

Додаток 1  
до наказу директора  
ВСП «Лавлоградський фаховий  
коледж НТУ «ДП»  
«ДП» 12 2021 р. № 151-НП

**Інструкція**  
**з безпеки життєдіяльності № 66**  
**для здобувачів освіти під час зимових канікул, новорічних та різдвяних свят**

**1. ЗАГАЛЬНІ ВИМОГИ БЕЗПЕКИ**

1.1. Інструкція з охорони праці для здобувачів освіти під час зимових канікул, новорічних та різдвяних свят розроблена у відповідності до Закону України "Про охорону праці" (Постанова ВР України від 14.10.1992 № 2694-ХІІ (із змінами), на основі «Положення про розробку інструкцій з охорони праці», затвердженого наказом Комітету по нагляду за охороною праці Міністерства праці та соціальної політики України від 29 січня 1998 року № 9 в редакції від 30 березня 2017 року, з урахуванням постанови Кабінету Міністрів України від 10 жовтня 2001 № 1306 «Правила дорожнього руху України» (із змінами), «Положення про організацію роботи з охорони праці та безпеки життєдіяльності учасників освітнього процесу в установах і закладах освіти», затвердженого наказом Міністерства освіти і науки України від 26.12.2017 № 1669, «Правил пожежної безпеки для навчальних закладів та установ системи освіти України», затверджених наказом Міністерства освіти і науки України 15.08.2016 № 974, рекомендацій Міністерства охорони здоров'я України щодо запобігання поширення коронавірусної інфекції.

1.2. Інструкція з безпеки життєдіяльності встановлює вимоги безпеки життєдіяльності для всіх учасників освітнього процесу під час зимових канікул, новорічних та різдвяних свят.

1.3. Ця інструкція з безпеки життєдіяльності для всіх учасників освітнього процесу під час зимових канікул, новорічних та різдвяних свят складена з метою проведення інструктажу зі студентами коледжу. Всі учасники освітнього процесу повинні знати правила надання першої долікарської допомоги при характерних ушкодженнях, мати необхідні знання і навички користування медикаментами.

1.4. Виконання даної інструкції поширюється на зимові канікули і є обов'язковим для всіх учасників освітнього процесу.

**2. ЗАГАЛЬНІ ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ**

Перебуваючи вдома, на вулиці, у громадських місцях, в службових приміщеннях чи в іншому замкнутому просторі з незнайомими людьми необхідно чітко виконувати правила з попередження нещасних випадків та травмування:

- заборонено перебувати біля будівельних майданчиків, кар'єрів, закинутих будівель тощо;
- заборонено вживати алкоголь, наркотичні засоби, тютюнові вироби, стимулятори;
- заборонено брати в руки, нюхати, їсти незнайомі дикі рослини чи паростки квітів, кущів, дерев, що може призвести до отруєння;
- на вулиці бути обережним, дивитися під ноги, щоб не впасти в яму чи відкритий каналізаційний люк;
- не підходити на вулиці до обірваних, обвислих проводів, або проводів, які стирчать, а особливо, якщо від них іде гудіння – дані проводи можуть знаходитися під напругою;
- не підходити до щитових, не залазити на стовпи з високовольтними проводами – можна отримати удар електрострумом від високовольтних живлень на відстані 5 м;
- бути обережним на дитячих майданчиках, у парках відпочинку: спочатку перекопатися, що гойдалки, атракціони, турнікети та інші прилади справні, сильно не розгойдуватися й не розгойдувати інших, щоб не призвести до падіння чи іншого травмування;
- не виходити на дах багатопверхівки для попередження падіння із висоти;
- не нахилятися з відчинених вікон, на перила чи парапети сходових для запобігання падіння із висоти;
- не спускатися у незнайомі підвали будинків чи інші підземні ходи, катакомби, бомбосховища – там може бути отруйний газ;
- не вступати в контакт із незнайомими тваринами для запобігання отримання укусів від

хворих на сказ тварин:

- застосовувати всі знання й правила, отримані на заняттях основ безпеки життєдіяльності;
- бути подалі від тих, хто влаштовує бійки, не брати участі в суперечках і не провокувати словами чи діями агресивну поведінку, що може призвести до бійки або травми; у стосунках із оточуючими керуйтеся толерантними відносинами;
- не заходити в під'їзд, ліфт із підозрілими людьми, в разі небезпеки одразу кликати на допомогу, якщо незнайомиць провокує якісь дії що до вас;
- бути уважними, оглядатися й перевіряти, чи не слідує за вами хтось під час проходу провулків, підземних переходів між домами й гунелями. Якщо за вами хтось іде, зупинитися й відійти у сторону, щоб потенційний переслідувач пройшов повз вас;
- під час перебування на дискотечі, слід керуватися загальними правилами етикету й правилами поведінки, не провокувати оточуючих на агресивну поведінку своїми діями і словами;
- у разі небезпечної ситуації звертатися до служби охорони закладу, викликати поліцію за номером 102, телефонувати близьким родичам;
- не вчиняти дії, що можуть призвести до правопорушень;
- знати напам'ять номери телефонів близьких родичів, а також номери телефонів служб екстреної допомоги:

101 – пожежна охорона;

102 – поліція;

103 – швидка медична допомога;

104 – газова служба;

112 – оперативно-координаційний центр Служби з надзвичайних ситуацій.

При наданні інформації про небезпеку коротко і як можливо точніше описати ситуацію, назвати адресу, де сталася надзвичайна ситуація, а також своє прізвище, ім'я, номер свого телефону.

### **3. ПРАВИЛА ПОВОДЖЕННЯ ПІД ЧАС ПОЖЕЖІ**

#### **3.1 Забороняється:**

- брати з собою вогнебезпечні предмети, які можуть спричинити пожежу (запальнички, сірники, петарди, бенгальські вогні, феєрверки, сигарети, легкозаймисті речовини, вогнепальну рідину тощо);
- користуватися газовою плитою вдома тільки зі спеціалізованим електричним приладом для вмикання;
- забороняється застосовувати горючі матеріали; зберігати бензин, газ та інші легкозаймисті горючі рідини, приносити їх до приміщення; застосовувати предмети оформлення приміщень, декорації та сценічне обладнання, виготовлене з горючих синтетичних матеріалів, штучних тканин і волокон (пінопласту, поролону, полівінілу тощо); застосовувати відкритий вогонь (факели, свички, феєрверки, бенгальські вогні тощо), використовувати хлопавки, застосовувати дугові прожектори, влаштовувати світлові ефекти із застосуванням хімічних та інших речовин, які можуть викликати загоряння; установлювати стільці, крісла тощо, конструкції, які виконано з пластмаси і легкозаймистих матеріалів, а також захищувати предмети проходи та аварійні виходи;
- не спричиняти тисняву біля проходів у громадських установах, входах і виходах у приміщеннях вестибюлю;
- під час участі в масових заходах не кричати, не свистіти, не бігати, не створювати травмобезпечних ситуацій у приміщенні;
- у разі пожежної небезпеки (наявності вогню, іскріння, диму) негайно вийти на повітря (за двері, балкон) і кликати на допомогу. Викликати службу пожежної охорони за номером «101», назвавши своє ім'я, прізвище, свій номер телефону, коротко описавши ситуацію: наявність вогню, диму, кількість людей у приміщенні;

3.2 При появі запаху газу в квартирі в жодному разі не вмикати електроприлади, не користуватися стаціонарним або мобільним телефоном, відкрити вікна, двері, перевірити приміщення, вимкнути газову плиту, якщо вона була ввімкнена й вийти з приміщення; покликати на допомогу дорослих, негайно повідомити в газову службу за номером «104» чи «101» пожежну охорону, назвавши своє ім'я, прізвище, свій номер телефону, коротко описати ситуацію;

3.3 Під час святкування Нового року вдома, в інших закладах та установах суворо дотримуватися вимог протипожежної безпеки; не приходити на свято в одязі із легкозаймистого матеріалу, непросоченого вогнезахисною сумішшю; під час святкування не наближатися близько до поворічної ялинки. В напрямку новорічної ялинки категорично забороняється кидати будь-які

предмети; забороняється використання відкритого вогню під час новорічних свят (факелів, свічок, феєрверків, бенгальських вогнів, хлопавок тощо), застосовувати дугові прожектори, влаштовувати світлові ефекти із застосуванням хімічних та інших речовин, які можуть викликати загоряння; установлювати стільці, крісла і подібні конструкції, виконані з пластмас і легкозаймистих матеріалів, а також захищати предмети проходи та аварійні виходи; категорично забороняється застосування предметів оформлень кімнат, приміщень, декорацій, обладнань, виготовлених із горючих синтетичних матеріалів, штучних тканин і волокон (пінопласту, поролону, полівінілду тощо).

#### **4. ПРАВИЛА ДОРОЖНЬОГО РУХУ**

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

- рухатися тротуарами і пішохідними доріжками, притримуючись правого боку;
- за межами населених пунктів, рухаючись узбіччям чи краєм проїжджої частини, йти назустріч руху транспортних засобів;
- переходити проїжджу частину тільки пішохідними переходами, зокрема, підземними і наземними, а у разі їх відсутності – на перехрестях лініями тротуарів або узбіччя;
- у місцях із регульованими рухами, слід керуватися тільки сигналами регулювальника чи світлофора;
- виходити на проїжджу частину з-за транспортних засобів, упевнившись, що не наближаються інші транспортні засоби;
- чекати на транспортний засіб тільки на посадкових майданчиках (зупинках), тротуарах, узбіччях, не створюючи перешкод для дорожнього руху;
- у разі наближення транспортного засобу з увімкненим проблісковим маячком червоного або синього кольору, чи спеціальним звуковим сигналом, треба утриматися від переходу проїжджої частини або негайно залишити її;
- категорично заборонено вибігати на проїжджу частину, влаштовувати на ній або поблизу неї ігри, переходити проїжджу частину поза пішохідним переходом або встановленими місцями;
- дорогою на велосипеді рухатися можна тільки студентам, які досягли 16-ти років; монети й велосипеди мають бути обладнані звуковим сигналом та світловідбивачами: попереду – білого кольору, з боків – оранжевого, позаду – червоного; на голові у водія має бути захисний шолом; слід чітко дотримуватися правил дорожнього руху;
- для катання на транспортних засобах (скейбординг, самокат, ролики тощо) обирати місце на дитячих майданчиках та ін., на проїжджу частину виїжджати заборонено.

#### **5. ВИКОРИСТАННЯ ЕЛЕКТРООБЛАДНАННЯ ТА ЕЛЕКТРОПРИЛАДІВ**

Несправні електрообладнання та електроприлади можуть привести до пожеж, тому слід пам'ятати:

- вмикати та вимикати прилади необхідно згідно інструкції з експлуатації;
- перед вмиканням електроприладу необхідно візуально перевірити електричний на наявність механічних пошкоджень. Забороняється працювати з електроприладами вологими руками.
- вмикаючи електроприлади, необхідно переконатись в справності електромережі та цуско-регулюючої апаратури;
- забороняється самостійно здійснювати ремонт та ліквідувати неполадки в електроприладах.

#### **6. ВИКОРИСТАННЯ ПІРОТЕХНІЧНИХ ВИРОБІВ**

**Категорично забороняється:**

1. Розбирати, ремонтувати піротехнічні вироби, а також використовувати не за призначенням або в умовах, непередбачених експлуатаційною документацією на виріб.
2. Запускати піротехнічні вироби з рук (крім хлопавок).
3. Нахилитися над виробом під час запуску.
4. Знаходитися після підпалу вогнепровідного шнуру (сповільнювача) у небезпечній зоні.
5. Направляти, або кидати піротехнічний виріб у бік людей, ударяти по них будь-якими предметами.
6. Кидати приведені в дію побутові піротехнічні вироби під ноги перехожих з вікон та балконів, здійснювати феєрверки з дахів будинків та проводити інші дії, від яких можуть постраждати люди або майно.
7. Носити підготовлені до запуску піротехнічні вироби у кишенях одягу.
8. Запускати піротехнічні вироби з видимими механічними пошкодженнями.
9. Застосовувати до піротехнічних виробів великих механічних навантажень.

10. Залишати побутові піротехнічні вироби без догляду, вживати заходів щодо безконтрольного доступу до них неповнолітніх дітей.

11. Використовувати побутові піротехнічні вироби неповнолітнім особам.

12. Використовувати піротехнічні вироби, які створюють світлові та шумові ефекти, на відстані ближче 100 м від лікарень, церков, дитячих установ, шкіл, будинків престарілих та інших громадських споруд та будинків.

13. Проводити запуск виробів при сильному вітрові.

### **7. ВИМОГИ БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ СТУДЕНТІВ ПРИ ВИНИКНЕННІ НАДЗВИЧАЙНОЇ АБО АВАРІЙНОЇ СИТУАЦІЇ (ЗАГРОЗИ ЧИ ВЧИНЕННЯ ТЕРОРИСТИЧНОГО АКТУ)**

- не панікувати, не кричати, не метушитися, чітко й спокійно виконувати вказівки дорослих, які перебувають поряд;

- зателефонувати батькам, коротко описати ситуацію, повідомити про місце свого перебування;

- у разі можливості необхідно покинути територію аварійної небезпеки;

- при виявленні підозрілого предмета, який може бути вибуховим пристроєм, повідомити дорослих, які перебувають поряд, або поліцію за телефоном «102».

**Пам'ятайте:** зовнішній вигляд предмета може приховувати його справжнє призначення. Як камуфляж для вибухових пристроїв використовуються самі звичайні побутові предмети: сумки, пакети, коробки, іграшки і т.д. Не робіть самотійно ніяких дій з знахідками або підозрілими предметами, - це може призвести до вибуху.

### **8. ЗАХОДИ ІЗ ЗАПОБІГАННЯ ЗАХВОРЮВАНЬ НА ГРИП, COVID-19, ІНФЕКЦІЙНІ, КИШКОВІ ЗАХВОРЮВАННЯ, ПЕДИКУЛЬОЗ ТОЩО**

Під час тривалих вихідних студенти повинні виконувати правила з запобігання захворювань на грип, COVID-19, інфекційні, кишкові захворювання, педикульоз тощо:

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

- хворому слід виділити окреме ліжко, посуд, білизну;

- приміщення потрібно постійно провітрювати;

- у разі контакту із хворим варто одягати захисну маску;

- хворому слід дотримуватися постільного режиму;

- перед їжею треба мити руки з милом;

- не їсти брудні овочі та фрукти, ретельно їх мити й ошпарювати;

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

- не вживати самотійно медичних препаратів, не рекомендованих лікарем.

Слід пам'ятати, що інфекція COVID-19 передається переважно повітряно-крапельним шляхом від зараженої людини або через дотик до забруднених поверхонь.

Щоб уберегти себе та своїх близьких, необхідно чітко дотримуватися відповідних рекомендацій. Не займатись самолікуванням і одразу звертатись до сімейного лікаря, якщо відчули симптоми захворювання.

Симптоми інфекції: кашель, біль у горлі, риніт, лихоманка, утруднене дихання, сухий кашель, чхання, біль у грудині; у деяких випадках – діарея або кон'юнктивіт. У складних випадках інфекція може викликати пневмонію. У деяких випадках ця хвороба може бути смертельною, однак переважно це відбувається з людьми середнього чи похилого віку, що мають сукупні захворювання.

Дії людей з симптомами:

1. Залишатись вдома.

2. Зателефонувати своєму сімейному лікарю, або на один з номерів гарячих ліній:

- Гаряча лінія з питань коронавірусу у Дніпропетровській області: 0-800-500-474

- Гаряча лінія МОЗ: 0-800-505-201

- Центр громадського здоров'я: +38-044-425-43-54

- Урядовий контакт-центр: 15-45

3. Описати симптоми, історію подорожей. Розповісти про те, чи були ви в контакті з людьми, які потенційно можуть бути інфіковані.

4. Виконувати інструкції свого лікаря або оператора контакт-центру, на який ви зателефонували.

5. У невідкладних станах — температура вище 38, яка не збивається, та ускладнене дихання — набирати 103.

Рекомендації щодо профілактики COVID-19:

- мити руки з милом понад 20 секунд, або використовувати дезінфікуючі засоби;
- не торкатися руками очей, носа, рота;
- чхати й кашляти — у згин ліктя або прикриваючи рот і ніс серветками;
- регулярно провітрювати приміщення;
- дезінфікувати поверхні;
- дотримуватися дистанції у 1,5 метри з людьми;
- уникати рукоштовань, поцілунків, обіймів;
- утриматися від прийому їжі з загальних упаковок або посуду (горішки, чіпси, печиво та інші снеки), куди багато людей занурюють руки;
- важливо уникати місць масового скупчення людей;
- не споживати сирі чи недостатньо термічно оброблені продукти тваринного походження;
- очищувати поверхні та предмети, до яких часто торкаються (іграшки, столи, дверні ручки, поручні, клавіатура комп'ютера, телефон та ін.).

Головне правило у профілактиці COVID-19 – у громадських місцях одягати захисну маску.

Правила використання та утилізації одноразових медичних масок:

- перед тим, як одягнути маску, обробити руки антисептиком або помити їх із милом;
- носити маску так, щоб вона закривала ніс і рот без щілини між тілом і маскою;
- не торкатись маски під час використання; якщо ж доторкнулися, обробити руки спиртовмісними продуктами або помити їх із милом;
- як тільки маска стане вологою (це приблизно через 2 год.), замінити її на нову і не використовувати одноразові маски повторно.

Як правильно утилізувати маску: знімаючи маску, тримати її за гумки та не торкайтесь лицьової сторони маски, оскільки там міститься найбільша кількість патогенних часток, мікробів, вірусів тощо; відразу викинути її в контейнер для сміття та закрити кришкою; ретельно помити руки із милом та обробити антисептиком.

Щодо тканинних багаторазових масок, правила використання такі самі, але змінювати її можна кожні чотири години, або частіше якщо вона швидко зволожилась.

Після зняття тканинної маски, відразу покласти її в пральну машину або теплу воду. І чимшвидше промити її в гарячій воді з милом. Або ж покласти її в окремих поліетиленовий пакетик, щоб потім утилізувати чи випрати. Після того, як зняли маску, відразу ж вимити руки милом чи обробити антисептиком.

Саморобні марлеві й тканинні маски потрібно щодня прати і прасувати з обох боків. Найкраще – обробляти за допомогою парогенератора або праски з функцією подачі пари. Після обробки маска у жодному разі не повинна залишатися вологою.

## 9. ПАМ'ЯТКА ЩОДО БЕЗПЕЧНОЇ ПОВЕДІНКИ НА ЛЬОДУ

Під час зимового льодоставу нерідко трапляються нещасні випадки з людьми, які не виконують основних правил безпеки під час переправи по тонкому покриттю водоймищ і річок.

### ПАМ'ЯТАЙТЕ!

Переправлятися через замерзлі водоймища слід тільки перевіривши міцність льоду. При цьому його товщина повинна бути для пішоходів не менше 5-7 см. Ковзанку на льоду слід відкривати при товщині льодяного покриття не менше 25 см.

Для своєчасного попередження можливих нещасних випадків на льоду старанно дотримуйтесь наступних правил:

- не катайтесь на ковзанах і санчатах, якщо вам не відома товщина льоду;
- переходьте по льоду тільки у вказаних місцях;
- не підходьте близько до ополонки, проталини;
- огороджуйте гілляками ополонки, проталини;
- не проходите через ділянки битого, колотого льоду.

Якщо Ви провалилися під лід – необхідно миттєво розставити руки в сторони для того, щоб утримати себе на поверхні. Потім голосно кличте на допомогу, намагайтесь упертися ногами в трібки льоду позаду і самотійно вибратися з небезпечного місця.

Надаючи допомогу постраждалому:

- наближайтесь до місця пролому льоду повзвом, подайте постраждалому жердину, дошку, мотузку, пояс і обережно тягніть його до берега;

- використовуйте будь-які предмети, що мають додаткову плавучість;
- після вилучення постраждалого із води перенесіть його як можна скоріше в тепле місце, переодягніть в суху білизну, дайте тепле пиття, викличте швидку допомогу.

Будьте обережні на льоду водоймищ і річок під час зимового льодоставу!

#### **10. ПЕРША ДОПОМОГА ПРИ ПЕРЕОХОЛОДЖЕННІ**

Переохолодження - це патологічний стан, який характеризується надмірною віддачею тепла організмом і, відповідно, зниженням температури тіла або окремого органу, тканини якого можуть втратити життєздатність (обмороження).

Загальне переохолодження виникає тоді, коли низька температура ззовні впливає на людину.

Людський організм піддається більшому негативному впливу переохолодження за таких умов:

- голодування;
- сильне стомлення і стрес;
- алкогольне і наркотичне сп'яніння;
- знаходження в холодній воді;
- підвищена вологість повітря;
- сильний вітер;
- знаходження в мокрому, легкому або гістому одязі.

Наслідки переохолодження безпосередньо залежать від того, як скоро і правильно надана перша допомога потерпілому. Перш за все, необхідно припинити дія низької температури на людину: витягнути його з води, відвести в тепле приміщення, дати теплий одяг і ковдри. Якщо власні речі потерпілого мокрі, тоді потрібно терміново зняти їх з нього і надіти сухі.

Перша допомога при переохолодженні 1-2 ступеня полягає також у внутрішньому прогріванні, що має на увазі під собою пиття теплих напоїв.

У разі, якщо ситуація вийшла з-під контролю, зателефонуйте в служби екстреної допомоги.

Інженер з охорони праці



В.В.Курішка