засобами.

Головна небезпека, від якої гинуть люди на пожежі, – це дим і гаряче повітря, тому у задимленому приміщенні дихати треба тільки через мокру щільну тканину. У задимленому приміщенні слід пересуватись повзучи, тому що знизу менше диму. Виходячи з приміщення, де виникла пожежа, потрібно щільно зачинити двері, щоб полум'я залишити без кисню. Якщо дим у коридорі, треба передусім з'ясувати, що трапилось, а потім якнайшвидше залишити приміщення через основні чи запасні виходи.

При виникненні пожежі вже на першій стадії виділяється теплота, токсичні продукти згорання, можливі обвалення конструкцій. Тому слід урахувати необхідність евакуації людей якнайшвидше. Показником ефективності процесу евакуації є час, протягом якого люди можуть за необхідності залишити окремі приміщення і будівлю загалом. Безпеки евакуації досягають тоді, коли тривалість евакуації людей з окремих приміщень і будинку в цілому менша критичної тривалості пожежі, що становить небезпеку для людини. Критичною тривалістю пожежі вважається час досягнення при пожежі небезпечних для людини температур і зменшення вмісту кисню у повітрі. Не вважаються евакуаційними виходи, що пов'язані з механічним приводом (ліфти, ескалатори тощо), сходи, які не розташовані у сходових клітках. Евакуаційних виходів з приміщень кожного поверху має бути не менше двох. Мінімальна ширина шляхів евакуації – не менше 1 м, дверей – 0,8 м. Двері на шляхах евакуації мають відчинятися у напрямку виходу зі споруди. У кожному приміщенні (поверху) слід вивісити план евакуації людей і матеріальних цінностей.

Засоби пожежогасіння – це, в першу чергу, вогнегасники, пісок, ковдри, лопати, сокири та ін. Широко застосовують порошкові та вуглекислотні вогнегасники (табл. 3.1).

Таблиця 3.1

Клас пожежі	Характеристика горючого середовища або об'єкта	Вогнегасні засоби
А	Звичайні тверді горючі матеріали (дерево, вугілля, папір, гума та ін.)	Усі види вогнегасних засобів
В	Горючі рідини та матеріали, які плавляться при нагріванні (бензин, лаки, спирти, мазут, мастила, каучук)	Розпилена вода, всі види піни, рідини на основі галоїдоалкідів, порошки
С	Горючі гази (водень, ацетилен, вуглеводні та ін.)	Газові суміші, галоїдні вуглеводні, порошки
Д	Метали та їх сплави (калій, натрій, алюміній, магній та ін.)	Порошки (при спокійному подаванні на поверхню, що горить)
Е	Електроустановки, які перебувають під напругою	Галоїдні вуглеводні, діоксид вуглецю, порошки

Правила поведінки при пожежі:

- при пожежі треба остерігатись високої температури, задимленості і загазованості, вибухів, падіння дерев і будівель, провалів у прогорілий ґрунт;
- небезпечно входити в зону задимлення, якщо видимість менша 10 м;
- перед тим як увійти в палаюче приміщення, треба накритися з головою вологим простирадлом, плащем, шматком тканини тощо;
- двері в задимлене приміщення треба відкривати обережно, щоб запобігти спалаху полум'я від швидкого притоку повітря;
- у дуже задимленому приміщенні треба плазувати;
- для захисту від чадного газу треба дихати через вологу тканину;
- якщо на людині загорівся одяг, треба лягти на землю та збити полум'я, бігти не можна, це ще більше роздмухує полум'я;
- якщо побачите людину в палаючому одязі, накиньте на неї пальто, плащ, простирадла та інші засоби;
- при гасінні лісових пожеж використовуйте гілля листяних дерев (берези, ліщини), лопати тощо; гілками слід захльостувати край пожежі, за допомогою лопат засипати його ґрунтом.

4. Радіаційна безпека, дії у разі надзвичайних ситуацій природного і техногенного характеру

Питання захисту людини від негативного впливу іонізуючого випромінювання постали майже одночасно з відкриттям рентгенівського знімку.

Найнебезпечнішим за наслідками є аварії на АЕС є викид в атмосферу радіоактивних речовин, внаслідок яких має місце довгострокове забруднення місцевості на величезних площах.

Найбільшою за масштабами забруднення навколишнього середовища є аварія, яка сталася 1986 р. на Чорнобильській АЕС. Унаслідок грубих порушень правил експлуатації та помилкових дій той рік став для людства роком вступу в епоху ядерної біди. Історія людства ще не знала такої аварії, яка була б настільки згубною за своїми наслідками для довкілля, здоров'я життя людей. Радіаційне забруднення величезних територій і водоймищ, міст і сіл, вплив радіонуклідів на мільйони людей, які тривало проживають на забруднених територіях, дозволяє назвати масштаби Чорнобильської катастрофи глобальними, а ситуацію – надзвичайною.

Усього, за сучасними даними, внаслідок Чорнобильської катастрофи в Україні постраждало майже 3,23 млн. осіб, з них 2,35 млн. мешкають на забрудненій території, більше 358 тисяч брали участь у ліквідації наслідків аварії, 130 тисяч були евакуйовані 1986 р. або були відселені пізніше.

При аварійному викиданні в атмосферу радіоактивних речовин можливі такі види радіоактивного впливу на населення:

- а) зовнішнє опромінення при проходженні радіоактивної хмари;
- б) внутрішнє опромінення при вдиханні радіоактивних аерозолів;
- в) контактне опромінення внаслідок радіоактивного забруднення шкіри та одягу;
- г) зовнішнє опромінення, зумовлене радіоактивним забруднення поверхні землі, будівель, споруд та ін.;
- д) внутрішнє опромінення при використанні забруднених продуктів харчування і води.

Основні принципи (способи) захисту:

- використання засобів індивідуального захисту;
- дотримання правил особистої гігієни;

- очищення від радіоактивних забруднень поверхонь будівельних конструкцій, засобів індивідуального захисту;

- використання радіопротекторів (біологічний захист).

У випадку забруднення радіоактивними речовинами особистий одяг і взуття повинні пройти дезактивацію під контролем служби радіаційної безпеки, а у випадку неможливості дезактивації їх слід поховати як радіоактивні відходи.

Заходи, спрямованні на зменшення потрапляння радіоактивних речовин в органи дихання, травлення і на поверхню тіла:

- обмежити перебування на відкритій місцевості;
- провести герметизацію житлових і виробничих приміщень, дверей, вікон, димарів, вентиляційних отворів на час розсіювання радіоактивних речовин у повітрі й формування радіоактивного забруднення території;
- провести йодову профілактику (табл. 4.1);
- захистити органи дихання підручними засобами (табл. 4.2);
- використовувати засоби індивідуального захисту органів дихання і шкіри;
- воду використовувати із захищених джерел;
- продукти використовувати з герметичних складських приміщень, погребів, із щільно закритих діжок, герметичної скляної і металевої тари;
- періодично проводити дезактивацію внутрішніх поверхонь житлових і виробничих приміщень, обмітати стелю і стіни, протирати меблі, килими доріжки, матраци, ковдри пилососи то, проводити вологе прибирання;
- провести дезактивацію будівель, колодязів, доріг.

Таблиця 4.1

Час прийняття препаратів стабільного йоду	Фактор захисту
Перед вдиханням радіоактивного йоду (профілактичне вживання)	100
Через 2 години після вдихання радіоактивного йоду	10
Через 6 години після вдихання радіоактивного йоду	2

Таблиця 4.2

Предмет	Кількість шарів	Захисні властивості
Чоловіча бавовняна носова хусточка	1 (зім'ята)	8,5
	1 (волога)	3,0
	1 (суха)	1,4
Жіноча бавовняна носова хусточка	4 (волога)	2,7
	4 (суха)	2,2
Махровий рушник	1-2	4,0
Бавовняна сорочка	1 (волога)	3,0
	2 (суха)	3,0
Туалетний папір	1 (сухий)	2,5
	2	12,0

Якщо таблеток йодистого калію немає, можна вжити три-п'ять крапель 5%-го розчину йоду на склянку води, дітям до двох років – одну-дві краплі. 100 мг стабільного йоду захищають протягом 24 годин.

Найкращим захистом від рентгенівського і гамма-випромінювання є свинець і

уран. Проте з огляду на високу вартість свинцю і урану, можуть застосовуватись екрани з просвинцьованого скла, заліза, бетону, залізобетону і навіть води.

Шляхи підвищення рівня життєдіяльності в умовах радіаційної небезпеки

Актуальним для жителів багатьох районів України є питання про виживання в умовах підвищеної радіації. Оскільки зараз основну загрозу становлять радіонукліди, що потрапляють в організм людини з продуктами харчування, слід знати запобіжні й профілактичні заходи, щоб сприяти виведенню з організму цих шкідливих речовин.

Сучасна концепція радіозахисного харчування базується на трьох принципах:

- обмеження надходження радіонуклідів з їжею;
- гальмування всмоктування, накопичення і прискорення їх виведення;
- підвищення захисних сил організму.

Третій напрям передбачає пошук та створення радіозахисних харчових речовин і продуктів, які мають антиоксидантну та імуностимулювальну активність й здатні підвищувати стійкість організму до несприятливої дії радіоактивного випромінювання (антимутагени та радіопротектори). На допомогу приходять *природні «захисники»*. До цих речовин належать: листя чаю, виноград, чорна смородина, чорноплідна горобина, обліпіха, банани, лимони, фініки, грейпфрути, гранати; з овочів – шпинат, брюссельська і цвітна капуста, боби, петрушка.

Для того, щоб радіонукліди не засвоювались організмом, потрібно постійно вживати продукти, які містять пектини, зокрема яблука.

Насіння соняшника належить до групи радіозахисних продуктів.

Багаті на біорегулятори морські продукти, дуже корисний мед і свіжі фруктові соки.

5. Цивільний захист, техногенна безпека природного і техногенного характеру

Вступний інструктаж з питань цивільного захисту спрямований на ознайомлення працівників і здобувачів освіти з:

- організацією оповіщення населення про загрозу або виникнення надзвичайної ситуації;
- організацією оповіщення учасників освітнього процесу в Університеті;
- порядком дій при загрозі або виникненні надзвичайної ситуації;
- порядком укриття співробітників та студентів у разі загрози або виникненні надзвичайної ситуації;
- порядком дій при наданні долікарської допомоги потерпілим.

Цивільний захист (надалі ЦЗ) – функція держави, спрямована на захист населення, територій, навколишнього природного середовища та майна від надзвичайних ситуацій шляхом запобігання таким ситуаціям, ліквідації їх наслідків і надання допомоги постраждалим у мирний час та в особливий період.

Надзвичайна ситуація (надалі НС) – порушення нормальних умов життя і діяльності людей на об'єкті або території, спричинене аварією, катастрофою, стихійним лихом чи іншою небезпечною подією, яка призвела (може призвести) до загибелі людей або значних матеріальних втрат.

Стихійні лиха – це природні явища, які мають надзвичайний характер та призводять до порушення нормальної діяльності населення, загибелі людей, руйнування і нищення матеріальних цінностей.

За місцем локалізації стихійні лиха поділяються на:

- літосферні (виверження вулканів, землетруси, зсуви, селі);
- гідросферні (повені, снігові лави, шторми);
- атмосферні (урагани, зливи, ожеледі, блискавки).

Система оповіщення – це комплекс організаційно-технічних заходів, апаратури,

засобів та каналів зв'язку, призначених для своєчасного доведення сигналів та інформації про загрозу або виникнення НС до центральних і місцевих органів виконавчої влади, підприємств, установ, організацій та населення.

Евакуація – процес виведення населення і життєважливих ресурсів першої необхідності з території, на якій можливе виникнення або виникла НС.

Долікарська допомога – це комплекс термінових дій, спрямованих на збереження здоров'я і життя потерпілого, яка надається зразу ж на місці надзвичайної події та в період транспортування до медичного закладу.

Укриття населення в захисних спорудах – це комплекс заходів із завчасного будівництва захисних споруд, а також пристосування наявних приміщень, які відповідають певним вимогам та підтримуються у готовності до їх використання.

Найпростіші укриття – це цокольні або підвальні приміщення, які знижують комбіноване ураження людей від небезпечних наслідків НС, а також від дії засобів ураження в особливий період.

Під укриття в Університеті передбачено використовувати напівпідвальні приміщення навчальних корпусів і гуртожитків.

Громадяни України зобов'язані:

- дотримуватися правил поведінки, безпеки та дій у НС;
- дотримуватися заходів безпеки у побуті та повсякденній трудовій діяльності, не допускати порушень виробничої та технологічної дисципліни, вимог екологічної безпеки, охорони праці, що можуть призвести до НС;
- вивчати способи захисту від НС та дій у разі їх виникнення, надання домедичної допомоги постраждалим, правила користування засобами захисту;
- повідомляти службі екстреної допомоги населенню про виникнення НС;
- у разі виникнення НС, до прибуття аварійно – рятувальних підрозділів, вживати заходів для рятування населення і майна;
- дотримуватися протиепідемічного, протиепізоотичного та протиепіфітотичного режимів, режимів радіаційного захисту;
- виконувати правила пожежної безпеки, забезпечувати будівлі, які їм належать на правах приватної власності, первинними засобами пожежогасіння, навчати дітей обережному поводженню з вогнем.

Порядок оповіщення

НС виникають з багатьох причин – це природні катаклізми, техногенні катастрофи та аварії, соціально-політичні конфлікти.

Останнім часом в Україні виникають НС, причиною яких є бойові дії, терористичні акти та диверсії.

При загрозі або виникненні НС будь – якого походження державні органи виконавчої влади зобов'язані проінформувати населення через систему оповіщення.

Головним способом оповіщення про небезпеку та порядок дій населення є передача повідомлень через мережі місцевого радіомовлення та телебачення.

Перед передачею повідомлення включається протяжне звучання сирен.

Звучання сирени можливе у двох випадках:

- при періодичній технічній перевірці системи оповіщення;
- при загрозі або виникненні НС.

Про проведення технічної перевірки системи оповіщення (включення сирен) завчасно проводиться інформування населення через засоби масової інформації.

Після звучання сирен, через мережі місцевого радіомовлення та телебачення,

передається сигнал ЦЗ «УВАГА ВСІМ! УВАГА ВСІМ! УВАГА ВСІМ!», а далі повідомлення про проведення технічної перевірки системи оповіщення або інформацію про загрозу або виникнення НС та порядок дій населення.

Почувши звучання сирени необхідно:

- включити радіоприймач або телевізор на місцевий канал;
- уважно прослухати повідомлення, яке починається сигналом ЦЗ: «УВАГА ВСІМ! УВАГА ВСІМ! УВАГА ВСІМ!» та діяти згідно з отриманим повідомленням.

На території Університету встановлено системи оповіщення: у будівлях навчальних корпусів №№ 1, 2, 3, 4 і студентському гуртожитку.

Порядок дій при загрозі або виникненні можливих НС

Ураховуючи мережу шляхів залізниці, якими перевозяться сильнодіючі отруйні речовини, територія Університету може попасти у зону хімічного ураження. Час підходу хмари з парами сильнодіючих отруйних речовин недостатній для проведення евакуації. При отриманні повідомлення про загрозу хімічного ураження необхідно повідомити всіх про небезпеку укритися в приміщенні та провести максимальну його герметизацію: закрити вікна, двері, вентиляційні канали, щілини заклеїти підручними матеріалами, наприклад клейкою стрічкою.

При отриманні повідомлення про пожежу або замінування необхідно повідомити всіх про небезпеку, терміново вимкнути електропостачання та покинути приміщення.

Кожен, хто виявив пожежу або її ознаки (задимлення, запах горіння або тління різних матеріалів тощо), зобов'язаний:

- негайно повідомити про це службу порятунку – **тел. 101** та службу господарського забезпечення Університету – **тел. 717564**;
- вимкнути електропостачання, вентиляцію в приміщеннях та вжити інші заходи, що перешкоджають поширенню вогню та диму;
- вжити заходів щодо гасіння пожежі первинними засобами пожежогасіння, не наражаючи себе на небезпеку;
- якщо у кімнаті є вода – змочити нею все приміщення та його предмети, це дозволить на деякий час зменшити дію диму та полум'я;

При отриманні сигналу «ПОВІТРЯНА ТРИВОГА!» необхідно терміново повідомити всіх про небезпеку, вимкнути електрику, закрити вікна, двері приміщення та прямувати в укриття.

Укриватися потрібно у напівпідвальному приміщенні того навчального корпусу або гуртожитку, де вас застав сигнал «ПОВІТРЯНА ТРИВОГА»!

Вимоги ЦЗ

Кожен працівник та студент зобов'язаний знати порядок дій при виникненні можливих НС, вжити всіх залежних від нього заходів для рятування людей, гасіння пожежі, проведенні евакуації у разі її потреби.

У кабінетах столи, стільці, обладнання необхідно розташовувати так, щоб не перешкоджати виходу із приміщень.

У аудиторіях, лабораторіях, кабінетах, майстернях слід суворо дотримуватись протипожежного режиму.

Використовувати електроплитки, електрочайники, праски тільки в обладнаних для цього приміщеннях.

Користуватися електричними нагрівачами у приміщеннях заборонено.

Куріння на території Університету заборонено.

Рекомендації щодо правил поведінки в умовах небезпеки землетрусу.

Якщо відчувається здригання ґрунту чи будинку, слід реагувати негайно, пам'ятаючи, що найбільш небезпечними є предмети, які падають.

Перебуваючи у приміщенні, слід негайно зайняти безпечне місце. Це отвори капітальних внутрішніх стін (наприклад, відчинити двері з квартири), кути, утворені ними. Можна сховатися під балками каркасу, під несучими колонами, біля внутрішньої капітальної стіни, під ліжком чи столом. Слід пам'ятати, що найчастіше завалюються зовнішні стіни будинків. Не слід вибігати з будинку, оскільки уламки, які падають вздовж стін, є серйозною небезпекою. Безпечніше переждати поштовх там, де він вас застав, і, лише дочекавшись його закінчення, перейти у безпечне місце.

Перебуваючи всередині багатоповерхового будинку, не поспішайте до ліфтів чи сходів. Сходові прольоти та ліфти часто обвалюються під час землетрусу.

Після припинення поштовхів потрібно терміново вийти на вулицю, відійти від будівель на відкрите місце, щоб уникнути ударів уламків, які падають.

Перебуваючи в автомобілі, що рухається, слід повільно загальмувати подалі від високих будинків, мостів чи естакад.

Опинившись у завалі, слід спокійно оцінити становище, надати собі першу допомогу, якщо вона потрібна. Важливо подбати про встановлення зв'язку з тими, хто перебуває ззовні завалу. Людина може зберігати життєздатність (без води і їжі) понад два тижні.

Рекомендації щодо правил поведінки при повені.

Отримавши повідомлення про затоплення, необхідно терміново вийти в небезпечне місце – на височину (попередньо відключивши воду, газ, електроприлади).

Якщо повінь розвивається повільно, необхідно перенести майно в небезпечне місце, а самому зайняти верхні поверхи, дахи будівель.

Для того щоб залишити місця затоплення, можна скористатись човнами, катерами й усім тим, що здатне утримати людину на воді.

Коли людина опинилась у воді, їй необхідно скинути важкий одяг та взуття, скористатись плаваючими поблизу засобами й чекати допомоги.

Рекомендації щодо правил поведінки при ураганах.

Отримавши повідомлення про ураган, необхідно щільно зачинити двері, вікна. З дахів і балконів забрати предмети, які при падінні можуть травмувати людину.

У будівлях необхідно триматися подалі від вікон. Найбезпечнішими місцями під час урагану є підвали, сховища та внутрішні приміщення перших поверхів.

Коли ураган застав людину на відкритій місцевості, найкраще знайти укриття в западині (ямі, яру, канаві).

Ураган може супроводжуватись грозою, необхідно уникати ситуацій, при яких збільшується ймовірність ураження блискавкою: не стояти під окремими деревами, не підходити до ліній електропередач.

Порядок дій при наданні долікарської допомоги потерпілим

Викличте швидку допомогу за телефоном 103.

Огляньте місця пригоди, перевірте чи не загрожує небезпека вам та оточуючим. Уникайте непотрібного ризику.

Усуньте вплив на організм потерпілого факторів, що загрожують його здоров'ю та життю тим самим ви зможете безпечно для себе надати потерпілому допомогу.

Проведіть огляд потерпілого та надайте йому долікарську допомогу.

Метою огляду є виявлення станів, які загрожують життю потерпілого, з подальшим проведенням невідкладних втручань для відновлення життєво важливих

функцій організму.

ПРИМІТКА: для інших видів інструктажу з питань цивільного захисту дивіться матеріал посібника «ЗБІРКА пам'яток населенню щодо дій у надзвичайних та нестандартних ситуаціях техногенного, природного та соціального характеру

6. Безпека дорожнього руху. Поведінка на вулиці, ознайомлення з правилами дорожнього руху

Необхідність транспорту в наш час не викликає жодного сумніву. Транспортні засоби позитивно вплив на економіку країни, створюють зручність і комфорт для людей. Проте розвиток транспорту, підвищення його ролі у житті людей супроводжується не лише позитивним ефектом, а й негативними наслідками, зокрема, високим рівнем аварійності транспортних засобів та дорожньо-транспортних пригод.

Будь-який транспортний засіб – це є джерело підвищеної небезпеки і особа, що користується послугами транспортного засобу, знаходиться в зоні цієї небезпеки. Це зумовлюється можливістю дорожньо-транспортних пригод, автомобільними катастрофами, аваріями поїздів, можливістю набутти травмування при посадці чи виході з транспортних засобів, або під час їх руху.

Автомобілі, мотоцикли на вулицях рухаються з великими швидкостями. Обстановка може змінюватись блискавично, і тому під час переходу вулиці необхідно постійно і уважно за нею спостерігати. Переважна кількість нещасних випадків з пішоходами, пасажирами трапляється саме тоді, коли вони поспішають, хвилюються, бігають. Отже надмірна квапливість і біг на проїзній частині повинні бути виключені. Вулиця обманлива: здається в одну хвилину немає жодного транспорту, а через секунду він може непомітно виїхати з провулка чи з-за повороту. Перехід вулиці – це всього 10-20 секунд, тому варто на цей час припинити розмови і уважно спостерігати.

Пішоходи повинні рухатись по тротуарах і пішохідних доріжках, тримаючись *правої сторони*. При цьому необхідно бути обережним і не заважати іншим учасникам дорожнього руху. За межами населених пунктів пішоходи, що пересуваються по узбіччі чи краю проїжджої частини, повинні йти на зустріч руху транспортних засобів. У темну пору доби та в умовах недостатньої видимості пішоходи повинні вжити заходів для того, щоб виділити себе на проїжджій частині чи узбіччі (ліхтарі, яскраво червоні пов'язки). Пішоходи повинні переходити проїжджу частину по пішохідних переходах, а у разі їх відсутності – на перехрестях по лініях тротуарів або узбіч.

УВАГА! Під час переходу вулиці або дороги розмовляти по мобільному телефону ЗАБОРОНЕНО! Якщо в зоні видимості немає переходу чи перехрестя, а дорога має не більше трьох смуг руху для обох його напрямків, дозволяється переходити її під прямим кутом до краю проїжджої частини у місцях, де дорогу добре видно в обидва боки, і лише після того, як пішохід оцінить відстань до транспортного засобу, що наближається, його швидкість та впевниться у відсутності небезпеки. Пішоходи, які не встигли закінчити перехід, повинні перебувати на острівці безпеки або лінії, що розділяється транспортним потоком протилежних напрямків, і можуть продовжити перехід лише тоді, коли переконаються в безпеці подальшого руху. Перед виходом на проїжджу частину з-за транспортних засобів, що стоять, та будь-яких перешкод пішоходи повинні впевнитись у відсутності транспортних засобів, що наближаються. Чекаючи транспортний засіб пішоходи повинні на тротуарах, посадочних майданчиках, а де вони відсутні – на узбіччі, не створюючи перешкод для

дорожнього руху.

Пасажири залізничного транспорту також знаходяться в зоні підвищеної небезпеки. Зонами підвищеної небезпеки на залізничному транспорті є: залізничні колії, переїзди, посадочні платформи та вагони, в яких пасажири здійснюють переїзди. Постійну небезпеку становить система електропостачання, можливість аварій, зіткнення, отримання травм під час посадки або висадки. Крім цього, залізничними коліями перевозяться небезпечні вантажі: від палива та нафтопродуктів до радіоактивних відходів та вибухових речовин.

Найбільшу небезпеку для пасажирів становлять пожежі у вагонах. Зумовлюється це тим, що у вагонах (замкненому просторі) завжди перебуває велика кількість людей. Температура в осередку пожежі дуже швидко підвищується з утворенням токсичних продуктів горіння. Особливо небезпечними є пожежі в нічний час на великих перегонах, коли пасажири сплять.

Дотримання правил безпеки як пасажирами так і пішоходами значно зменшує ризик потрапляння у надзвичайні ситуації, а саме:

- під час руху вздовж залізничної колії не дозволяється підходити ближче ніж на 5 метрів до крайньої рейки;
- рух залізничним полотном категорично забороняється;
- на електрифікованих ділянках залізничної колії заборонено підніматися на опори, залазити на вагони, торкатися спуску, який відходить від опори до рейок, а також дротів, які лежать на землі;
- залізничні колії можна переходити лише у встановлених місцях, по пішохідних містках, переходах, тощо;
- перед переходом колій необхідно впевнитись у відсутності потяга або локомотива і тільки після цього здійснювати перехід;
- **УВАГА! Під час переходу залізничної колії розмовляти по мобільному телефону ЗАБОРОНЕНО!**
- при екстреній евакуації з вагона зберігайте спокій, з собою беріть лише те, що необхідно, великі речі лишайте у вагоні, тому що це погіршить швидкість евакуації; надайте допомогу в евакуації пасажирам з дітьми, літнім людям, інвалідам та іншим;
- підходячи до переїзду, уважно простежте за світловою та звуковою сигналізацією та положенням шлагбаума; переходити колії можна лише при відкритому шлагбаумі, а при його відсутності – коли не видно потяга;
- забороняється бігти по платформі вокзалу вздовж потяга, що прибуває чи відходить;
- під час проходження потяга без зупинки неможна стояти ближче двох метрів від краю платформи;
- підходити до вагона можна лише після повної зупинки потяга;
- посадку у вагон та вихід з нього слід здійснювати лише з боку перонна і бути при цьому обережним, щоб не оступитися й не потрапити у зазор між посадочною площадкою вагона та платформою;
- на ходу потяга не відкривайте зовнішні двері тамбурів, не стійте на підніжках та перехідних майданчиках, а також не висовуйте з вікон вагонів; при зупинках потяга на перегонах не виходьте з вагонів;
- забороняється використовувати у вагонах відкритий вогонь і користуватися побутовими приладами, що працюють від вагонної електромережі (чайники, праски і таке інше); перевозити у вагонах легкозаймисті та вибухонебезпечні матеріали;
- при виході через бокові двері та аварійні виходи будьте обережними, щоб не

потрапити під зустрічний потяг.

7. Побутовий травматизм, попередження та дії у разі нещасних випадків у побуті

Виконання будь-якої роботи у побуті допускається при наявності знань про небезпечні чинники характерні для даного виду робіт, технологію виконання роботи, вимоги безпеки яким повинно відповідати обладнання, інструмент, пристрої.

Не допускайте до робочого місця сторонніх осіб, осіб які вам заважають, вживання на робочому місці алкоголю, психотропних речовин, куріння.

Не допускається виконання роботи в стані алкогольного чи наркотичного сп'яніння.

У побуті при виконанні будь-яких робіт можлива наявність таких небезпечних і шкідливих чинників:

- високі температури;
- електричний струм;
- токсичні речовини в повітрі приміщення;
- дим;
- падіння важких предметів, падіння гострих предметів;
- слизькі та (або) нерівні поверхні;
- отруйні рідини;
- недостатня освітленість;
- осліплення та опік електродугою;
- укуси домашніх тварин;
- падіння з висоти;
- обмороження, переохолодження організму;
- ураження блискавкою;
- тонкий лід при відпочинку на водоймах взимку;
- утоплення на водоймах, річках через невміння плавати, судоми м'язів, удари головою об тверді предмети, дно водойми при нирянні;
- емоційні перевантаження, розумові перевантаження;
- висока швидкість руху повітря.

З метою запобігання пожежі не користуйтеся несправними або саморобними електронагрівальними приладами. Не залишайте без нагляду ввімкненні електронагрівальні прилади, ввімкнену газову чи електроплиту.

Заборонено *курити в ліжку перед сном*, зберігати в житлових кімнатах легкозаймисті і горючі матеріали, залишати без нагляду ввімкнений телевізор, електрочайник та інші побутові прилади.

При використанні електроприладів попередньо необхідно перевірити справність ізоляції. При пробі струму на корпус необхідно відключити електроприлад, усунути пошкодження.

Заборонено *використовувати ручний електроінструмент при пошкодженні вилок, ізоляції кабелю, корпусу, кнопки включення на корпусі*. На кабель не повинно потрапляти масло, вогонь, вода; не можна ходити по ньому.

Забороняється *користуватись електроінструментом на вулиці під час дощу, снігопаду, туману*. При роботі одяг повинен бути застібнутим, взуття має бути сухим. Обов'язковою умовою є наявність головного убору.

Заборонено *користуватись приставними драбинами*. Як виняток, можна використовувати приставну драбину, на ніжки якої набиті гумові смужки з насічкою,

а зверху є гачки, якими можна зачепити за предмет, об який впираємо драбину. При виконанні робіт на висоті необхідно користуватись риштуваннями та розкладними драбинами. У разі потреби, – залучити для страхування помічника.

При використанні для ремонту приміщень емалевих фарб, розчинників, емалевих фарб, шпаклівок, клеїв на синтетичній основі та інших хімічних речовин задля уникнення отруєння **необхідно провітрювати кімнату**. Проживання в кімнаті можливе лише після повного висихання покритих зазначеними матеріалами поверхонь.

Відпочиваючи на воді, необхідно дотримуватись таких вимог безпеки:

- не пірнати при малій глибині водойми, або якщо глибина невідома;
- не плавати у водоймі з дуже холодною водою (для уникнення судоми);
- не плавати у нетверезому стані чи під дією психотропних речовин.

Переправлятися через *замерзлі водоймища* слід тільки перевіривши міцність льоду. При цьому його товщина повинна бути: для пішоходів не менше 5-7 см, для вантажної машини не менше 25-55 см. Ковзанку на льоду дозволено відкривати при товщині льодяного покриття не менше 25 см. Якщо лід тріщить, необхідно негайно покинути його, пересуваючись по льоду повзком. Перебуваючи взимку на водоймі, необхідно мати з собою міцну мотузку довжиною не менше 5 м. Якщо Ви провалилися під лід, миттєво розставте руки в сторони для того, щоб утримати себе на поверхні. Потім голосно кличте на допомогу, намагайтесь упертися ногами в дрібки льоду позаду і самотійно вибратися з небезпечного місця.

На відпочинку влітку в лісі заборонено:

- розпалювати багаття для уникнення пожежі;
- вилазити на високі дерева, для уникнення падіння;
- уникати зустрічі з дикими звірами.

Якщо вас покусали лисиця, борсук, собака, кішка, вовк чи інша тварина, необхідно негайно звернутися до лікарні.

8. Домедична допомога у разі нещасних випадків, надзвичайних ситуацій тощо

Надання допомоги при ураженні електричним струмом:

- негайно звільнити потерпілого від дії електричного струму, відключивши електричне устаткування від джерела живлення, а при неможливості відключення – відтягнути його від струмоведучих частин за одяг або застосувавши підручний ізоляційний матеріал;
- при відсутності у потерпілого дихання і пульсу необхідно робити йому штучне дихання і непрямий (зовнішній) масаж серця, звернувши увагу на зіниці. Розширені зіниці свідчать про різке погіршення кровообігу мозку. При такому стані оживлення починати негайно, після чого викликати швидку медичну допомогу.

Допомога при пораненні

Для надання першої допомоги при пораненні необхідно розкрити індивідуальний пакет, накласти стерильний перев'язочний матеріал, що міститься у ньому на рану і зав'язати її бинтом.

Якщо індивідуального пакету якимсь чином не буде, то для перев'язки необхідно використати чисту (якщо можливо свіжовипрасувану) носову хустинку, чисту полотняну ганчірку і т. ін.

На те місце ганчірки, що приходитьсь безпосередньо на рану, бажано накапати декілька капель настойки йоду, щоб одержати пляму розміром більше рани, а після

цього накласти ганчірку на рану. Особливо важливо застосовувати настоянку йоду зазначеним чином при забруднених ранах.

Допомога при переломах, вивихах, ударах

При переломах і вивихах кінцівок необхідно пошкоджену кінцівку закріпити шиною, фанерною пластинкою, палицею, картоном або іншим подібним предметом. Пошкоджену руку можна також підвісити за допомогою перев'язки або хустинки до шиї і прибинтувати до тулуба.

При передбачуваному переломі черепа (несвідомий стан після удару голови, кровотеча з вух або рота) необхідно прикласти до голови холодний предмет (грільку з льодом або снігом, чи холодною водою), або зробити холодну примочку.

При підозрі перелому хребта необхідно потерпілого обережно покласти на дошку, не підіймаючи його, чи повернути на живіт обличчям униз, наглядаючи при цьому, щоб тулуб не перегинався з метою уникнення ушкодження спинного мозку.

При переломі ребер, ознакою якого є біль при диханні, кашлю, чханні і рухах, необхідно туго забинтувати груди чи стягнути їх рушником під час видиху.

Надання допомоги при опіках кислотами і лугами

При попаданні кислоти або лугу на шкіру, ушкоджені ділянки необхідно ретельно промити цівкою води на протязі 15-20 хвилин, після цього пошкоджену кислотою поверхню обмити 5%-ним розчином питної соди, а обпечену лугом – 3%-ним розчином борної кислоти або 3% розчином оцтової кислоти.

При попаданні на слизову оболонку очей кислоти або лугу необхідно очі промити ретельно цівкою води протягом 15-20 хвилин, після цього промити 2%-ним розчином питної соди, а при ураженні очей лугом – 2%-ним розчином борної кислоти.

При опіках порожнини рота необхідно полоскати 3%-ним розчином оцтової кислоти або 3%-ним розчином борної кислоти, при опіках кислотою – 5%-ним розчином питної соди.

При попаданні кислоти в дихальні шляхи необхідно дихати розпиленням за допомогою пульверизатора 10%-ним розчином питної соди, при попаданні лугу – розпиленням 3%-ним розчином оцтової кислоти.

Надання допомоги при теплових опіках

При опіках вогнем, парою, гарячими предметами не слід змочувати обпечене місце водою, ні в якому разі не можна відкривати пухирі, які утворюються, та перев'язувати опіки бинтом.

При опіках першого ступеня (почервоніння) обпечене місце обробляють ватою, змоченою етиловим спиртом. При опіках другого ступеня (пухирі) обпечене місце обробляють спиртом, 3%-ним марганцевим розчином або 5%-ним розчином таніну.

При опіках третього ступеня (зруйнування шкіряної тканини) накривають рану стерильною пов'язкою та викликають лікаря.

При опіку очей електричною дугою необхідно робити холодні промочування розчином борної кислоти.

Допомога при кровотечі

Для того, щоб зупинити кровотечу, необхідно: підняти поранену кінцівку вгору; кровоточиву рану закрити перев'язочним матеріалом (із пакета), складеним у клубочок, і придавити її зверху, не торкаючись самої рани, потримати на протязі 4-5 хвилин; якщо кровотеча зупинилася, то не знімаючи накладеного матеріалу, поверх нього покласти ще одну подушечку з іншого пакета чи кусок вати і забинтувати поранене місце (з деяким натиском); при сильній кровотечі, яку не можна зупинити, застосовується здавлювання кровоносних судин, які живлять поранену область, при

допомозі згинання кінцівок в суглобах, а також пальцями, джгутом бо закруткою; при великій кровотечі необхідно терміново викликати лікаря.

9. Дії учасників освітнього процесу у випадку отримання сигналу «Увага всім! Термінова евакуація з навчальних приміщень»

Про загрозу виникнення надзвичайних ситуацій буде подано попереджувальний сигнал «**Увага всім!**» (можуть вмикатися сирени, інші звукові та світлові засоби).

У робочий час учасники освітнього процесу оповіщаються про надзвичайну ситуацію подачею тривалого звукового сигналу (для тих, хто перебуває у будівлях навчальних корпусів), за телефоном (для структурних підрозділів). При отриманні відповідного сигналу негайно приводяться у готовність гучномовці, радіотрансляційні й телевізійні приймачі для прослуховування початкового повідомлення.

Почувши такий сигнал, **керівники занять зобов'язані негайно припинити навчальний процес** і забезпечити термінову евакуацію студентів за межі навчальних корпусів. Евакуація проводиться через штатні виходи з приміщень і через евакуаційні виходи.

Основні заходи з евакуації

Для планування, підготовки та проведення евакуації в Університеті створено тимчасовий орган з евакуації, а саме **комісію з питань евакуації**.

Комісія з питань евакуації відповідає за планування евакуації на відповідному рівні, підготовку працівників до здійснення заходів з евакуації, здійснення контролю за підготовкою проведення евакуації, приймання і розміщення евакуйованого населення, матеріальних і культурних цінностей.

Комісія з питань евакуації організовує оповіщення та ведення обліку учасників освітнього процесу, уточнює дані про транспортні засоби, строк їх подання, маршрути і порядок руху.

Залежно від особливостей надзвичайних ситуацій може бути проведена обов'язкова, загальна, часткова евакуація, тимчасового або безповоротного характеру.

Учасники освітнього процесу повинні виконувати всі розпорядження комісії з питань евакуації у разі виникнення надзвичайних ситуацій.

Дії викладача (керівника заняття, старшого серед здобувачів освіти):

1. Віддати команду студентам «Увага! Без паніки! Швидко збираємо свої речі і покидаємо кабінет і приміщення!».
2. Контролювати процес евакуації, запобігати проявам паніки серед студентів.
3. Допомогти студентам, які розгубилися, швидко опанувати себе та знайти вихід з приміщення.
4. Залишити кабінет (лабораторію) останнім, переконавшись, що всі студенти вийшли.
5. Супроводжувати студентів до виходу з приміщення та відвести їх у безпечне місце.
6. Дозволити студентам повертатись у приміщення лише після отримання команди від керівництва Університету.

Під час евакуації, за командою викладача (керівника, старшого), здобувачі освіти повинні:

1. Швидко зібрати свої речі, не допускаючи паніки.
2. Не штовхаючись, швидким кроком вийти з аудиторії (лабораторії) в коридор.
3. Швидко рухатись по коридору у напрямку виходу з приміщення,

орієнтуючись по схемі евакуації, яка вивішена на кожному поверсі.

4. Максимально швидко покинути навчальні корпуси та відійти від них на безпечну відстань.

5. Повернення в навчальні приміщення може проводитись лише з дозволу викладача (керівника заняття, старшого серед здобувачів освіти) після усунення загрози.

Для захисту учасників освітнього процесу від деяких факторів небезпеки, що виникають унаслідок надзвичайних ситуацій мирного часу, та дії засобів ураження в особливий період використовуються найпростіші укриття (цокольні або підвальні приміщення, що знижують комбіноване ураження людей від небезпечних наслідків надзвичайних ситуацій, а також від дії засобів ураження в особливий період).