

Рекомендовані правила поведінки студентів під час відпочинку

Під час відпочинку на природі категорично заборонено вживання спиртних та слабоалкогольних напоїв.

Правила Пожежної безпеки під час відпочинку на природі

Відпочивайте у спеціально відведених рекреаційних зонах, не залишайте після себе сміття й намагайтеся не розводити багать. Сірники та недопалки надійно загашуйте, заливайте водою й прикопуйте землю рештки вогнища. Прибирайте за собою сліди відпочинку: побутовий мотлох легко спалахує й сприяє підсиленню пожежної небезпеки. Якщо ви помітили вогонь і дим – не будьте байдужими й обов'язково повідомте за номером 101. Не проходите повз покинене кимсь жевріти сміття та багаття, загасіть, зупиніть біду. Виїжджаючи на відпочинок на природу, докладіть зусиль, щоб уникнути створення пожежонебезпечних ситуацій та засмічення.

ПАМ'ЯТАЙТЕ:

1. У лісі не слід розпалювати вогонь та палити.
2. Будь-який вогонь, навіть недопалок, необхідно гасити водою.
3. Забороняється відвідувати ліс у пожежонебезпечний період. Про це заздалегідь повідомляється в засобах масової інформації та на стендах перед в'їздом у ліс.
4. Під час відпочинку не можна псувати рослини, руйнувати грибниці, шкодити лісовим жителям.
5. До виходу з лісу приберіть після себе: органічне сміття та рештки кострища слід закопати, неорганічне – вивезти на смітники.

ПРИ ВИЯВЛЕННІ ПОЖЕЖІ:

1. Обов'язково повідомте про пожежу за номером 101.
2. Незначний вогонь спробуйте загасити водою, ґрунтом, піском, шматком цупкої незаймистої тканини.
3. Якщо вогонь великий – виходьте з лісу у напрямку проти вітру.
4. Повідомляйте про пожежу зустрічних людей, у разі необхідності допоможіть їм покинути ліс.

Правила поведінки на воді

1. Відпочинок на воді (купання, катання на човнах) повинен бути тільки у спеціально відведених місцевими органами виконавчої влади та обладнаних для цього місцях.
2. Безпечніше відпочивати на воді у світлу частину доби.
3. Купатися дозволяється в спокійну безвітряну погоду при швидкості вітру до 10м/сек, температурі води — не нижче +18° С, повітря — не нижче +24° С.
4. Перед купанням рекомендується пройти огляд лікаря.
5. Після прийняття їжі купатися можна не раніше, ніж через 1,5-2 години.
6. Заходити у воду необхідно повільно, дозволяючи тілу адаптуватися до зміни температури повітря та води.
7. У воді варто знаходитись не більше 15 хвилин.
8. Після купання не рекомендується приймати сонячні ванни, краще відпочити в тіні.
9. Не рекомендується купатися поодиноці біля крутих, стрімчастих і зарослих густою рослинністю берегів.
10. Перед тим, як стрибати у воду, переконайтесь в безпеці дна і достатній глибині водоймища.
11. Пірнати можна лише там, де є для цього достатня глибина, прозора вода, рівне дно.
12. Кататися на човні (малому плавзасобі) дозволяється тільки після отримання дозволу та реєстрації у чергового по човновій станції.

ПРАВИЛАМИ ПОВЕДІНКИ НА ВОДІ ЗАБОРОНЯЄТЬСЯ:

1. Купатися в місцях, які не визначені місцевими органами виконавчої влади та не обладнані для купання людей.
2. Залазити на попереджувальні знаки, буї, бакени.
3. Стрибати у воду з човнів, катерів, споруджень, не призначених для цього.
4. Пірнати з містків, дамб, причалів, дерев, високих берегів.
5. Використовувати для плавання такі небезпечні засоби, як дошки, колоди, камери від автомобільних шин, надувні матраци та інше знаряддя, не передбачене для плавання.
6. Плавати на плавзасобах біля пляжів та інших місць, які відведені для купання.
7. Вживати спиртні напої під час купання.
8. Забруднювати воду і берег (кидати пляшки, банки, побутове сміття і т.д.), прати білизну і одяг у місцях, відведених для купання.
9. Підпливати близько до плавзасобів, які йдуть неподалік від місць купання.

10. Допускати у воді грубі ігри, які пов'язані з обмеженням руху рук і ніг.
11. Подавати помилкові сигнали небезпеки.
12. Заходити глибше, ніж до поясу, людям, які не вміють плавати.
13. Купання дітей без супроводу дорослих.

Профілактика гострих кишкових інфекцій та харчових отруєнь

У літній період трапляються випадки виникнення спалахів гострих кишкових інфекцій та харчових отруєнь, пов'язаних із уживанням продуктів харчування та питної води, забруднених збудниками зазначених захворювань. Більшість групових інфекційних захворювань та отруєнь виникають після проведення масових святкувань - весіль, ювілеїв, випускних вечорів, провідів в армію тощо. Спеціалісти-епідеміологи стверджують, що основними причинами спалахів є залучення до приготування страв випадкових осіб, котрі не обізнані з елементарними правилами особистої гігієни, а також порушення технологій приготування їжі, зберігання харчових продуктів в антисанітарних умовах, без належного температурного режиму. Факторами передачі інфекції найчастіше стають готові страви, молоко і молочні продукти, кондитерські вироби, які готуються "із запасом", що призводить до накопичення у продуктах збудників інфекційних захворювань.

ПАМ'ЯТАЙТЕ:

З метою профілактики інфекційних захворювань та харчових отруєнь Міністерство охорони здоров'я рекомендує:

- не вживати продуктів і напоїв при найменшій підозрі щодо їх недоброякісності та з простроченими термінами споживання. Зберігати продукти харчування тільки у спосіб, зазначений на упаковці, та у встановлений термін;
- не купувати продукти харчування на стихійних ринках або з рук у приватних осіб. Купуючи будь-які харчові продукти у торговельній мережі, споживач має право вимагати у продавця документи, що підтверджують якість та безпеку продукції;
- не вживати незнайомі гриби, ягоди, трави та інші рослини. При харчуванні у непристосованих умовах (ліс, пляж тощо) виключати контакт продуктів з ґрунтом та піском;
- не готувати продукти із запасом; приготовлені страви бажано вживати відразу, а у разі повторного споживання, вони мають проходити вторинну термічну обробку; зберігання виготовленої страви без холоду не повинно перевищувати 2 годин;
- не брати у дорогу продукти, що швидко псуються (ковбасні, молочні, кулінарні, кондитерські вироби або інші продукти, які потребують охолодженого зберігання);
- не приготувати багатокомпонентні страви, що вимагають високої термічної обробки (паштети, м'ясні салати тощо), в незабезпечених умовах; при споживанні овочів, фруктів та ягід їх необхідно добре промити питною водою, а при споживанні дітьми - обдати окропом;
- не використовувати для пиття, приготування їжі та миття посуду воду з незнайомих джерел водопостачання (ріки, озера, підземні джерела, поверхневі води тощо);
- для пиття і приготування їжі використовувати воду тільки з централізованих джерел водопостачання або питну бутильовану; при неорганізованому відпочинку (туристичні мандрівки, екстремальний туризм тощо) для миття посуду і рук вода має бути профільтрована і проварена; для пиття та приготування їжі необхідно мати з собою запас питної води;
- перед приготуванням їжі та перед її вживанням завжди мити руки з милом; обов'язково мити руки після відвідування туалетів;
- при відпочинку з дітьми батьки повинні ознайомити дітей з правилами харчування та правилами дотримання особистої гігієни; дорослим необхідно ретельно слідкувати за тим, щоб діти не споживали незнайомі ягоди та продукти;
- для купання та відпочинку слід користуватися лише офіційно дозволеними пляжами.
- У разі виявлення перших ознак кишкового захворювання необхідно терміново звернутись до найближчої лікувальної установи.
- Самолікування небезпечно!
- При відпочинку групою хворого бажано тимчасово (до прибуття лікаря) ізолювати від решти колективу.
- При тяжкому стані хворого негайно викликати швидку медичну допомогу.

ПРАВИЛА ПОВОДЖЕННЯ З ВИБУХОНЕБЕЗПЕЧНИМИ ПРЕДМЕТАМ

ДО ВИБУХОНЕБЕЗПЕЧНИХ ПРЕДМЕТІВ ВІДНОСЯТЬСЯ: вибухові речовини — хімічні з'єднання або суміші, здатні під впливом певних зовнішніх дій (нагрівання, удар, тертя, вибух іншого вибухового пристрою) до швидкого хімічного перетворення, що саморозповсюджується, з виділенням великої кількості енергії і утворенням газів.

ДО БОЄПРИПАСІВ ВІДНОСЯТЬСЯ: бойові частки ракет; авіаційні бомби; артилерійські боєприпаси (снаряди, міни); ручні гранати; стрілецькі боєприпаси (патрони до пістолетів, карабінів, автоматів тощо); піротехнічні засоби; патрони (сигнальні, освітлювальні, імітаційні, спеціальні); вибухові пакети; петарди; ракети (освітлювальні, сигнальні); гранати; димові шашки; саморобні вибухові пристрої – це пристрої, в яких застосований хоча б один елемент конструкції саморобного виготовлення; саморобні міни – пастки; міни сюрпризи, що імітують предмети домашнього побуту, дитячі іграшки або речі, що привертають увагу.

При знаходженні серійних мін, снарядів, гранат треба негайно викликати фахівців, які убезпечать район і знешкоднують небезпечні знахідки в установленому порядку.

У РАЗІ ЗНАХОДЖЕННЯ ВИБУХОНЕБЕЗПЕЧНОГО ПРИСТРОЮ ЗАБОРОНЕНО:

1. Наближатися до предмету;
2. Пересувати його або брати в руки;
3. Розряджати, кидати, ударяти по ньому;
4. Розпалювати поряд багаття або кидати в нього предмет;
5. Приносити предмет до дому, у табір, школу.

НЕОБХІДНО НЕГАЙНО ПОВІДОМИТИ МЛІЩІЮ АБО ДОРΟΣЛИХ ПРО ЗНАХІДКУ:

Земля таїть багато небезпечних знахідок, на які можна натрапити під час прогулянок лісом, походів і стати їх жертвами, навіть, не підозрюючи про це. Ніхто не може гарантувати, що у землі під багаттям, розкладеним на лісовій галявині, не ховаються снаряди часів війни.

ПІД ЧАС ПРОГУЛЯНОК В ЛІСІ АБО В ТУРИСТИЧНОМУ ПОХОДІ:

1. Ретельно вибирайте місце для багаття. Воно повинно бути на достатній відстані від траншей і окопів, що залишилися з війни;
2. Перед розведенням багаття в радіусі п'яти метрів перевірте ґрунт на наявність вибухонебезпечних предметів щупом (або лопатою обережно зніміть верхній шар ґрунту, перекопайте землю на глибину 40-50 см);
3. Користуватися старими багаттями не завжди безпечно. Там можуть виявитися підкинуті військові «трофеї» або такі, що не вибухнули;
4. У жодному випадку не підходьте до знайдених багать, що горять (особливо вночі). В цьому багатті може виявитися предмет, що може вибухнути.

ПАМ'ЯТАЙТЕ! ПРАКТИЧНО ВСІ ВИБУХОВІ РЕЧОВИНИ ОТРУЙНІ,

ЧУТЛИВІ ДО МЕХАНІЧНИХ ДІЙ І НАГРІВАННЯ.

ПОВОДЖЕННЯ З НИМИ ВИМАГАЄ ГРАНИЧНОЇ УВАГИ І ОБЕРЕЖНОСТІ!

РОЗМІНУВАННЯМ, ЗНЕШКОДЖЕННЯМ АБО ЗНИЩЕННЯМ ВИБУХОНЕБЕЗПЕЧНИХ ПРЕДМЕТІВ ЗАЙМАЮТЬСЯ ТІЛЬКИ ПІДГОТОВЛЕНІ ФАХІВЦІ-САПЕРИ.

ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ У ГРОМАДСЬКОМУ ТРАНСПОРТІ

– Трамвай, тролейбус, автобус потрібно очікувати на спеціально відведеній посадковій площадці, тобто на зупинці, позначеній дорожніми знаками. У місцях, де відсутні посадкові площадки, громадський транспорт варто очікувати на тротуарі чи узбіччі дороги біля покажчика зупинки; виходити на проїзну частину дороги чи вулиці заборонено.

– Сідати в транспортні засоби можна лише після повної їхньої зупинки. Спочатку необхідно пропустити тих, хто виходить, і тільки після цього зайти в салон. Не можна стрибати в транспортні засоби на ходу, чіплятися позаду. Дуже небезпечно стояти на виступаючих частинах і підніжках машин.

– Увійшовши у вагон (салон), треба перейти в його середню частину, не слід залишатися на площадці, тому що це може утруднити посадку інших пасажирів. Якщо в салоні є вільні місця, пасажири повинні зайняти їх, і бажано подалі від проходу.

– Пасажири, що стоять, повинні забезпечити собі стійке положення в салоні і триматися за поручень (поручень, що розташований над головою пасажирів, забезпечить більшу безпеку при різкому гальмуванні).

– Бажано зайняти таке положення, що дозволить спостерігати за дорогою та дорожньою ситуацією. У випадку заносу чи іншої небезпеки спостережливий пасажир може швидше схопитися двома руками за крісла і поручні, переміститися далі від місця можливого удару тощо.

– Небажано пересуватися по салону під час руху. Якщо в цьому є необхідність, при пересуванні варто знаходити проміжні точки опори. Єдина умова, що гарантує безпеку пасажирів при різкому гальмуванні чи аварії, стійке положення.

– При падінні в разі поштовху, різкого гальмування варто згрупуватися, закрити руками голову. Спроби зупинити падіння, що почалося, учепившись за поручень чи за іншого пасажирів, найчастіше не дають позитивного результату і ведуть до синців, вивихів, переломів.

– Перед виходом пасажир повинний завчасно перейти ближче до дверей. Знаходячись біля дверей, необхідно остерігатися забиття дверима цього транспорту. Не треба без необхідності торкатися ручок і механізмів керування дверей. Неприпустимо притулятися до дверей, тому що при русі вони можуть мимоволі відкритися.

Корисна інформація (Правила поведінки в надзвичайних ситуаціях) також на сайті <http://nmz.sumy.ua/Nadzvychaya/Nadzvychaya-23.html>

ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ НА ЗАЛІЗНИЧНОМУ ТРАНСПОРТІ

1. Дотримуйтесь правил особистої безпеки при переході через залізничні колії та знаходження поблизу них. Привчайте до цього своїх дітей. Пам'ятайте, що залізниця являється зоною підвищеної небезпеки і неможливо огородити тисячі кілометрів магістралі, як огорожуються промислові об'єкти. Необхідно знати, що зупинити зразу поїзд, як автомашину, не можливо, бо навіть при екстреному гальмуванні до повної зупинки поїзд по інерції проїде щонайменше 800 - 1600 метрів. Крім того різке гальмування може призвести до аварії та травмування багатьох людей.
2. При переході через залізничні колії користуйтеся перехідними мостами або спеціально передбаченими для цього переходами. Не переходьте колії, коли наближається поїзд або локомотив, бо зекономлені хвилини можуть коштувати вашого життя.
3. Не дозволяйте дітям ходити або знаходитися на залізничних коліях і поблизу них без супроводу дорослих.
4. Рухомий склад, який стоїть, обходьте на відстані не менше 5 м.
5. Не перелазьте під вагонами.
6. Будьте уважні на вокзалах, особливо при значному скупченні поїздів. Щоб не розгубитися і не стати жертвою нещасного випадку уважно слухайте об'яви по гучномовному зв'язку і дотримуйтесь вказівок оголошень.
7. Не залишайте без нагляду дітей.
8. При поїзді в поїзді не висовуйте з вікон і не викидайте сторонні предмети, оскільки можете бути самі травмовані, або травмувати працюючих на коліях людей.
9. Завчасно робіть посадку і своєчасно висадку із вагону - і тільки при повній зупинці поїзда.
10. Перед тим як увійти в небезпечну зону потрібно впевнитися у відсутності потяга, локомотива, тощо.
11. При наближенні поїзда треба зупинитися поза межами небезпечної зони, пропустити його і впевнившись у відсутності рухомого складу, що пересувається по сусідніх коліях почати перехід.
12. Наближаючись до залізничного переїзду, громадяни повинні уважно стежити за світловою і звуковою сигналізацією, а також положення шлагбаумів. Переходити колії дозволяється тільки при відкритому шлагбаумі. При відсутності шлагбаума (коли переїзд не охороняється) перед переходом колії необхідно впевнитися що до переїзду не наближається поїзд.
13. Пішоходам забороняється:
 - Ходити по залізничних коліях.
 - Переходити і перебігати через залізничні колії перед потягом (або локомотивом, вагоном, дрезиною тощо), що наближається, якщо до нього залишилося менше ніж 400 м.
 - Переходити колію зразу після проходу потяга (або локомотива, вагона, дрезини тощо), не впевнившись, що по сусідніх коліях не пересувається рухомий склад.

- Переходити залізничні переїзди при закритому положенні шлагбаума або при червоному світлі світлофора переїзної сигналізації.
 - На станціях і перегонах пролізати під вагонами і перелізати через автозчепи для переходу через колію.
 - Проходити вздовж залізничної колії ближче п'яти метрів від крайньої рейки.
 - Проходити по залізничних мостах і тунелях, не обладнаних спеціальними настилами для проходу пішоходів.
 - Пролізати під закритим шлагбаумом на залізничному переїзді, а також виходити на переїзд, коли шлагбаум починає закриватися.
 - На електрифікованих лініях підніматися на опори, а також торкатись до металевих проводів заземлення, які ідуть від опори до рейки.
 - Наближатися до електропроводу, що лежить на землі, ближче ніж на 10 метрів.
 - Підніматися на дах потягів, локомотивів, вагонів тощо.
 - Класти на рейки залізничної колії будь-які предмети.
 - Підходити ближче ніж на 0,5 метра до краю платформи після оголошення про подачу або прибуття потяга до його повної зупинки.
14. Пасажирам забороняється:
- Проїжджати на дахах, підніжках, перехідних площадках вагонів.
 - Заходити у вагон і виходити з вагона під час руху потяга.
 - Висуватися із вікон вагонів і дверей тамбурів під час руху потяга.
 - Стояти на підніжках і перехідних площадках, відчиняти двері вагонів під час руху потяга, затримувати автоматичні двері вагонів під час їх зачинення і відчинення.
 - Проїжджати у вантажних потягах без спеціального дозволу.
 - Знаходитись в потязі у нетверезому стані.
 - Залишати дітей без нагляду на вокзалі та в потязі.
 - Провозити у вагонах легкозаймисті, шкідливі і вибухові речовини. Виходити із вагона на міжколійя і знаходитись там під час руху потяга.
 - Стрибати з платформи на залізничні колії.
 - Проводити на пасажирських платформах рухомі ігри.
 - Палити у вагонах (в тому числі в тамбурах) приміських потягів, а також у непередбачених для паління місцях вагонів пасажирських потягів.
 - Бігти по платформі поруч із вагоном потяга, що прибуває або відходить, а також перебувати ближче ніж 2 метри від краю платформи під час проходу потяга без зупинки.
 - Підходити до вагона до повної зупинки потяга.
 - Без потреби самовільно зупиняти потяг.
 - Самостійно перевозити ручну поклажу засобами, які призначені для перевезення пошти або багажу працівниками пошти та залізниці.
 - Розміщувати ручну поклажу в тамбурах вагона, коридорі салону, проходах купе та в проході вагона приміського потяга.

ПРАВИЛА ДОРОЖНЬОГО РУХУ ДЛЯ ПІШОХОДІВ

ОБОВ'ЯЗКИ І ПРАВА ПІШОХОДІВ:

1. Пішоходи повинні рухатися по тротуарах і пішохідних доріжках, тримаючись правого боку.

Якщо немає тротуарів, пішохідних доріжок або пересуватися по них неможливо, пішоходи можуть рухатися велосипедними доріжками, тримаючись правого боку і не утруднюючи рух на велосипедах і мопедах, або в один ряд узбіччям, тримаючись якомога правіше, а у разі його відсутності або неможливості рухатися по ньому - по краю проїзної частини назустріч руху транспортних засобів. При цьому треба бути обережним і не заважати іншим учасникам дорожнього руху.

2. Пішоходи, які переносять громіздкі предмети, або особи, які пересуваються в інвалідних колясках без двигуна, ведуть мотоцикл, велосипед чи мопед, везуть санки, візок тощо, якщо їх рух тротуарами, пішохідними чи велосипедними доріжками або узбіччями створює перешкоди для інших учасників руху, можуть рухатися по краю проїзної частини в один ряд.

3. За межами населених пунктів пішоходи, які рухаються узбіччям чи краєм проїзної частини, повинні йти назустріч руху транспортних засобів.

Особи, які рухаються узбіччям чи краєм проїзної частини в інвалідних колясках без двигуна, ведуть мотоцикл, мопед або велосипед, повинні пересуватися в напрямку руху транспортних засобів.

4. У темну пору доби та в умовах недостатньої видимості пішоходи, які рухаються проїзною частиною чи узбіччям, повинні виділити себе, а за можливості мати на зовнішньому одязі світловідбиваючі елементи, для своєчасного їх виявлення іншими учасниками дорожнього руху.

5. Рух організованих груп людей по дорозі дозволяється тільки в напрямку руху транспортних засобів колоною не більш як по чотири особи в ряду за умови, що колона не займає більше половини ширини проїзної частини одного напрямку руху. Попереду і позаду колони на відстані 10 - 15 м з лівого боку повинні бути супровідники з червоними прапорцями, а у темну пору доби та в умовах недостатньої видимості - із засвіченими ліхтарями: спереду - білого кольору, позаду - червоного.

6. Організовані групи дітей дозволяється водити тільки по тротуарах і пішохідних доріжках, а коли їх немає - по узбіччю дороги у напрямку руху транспортних засобів колоною, але тільки у світлу пору доби і лише в супроводі дорослих.

7. Пішоходи повинні переходити проїзну частину по пішохідних переходах, у тому числі підземних і надземних, а у разі їх відсутності - на перехрестях по лініях тротуарів або узбіч.

8. Якщо в зоні видимості немає переходу або перехрестя, а дорога має не більше трьох смуг руху для обох його напрямків, дозволяється переходити її під прямим кутом до краю проїзної частини в місцях, де дорогу добре видно в обидва боки, і лише після того, як пішохід упевниться у відсутності небезпеки.

9. У місцях, де рух регулюється, пішоходи повинні керуватися сигналами регулювальника або світлофора.

У таких місцях пішоходи, які не встигли закінчити перехід проїзної частини дороги одного напрямку, повинні перебувати на острові безпеки або лінії, що розділяє транспортні потоки протилежних напрямків, а у разі їх відсутності - на середині проїзної частини і можуть продовжити перехід лише тоді, коли це буде дозволено відповідним сигналом світлофора чи регулювальника та переконані в безпеці подальшого руху.

10. Перед виходом на проїзну частину з-за транспортних засобів, що стоять, та будь-яких об'єктів, що обмежують оглядовість, пішоходи повинні впевнитись у відсутності транспортних засобів, що наближаються.

11. Чекаючи транспортний засіб пішоходи повинні на тротуарах, посадкових майданчиках, а якщо вони відсутні, - на узбіччі, не створюючи перешкод для дорожнього руху.

12. На трамвайних зупинках, не обладнаних посадковими майданчиками, пішоходам дозволяється виходити на проїзну частину лише з боку дверей і тільки після зупинки трамвая.

Після висадки з трамвая необхідно залишити проїзну частину не затримуючись.

13. У разі наближення транспортного засобу з увімкненим проблісковим маячком червоного та (або) синього кольору і (або) спеціальним звуковим сигналом пішоходи повинні утриматися від переходу проїзної частини або негайно залишити її.

ПІШОХОДАМ ЗАБОРОНЯЄТЬСЯ:

- а) виходити на проїзну частину, не впевнившись у відсутності небезпеки для себе та інших учасників руху;
- б) раптово виходити, вибігати на проїзну частину, в тому числі на пішохідний перехід;
- в) допускати самостійний, без нагляду дорослих, вихід дітей дошкільного віку на проїзну частину;
- г) переходити проїзну частину поза пішохідним переходом, якщо є розділювальна смуга або дорога має чотири і більше смуг для руху в обох напрямках, а також у місцях, де встановлено огороження;
- г) затримуватися і зупинятися на проїзній частині, якщо це не пов'язано із забезпеченням безпеки дорожнього руху; д) рухатися по автомагістралі чи дорозі для автомобілів, за винятком пішохідних доріжок, місць стоянки і відпочинку.