

БЕЗПЕКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ під час перебування в Університеті



Основні напрямки

- I. ПРАВИЛА безпечного перебування у приміщеннях Університету: можливі небезпечні фактори
- II. Гігієнічні правила. Особиста гігієна
- III. Правила електробезпеки під час користування електричними приладами
- IV. Домедична допомога. Правила виклику швидкої допомоги
- V. Цивільний захист:
 - * Пожежна безпека
 - * Техногенна безпека

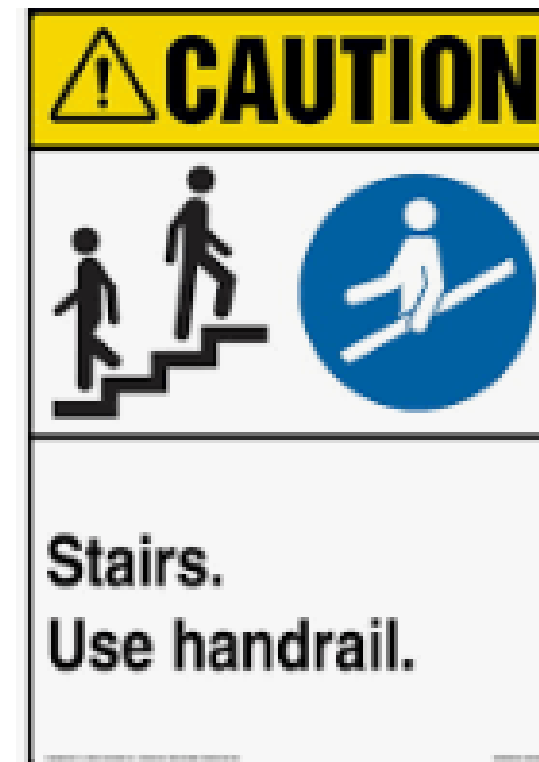


Небезпечні фактори. Поведінка на сходах

- ✓ Не поспішайте! Не пропускайте сходинки - 2/3 випадків трапляються на 1-й або 3-х останніх сходинках.
- ✓ Не користуйтесь мобільним телефоном й уникайте інших факторів, які можуть відволікати Вашу увагу під час руху сходами. Якщо Вам зателефонували – зупиніться, поговоріть і рушайте далі.
- ✓ Завжди тримайтесь за поручні. Якщо Вам треба переносити щось – використовуйте спеціальну сумку, одна рука завжди має бути вільна, для того щоб триматись за поручень.
- ✓ Будьте особливо уважні на сходах, що знаходяться на вулиці, особливо тоді, коли йде дощ або сніг.



Користуйтеся сходами безпечно



Базові правила користування ліфтом

- ✓ Після відчинення дверей завжди переконайтесь в тому, що кабіна знаходиться перед вами
- ✓ Ніколи не стійте в площині дверей
- ✓ Не перевищуйте кількість пасажирів у ліфтовій кабіні



У випадку зупинки ліфтової кабіни не намагайтесь звільнитись самотійно, ні в якому разі не відчиняйте двері шахти ліфта. Використовуйте зв'язок з диспетчером.



**У разі пожежі користуватися ліфтом
заборонено**



Використовуйте меблі за призначенням!



Заборонено
приносити / вживати



Правила перебування в Університеті

- ✓ **Харчування** забезпечується у спеціально відведеному місці
Заборонено приймати їжу під час занять/лекцій.
- ✓ Дотримуйтеся чистоти у всіх приміщеннях, забезпечувати чистоту робочого місця.
- ✓ У разі необхідності провітрюйте приміщення (мінімум 5 разів на день).



Особиста гігієна

В Університеті наявні належні умови для дотримання норм особистої гігієни



Відвідуйте приміщення гігієни, що розташовані на 3-му та 4-му поверхах за потребою

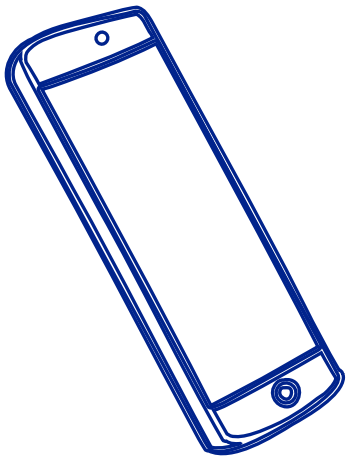


Якщо у вас режим навчання «online»

- 
- *Облаштуйте собі зручне місце, максимально дотримуючись вимог під час роботи за комп'ютером;
 - *Дотримуйтесь режиму праці та відпочинку;
 - *Не забувайте про температурний режим, провітрюйте своє приміщення;
 - *Не вживайте їжу під час занять



Як дбати про гігієну мобільного телефона



Не користуйтеся телефоном у громадському транспорті. Збудники різних хвороб можуть перекинутися з поручнів чи інших поверхонь на ваші руки



Протирайте поверхню телефона серветкою, змоченою розчином 0,05%- хлоргексидину, вдома – тканиною з мікрофібри й теплою водою з милом або розчином 60% води + 40% спирту

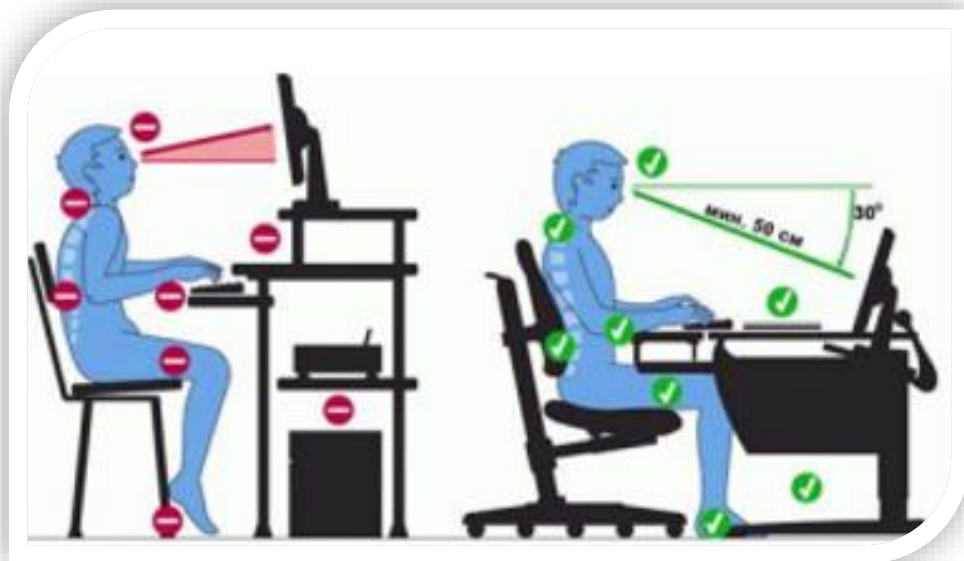


Використовуйте дезінфекційні антисептики на основі ізопропілового спирту. Однак не зловживайте ними,

Як очищати прилади. Загальні рекомендації



Вимоги до робочого місця. Вправи для очей



ВПРАВА 1



8—10 разів

Примружте міцно очі на 3—5 с, потім раптово розплющіте. Повторіть вправу 8—10 разів

ВПРАВА 2



5 разів

Тримайте голову прямо, рухайте очима вправо-вліво, вгору-вниз. Повторіть кожну дію 5 разів

ВПРАВА 3



5 разів

Заплющіте очі та робіть ними протягом 30 с колові рухи за годинниковою стрілкою, потім стільки ж часу — проти. Повторіть вправу 5 разів

ВПРАВА 4



5 разів

Сфокусуйтеся на кінчику носа протягом 3—5 с, потім поверніться у вихідне положення. Повторіть вправу 5 разів



Ураження електричним струмом - один з основних факторів, який спричиняє травму (у світі щорічно гине 22-25 тисяч людей)



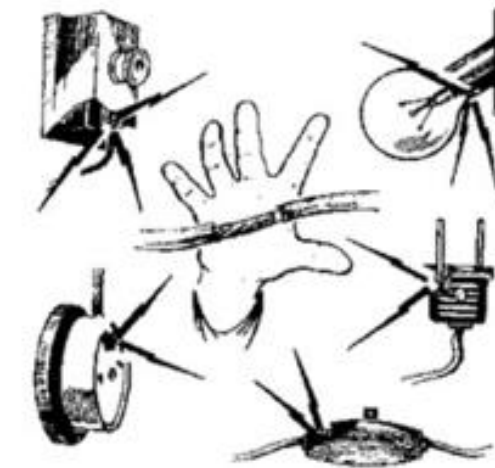
Джерела небезпеки ураження електричним струмом в приміщеннях/навчальних аудиторіях:

- *будь-яка офісна техніка, що підключається до електромережі;
- *прилади й обладнання для охолодження, розігрівання та приготування напоїв і продуктів харчування;
- *електророзетки та блоки електророзеток;
- *блоки живлення ноутбуків і телефонів.

220 V

Правила безпеки під час користування електричними приладами

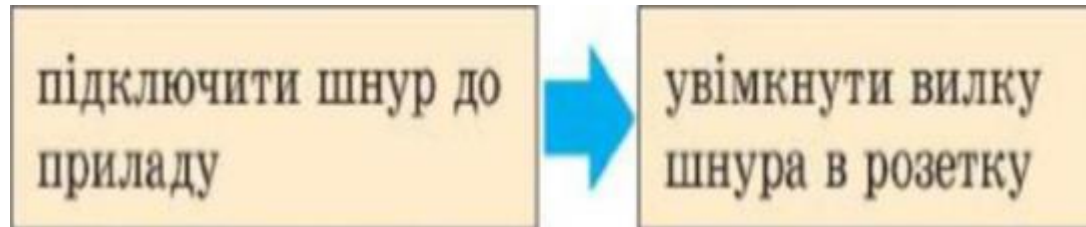
- Користуватися тільки справними електроприладами.
- Перш ніж увімкнути електричний прилад, потрібно пильно оглянути його.
- Переконатися, що він справний: штепсельна вилка ціла, на ній немає крапель води, провід не пошкоджено



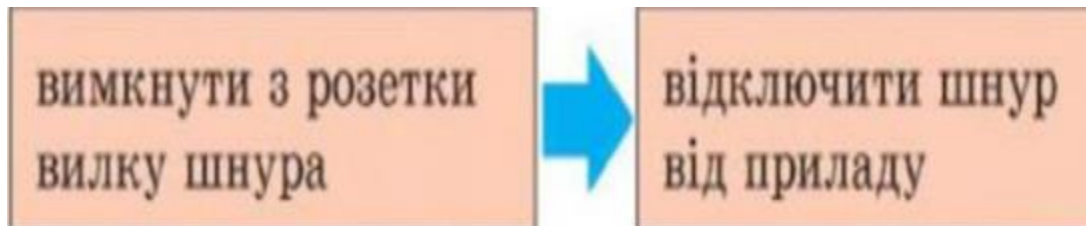
- Про помічені неполадки в електроприладах, оголені й погано ізольовані проводи потрібно негайно розповісти дорослим.
- Несправності може усунути тільки спеціаліст-електрик.

Учись правильно вмикати електроприлад у мережу та вимикати з неї, якщо шнур відокремлено від нього

ВМИКАТИ



ВИМИКАТИ



Так не повинно бути



У разі виявлення обірваного проводу або інших пошкоджених струмоведучих елементів:

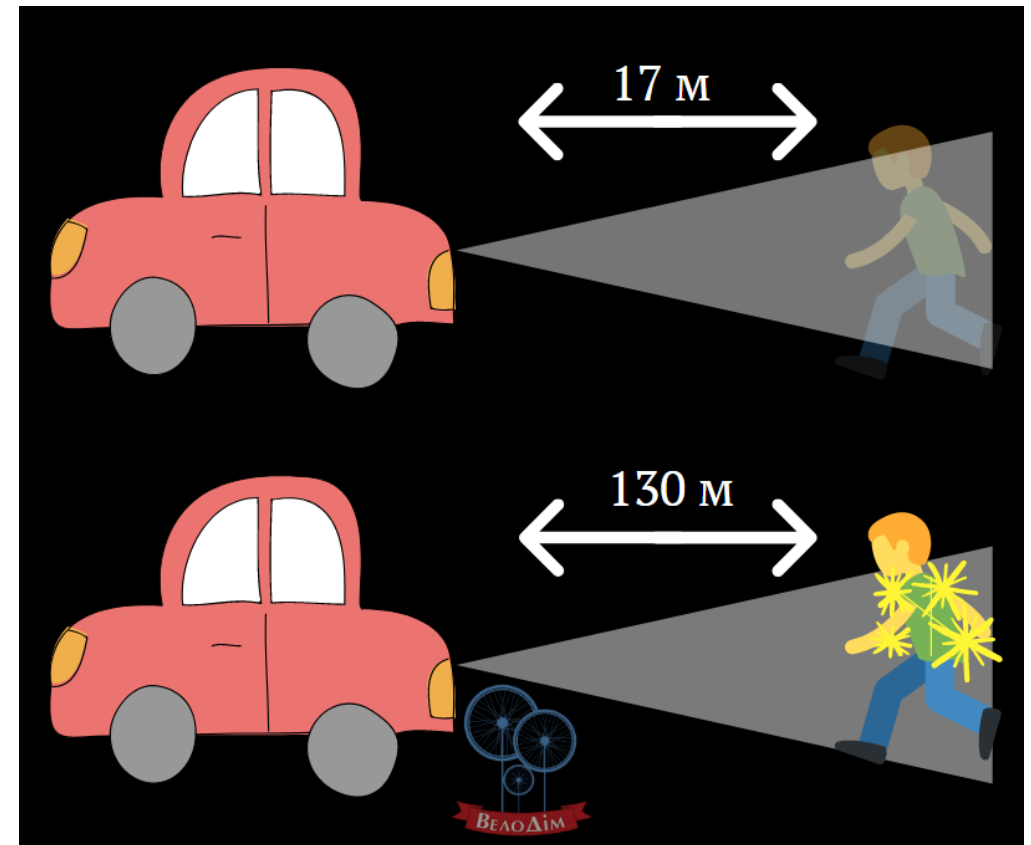
- Ні в якому разі не торкатися будь-якого неізолюваного елемента, який ймовірно знаходиться під дією електричного струму;
- Повідомити викладача, іншого працівника Університету.

ВИ НА ДОРОЗІ У ТЕМНИЙ ЧАС ДОБИ

У разі вимкнення вуличного освітлення важливо знати, як убезпечити себе від можливих нещасних випадків на дорозі

Експерти стверджують:

світловідбивачі у 6 разів зменшують ризик аварії за участю пішохода. Під час руху автомобіля з увімкненим ближнім світлом фар водій може помітити пішохода на відстані 25-30 метрів, але якщо пішохід має на собі світловідбиваючі елементи, то відстань його видимості на дорозі збільшується до 130-150 метрів, а з дальнім світлом фар – від 300 до 400 метрів!



ЯК ОДЯГАТИСЯ, ЩОБ БУТИ ПОМІТНИМ

Якщо зовнішнє освітлення обмежене або вимкнене, обов'язково треба використовувати світловідбиваючі аксесуари (флікери) та обирати одяг, який зробить вас помітним для водіїв автомобільного транспорту.

З цією метою можна використовувати стрічки, наліпки, браслети, брелоки, жилети. Краще, щоб такі світловідбиваючі прикраси були на рухомих частинах тіла — зап'ястях, передпліччях, гомілках.

Як варіант — їх можна закріпити на верхньому одязі, сумках, взутті.

Краще — з боку руху автомобіля або з обох сторін.



ДОМЕДИЧНА ДОПОМОГА

ДОМЕДИЧНА ДОПОМОГА – це комплекс заходів, спрямованих на поновлення або збереження здоров'я/життя потерпілого до прибуття медичного працівника

Коли варто телефонувати на «103»

У разі погіршення самопочуття, коли ви в Університеті:

- Повідомити викладача/або іншого працівника;
- У разі необхідності викликати швидку допомогу.

У пацієнта:



Проблеми з диханням
(ускладнене, задишка)
або його відсутність



Втрата свідомості
або її сплутаність



Ознаки масивної
кровотечі



Ознаки інсульту
та інфаркту



Біль, відчуття
стиснення у грудній
клітині



Інші стани, які
загрожують його
життю та здоров'ю

Висока температура сама по собі не є підставою для виклику бригади екстреної медичної допомоги.



Fire Security and Civil Defense



Цивільний захист

Запобігти, попередити, врятувати –
головне завдання Цивільного Захисту.



Думати швидко, діяти чітко



Основні напрямки діяльності та регулювання згідно Законодавства України

ОСНОВНІ ЗАКОНОДАВЧІ НОРМАТИВНІ АКТИ З ПОЖЕЖНОЇ БЕЗПЕКИ, ЦИВІЛЬНОГО ЗАХИСТУ ТА ТЕХНОГЕННОЇ БЕЗПЕКИ:

- ✓ Кодекс цивільного захисту України від 02.10.2012 №5403-VI.
- ✓ Правила пожежної безпеки України від 30.12.2014 №1417.
- ✓ Порядок здійснення навчання населення діям у надзвичайних ситуаціях, затверджений постановою КМУ від 26.06.2013 №444.
- ✓ Порядок затвердження програм навчання та інструктажів з питань пожежної безпеки, організації та контролю за їх виконанням, затверджений наказом МВС від 05.12.2019 №1021.
- ✓ Стаття 5 Указу Президента України від 24 лютого 2022 року №64/2022 «Про введення воєнного стану в Україні», затвердженого Законом України від 24 лютого 2022 року №2102-IX.



Пожежа. Основні причини пожеж

Пожежа – неконтрольоване горіння поза спеціальним вогнищем, яке призводить до матеріальної шкоди. Причинами виникнення пожеж є недбала поведінка людей з вогнем, порушення правил пожежної безпеки, природні явища (блискавка, посуха). Відомо, що 90% пожеж виникає з вини людини.

Основні причини пожеж

Згідно зі статистичними даними основними причинами пожеж в Україні є:

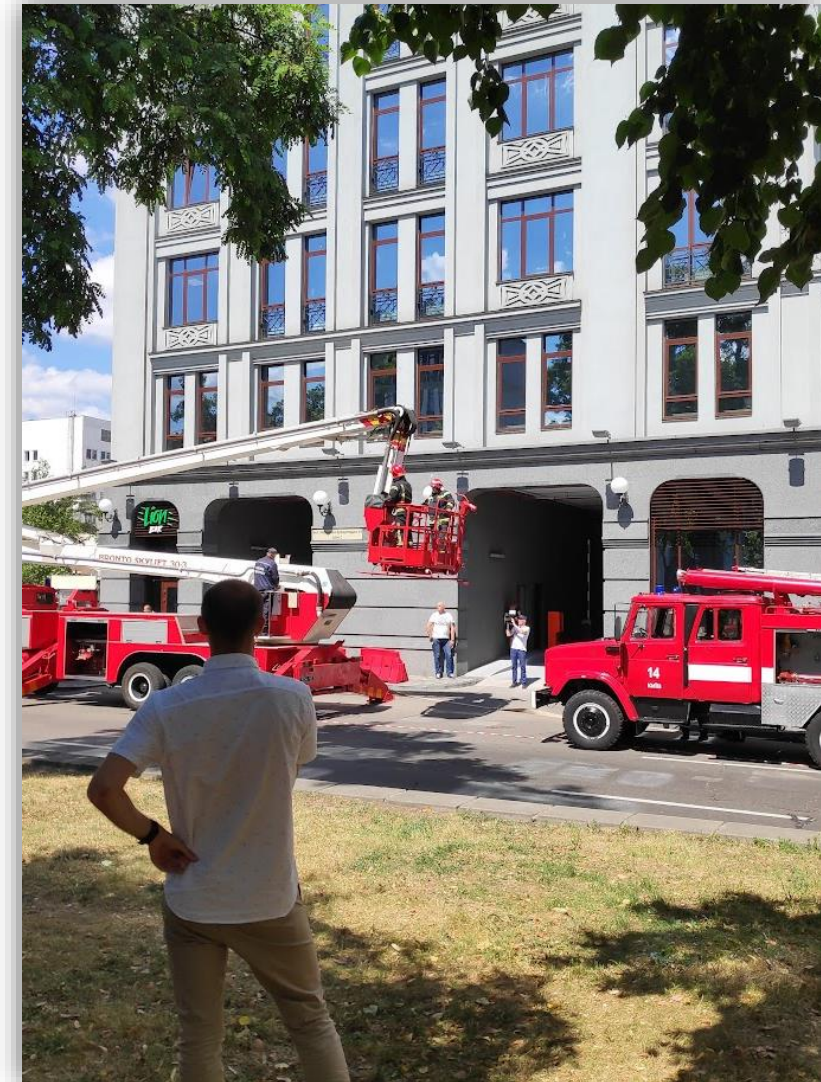
- необережне поводження з вогнем 58-60%;
- порушення правил монтажу та експлуатації (ППМЕ) електроустаткування та побутових електроприладів 18-20%;
- ППМЕ приладів опалення 11-12%;
- пустощі дітей з вогнем 7-8%;
- підпали 2%.

У виробничій сфері основні причини пожеж та їх показники змінюються не суттєво.

Значний відсоток пожеж спричинений **незадовільним станом електричного устаткування та приладів**, а також порушенням правил їх монтажу та експлуатації.

До чинників, що можуть викликати пожежу саме з цієї причини належать:

- короткі замикання;
- несправності електроустаткування та приладів;
- струмові перевантаження, що виникають у силових та освітлюваних електромережах;
- великі значення перехідних опорів.



Оповіщення про пожежу чи іншу надзвичайну ситуацію Дії у разі виникнення пожежі (загальні)



Зателефонувати до пожежної служби
за тел. номером 101.

При цьому вказати:

- ☐ Адресу Університету: **м. Київ, площа
Поштова, будинок 3**
- ☐ Тел.: **+38(044) 496-15-15**
- ☐ Кількість поверхів.
- ☐ Місце виникнення пожежі.
- ☐ Наявність людей.
- ☐ Своє прізвище, посаду.



Почати
евакуацію,
використовуючи
найближчий
евакуаційний
вихід



За потреби
увімкнути
пожежну
сигналізацію



За можливості,
спробувати
загасити вогонь
наявними
засобами
пожежогасіння



Зачинити двері
та вікна



Алгоритм дій під час евакуації

Евакуація студентів разом із викладачами з приміщень до визначеного місця збору

Збір студентів разом з викладачами у місці збору

Перевірка наявності студентів кожної групи відповідальними особами (викладачами)



Всі студенти разом з викладачами/працівниками зобов'язані евакуюватися з приміщень через евакуаційні виходи до місця збору, розташованого за межами будівлі
Користуватися ліфтами під час евакуації заборонено!



Умовні позначення / Legend



вогнегасник / extinguisher



кнопка включення установок (систем)
пожежної автоматики / *manual fire detector*



пожежний кран / *fire hydrant*



місце розташування декількох засобів
протипожежного захисту / *place of location of
several measures of anti-fire protection*



Обережно! Електрична напруга! /
Carefully! Electrical voltage!



Вихід тут / *Exit here*



напрямок до евакуаційного виходу / *direction of
movement to emergency exit*



вказівник дверей евакуаційного виходу / *primary
exit route*



напрямок до евакуаційного виходу прямо /
direction of movement to emergency exit direct



показчик виходу / *emergency exit*



вказівник напруги у розетці / *voltage indicator of
the outlet*



відчиняти рухом на себе / *open the movement to
yourself*

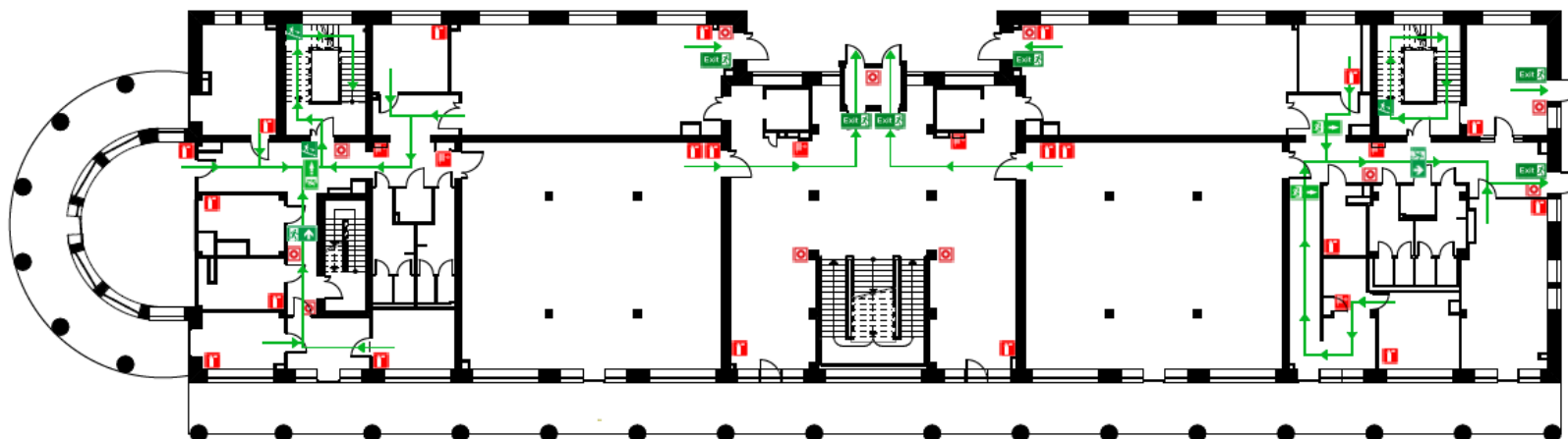


відчиняти рухом від себе / *open the movement
from yourself*

План евакуації

ПЛАН ЕВАКУАЦІЇ 3-ГО ПОВЕРХУ

ЗАТВЕРДЖУЮ



УВАГА!
Зорієнтуйтеся на плані,
Визначте своє місцезнаходження

У разі пожежі
телефонувати

101

**Дії у разі пожежі
зберігайте спокій!**

1 Повідомити за
телефоном:

• адресу об'єкту
• місце виникнення пожежі
• своє прізвище

2 Евакуювати
людей

• Орієнтуватися за
знаками напрямку руху
• взяти з собою
постраждалих

3 У разі можливості
вжити заходів щодо
гасіння пожежі

• використати засоби
протипожежного захисту
• при необхідності
знеструмити приміщення

Умовні позначення:

	-Основний шлях до евакуаційного виходу
	-Евакуаційний вихід
	-Напрямок руху
	-Пожежний кран
	-Вогнегасник
	-Кнопка увімкнення засобів пожежної автоматики

Первинні засоби пожежогасіння

До первинних засобів пожежогасіння належать:

- ✓ вогнегасники;
- ✓ пожежний інвентар (ящики з піском, бочки з водою, пожежні відра, совкові лопати);
- ✓ пожежний інструмент (гаки, ломы, сокири тощо).

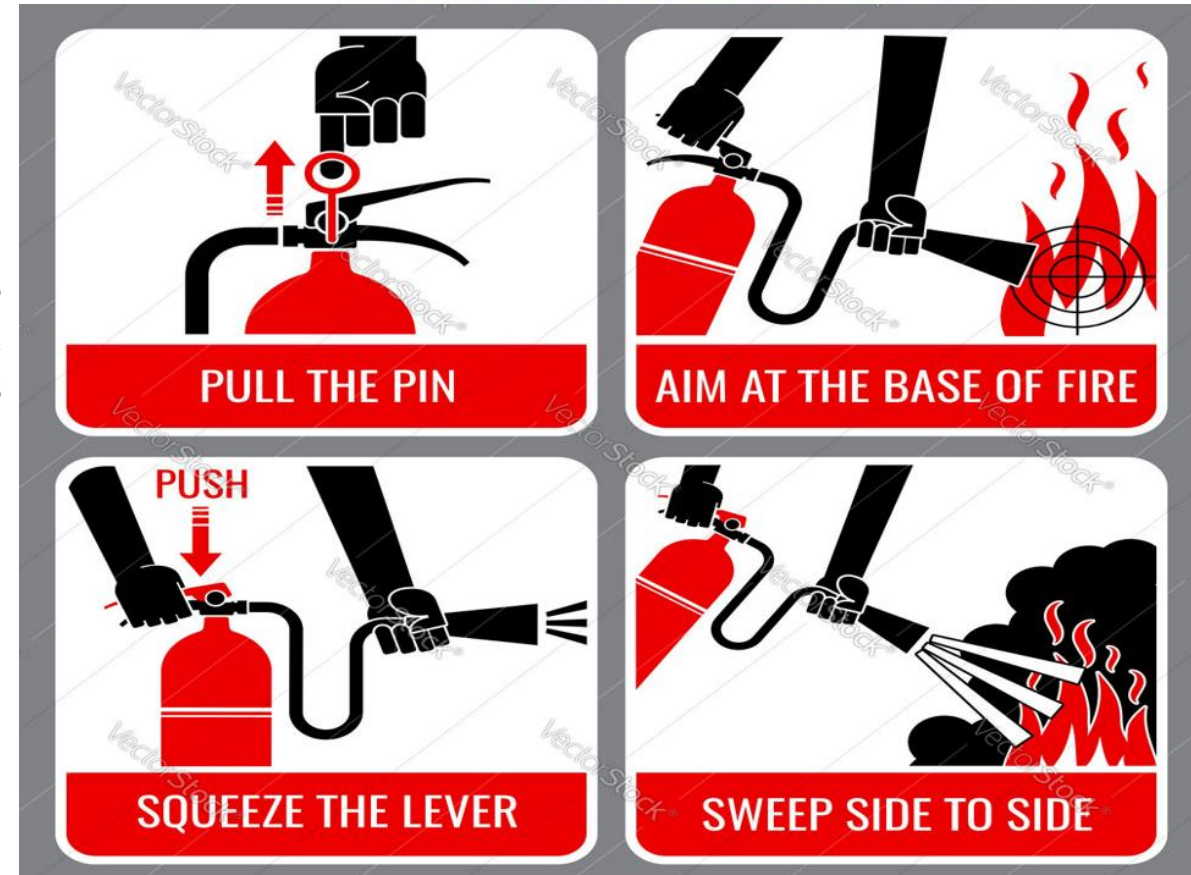
Для визначення видів та кількості первинних засобів пожежогасіння слід враховувати фізико-хімічні та пожежонебезпечні властивості горючих речовин, їх взаємодію з вогнегасними речовинами, а також розміри площ приміщень, відкритих майданчиків та установок.

Вогнегасники та правила їх застосування

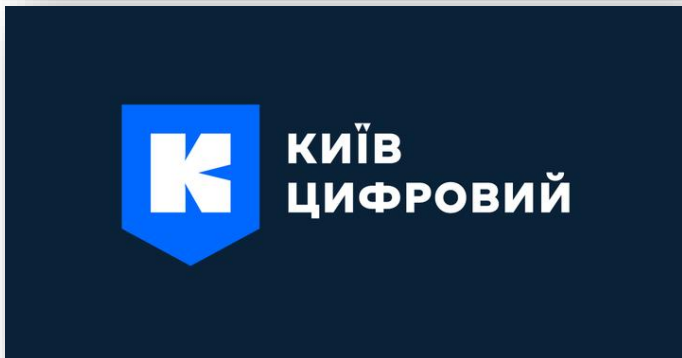
Вогнегасники – технічні пристрої, призначені для гасіння пожеж у початковій стадії їх виникнення.

Вогнегасники класифікуються за видом гасячої речовини, що використовується, об'єму корпусу та способу подачі вогнегасячого складу.

ВИКОРИСТАННЯ ВОГНЕГАСНИКА



Дії за сигналом «ПОВІТРЯНА ТРИВОГА!»



Сирена означає попереджувальний сигнал **«ПОВІТРЯНА ТРИВОГА!»**

Сигнал лунає безпосередньо у містах та населених пунктах. Також, його можна отримувати через спеціальні додатки для смартфонів (у Google Play Market або AppStore) від міських адміністрацій або ДСНС України.

НЕОБХІДНО:

1. Вимкнути електроприлади, перекрити газ і воду
2. Вимкнути світло, закрити штори або спустити ролети.
3. Терміново переміститись до найближчого укриття, взявши з собою документи, гроші та їжу.

4. Якщо в Університеті: Уникайте паніки! Виконуйте рекомендації

ЩОДО ПОРЯДКУ ЕВАКУАЦІЇ, ОРГАНІЗОВАНО ПРЯМУЙТЕ З УСІМА ДО НАЙБЛИЖЧОГО УКРИТТЯ - СТАНЦІЇ МЕТРО «Поштова площа»

Дії під час удару ворожої авіації



- ❖ Під час авіаційного нальоту не залишайтеся в під'їздах, під арками та на сходових клітках. Також, небезпечно ховатися у підвалах панельних будинків (якщо немає більш надійного укриття поряд, то тільки у такому випадку можна використовувати такі підвали), біля автомобільної техніки, автозаправних станцій і під стінами будинків із легких конструкцій. Такі об'єкти неміцні, ви можете опинитись під завалом або травмуватися.
- ❖ Якщо авіаційне бомбардування застало вас на шляху, негайно лягайте на землю, туди, де є виступ або хоча б у невелике заглиблення. Захист можуть надати бетонні конструкції (окрім тих, які можуть обвалитися або загорітися), траншеї, неглибокі підземні колодязі, широкі труби водостоку і канави.
- ❖ Закривайте долонями вуха та відкривайте рот – це врятує від контузії, убереже від баротравми.
- ❖ Не приступайте до розбору завалів самотійно.
- ❖ Якщо трапився завал у будинку і вас ніхто не чує:
 - спробуйте вивільнити руки та ноги;
 - оцініть навколишню обстановку;
 - обережно розберіть завал, намагайтеся не зачепити те на чому все тримається;
 - якщо не впевнені у своїх силах - кличте на допомогу;
 - якщо є можливість зателефонуйте, стукайте по трубах;
 - за можливості надайте собі першу медичну допомогу.
- ❖ Чекайте фахівців з розмінування та представників аварійно-рятувальної служби.

ДІЇ У РАЗІ ОТРИМАННЯ СИГНАЛУ «ХІМІЧНЕ ЗАРАЖЕННЯ»



ЗАСОБИ ІНДИВІДУАЛЬНОГО ЗАХИСТУ (ЗІЗ) від хімічного ураження



Протигаз із фільтром



Захисні окуляри закриті



Респіратор БУК-2 FFP2 NR з
клапаном



Респіратор БУК-3 FFP3 NR без
клапану



Маски із фільтром

ЗАГРОЗА РАДІАЦІЙНОЇ АВАРІЇ АБО ЯДЕРНОГО ВИБУХУ

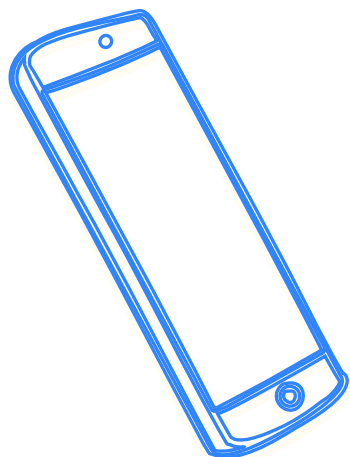
Де безпечно ховатися у разі радіаційної надзвичайної ситуації



У РАЗІ ЯДЕРНОЇ ЗАГРОЗИ



Телефони рятувальних і аварійних служб



112 – єдиний номер виклику всіх служб екстреної допомоги. Зателефонувавши за цим номером, диспетчер викличе бригаду потрібної служби.

101 – Державна служба порятунку ДСНС України

102 – Національна поліція

103 – Швидка медична допомога

104 – Аварійна служба газової мережі

Дякуємо за увагу!

Ваші здоров'я та безпека важливі для нас!

