

ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор ліцею Марина ГЛАДКА

Інструкція

з техніки безпеки під час погіршення погодних умов

Під час ускладнення погодних умов слід бути надзвичайно обачними.

Густі тумани, які бувають в основному в холодну пору року, погіршують видимість на шляхах, створюють перешкоди для роботи різних видів транспорту, сприяють забрудненню повітря.

Снігові замети (хуртовина)

Зимові прояви стихійних сил природи нерідко виявляються у снігових заметах внаслідок снігопадів та хуртовин. Снігопади, тривалість яких може бути від 16 до 24 годин, дуже впливають на господарську діяльність населення, особливо з наступним різким похолоданням (сильний мороз) або потеплінням (швидке танення снігу або ожеледь). Випадання снігу з дощем при зниженій температурі повітря і ураганному вітрі створює умови для зледеніння шляхів, ліній електропередач, зв'язку, контактних мереж електротранспорту, покрівель будівель, різного роду опор і конструкцій, що нерідко викликає їх руйнування.

З оголошенням попередження про можливі снігові замети – необхідно обмежити пересування за межами помешкань.

Особливу небезпеку снігові замети створюють для людей, захоплених у дорозі, далеко від людського житла. Заметені снігом дороги, втрата видимості викликають повну дезорієнтацію на місцевості.

Сильні морози

При сильних морозах може виникнути гіпотермія – виражене зниження внутрішньої температури тіла. Лікарі радять у морозні дні залишатися вдома. Треба запам'ятати основні правила поведінки в сильний мороз, інакше можна отримати обмороження та переохолодження:

- ❖ одягайтеся багатошарово. Тобто одягніть на себе кілька замість однієї теплої. Це попередить спітніння, яке на морозі небезпечне. Якщо стане жарко завжди можна зняти одну з кофт.
- ❖ Одяг має бути цілком вільним;

захищайте відкриті ділянки шкіри. Не забувайте одягати рукавички, а ніс та вуха захищати шапкою, шарфом, піднятим коміром;

візьміть запасний одяг, якщо плануєте провести цілий день на морозі. Іноді достатньо змінити мокрий одяг на сухий, щоб уникнути переохолодження; не виходьте на мороз голодним.

- ❖ Обов'язково добре поїжте, краще щось висококалорійне. Замерзли – також з'їжте що-небудь;
- ❖ заходьте кожні півгодини-годину у тепле приміщення, якщо ви проводите цілий день на вулиці;
- ❖ по можливості візьміть із собою термос із гарячою кавою, чаєм чи супом;
- ❖ рухайтесь, аби посилити кровообіг у замерзаючих судинах. Можна пострибати з ноги на ногу-тільки не дуже енергійно, це може зашкодити замерзлим тканинам;
- ❖ не перевтомлюйтесь. Втоmlена людина швидше піддається переохолодженню. Не варто рухатись дуже активно, тому що енергія використовується дуже швидко, а сили треба поновлювати.

Категорично забороняється

- ❖ торкатися металу голими руками. Метал дуже добре проводить тепло, а отже, миттєво забирає його у вас, і у місці зіткнення може виникнути обмороження. Те саме стосується бензину. Ця рідина дуже швидко обморозити шкіру при зіткнення, а отже під час роботи з подібними матеріалами на морозі неодмінно використовуйте водонепроникні рукавички;
- ❖ вживати алкогольні напої, тому що алкоголь розширює судини на поверхні тіла, а це заважає судинам оберігати від тепловтрат внутрішні органи, що призводить до переохолодження. Крім того, алкоголь просто послаблює ваш власний контроль за ситуацією, що заважатиме вберегтися від ушкоджень. Нікотин також згубно впливає на стінки судин.

Ожеледиця

- ❖ МНС України пропонує прості рекомендації, як уберегтися від значних неприємностей під час ожеледиці.

Пам'ятайте:

- кращими для льоду є взуття з підошвами із мікропористої та іншої м'якої основи, без великих каблуків;
- ходіть не поспішаючи, ноги злегка розслабте в колінах, ступайте на всю підошву, не тримайте руки у кишенях;
- обходьте металеві кришки люків;
- не прогулюйтеся по самому краю проїжджої частини дороги;
- не перебігайте проїжджу частину дороги під час снігопаду та в ожеледецю (в цей період значно збільшується гальмовий шлях машини, і падіння перед автомобілем, що рухається, призводить, як мінімум до каліцтв);

- тримайтеся подалі від будинків – ближче до середини тротуару, остерігайтеся бурульок.

Обережно – бурульки

Нестійкі погодні умови – відлига вдень і заморозки вночі та значне нагромадження снігового покриву сприяють активному утворенню бурульок на покрівлях споруд (особливо старих будинків з похилим дахом), виступаючих архітектурних частинах будинків та великих деревах. Пересуваючись місцевістю в період танення льоду, слід бути особливо уважним, проходячи повз будинки чи біля високих дерев, спершу необхідно впевнитись у відсутності загрози падіння льодових наростів. По можливості необхідно триматись на відстані 3-5 метрів від будинків та інших споруд, вибираючи найбільш безпечний маршрут руху. Будьте обережні, бережіть себе – це запорука безпечного перебування на вулиці при погіршенні погодних умов, особливо у зимовий період.

Пожежі

З настанням холодів при обігріві помешкання слід пам'ятати:

- перевіряйте тягу в вентиляційних каналах та побутових газових приладах;
- не залишайте включеними в електромережу побутові та електронагрівальні прилади;
- завжди перевіряйте, чи вимкнули ви газові або електричні плити після приготування їжі;
- користуйтеся тільки справною побутовою технікою та електропроводкою;
- ні за яких обставин не залишайте дітей самих вдома без нагляду дорослих.

УВАГА!

В період масових простудних захворювань дотримуйтесь простих правил:

- частіше провітрюйте приміщення, це зменшує концентрацію в повітрі нестійких у зовнішньому середовищі вірусів;
- уникайте протягів, оскільки переохолодження послаблює організм;
- не перебувайте без гострої необхідності в місцях великого скупчення людей;

Поведінка на дорозі

Взимку дороги особливо небезпечні, оскільки випадає сніг і засипає їх. Від морозу сніг замерзає і дорога робиться особливо слизькою, як каток. Тому їх треба посипати піском, щоб відбувалося зчеплення коліс з дорогою, тобто тертя. Але дорогу посипали, а сніг іде й іде, дорога знову робиться слизькою. Машинам треба їхати, їх заносить на поворотах так сильно, що може крутити навколо своєї осі, як карусель. У таких випадках найчастіше трапляються ДТП з важкими наслідками. Водієві важко впоратися з керуванням. Тому

взимку треба бути особливо обережним. А це означає, що не можна ковзатися на тротуарі, а тим більш на проїжджій частині дороги. Машину на слизькій дорозі зупинити неможливо. Гальмівний шлях транспортного засобу на слизькій дорозі збільшується у два - три рази. Хоч на колеса одягають зимову гуму з шипами, яка поліпшує зчеплення з дорогою, але це мало допомагає, коли дороги слизькі.

Ви - пішоходи. Тому подумаймо разом, як вберегти себе від ДТП. Почнемо з того, що взимку треба бути особливо уважними на дорозі.

Правила поведінки на вулицях і дорогах у зимовий період

- Коли ви рухаєтеся по тротуару, то не поспішайте, не біжіть, бо можете посковзнутися і впасти.
- Ніколи не ковзайтеся, щоб не збити інших людей, які рухаються поруч, а ще тому, щоб не виїхати на проїжджу частину, бо це дуже небезпечно.
- Не ходіть близько біля краю тротуару, щоб вас не зачепила машина, яка випадково втратила керування
- При переході дороги будьте особливо пильні. Переходьте її лише на переході й уважно придивляйтеся, щоб не було поблизу машини. Або тоді, коли транспортні засоби вже зупинилися.
- Ніколи не перебігайте дорогу навіть коли немає транспортних засобів, бо по слизькій дорозі бігти небезпечно.
- Не катайтеся на ковзанах по тротуару чи дорозі - це небезпечно.
- Ніколи не чіпляйтеся до транспортних засобів, щоб прокататися з «вітерцем». Це приведе до тяжких трагічних наслідків.
- Ніколи не спускайтеся з гірки на санчатах або лижах з тієї гірки, що веде на дорогу.
- Залізниці взимку також небезпечні, адже скрізь слизько. Якщо виникає потреба перейти залізничну колію, то будьте уважні.
- Не грайтеся в рухливі ігри поблизу проїжджої частини. Не штовхайтеся, щоб не потрапити під колеса автомобіля.

- Коли чекаєте на зупинці громадський транспорт, ніколи не ставайте на край тротуару, тому що можете посковзнутися самі або ненароком хтось може штовхнути вас, і ви потрапите під колеса.
- Поводьтеся на вулиці та зупинці культурно, чемно, адже соромно бути невихованим.
- Обходьте транспортні засоби дуже уважно, коли обмежена чи недостатня видимість. • Зимова дорога криє в собі небезпеку, тому зосередьте на ній всю увагу.

Правила поведінки на кризі

- Не виходьте на кригу, міцність якої вам невідома;
- не виходьте на кригу під час льодоходу, весняної відлиги, снігу і сильних перепадів температури повітря;
- не збирайтесь на кризі великими групами;
- не заїжджайте на лижах з крутого берега на неперевірену кригу.

Правила поведінки при користуванні електричними приладами

При користуванні електричними приладами не можна:

- залишати без догляду ввімкнені прилади;
- ставити під розеткою електронагрівальні прилади, бо контакти розетки можуть перегрітися;
- вмикати у розетку декілька приладів одночасно;
- торкатися оголених місць при порушенні електропроводки або оголенні електричного проводу, поломці розетки;
- вмикати несправні електричні праски, самовари тощо;
- стукати по екрану телевізора, що згас, він може зайнятися або вибухнути; телевізор необхідно негайно вимкнути.

При користуванні нагрівальними приладами не можна:

- вмикати їх через трійник та розміщати під розетками;
- накривати, адже прилад перегрівається;
- використовувати у тривалому режимі.

Правила безпечного користування побутовими газовими приладами.

Гази, і особливо продукти їх згоряння, спричиняють отруйну дію, тому треба дотримуватися особливої обережності. Необхідно провітрювати приміщення, де є газові прилади.

Забороняється:

- користуватися газовими колонками при відсутності тяги;
- відкривати кран газопроводу, не перевіривши, чи закриті всі крани газової плити;
- стукати по кранах, пальниках твердими предметами;
- сушити речі над газовою плитою.

Почувши запах газу, перекрийте кран газопроводу і зателефонуйте 04.

Дії населення при виявленні запаху газу.

Якщо ви виявили запах газу в приміщенні, то дотримуйтесь наступних правил:

- не вмикайте електрику;
- не запалюйте сірники;
- не паліть;
- провітріть приміщення;
- перекрийте крани газоподачі;
- викличте аварійну бригаду за номером 104.

Будьте обережні: запобігайте утворенню іскор у будь-який спосіб, адже це може призвести до загоряння газу та його вибуху.

Інструкція щодо
правил поведження на льоду

У зв'язку із м'якими зимами та різкими перепадами температури, лід, який утворюється взимку на водоймах нашого регіону, є дуже небезпечним!

По льоду можна вільно пересуватися одному пішоходу, якщо він синюватого або зеленуватого кольору з товщиною не менше 5-7 см. Лід блакитного кольору – найміцніший. Молочний, білого кольору лід удвічі слабший прозорого.

Розроблено:

Заступник директора з ВР _____ Гирман Р.В.

Погоджено: Заступник директора з НВР, відповідальний за охорону праці і безпеку життєдіяльності _____ Попенко О.В.