

Додаток

до листа Департаменту освіти і науки

обласної державної адміністрації

від 25.05.2020 № 1640_03.2-18

ДЕРЖАВНА СЛУЖБА УКРАЇНИ З НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ



ДСНС України

**Сектор зв'язків із ЗМІ
та роботи з громадськістю
ГУ ДСНС України
у Запорізькій області**

ЕКСПРЕС-ІНФОРМАЦІЯ

Про навчання населення правилам безпеки життєдіяльності

Правила безпеки під час відпочинку на водних об'єктах

Вода є невід'ємною частиною життя на Землі. Але, на жаль, водяна стихія несе в собі велику небезпеку. Так, мабуть, ніхто не зможе заперечити, що вигляд бурхливого моря, спокійної річки або мальовничого озера захоплює, надихає і манить, а рятувальників бентежить і непокоїть. Бо саме ця не оповита стихія щороку поглинає людські життя.

Результати роботи підрозділів ДСНС, комунальних рятувально-водолазних та інших служб у напрямку оперативного реагування на надзвичайні події на водних об'єктах області у 2019 році - 265 врятованих життів, у тому числі 33 дитини.

Статистика загибелі на воді – 60 загиблих у 2019 (8 дітей), 60 осіб, з яких 5 дітей – у 2018 році. З початку поточного року на водних об'єктах області врятовано 8 осіб, загинуло – 6.

Оздоровчий період ще не розпочався, проте тепла погода та стрімке підвищення температури повітря підвищує інтерес громадян до відпочинку поблизу водойм, а це у свою чергу становить певну небезпеку, оскільки частіше за все люди обирають несанкціоновані для купання місця. Адже основними причинами трагедій на водних об'єктах залишаються: купання у необладнаних для цього місцях – стихійних пляжах, зрошувальних каналах, ставках; купання у нетверезому стані; порушення правил безпечної поведінки на воді під час риболовлі. Часто під час відпочинку батьки послаблюють контроль за дітьми, що може стати причиною трагедії. Цього року на початку лютого у селі Долинське Запорізького району зимові водойми забрали життя трьох малолітніх дітей. Такі трагедії непоодинокі і безвідносно до пори року можуть трапитися у житті будь-кого, хто хоча б на хвилину знехтує елементарними правилами безпеки. Чи впевнені ви, що саме ваша дитина не опиниться у цій жахливій статистиці? Тож перед тим, як відпускати її на водоймище, переконайтесь, що ваш син або донька обізнані у питаннях безпеки на воді та вправно плаває. А краще за все – завжди бути поруч із дитиною.

Вагоме значення має також температура води. Низька температура води викликає спазм судин шкіри та легень, довготриває скорочення дихальних м'язів, що призводить до гострих порушень дихання та серцевої діяльності, анемії мозку, яка проявляється втратою свідомості, або близьким до цього станом. У практично здорової людини при швидкому входженні у холодну воду може розвинутись холодовий шок, який іноді закінчується смертю. Подібний

стан може розвинутися не лише в холодній (нижче 16-17 °C), але й достатньо теплій воді (22-26 °C), коли її температура значно відрізняється від температури тіла, що обумовлено тривалим перебуванням на сонці чи фізичними перевантаженнями.

Серед інших причин, що призводять до утоплення, необхідно назвати невміння плавати, втома при тривалих запливах, хворобливий стан, травми при стрибках у воду (особливо у незнайомих місцях), порушення серцевої діяльності при підводному плаванні на глибинах понад 2 м. Проте, не тільки діти не дотримуються правил поведінки на водних об'єктах. Здавалося б, цілком дорослі та адекватні люди іноді гинуть або травмуються через власну необачність. Майже половина всіх утоплень спричинені вживанням алкоголю. Вживання алкоголю на пляжах зараз, на жаль, є чи не традицією. Не дивно, що «вибухова суміш» спиртних напоїв та пекучого сонця дає свої трагічні результати.

Чинниками, що посилюють небезпеку при купанні, є значна швидкість течії води, коловороти, підземні джерела, що різко зменшують температуру води в обмеженому просторі, великі хвилі, можливість зіштовхнутись з плаваючими засобами. Значному зниженню ризику утоплення, не лише в звичайних, але й в екстремальних умовах, сприяє виховання в людини вольових якостей та загартування організму.

Тож постає нагальна потреба забезпечення належної роз'яснювальної роботи щодо навчання правил безпеки життєдіяльності на водних об'єктах серед населення області.

З метою запобігання травмуванню та загибелі людей внаслідок порушення елементарних правил безпеки життєдіяльності, виховання культури безпечної поведінки надсилаємо Вам експрес-інформацію та просимо сприяти проведенню інформаційно-роз'яснювальної роботи серед фахівців Вашого відомства.

Давайте разом дбати про безпеку! Щиро запрошуємо до співпраці, яка є необхідною для підвищення рівня обізнаності людей щодо правил безпеки життєдіяльності. Лише разом ми зробимо життя безпечним!

Заходи безпеки при купанні

Купатися краще вранці або ввечері, коли сонце гріє, але немає небезпеки перегрівання.

Плавати у воді можна не більше 20 хвилин, причому цей час слід збільшувати поступово, починаючи з 3-5 хвилин.

Не можна пірнати у воду після тривалого перебування на сонці. При різкому охолодженні у воді настає рефлекторне скорочення м'язів, що спричиняє припинення дихання.

Забороняється входити у воду в стані алкогольного сп'яніння. Алкоголь блокує нормальну діяльність головного мозку.

Якщо немає поблизу обладнаного пляжу, треба вибрати безпечне для купання місце з поступовим ухилом та твердим і чистим дном.

У воду заходьте обережно. Ніколи не пірнайте в незнайомих місцях.

Не запливати далеко, особливо за буй, тому що можна не розрахувати своїх сил.

У водоймах з великою кількістю водоростей потрібно намагатися плисти поблизу самої поверхні води, не робити різких рухів, щоб не заплутатись.

Якщо ж руки або ноги заплуталися в стеблах, необхідно зупинитися (прийняти положення "поплавка", "спливання") і звільнитися від них.

Дуже обережно плавайте на надувних матрацах і надувних іграшках. Вітром їх може віднести дуже далеко від берега, а хвилею – захлеснути, із них може вийти повітря, і вони втратять плавучість.

Купання з маскою, трубкою і ластами потребує особливої обережності. Не можна плавати з трубкою при сильних хвилях.

Не жартуйте на воді

Не підплівайте під тих, хто купається.

Не хапайте їх за ноги.

Не намагайтесь імітувати утоплення: ані своє, ані оточуючих;

Купання дітей має відбуватися тільки під наглядом дорослих, які добре вміють плавати.

Вчитися плавати потрібно під керівництвом інструктора або батьків. Навчити плавати свою дитину - обов'язок такий самий, як навчити її переходити вулицю.

Впевнено триматися на воді можна навчити за 5-7 днів, і це вже перший крок до безпеки: діти тонуть не тільки в ставках і річках, але й у бочках із водою, в домашніх ваннах, залишенні батьками, дорослими "буквально на одну хвилинку".

Не лишайте біля води малят, вони можуть оступитися і впасти, захліннутися водою або потрапити в яму.

Не заплівайте за обмежувальні знаки, які відділяють акваторію з перевіреним дном, визначеною глибиною, тут гарантована відсутність водовертей (чортогів) та інших небезпек.

Не треба відплівати далеко від берега або перепливати водойми на заклад. Довести своє вміння плавати можна, пропливши декілька разів ту саму дистанцію вздовж берега.

Не наблизяйтесь до суден, човнів і катерів, які пропливають поблизу вас.

Порушення цих правил залишаються головною причиною загибелі людей на воді.

Що робити, якщо на ваших очах тоне людина

Негайно оцініть обстановку та подивіться, чи немає поруч рятувального засобу. Ним може бути все, що збільшить плавучість людини і що ви в змозі до неї докинути.

Уміння надати допомогу при нещасних випадках потрібне кожній людині. Особливо складно це робити без використання рятувальних засобів (човнів, катерів та ін.). Якщо ви кинулися на допомогу, то треба максимально враховувати плин води, вітер, відстань до берега. Наближаючись, намагайтесь заспокоїти і підбадьорити плавця, що вибився із сил. Якщо це вдалося і постраждалий може контролювати себе, він повинен триматися за плечі свого рятівника. Якщо ж постраждалий не контролює своїх дій – поводитися з ним треба жорстко, не даючи йому впасти у стан паніки.

Елементарна техніка рятування

Наблизившись до потопаючого, треба пірнути під нього й одним із прийомів захоплення транспортувати до берега.

У випадку, якщо потопаючому вдалося схопити вас за руки, ноги або шию, звільняйтесь і негайно пірнайте. Інстинкт самозбереження змусить потерпілого вас відпустити. Якщо ж він уже занурився у воду, не припиняйте спроб знайти його там.

Коли потерпілий вже на березі, основну увагу слід звернути на колір шкіри, дихання, серцеву діяльність, рефлекси очей, ширину зіниць. Допомога надається залежно від його стану.

Правила поводження під час відпочинку на водних об'єктах

Варто пам'ятати, що основними умовами безпеки є правильний вибір і обладнання місця для купання; навчання дорослих та дітей плаванню, сувере дотримання правил поведінки під час купання і катання на плавзасобах, постійний контроль за дітьми у воді з боку дорослих. Відпочинок на воді допускається тільки у спеціально відведеніх місцевими органами влади та обладнаних для цього місцях. Безпечноше відпочивати на воді у світлу частину доби. Купатися дозволяється в спокійну безвітряну погоду при температурі води не менше +18, повітря не нижче +24.

Не лізьте у воду в незнайомому для вас місці, уникайте води із швидкою течією, не заходьте у воду напідпитку, ніколи не плавайте наодинці, особливо якщо не впевнені у своїх силах; купаючись на «дикому пляжі» чи у незнайомому місці – не пірнайте з берега, гірки, дерева; у воду слід входити неспішно, обережно пробуючи дно ногою; купатися краще там, де є рятувальні служби; особливо слідкуйте за дітьми: їхня поведінка у воді не передбачувана; до плавок потрібно прикріпляти шпильку, якщо далеко від берега судома зведе руку чи ногу, укол шпилькою допоможе відновити еластичність м'язів; утримуйтесь від далеких запливів: переохолодження – головна причина трагічних випадків. На рівнинних річках є багато ям і вирів. Вони підступно зустрічаються біля піщаних кос, під берегом, де особливо полюбляють купатися діти.

На морі треба завжди зважати на хвилі, які можуть перевернути людину при вході у воду. Не намагайтесь плисти проти хвилі. Варто бути обережними біля водорізів. Не пірнайте з них, бо можна впасти – вони дуже слизькі від водоростей. Не запливайте за буйки! Великою бідою може обернутися пірнання на мілководді або в незнайомих місцях. У таких випадках можливі травми шийного відділу хребта з пошкодженням спинного мозку.

Якщо човен перевернувся, головне не розгубитися. Навіть коли перекинувся, він і тоді ще певний час тримається на воді, отже, треба зберігати спокій, і до прибутия рятувальників триматися за човен, штовхаючи його до берега. Той, хто добре вміє плавати, у першу чергу повинен допомогти тому, хто не вміє, підтримувати його на плаву. Рятувати треба спочатку одного потопаючого, а потім іншого, допомогти вплав одночасно кільком людям неможливо. Під час катання дітей необхідна присутність дорослого в кожному човні. Він мусить уміти керувати судном, добре плавати, знати прийоми надання невідкладної допомоги постраждалим на воді. Основною причиною загибелі людей на воді є страх. У більшості випадків тонуть люди, котрі вміють плавати, і з самовпевненістю запливають далеко від берега. Там вони можуть потрапити у потік холодної води. Тоді починає зводити ноги і хапає корч. У цій ситуації головне – не злякатися. Треба зануритися у воду і сильно потягти рукою на себе ступню за великий палець.

Правила пожежної безпеки на відкритих територіях

Розпочався пожежонебезпечних період, коли достатньо лише необачно кинутого недопалка у суху траву, як миттєво пожежа набуває загрозливих масштабів. Вітряна погода сприяє дуже швидкому поширенню вогню. Рятувальники стикаються з проблемою недотримання людьми правил пожежної безпеки під час відвідування екосистем. Як результат – масштабні пожежі на відкритій території, непоправна шкода екології та чималі матеріальні збитки. Пам'ятайте, користуватись вогнем для знищення сухої трави та сміття категорично заборонено. Адже ці необдумані дії можуть привести до розповсюдження вогню на житлові, господарські споруди та дачні садиби.

За статистикою ГУ ДСНС України у Запорізькій області з початку цього року виникло 978 пожеж в екосистемах, в результаті чого вогнем було знищено – 246 га території навколошнього природного середовища.

Гасіння лісових пожеж та загорянь на відкритій території пов'язане з подоланням великих труднощів, витратою значних матеріальних засобів і людських ресурсів. Від своєчасного виявлення загорання і гасіння на початковій стадії залежить подальший успіх ліквідації пожежі та розміри збитків. На жаль, непоодинокими є випадки, коли недбалість мешканців приватних домоволодінь, спалюючи суху рослинність, призводила до розповсюдження вогню на житлові будинки, як сталося 3 квітня поточного року у с. Новофедорівка Вільнянського району. Ймовірною причиною пожежі під час якої згоріло домоволодіння стало необережне поводження з вогнем невстановленою особою на відкритій території, внаслідок чого вогонь перекинувся на будинок. За фактом події відповідними органами ведеться розслідування.

Під час відвідування лісів, берегів річки Дніпро та Національного заповідника о. Хортиця, необхідно бути вкрай обережним, адже не загашений недопалок або не залите вогнище можуть стати причиною виникнення масштабної пожежі. Представники лісництва розповідають, що для того, щоб повністю відновити пошкоджені дерева необхідно в середньому 40-50 років, чагарники та кущі відновлюються за 5 років. Якщо пожежа знищила червонокнижний вид трави чи кущів – то це завдає неоцінених збитків.

Під час відпочинку у лісопаркових зонах слідкуйте за розпаленим багаттям та дотримуйтесь всіх правил пожежної безпеки. При виборі місця для пікніку враховуйте наявність охоронної зони ліній електромереж. Вона становить для ЛЕМ напругою 6-10кВ – 10 метрів з кожного боку лінії, для ЛЕМ напругою 35кВ – 15 метрів, для ЛЕМ, напругою 110кВ – 20 метрів, для ЛЕМ напругою 150кВ і більше – 25 метрів. Розпалення багать в охоронній зоні – загрожує не лише знеструмленням лінії, а й несе безпосередню загрозу для вашого здоров'я і, навіть, життя. Категорично забороняється також розкладати багаття, спалювати стерню, залишати легкозаймисті матеріали та складати сміття поблизу ліній електропередач та трансформаторних підстанцій.

Рятувальники вкрай стурбовані та звертаються до громадян з проханням бути пильними та обережними під час відпочинку на природі, дотримуватись правил пожежної безпеки. Але, якщо вже так сталося, що невинне багаття переходить у неконтрольоване розповсюдження вогню у велику пожежу, одразу телефонуйте до Служби порятунку «101».

З метою запобігання травмуванню та загибелі людей внаслідок порушення елементарних правил безпеки життєдіяльності, виховання у

громадян культури безпечної поведінки надсилаємо Вам експрес-інформацію та просимо сприяти проведенню інформаційно-роз'яснювальної роботи серед фахівців Вашого відомства. Давайте разом дбати про безпеку! Щиро запрошуємо до співпраці, яка є необхідною для підвищення рівня обізнаності людей щодо правил безпеки життєдіяльності. Лише разом ми зробимо життя безпечним!

Як безпечно розпалити багаття

Місце для багаття обираєте на відкритому, але захищенному від вітру місці. Навіть невеликий вітерець здатний викликати швидке поширення вогню.

Не можна розводити багаття близче, ніж у 4–6 метрах від дерев, смолистих пнів або коренів.

Не розводьте багаття на ділянках із сухим очеретом, мохом або травою.

Не розводьте велике багаття. По можливості використовуйте вже існуючі місця для розведення вогнища.

Ніколи не залишайте вогнище без нагляду.

Залишаючи місце відпочинку, загасіть вогнище, заливши його водою.

Переконайтесь, що у вогнищі не залишилось жодної жарини.

Що робити в разі виникнення пожежі в екосистемах

Не панікуйте та не приймайте поспішних необдуманих рішень.

Не тікайте від полум'я у протилежний від вогню бік, а долайте крайку вогню проти вітру, закривши голову і обличчя одягом.

З небезпечної зони, до якої наближається полум'я, виходьте швидко, перпендикулярно напряму поширення вогню.

Якщо втекти від пожежі неможливо, то вийдіть на відкриту місцевість або галевину, ввійдіть у водойму або прикрийте ніс та рот мокрим одягом.

Будьте обережні в місцях загоряння високих дерев, вони можуть завалитися та травмувати вас.

Особливо будьте обережні у місцях торф'яних пожеж, враховуйте, що там можуть створюватися глибокі вирви, тому рухайтесь, по можливості, перевіряючи палицею глибину шару, що вигорів.

Якщо ви помітили загоряння у екосистемах - одразу зателефонуйте до Служби порятунку «101».

Дотримання цих елементарних правил суттєво підвищує ваші шанси не потрапити у надзвичайну подію та зберегти своє життя і здоров'я!