**Пам’ятаймо про безпеку заради збереження**

**найціннішого – здоров’я та життя!**

Досить часто ми не звертаємо уваги на існуючі загрози. Життя нам уявляється нескінчен-

ним і безхмарним, а здоров’я – безмежним. Таке поверхневе уявлення притупляє пильність людей, зокрема – молоді, породжує легковажне ставлення до збереження власного здоров’я, а тому й до накопичення певних знань у сфері безпеки життєдіяльності, вміння передбачати можливий розвиток подій, не допускати виникнення надзвичайних пригод та ефективно діяти, якщо все таки небезпека стала реальною.

Повірте, небезпека підстерігає нас на кожному кроці, особливо тих, хто нехтує правилами безпеки. Так, за статистикою органів ДСНСУ у 2015 році в Україні трапилось 2225

лісових пожеж, внаслідок яких вигоріло 2625 га лісу; збитки

від них складають понад 10 мільйонів грн. Більше 70% таких

пожеж сталися з вини громадян.

Уже у 2016р. у Запоріжжі сталося 410 загорань, із яких 213 на

відкритій місцевості. У цих пожежах постраждало 13 осіб,

загинули 12. Не краща ситуація й на водних об’єктах. У

надзвичайних пригодах, які трапилися на воді у 2016 році

загинули двоє запоріжців.

У зв’язку з наближенням літніх канікул, періоду масового відпочинку, керівництво університету звертає увагу працівників і студентів, які мріють про відпочинок на березі моря, готуються до туристичних подорожей, на необхідність дотримання встановлених правил поведінки та пожежної безпеки в оздоровчих закладах, правил безпеки на воді, норм санітарії та гігієни заради збереження свого здоров’я та життя. *Бажаючи Вам приємного відпочинку,* *нагадуємо основні вимоги Правил безпеки та особливості поведінки і дій в окремих ймовірних, екстремальних ситуаціях.*

**1. Щоб не стати винуватцем виникнення пожежі:**

- не розпалюйте багаття в місцях, де можливе загорання трави, рослин, сміття тощо;

- не залишайте багаття без нагляду;

- не використовуйте відкритий вогонь у помешканнях, підвалах, на горищах, у приміщеннях господарського призначення;

- не залишайте цигарки та сірники, що горять, на легкозаймистій поверхні та не кидайте їх у смітник та з балконів;

- не користуйтеся несправним електричним та газовим обладнанням, саморобними подовжувачами електричних шнурів тощо;

- не залишайте дітей дошкільного віку без нагляду та не дозволяйте їм бавитися сірниками, запальничками.

**1.1. Правилами пожежної безпеки забороняється:**

- випалювати траву та інші рослинні рештки;

- звалювати та спалювати сміття в лісосмугах;

- розпалювати багаття в охоронній зоні ліній електромереж ближче 10, 15 м;

- захаращувати евакуаційні виходи із будівель і споруд.

*Але якщо пожежа все-таки виникла:*

- негайно приступайте до ліквідації загорання *(накрити щільною тканиною, закидати землею чи засипати піском, застосувати вогнегасник тощо; електроприлади, що загорілись, вимкнути);*

- якщо ваші дії не привели до позитивного результату – негайно викликайте оперативну аварійно-рятувальну службу ДСНСУ за тел. № **101;**

- евакуюйте з небезпечної зони людей і, по можливості, матеріальні цінності;

- знеструмте будівлю.

До прибуття пожежно-рятувальних підрозділів вживати заходів щодо порятунку людей, локалізації пожежі, недопущення її поширення силами та засобами, що є у вашому розпорядженні, дотримуючись заходів особистої безпеки.

**2. Щоб не сталося біди при перебуванні на водних об’єктах.**

Вода приносить не лише задоволення, а й горе, особливо тим, хто не вміє плавати та тим, хто нехтує правилами безпеки на воді.

*2.1. Щоб не траплялось нещасних випадків під час відпочинку на воді,* ***закликаємо:***

- не купайтеся в незнайомих місцях та в місцях не підготовлених до купання, а також на підпитку в штормову погоду та в темряві;

- не запливайте за огороджувальні буйки *(на глибину більше 1,5-1,7 м);*

- не пірнайте вниз головою в місцях, де невідома глибина та стан дна, а також з берегових урвищ, човнів, мостів;

- не переохолоджуйтеся *(припустимий термін перебування у воді – до 20 хвилин)* та не перегрівайтеся. **Пам’ятайте! Засмага – це небезпечна краса!** Шоколадна засмага, яку так полюбляють мільйони людей, насправді є захисною реакцією організму на сонце. Внаслідок дії ультрафіолетових променів у зовнішньому шарі шкіри виробляється пігмент меланін. Він поглинає теплові промені, захищає від інфрачервоних променів, які можуть викликати загибель клітин шкіри і перегрівання організму. Проте надмірна доза сонця виводить з ладу цей захисний механізм;

- не наближайтеся до плавучих засобів, оснащених двигунами;

- не залишайте без нагляду дітей та тримайте в полі зору навіть дорослих рідних і близьких, що купаються. Будьте готові за потребою надати їм допомогу;

- будьте обережними, плаваючи на надувних матрацах, бо вони можуть втратити плавучість або вас вітром, разом з матрацом, може віднести далеко від берега.

*2.2. Якщо під час купання судоми звели литку* ***(що буває найчастіше),*** *не панікуйте:*

- захопіть рукою пальці ноги, сильно притягніть їх до себе і тримайте так декілька хвилин.

Як правило, через 3-5 хвилин судоми минають. Отже, потрібно просто протриматися цей час на плаву.

*2.3. Пам’ятайте також про неприпустимість будь-яких жартів* під час купання або користування плавзасобами.

***3. Остерігайтеся блискавок та електричного струму:***

Навіть школярі старших класів знають природу блискавки – потужного електричного розряду в атмосфері. Та, на жаль, далеко не всі пам’ятають правила безпеки під час грози. Тому візьмемо до уваги таке:

*3.1. Відчувши приближення грози, потрібно* зайняти безпечне місце. Таким місцем може бути, насамперед, будь-який житловий будинок. Але слід пам’ятати, якщо Ви вирішили скористатися дерев’яним будинком у сільській місцевості з металевим дахом, без громовідводу, то уникнути пожежі або ураження природним електро розрядом важко.

Якщо Ви перебуваєте в полі, під час грози потрібно лягти прямо на землю.

Якщо гроза застала Вас в автотранспорті *(в особистому автомобілі)* – ні в якому разі не виходьте з машини.

**3.2.** **Запам’ятайте застереження:**

3.2.1. Під час грози не ховайтеся під деревами, не перебувайте у водоймищі, навіть якщо ви на човні або на плоту.

3.2.2. Ризикованими притулками під час грози є невеликі господарські споруди та навіси, що зведені на узвишші, скляні павільончики та телефонні будки, металеві та залізобетонні труби.

3.2.3. *Під час грози:*

- не тримайте в руках та не переносьте інвентар, виготовлений із металу;

- не наближайтесь до телефонно-телеграфних стовпів, опор ліній електропередач;

- не користуйтесь мобільними телефонами, радіоприймачами *(вимкніть їх);*

- не користуйтеся *(не їздіть)* велосипедом, мотоциклом, не працюйте на тракторі; не можна, в цей час, лишатися на спортивному майданчику, пляжі, подвір’ї;

- перебуваючи в житлових чи в адміністративних будівлях, неприпустимо сидіти напроти розеток, тримати в робочому режимі телевізори, комп’ютерну техніку; їх необхідно вимкнути, антени від’єднати.

Якщо до Вас наближається кульова блискавка, стійте спокійно, затамувавши подих, не робіть жодних рухів та не намагайтеся тікати. Дуже небезпечна кульова блискавка, її розмір близько 20 см, вона здатна іонізувати повітря.

Під час зіткнення вона може вибухнути; *людина після ураження кульовою блискавкою, якщо й залишається живою, то тяжко і довго хворіє.*

Ураження блискавкою, лікарі прирівнюють до дії на організм електричного струму високої напруги. Але, якщо блискавка нам загрожує лише під час грози, то з електроприладами ми маємо справу щоденно − як на роботі так і вдома.

**3.3. Ступінь ураження електрострумом** залежить від його частоти, напруги та тривалості дії на організм. Розрізняють легкі, середні й важкі форми ураження людини.

***3.3.1. Перша допомога ураженому:***

- негайно припинити дію струму на людину *(витягти вилку з розетки, вимкнути рубильник чи вимикач тощо).* Якщо причиною травми став обірваний чи оголений електропровід, його треба відірвати від потерпілого, дотримуючись заходів електробезпеки;

- викликати швидку медичну допомогу;

- у разі відсутності дихання і зупинки серця − робити штучне дихання й непрямий масаж серця, дбаючи про власну безпеку.

***3.3.2. Застереження:*** Не торкайтеся відкритих частин тіла потерпілого, який перебуває під дією електроструму!

**4. Як поводитися та діяти в разі небезпечних знахідок.**

***4.1.*** ***Небезпечні знахідки*** – це боєприпаси, що не розірвалися часів Другої світової війни, сучасні боєприпаси *(ракети та снаряди артилерійських систем, авіаційні бомби, протитанкові та протипіхотні міни, гранати, патрони до стрілецької зброї тощо)*, до небезпечних знахідок слід відносити й саморобні вибухові пристрої та речі начинені вибухівкою, а також пляшки із запалювальною сумішшю, ртуттю чи іншими небезпечними речовинами.

***4.2. Заходи безпеки***

*4.2.1. Забороняється:*

- торкатися до боєприпасів, у тому числі й тих, що не розірвалися, будь-яких предметів, що мають ознаки вибухового пристрою, та такі, що викликають підозру *(незнайомі речі, покинуті іграшки й побутові предмети),* а також дротові розтяжки, зазвичай натягнуті на рівні коліна, або зап’ястя;

- кидати в них будь-які речі, нагрівати, заливати водою, намагатися перемістити з місця будь-яким способом.

***4.2.2. Порядок дій:***

- зберігаючи спокій, потрібно, негайно евакуювати людей із небезпечної зони;

- повідомити про знахідку правоохоронні органи *(поліцію − тел. №* ***102****, оперативно-рятувальну службу ДСНСУ − тел. №* ***101****)*, але не користуватись мобільним у безпосередній близькості від знахідки;

- на безпечній відстані позначити місце знахідки та виставити охорону;

- заборонити прохід сторонніх осіб у небезпечну зону та попередити оточуючих;

- дочекатися прибуття представників правоохоронних органів та надати їм вичерпну інформацію щодо обставин виявлення вибухонебезпечного *(підозрілого)* предмета.

*Під час подорожей та відпочинку нас можуть підстерігати й інші неприємності.* Про заходи безпеки під час прогулянок у лісі, як запобігти укусу отруйної змії чи «трудяги» бджоли, читайте на сайті ЗНУ на сторінці штабу ЦЗ у підрозділі «пам’ятки, рекомендації» у матеріалі під заголовком «Не забуваймо про безпеку, навіть у зонах відпочинку!»

Отже, щоб Ваш відпочинок був приємним та корисним, радимо дотримуватись наших рекомендацій!

Штаб ЦЗ