

КИЇВСЬКИЙ ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ КОМП'ЮТЕРНИХ ТЕХНОЛОГІЙ ТА ЕКОНОМІКИ  
НАЦІОНАЛЬНОГО АВІАЦІЙНОГО УНІВЕРСИТЕТУ

**ІНСТРУКЦІЯ №109**  
**ПРОГРАМА ВСТУПНОГО ІНСТРУКТАЖУ**  
**З БЕЗПЕКИ ЖИТТЕДІЯЛЬНОСТІ**

Київ-2020 р.

Затверджую  
Директор коледжу

\_\_\_\_\_ В.П. Параніч

«29» грудня 2020р.

## **ПРОГРАМА ВСТУПНОГО ІНСТРУКТАЖУ З БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ІНСТРУКЦІЯ № 109**

Програма вступного інструктажу з Безпеки життєдіяльності включає в себе основні питання щодо забезпечення безпеки життєдіяльності, охорони праці, пожежної та техногенної безпеки студентів коледжу, а саме:

- загальні відомості про коледж та його структуру;
- види та джерел небезпеки в навчальних приміщеннях, на спортивних майданчика тощо;
- вимоги пожежної безпеки в закладі освіти;
- радіаційна безпека та дії у разі надзвичайних ситуацій природного і техногенного характеру;
- безпека дорожнього руху;
- побутовий травматизм, попередження та дії у разі нещасних випадків у побуті;
- перша (долікарська) медична допомога у разі нещасних випадків надзвичайних подій тощо;
- безпека життєдіяльності в умовах пандемії COVID-19.

### **1.ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ**

1.1 Програма поширюється на студентів та інших учасників освітнього процесу під час перебування в коледжі та на його території.

1.2 Програму 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 та інших законодавчих і нормативно-правових актів сфери охорони праці і безпеки життєдіяльності.

1.3 Всі учасники освітнього процесу повинні знати правила пожежної безпеки, правила надання першої (долікарської) допомоги при характерних ушкодженнях та основні заходи для запобігання поширенню коронавірусу COVID-19 .

## 2. ВИМОГИ БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ СТУДЕНТІВ ПІД ЧАС ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ

### 2.1. Загальні відомості про коледж та небезпечні фактори

2.1.1. Київський фаховий коледж комп'ютерних технологій НАУ розташований у м. Києві по вул. Бориспільській, 5, у своїй структурі він має такі підрозділи:

- навчальний корпус № 1, де розташовані адміністративні, навчальні кабінети та лабораторії, бібліотека, читальний зал, актові зали;
- лабораторний корпус № 2, де розташовані навчальні лабораторії, майстерні спортивна зала;
- гуртожиток № 1, що знаходиться за адресою: м. Київ, вул. Юрія Пасхаліна, 14а;
- спортивні майданчики.

Небезпеку для життя та здоров'я студента в коледжі можуть становити:

- уся сукупність технічних, електричних пристроїв, пристосувань, що застосовуються чи використовуються у процесі навчання;
- мікрокліматичні фактори (температура повітря, швидкість руху повітря);
- високий рівень електромагнітного випромінювання (при роботі з комп'ютерами, електричними пристроями, тощо);
- недостатня освітленість приміщень;
- мережа живлення електричних пристроїв напругою 220 В;
- транспорт, що рухається територією навчального закладу освіти;
- відкриті люки, колодязі, ями, канави, тощо.

### 2.2. Загальні правила поведінки студентів під час освітнього процесу

2.2.1. Студенти зобов'язані виконувати вимоги з безпеки життєдіяльності, передбачені відповідними правилами та інструкціями, дотримуватися дисципліни, сумлінно навчатися.

2.2.2. Студенти зобов'язані берегти обладнання, інвентар, матеріали, навчальні посібники тощо, бережливо ставитися до майна коледжу.

2.2.3. Студенти зобов'язані сумлінно дотримуватися Правил особистої гігієни і санітарних норм.

2.2.4. Виконувати лише ту роботу, яку доручив викладач, керівник після відповідного інструктажу.

2.2.5. Не заходити до навчального кабінету чи лабораторії й не виходити з нього без дозволу викладача (лаборанта).

2.2.6. Не підходити до вікон та не ставати (не сідати) на підвіконня.

2.2.7. Не бігати, не штовхатися, не кричати, не грати в рухливі ігри на перервах, а також під час освітнього процесу поза межами спортмайданчика (спортивної зали).

2.2.8. Заборонено провокувати словами, діями агресивну поведінку, що може призвести до бійки під час освітнього процесу.

2.2.9. Не підходити до внутрішніх балконів, перил, не перехилятися через них, не спускатися перилами сходів.

2.2.10. Не допускати грубощів, образ, застосування протиправних дій у розв'язанні конфліктних ситуацій.

2.2.11. Не приносити до коледжу небезпечні предмети (ріжучі, колючі, вибухові, вогнебезпечні предмети, газові балончики, петарди, алкоголь, електронні цигарки, наркотичні речовини, тощо).

2.2.12. Заборонено курити, в т.ч. електронні цигарки, вживати алкогольні напої, наркотичні речовини.

2.2.13. Не виносити із закладу освіти матеріальні цінності, які належать коледжу.

2.2.14. Мати зручне взуття. Обережно пересуватися по свіжовимитій підлозі.

2.2.15. Бути обережним у найбільш травмонебезпечних місцях (уважно та спокійно спускатися сходами, біля дверей кабінетів та скляних дверей коридорів, не ховатися за ними).

2.2.16. Одягати зручний одяг, який відповідає погодним умовам та температурному режиму.

2.2.17. Співпрацювати з адміністрацією коледжу щодо створення безпечних умов для навчання (повідомляти про всі недоліки, що можуть призвести до небезпеки життєдіяльності під час освітнього процесу).

2.2.18. У кабінетах та лабораторіях, лабораторних корпусах студентам заборонено працювати із реактивами, механізмами, моделями, електричними та іншими нагрівальними приладами без дозволу викладача чи лаборанта.

2.2.19. Заборонено використовувати електроприлади із пошкодженою ізоляцією, зберігати біля них легкозаймисті рідини, обгортати папером або тканиною електричні лампи, заклеювати ділянки електропроводки легкозаймистою тканиною, папером та працювати на несправному обладнанні.

2.2.20. Під час практичних та лабораторних занять у кабінетах та лабораторіях дозволяється виконувати лише ту роботу, з якої пройдено інструктаж, при цьому чітко дотримуючись вимог інструкції з охорони праці

### 2.3. Вимоги пожежної безпеки в коледжі

2.3.1. Кожен студент зобов'язаний знати і виконувати правила пожежної безпеки, а при виникненні пожежі не панікувати, а виконувати вимоги інструкції та вказівки адміністрації щодо виходу в безпечне від вогню місце.

2.3.2. Студентам на території закладу освіти заборонено палити, застосовувати в приміщеннях відкритий вогонь (паяльні лампи, факели, запальнички тощо).

2.3.3. На території коледжу не можна розкладати багаття, спалювати

сміття, відходи, пакувальні матеріали.

2.3.4. Не використовувати без дозволу електрокип'ятильники, чайники та інші електричні прилади, а у випадку отримання дозволу на використання не залишати їх ввімкненими без нагляду. У випадку виявлення залишених без нагляду пристроїв - негайно повідомити про це викладача, вихователя чи іншого працівника коледжу.

2.3.5. Під час навчальних занять, спортивних або культурних масових заходів не наближатися до електроприладів, музичної апаратури, що живляться електрострумом. У разі виявлення обірваних проводів, неізолюваної проводки, іскріння проводки - негайно повідомити викладачів чи інших представників адміністрації.

2.3.6. Не збиратися під час проведення масових заходів або перерв біля проходів, входів та виходів, сходинок та аварійних виходів із приміщення. Не загороджувати предметами проходи, які повинні бути вільними для здійснення евакуації у разі надзвичайної ситуації.

2.3.7. У разі виникнення пожежі або аварійної ситуації:

- негайно повідомити про це телефоном аварійно-рятувальну службу (тел. 101). При цьому необхідно назвати адресу об'єкта, вказати кількість поверхів будівлі, місце виникнення пожежі, обстановку на пожежі, наявність людей, а також повідомити своє прізвище;

- вжити заходів з евакуації людей та збереження матеріальних цінностей;

- організувати гасіння (локалізацію) пожежі первинними засобами пожежогасіння;

- повідомити про пожежу керівника чи відповідну компетентну посадову особу;

- у разі необхідності викликати поліцію (телефон 102) та інші аварійні служби (медичну (тел. 103), газорятувальну (тел. 104), тощо).

2.3.8. Загальні Правила поведінки під час пожежі:

- при пожежі треба остерігатися 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.

2.3.9. Правила поведінки під час пожежі у коледжі (кабінеті, лабораторії чи іншому приміщенні):

- якщо можна вийти з кабінету через двері - слід рятуватися самому і допомогти іншим людям;

- якщо вихід перекрито вогнем, а студент перебуває не вище другого поверху або поряд є дерево чи пожежна дробина, слід вибиратися з кабінету через вікно;

- під час пожежі не можна ховатися в глухі кути, під столи, в шафи, у комору тощо;

- потрібно захищати органи дихання і закрити щілини під дверима (краще вологими ганчірками);

- подавати сигнали рятувальникам.

- перш ніж визирнути в коридор, слід торкнутися тильною стороною долоні ручки вхідних дверей. Якщо вона гаряча, відчиняти не можна - там пожежа;

- якщо ручка дверей холодна, потрібно визирнути в коридор. Якщо там вогонь або багато диму, слід зачинити двері;

- якщо диму небагато, але він іде знизу, це означає, що пожежа на нижніх поверхах. Не можна спускатися вниз, треба зайти в кабінет, зачинити двері й чекати на допомогу рятувальників;

- якщо неможливо залишити приміщення, слід зв'язатися мобільним зв'язком за номером 101, щоб повідомити про себе. І зачинитися у приміщенні з виходом до вікна;

- якщо пожежа сталася на поверх вище, слід, попередньо захистивши органи дихання, спускатися вниз сходами.

- якщо можна вийти з кабінету через двері - слід рятуватися самому і допомогти іншим людям;

- якщо вихід перекрито вогнем, а студент перебуває не вище другого поверху або поряд є дерево чи пожежна дробина, слід вибиратися з кабінету через вікно;

- під час пожежі не можна ховатися в глухі кути, під столи, в шафи, у комору тощо;

- потрібно захищати органи дихання і закрити щілини під дверима (краще вологими ганчірками);

- подавати сигнали рятувальникам.

- перш ніж визирнути в коридор, слід торкнутися тильною стороною долоні ручки вхідних дверей. Якщо вона гаряча, відчиняти не можна - там

пожежа;

- якщо ручка дверей холодна, потрібно визирнути в коридор. Якщо там вогонь або багато диму, слід зачинити двері;

- якщо диму небагато, але він іде знизу, це означає, що пожежа на нижніх поверхах. Не можна спускатися вниз, треба зайти в кабінет, зачинити двері й чекати на допомогу рятувальників;

- якщо неможливо залишити приміщення, слід зв'язатися мобільним зв'язком за номером 101, щоб повідомити про себе. І зачинитися у приміщенні з виходом до вікна;

- якщо пожежа сталася на поверх вище, слід, попередньо захистивши органи дихання, спускатися вниз сходами.

2.3.10. Первинні засоби пожежогасіння - вогнегасники, пісок, ковдри, лопати, сокири та ін. вогнегасні засоби, особливості використання яких наведено в табл. 2.1. Широко застосовують пінні, порошкові та вуглекислотні вогнегасники.

Табл. 2.1.

Клас пожежі	Характеристика горючого середовища або об'єкта	Вогнегасні засоби
А	Звичайні тверді горючі матеріали (дерево, вугілля, папір, гума та ін.)	Всі види вогнегасників 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

### 3. РАДІАЦІЙНА БЕЗПЕКА ТА ДІЇ У РАЗІ НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ ПРИРОДНОГО І ТЕХНОГЕННОГО ХАРАКТЕРУ

3.1. Про загрозу та виникнення надзвичайних ситуацій радіоактивного, хімічного, бактеріологічного зараження, катастрофічного затоплення та інших видів небезпеки отримаєте сповіщення по радіо, телебаченні, з газет, а також від викладачів, вихователя, адміністрації навчального закладу.

3.2. У разі виникнення надзвичайної ситуації радіоактивного хімічного, бактеріологічного зараження та інших видів небезпеки ДУ чітко виконувати

вказівки та інструкції викладачів, вихователя, наставника, адміністрації, медичних робітників.

3.3. Категорично заборонено підходити до вікон, якщо евакуацію не було здійснено з приміщення навчального закладу й вони загерметизовані, не відчиняти їх.

3.4. Не вживати воду та їжу, не організовану викладачами. Вода в крані може бути заражена, як і їжа, що перебувала на ураженому повітрі.

3.5. Якщо в кімнату приміщення, у якому ви перебуваєте, через щілини, не зачинені вікна поступає уражене повітря, слід негайно повідомити про це викладача, адміністрацію.

3.6. Якщо у приміщенні (в якому ви перебуваєте) наявне забруднення ртуттю, потрібно негайно відійти від зараженого місця, нічого не чіпати руками та негайно повідомити про це викладача, адміністрацію.

3.7. Однією з провідних методик із попередження радіоактивного захворювання є йодна профілактика (табл. 3.1) та захист органів дихання (табл. 3.2).

3.8. Під час виникнення загрози затоплення чітко виконувати розпорядження й вказівки викладача, адміністрації: перебувати у зазначеному місці й слідкувати за тим, щоб була відключена електрика й вода в приміщенні, у якому ви перебуваєте. У разі визначення даних порушень, слід одразу повідомити про це.

3.9. При снігових бурях, ураганах, смерчах та інших стихійних лихах чітко виконувати розпорядження і вказівки викладачів, адміністрації: перебувати у зазначеному місці. Категорично заборонено підходити до вікон і дверей, відчиняти їх. Чітко виконувати вказівки дорослих щодо евакуації.

3.10. У разі надзвичайних ситуацій епідемічного характеру мати при собі ватно-марлеву пов'язку; не давати засобів особистої гігієни в чуже користування; користуватися особистим посудом, питною водою та посудом для пиття; частіше перебувати на свіжому повітрі й вживати заходів щодо попередження інфекційних захворювань.

3.11. У разі виникнення землетрусу й обвалу будівлі закладу, діяти за такими правилами:

- покликати на допомогу;
- якщо хтось відгукнувся, повідомити про місце перебування і що сталося;
- спокійно чекати, поки розберуть завал;
- якщо ніхто не чує, спробувати вивільнити руки й ноги;
- роздивитися, якими предметами завалено;
- якщо вони не надто важкі, обережно розібрати завал. Намагатися не зачепити те, на чому все тримається;
- якщо не видно, чим завалено, або предмети, які на вас упали, дуже



важкі, терпляче кликати на допомогу кілька годин;

- якщо ніхто не чує, все-таки спробувати розібрати завал;
- звільнившись, оглянути себе. Якщо необхідно, надати собі першу допомогу: зупинити кровотечу, зафіксувати зламану кінцівку;
- якщо не зможете вибратися з будівлі, слід сповістити про себе (якщо є можливість, потрібно скористатися телефоном мобільного зв'язку, стукати по трубах опалення, голосно кликати на допомогу);
- очікуючи на допомогу, слід намагатися уникнути переохолодження: постелити щось на підлогу, лягти на бік, підклавши під себе руку, коліна підтягнути до грудей.

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

- а) зовнішнє опромінення при проходженні радіоактивної хмари;
- б) внутрішні 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.

3.13. Основними дієвими принципами захисту є:

- використання засобів індивідуального захисту;
- дотримання правил особистої гігієни;
- очищення від радіоактивних забруднень поверхонь будівельних конструкцій, засобів індивідуального захисту;
- використання радіопротекторів (біологічний захист).

3.14. 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.

Табл. 3.1.

Час прийому препаратів стабільного йоду	Фактор захисту
За 6 годин до інгаляції	100
Під час інгаляції	90
Через 2 години після разового поступлення	10
Через 6 години після разового поступлення	2

***Якщо таблеток йодистого калію немає, можна взяти 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.***

Табл. 3.2.

Предмет	К-ть шарів	Захисні власт.
Чоловіча бавовняна носова хусточка	16	17,0
	8	9,0
	1(зім'ята)	8,5
	1(волога)	3,0
Жіноча бавовняна носова хусточка	1(суха)	1,4
	4(волога)	2,7
Махровий рушник	4(суха)	2,2
	1 - 2	4,0
Бавовняна сорочка	1(волога)	3,0
	2(суха)	3,0
	1(суха)	2,5
Туалетний папір	2	12,0

#### 4. БЕЗПЕКА ДОРОЖНЬОГО РУХУ ТА ПОВЕДІНКА НА ОБ'ЄКТАХ ЗАЛІЗНИЧНОЇ ІНФРАСТРУКТУРИ

##### 4.1. Студенти зобов'язані:

- вивчати на заняттях, зокрема з безпеки життєдіяльності, виховних годинах правила дорожнього руху й неухильно дотримуватися їх та інших нормативних актів із питань безпеки дорожнього руху;
- створювати безпечні умови для дорожнього руху, не завдавати своїми діями або бездіяльністю шкоди підприємствам, установам, організаціям, навчальному закладу і громадянам;
- виконувати розпорядження органів державного нагляду та контролю щодо дотримання законодавства про дорожній рух.

##### 4.2. Студенти навчального закладу під час перебування на вулиці за межами навчального закладу зобов'язані:

- рухатися по тротуарах, пішохідних або велосипедних доріжках, узбіччях, у разі їх відсутності - по краю проїжджої частини автомобільної дороги чи вулиці;
- перетинати проїжджу частину автомобільної дороги, вулиці по пішохідних переходах, а в разі їх відсутності - на перехрестях по лінії тротуарів і узбіч;
- керуватися сигналами регулювальника та світлофора (переходити тільки на зелене світло для пішохода) в місцях із регульованим дорожнім рухом;
- не затримуватися і не зупинятися без потреби на проїжджій частині автомобільної дороги, вулиці й залізничному переїзді;
- не переходити проїжджу частину автомобільних доріг, вулиць, залізничних переїздів, безпосередньо перед транспортними засобами, що наближаються поза пішохідними переходами за наявності роздільної смуги, а

також у місцях, де встановлені пішохідні чи дорожні огорожі;

- стримуватися від переходу проїжджої частини при наближенні транспортного засобу з увімкненим проблісковим маячком та спеціальним звуковим сигналом;

- виходити на проїжджу частину з-за нерухомого транспортного засобу або іншої перешкоди, що обмежує видимість, упевнившись, що не наближаються інші транспортні засоби;

- здійснювати посадку в транспортний засіб лише зі спеціального майданчика, а в разі його відсутності - з тротуару чи узбіччя;

- здійснювати посадку і висадку лише після припинення руху транспортного засобу;

- не відволікати увагу водія від керування транспортним засобом (тролейбусом, автобусом, трамваем, маршрутним таксі);

- під час руху на автомобілі бути пристебнутим поясом безпеки, а на мотоциклі в застебнутому мотошоломі.

Під час переходу вулиці або дороги розмовляти по мобільному телефону **НЕБЕЗПЕЧНО!**

4.3. Студенти навчального закладу під час перебування на залізничних вокзалах, станціях, поблизу колій зобов'язані дотримуватись певних вимог:

- при русі 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.

Під час переходу залізничної колії розмовляти по мобільному телефону **НЕБЕЗПЕЧНО!**

- 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 через станцію без зупинки, не можна стояти ближче двох метрів від краю платформи;

- підходити до вагона можна лише після повної зупинки потяга;

- посадку у вагон та вихід з нього здійснювати лише з боку перону і бути при цьому обережним, щоб не оступитися та 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 висовуйтеся з вікон вагонів; при зупинках потяга на перегонах не виходьте з вагонів;

- забороняється використовувати у вагонах відкритий вогонь та 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.

## 5. ПОБУТОВИЙ ТРАВМАТИЗМ. ПОПЕРЕДЖЕННЯ ТА ДІЇ У РАЗІ НЕЩАСНИХ ВИПАДКІВ У ПОБУТІ.

5.1. Під нещасними випадками в побуті слід розуміти не пов'язані з навчально-виховним процесом травми, зокрема отримані внаслідок заподіяних тілесних ушкоджень іншою особою, отруєння, самогубства, опіки, обмороження, утоплення, ураження електричним струмом, блискавкою, травми, отримані внаслідок стихійного лиха, контакту з тваринами тощо, які призвели до ушкодження здоров'я потерпілих.

5.2. Факт ушкодження здоров'я внаслідок нещасного випадку встановлює і засвідчує лікувально-профілактичний заклад.

5.3 Документом, що підтверджує ушкодження здоров'я особи, є листок непрацездатності чи довідка з лікувально-профілактичного закладу.

5.4. Для попередження побутового травматизму слід чітко виконувати правила безпеки життєдіяльності, бути обережним щодо особистого стану здоров'я та стану здоров'я оточуючих. Застосовувати знання щодо попередження травм, отримані на заняттях безпеки життєдіяльності, виховних годинах, предметних заняттях та під час навчально-виховного процесу.

5.5. Студенти зобов'язані виконувати:

5.5.1. Правила поведінки в небезпечній ситуації:

- оцінити рівень небезпеки. Якщо ситуація загрожує життю, часу на роздуми немає, слід діяти негайно;

- якщо загрози життю немає, спочатку потрібно заспокоїтися;

- якщо не впораєтесь з ситуацією, слід скласти план дій і виконувати його;

- якщо потрібна допомога, необхідно звернутися до рятувальних служб, родичів, сусідів, випадкових перехожих;

- якщо допомога не надходить, не втрачайте надії, наступної миті ситуація може змінитися на краще.

5.5.2. Правила поведінки під час грози:

- якщо гроза застала вдома, слід зачинити вікна, вимкнути з розеток електроприлади, не виходити з дому;
- якщо гроза застала надворі, потрібно намагатися сховатися в найближчому приміщенні;
- якщо під час грози ви перебуваєте на відкритому місці, слід сховатися в яру, під кущами;
- не можна ховатися від грози під високим поодиноким деревом, високовольтною лінією електропередач, у річці;
- треба відкласти на 15-20 м від себе всі металеві речі;
- якщо гроза застала в автомобілі, слід залишатися в ньому.

#### 5.5.3. Правила поведінки в місцях скупчення людей:

- збираючись у місця скупчення людей, потрібно відповідно одягтися;
- на концерти, вистави, змагання краще приходити раніше;
- треба сідати на місця поблизу виходу;
- після завершення краще зачекати, поки люди вийдуть;
- у натовпі потрібно рухатися разом з усіма, намагаючись бути якомога далі від стін і дверей, до яких можуть притиснутися;
- якщо ви впали, спробуйте підвестись, а якщо це не вдається, слід згрупуватися і захищати руками голову;
- не можна ходити на несанкціоновані мітинги і демонстрації протесту.

Для неповнолітніх осіб там може бути особливо небезпечно.

#### 5.5.4. Дії у разі нещасних випадків у побуті:

- заспокоїтися та заспокоїти оточуючих;
- викликати швидку допомогу за телефоном 103;
- за змогою надати потерпілому першу (долікарську) допомогу: зупинити кровотечу, зафіксувати зламану кінцівку, тощо.

## 6. ПЕРША (ДОЛІКАРСЬКА) МЕДИЧНА ДОПОМОГА

6.1. Перша долікарська медична допомога - це своєчасна, правильна медична допомога потерпілому від нещасного випадку, аварії чи захворювання, яка надається до приїзду лікарів.

6.2. У разі виявлення студентом аварійної ситуації, під час якої постраждалий отримав певні ушкодження, потрібно негайно повідомити про це педагогічних працівників - викладачів, керівників, адміністрацію.

6.3. У випадку, коли неможливо повідомити про аварійну ситуацію працівників навчального закладу, слід самостійно викликати швидку медичну допомогу за телефонним номером 103, описавши коротко стан здоров'я та ушкодження, які отримав постраждалий. Обов'язково потрібно вказати відомості про місце перебування в навчальному закладі постраждалого та адресу, назвати номер свого телефону. Після чого діяти відповідно до ситуації,

в залежності від травм отриманих потерпілим.

6.4. Надання першої допомоги при ураженні електричним струмом:

6.4.1. Обов'язково знеструмити потерпілого:

- вимкнути рубильник або викрутити запобіжник;
- вимкнути мережу живлення;
- сухою палицею відкинути від потерпілого провід, що перебуває під напругою;
- відтягти потерпілого від електричних проводів, струмопровідних частин установки.

6.4.2. При цьому слід користуватися гумовими рукавичками або намотати на руку шарф, прогумований плащ, інший ізоляційний матеріал. Дуже бажано стати на підручний ізоляційний предмет (суху дошку, згорток сухого спецодягу, тощо);

- якщо після звільнення потерпілого від дії струму він не дихає, то потрібно негайно зробити штучне дихання і непрямий (зовнішній) масаж серця. Найбільш ефективним методом штучного дихання є «з рота в рот» або «з рота в ніс»;
- після завершення вдихання повітря в рот чи ніс потерпілому дати можливість вільного видиху. Частота вдихання повітря потерпілому повинна бути 12-13 разів на хвилину.

6.5. Перша допомога при переломах, вивихах, розтягненні зв'язок, суглобів, ударах:

- при переломах, вивихах необхідно надати потерпілому зручне положення, що виключає рухи пошкодженої частини тіла. Це досягається шляхом накладання шини, за її відсутності можна використати палиці, дошки, фанеру тощо;

- особливо небезпечні травми хребта. У таких випадках необхідно обережно, не піднімаючи потерпілого, підсунути під його спину дошку, щит, двері тощо;

- при переломі ребер необхідно міцно забинтувати груди або стягнути їх рушником під час видиху;

- при переломах і вивихах ключиці у підм'язову западину слід покласти вату або інший матеріал, зігнути руку в лікті під прямим кутом і прибинтувати її до тулуба;

- при переломах і вивихах кисті та пальців рук потрібно зробити так: кисть руки з вкладеним у долоню жмутом вати, бинта (пальці зігнуті) прикласти до шини, що має починатися біля середини передпліччя і закінчуватися біля кінчиків пальців, і перебинтувати;

- при розтягненні зв'язок суглобів - підняти хвору кінцівку вгору, накласти холодний компрес та тісну пов'язку, забезпечити спокій до прибуття лікаря;

- при ударах забезпечити потерпілому повний спокій, накласти на місце удару холодний компрес. При ударах із синцями не слід класти примочки, місце удару змастити йодом і накласти пов'язку.

#### 6.6. Перша допомога при опіках, теплових ударах:

- при наданні першої допомоги при опіках, теплових ударах слід швидко припинити дію високої температури;

- при появі різних ознак теплового або сонячного удару потерпілого потрібно негайно вивести на свіже повітря або в тінь, покласти, розстебнути тісний одяг, на голову і на серце покласти холодні компреси, дати пити у великій кількості холодну воду, у тяжких випадках потерпіло облили холодною водою;

- при припиненні дихання або його утрудненні до прибуття лікаря потерпілому роблять штучне дихання.

#### 6.7. Перша допомога при обмороженні, переохолодженні:

- обмороження виникає при місцевій дії холоду на тіло;

- при обмороженні I ступеня слід розтерти обморожені місця тіла сухою теплою тканиною до почервоніння;

- при обмороженні II-III ступенів - накласти стерильні сухі пов'язки і забезпечити негайну доставку потерпілого в лікарню;

- при легкому ступені переохолодження тіло слід розігріти розтиранням і дати випити кілька склянок теплої рідини;

- при середньому і тяжкому ступенях - тіло енергійно розтерти вовняною тканиною до почервоніння шкіри, дати багато пити.

#### 6.8. Надання першої допомоги при пораненні й кровотечі:

- перша допомога при пораненні та кровотечі зводиться до обережного накладання на рану індивідуального пакета. При цьому мити рану водою, змивати кров з рани заборонено;

- якщо індивідуального пакета немає, для перев'язування використовуйте чисту носову хустинку. У цьому випадку приготувану для перев'язування тканину змочіть йодом так, щоб пляма йоду трохи перебільшувала розміри рани;

- при кровотечі необхідно підняти поранену кінцівку, закрити рану перев'язувальним матеріалом і притиснути ділянку біля неї на 4-5 хв, не торкаючись рани пальцем;

- за відсутності гумової трубки або стрічки, що розтягується, для джгута можна застосовувати інші матеріали (мотузку, ремінь, рушник тощо).

#### 6.9. Перша допомога при отруєнні:

- причиною отруєння є проникнення в організм людини різних токсичних речовин. Захворювання починається через 2-3 год, інколи через 20-26 год;

- при харчовому отруєнні потерпілому кілька разів слід промити шлунок

(примушують випити 1,5- 2 л води, а потім викликають блювання подразненням кореня язика) до появи чистих промивних вод;

- можна дати 8-10 таблеток активованого вугілля. Потім - багато чаю, але не їжу. Якщо після отруєння минула 1-2 год і отрута потрапила із шлунку до кишечника, то викликати блювання немає сенсу.

Дії при харчовому отруєнні:

- за перших ознак харчового отруєння треба звернутися до лікаря або викликати швидку допомогу за номером 103;

- якщо є підозра, що отруєння спричинене грибами, слід негайно викликати швидку допомогу - важливу роль грає кожна хвилина;

- до прибуття лікарів бажано промити шлунок, а потім випити води або несолодкого чаю.

6.10. Перша допомога при ураженні хімічними речовинами:

- якщо хімічна речовина рідка, її треба негайно змити проточною водою впродовж 15-30 хв;

- якщо хімічна речовина потрапила в очі, слід промивати їх холодною водою впродовж 15-30 хв. Око треба розплющити, а струмінь води спрямовувати до його внутрішнього кутика;

- якщо речовина суха, її треба струсити чи зняти сухою ганчіркою (не можна здувати, щоб порошок не потрапила в очі);

- тільки після цього уражене місце потрібно промити водою;

- діти і люди похилого віку потребують негайної госпіталізації, навіть при незначному ураженні хімічними речовинами;

- за перших ознак отруєння слід викликати швидку допомогу за номером 103;

- до лікарні треба взяти посуд та етикетку від хімічної речовини, що викликала отруєння.

## 7. ДІЇ У ВИПАДКУ ОТРИМАННЯ СИГНАЛУ «УВАГА ВСІМ! ТЕРМІНОВА ЕВАКУАЦІЯ З НАВЧАЛЬНИХ ПРИМІЩЕНЬ»

Термінова евакуація з навчальних приміщень (кабінетів, аудиторій, лабораторій, читальних залів, кімнат самопідготовки, тощо) проводиться у випадку виникнення пожежі, затоплення, загрози обвалу, розпилення токсичної речовини та інш.

Сигналом для початку термінової евакуації з навчального приміщення є три довгих дзвінки (гудки) з короткими інтервалами. Даний сигнал може повторюватись через 1-2 хвилини.

Почувши такий сигнал викладачі негайно припиняють навчальний процес і забезпечують термінову евакуацію студентів за межі навчального чи лабораторного корпусу. Евакуація проводиться через штатні виходи з



приміщень та через евакуаційні виходи.

Дії викладача:

- віддати команду студентам «Увага! Без паніки! Швидко покидаємо кабінет та приміщення!»;
- контролювати процес евакуації, запобігати проявам паніки серед студентів;
- допомогти студентам які розгубилися швидко опанувати себе та знайти вихід з приміщення;
- залишити кабінет (лабораторію) останнім, переконавшись, що всі студенти вийшли;
- супроводжувати студентів до виходу з приміщення та відвести їх у безпечне місце;
- дозволити студентам повертатись у приміщення лише після отримання команди від керівництва коледжу.

Дії студентів:

- швидко зібрати свої речі, не допускаючи паніки;
- не штовхаючись, швидким кроком вийти з кабінету (лабораторії) в коридор;
- швидко рухатись по коридору (але не бігти) у напрямку виходу з приміщення, орієнтуючись по схемі евакуації, яка вивішена на кожному поверсі;
- максимально швидко покинути навчальний чи лабораторний корпуси та відійти від них на безпечну відстань;
- допомогти студентам які розгубилися швидко опанувати себе та знайти вихід з приміщення;
- повернення в навчальні приміщення може проводитись лише з дозволу викладача чи адміністрації коледжу, після усунення загрози.

## 8. ЗАХОДИ ІЗ ЗАПОБІГАННЯ ІНФІКУВАННЯ КОРОНАВІРУСОМ ПІД ЧАС ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ

Основні профілактичні індивідуальні заходи:

- проходження щоденного температурного скринінгу перед початком занять (вимірювання здійснюється черговим працівником);
- дезінфекційна обробка рук при вході в будівлю начального та лабораторних корпусів, студентського гуртожитку (за необхідності);
- гігієна рук - часте миття з рідким милом (тривалістю не менше 30 с) або обробка спиртовмісними антисептиками не рідше ніж раз на 3 години, а також після відвідування громадських місць, туалету; відмова від рукостискання - використовуйте інші безконтактні способи вітання;
- гігієна кашлю - прикриття роту та носа при кашлі та чханні зігнутою

рукою в лікті або одноразовою серветкою, яку необхідно утилізувати (зав'язати у поліетиленовий пакет і викинути у спеціально відведене місце) відразу після використання;

- утримання від контактів з особами, що мають симптоми респіраторних захворювань - кашель, лихоманка, ломота в тілі;
- збереження обов'язкової соціальної дистанції (не менше 1,5 метра) зі студентами та викладачами;
- утримання від дотиків обличчя руками;
- у разі виникнення симптомів захворювання, таких як лихоманка, кашель, ломота в тілі тощо, слід залишитися вдома, попередивши класного керівника (батьків, сестру медичну для студентів, які проживають у гуртожитку) та утриматись від відвідування місць скупчень людей;
- обов'язкове використання захисних масок під час пересування приміщеннями коледжу, своєчасна їх заміна (кожні 3 години або негайно після забруднення) з подальшим знешкодженням та миттям рук з милом або обробкою рук спиртовмісним антисептиком відразу після знімання маски;
- використання захисних масок під час занять у навчальних приміщеннях не обов'язкове.

#### ЗАЛИШАЙТЕСЯ ВДОМА:

- якщо у вас погіршилося самопочуття
- якщо вдома у вас є хворий член сім'ї (контактували з хворим на COVID-19).

РОЗРОБЛЕНО

Інженер з охорони праці

П.В.Чалий

ПОГОДЖЕНО

Заступник директора

з навчально-виховної роботи

В.М.Масло