



Маріупольський
університет

Безпека життєдіяльності учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану

Ви почули сигнал оповіщення «Повітряна тривога», що робити?



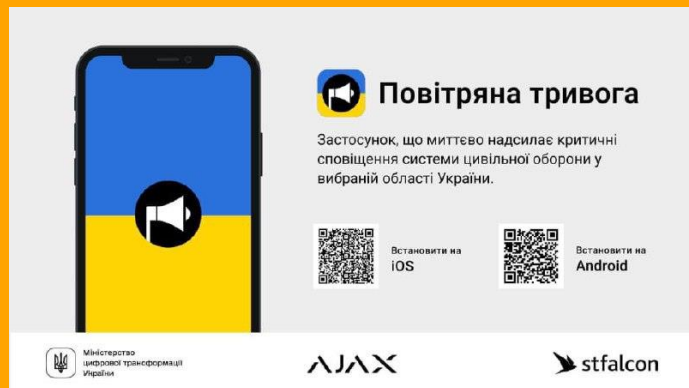
Якщо ви чуєте переривчасті гудки підприємств, звуки гучномовця або звуки сирен, що тривають упродовж кількох хвилин, це означає попереджувальний сигнал **«УВАГА ВСІМ!»** Тепер важливо отримати достовірну інформацію! Увімкніть телевізор або радіоприймач. Зазвичай інформація передається протягом 5 хвилин після звукового сигналу (сирен). Залишайте теле- і радіоканали увімкненими, через них може надходити подальша інформація.

Можуть бути застосовані такі сигнали оповіщення за видами небезпеки:

- повітряна тривога - довгий звук, який наростає та знижується, триває не менше 1 хвилини і повторюється 2-3 рази;
- хімічна небезпека - звук церковних дзвонів;
- сигнал радіаційної небезпеки – це дзвін у сполох;
- сигнал евакуації із міста – звучить як гудок поїзда. Після такого сповіщення слід увімкнути місцеве радіо або телебачення та чекати на подальшу інформацію.

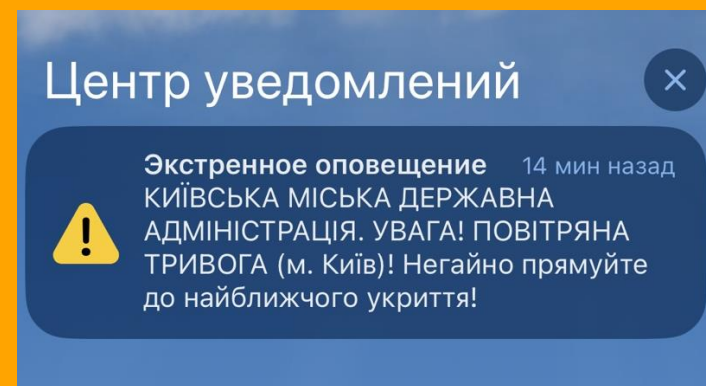


Ви почули сигнал оповіщення «Повітряна тривога», що робити?



Також про загрозу можна дізнатися, встановивши спеціальний додаток на мобільний телефон.

Слідкувати за сповіщеннями на вашому мобільному пристрої



Прослухавши інформацію ви повинні діяти без метушні та паніки згідно з отриманими інструкціями. Намагайтеся сповістити про почуте рідних, сусідів, знайомих. За необхідності надайте їм допомогу.

Офіційні державні канали для отримання інформації



- ✓ Президент України Володимир Зеленський

[Telegram](#), [Facebook](#), [Twitter](#);

- ✓ Офіс Президента України

[сайт](#), [Telegram](#), [Facebook](#), [Twitter](#);

- ✓ Генеральний штаб ЗСУ

[сайт](#), [Facebook](#), [Twitter](#);

- ✓ Кабінет Міністрів України

[сайт](#), [Facebook](#), [Twitter](#);

- ✓ Міністерство оборони України

[сайт](#), [Facebook](#), [Twitter](#);

- ✓ МВС України

[сайт](#), [Telegram](#), [Facebook](#), [Twitter](#);

- ✓ Національна поліція України

[сайт](#), [Telegram](#), [Facebook](#), [Twitter](#);



- ✓ Служба безпеки України
[сайт](#), [Telegram](#), [Facebook](#), [Twitter](#);



- ✓ ДСНС України
[сайт](#), [Telegram](#), [Facebook](#), [Twitter](#);



- ✓ Державна прикордонна служба України
[сайт](#), [Telegram](#), [Facebook](#), [Twitter](#);



- ✓ Центр стратегічних комунікацій та інформаційної безпеки
[сайт](#), [Telegram](#), [Facebook](#);



- ✓ Державна служба спеціального зв'язку та захисту інформації України
[сайт](#), [Telegram](#), [Facebook](#), [Twitter](#);



- ✓ Сухопутні війська ЗС України
[Facebook](#);



- ✓ ВМС ЗС України
[сайт](#), [Facebook](#), [Twitter](#).

Перелік офіційних джерел інформації по Києву:

✓ мер Києва Віталій Кличко - [Telegram](#), [Facebook](#), [Twitter](#);

✓ КМДА - [сайт](#), [Telegram](#), [Facebook](#), [Twitter](#);

✓ Київська обласна військова адміністрація
[сайт](#), [Telegram](#), [Facebook](#);

✓ поліція Києва
[сайт](#), [Facebook](#), [Twitter](#);

✓ ДСНС по Києву
[Facebook](#).





Як діяти працівникам під час повітряної тривоги

1. Відповідальна особа у разі надходження сигналу «Повітряна тривога», вмикає наявну систему оповіщення Університету.
2. Викладач (керівник підрозділу) повинен:
 - сповістити учасників освітнього процесу про загрозу та припинити навчальне заняття (роботу);
 - організувати та скоординувати переміщення учасників освітнього процесу в укриття згідно з планом евакуації, затвердженим ректором;
 - вимкнути світло, електричні прилади та обладнання в приміщенні;
3. Всі повинні взяти засоби індивідуального захисту, документи та особисті речі.
4. Учасники освітнього процесу, які знаходяться на подвір'ї Університету, в коридорах, під час сигналу «Повітряна тривога», повинні самостійно рухатися до найближчого укриття.



Як діяти працівникам під час повітряної тривоги

5. В укритті викладач (керівник підрозділу), повинен допомогти учасникам освітнього процесу швидко та спокійно зайняти місця.
6. Під час переміщення до укриття необхідно враховувати наявність осіб з обмеженими фізичними можливостями. У випадку присутності осіб з обмеженими фізичними можливостями – попередньо проводити з ними навчання та бесіди, передбачити швидке та спокійне їх переміщення.
7. Під час перебування в укритті відповідальні особи здійснюють необхідну підтримку усіх учасників освітнього процесу та контроль за порядком.
8. Після оголошення сигналу про «Відбій повітряної тривоги»:
відповідальна особа подає короткий дзвінок про «Відбій повітряної тривоги»;
викладач (керівник підрозділу) забезпечує вихід з укриття усіх учасників освітнього процесу;
відновлюється навчальний процес (робота).



ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ В УКРИТТІ (БОМБОСХОВИЩАХ, ПІДВАЛАХ)

1. Забороняється приносити в укриття легкозаймісті або сильно пахнучі речовини, громіздкі речі
2. Обов'язково треба виконувати усі вимоги, правила поведінки і встановлений порядок в укритті
3. Забороняється ходити без потреби, палити, шуміти, запалювати свічки і інші світильники з відкритим полум'ям.
4. Відпочинок в укритті організовується позмінно. В першу чергу відпочивають престарілі, діти і хворі
5. Вихід з укриття без дозволу відповідальної особи забороняється.
6. Тримати в положенні "напоготові" протигаз або інші засоби індивідуального захисту.
7. Не допускати паніки у разі пошкодження споруди або виникнення небезпеки зараження
8. Зв'язок із наземними службами підтримується по радіо або телефону
9. Вихід із укриття лише за вказівкою відповідальної особи після відповідного сигналу або у разі аварійного стану споруди загрозливого для життя людей
10. Дотримуватися правил техніки безпеки
11. Надавати допомогу особовому складу групи (ланки) в обслуговуванні захисної споруди
12. Забороняється кидати харчові відходи та сміття у невстановлених для цього місцях.



Що робити під час артобстрілу



Артобстріл – це обстріл позицій та об'єктів супротивника з артилерійських знарядь (гаубиці, міномети, гармати, тощо)

Служба безпеки України опублікувала пам'ятку з корисною інформацією про те, що робити під час артобстрілів і залпового вогню:



Під час артилерійського, мінометного обстрілу або авіаційного нальоту не залишайтеся в під'їздах, під арками та на сходових клітках. Також небезпечно ховатися у підвалах панельних будинків, біля автомобільної техніки, автозаправних станцій і під стінами будинків із легких конструкцій. Такі об'єкти неміцні, ви можете опинитись під завалом або травмуватися.



Якщо вогонь артилерії, мінометний обстріл, авіаційне бомбардування застали вас на шляху, негайно лягайте на землю, туди, де є виступ або хоча б у невелике заглиблення. Захист можуть надати бетонні конструкції (окрім тих, які можуть обвалитися або загорітися), траншеї, неглибокі підземні колодязі, широкі труби водостоку і канави.




Закривайте долонями вуха та відкривайте рот – це врятує від контузії, убереже від баротравми.





Не приступайте до розбору завалів самостійно, чекайте фахівців з розмінування та представників аварійно-рятувальної служби.


Що робити під час артобстрілу системами залпового вогню



- 

Снаряд (ракету) можна помітити та зреагувати, залп реактивної установки добре видно. Вночі це яскравий спалах на обрії, а вдень -димні сліди ракет;
- 

Організуйте постійне спостереження, постійно тримайте у полі зору будівлі та споруди, які знаходяться поруч та які можливо використовувати як укриття. Після сигналу спостерігача є декілька секунд для того, щоб сховатись.
- 

Ховайтеся у підвалі або в іншому заглибленому приміщенні. Вибирайте місце у кутку між несучими стінами та недалеко від вікон та дверей для того, щоб миттєво покинути будинок у випадку попадання снаряду.
- 

Не виходьте з укриття, не почекавши хоча б 10 хвилин після завершення обстрілу, адже після залпу зазвичай ведеться уточнення результатів стрільби і коригування вогню або зміна позиції.

Що робити, коли чуєш дрон?



"Шахед-136" або "Герань 2" – це так званий дрон-камікадзе. Він за координатами летить до цілі, влучає в неї та вибухає при ударі об перешкоду, землю або ціль, навіть якщо був пошкоджений в повітрі. Має характерний звук, схожий на мопед чи бензопилу. Безпілотник літає на малій висоті, тому його складно виявити силам ППО.

Київська міська військова адміністрація радить наступне, якщо ви чуєте дрон:

- прямуйте в укриття: підвали, цокольні поверхи будинків, підземні паркінги;
- тримайтесь подалі від адмінбудівель, стратегічних та військових об'єктів, АЗС;
- якщо укриття далеко, то дотримуйтесь правила "двох стін";
- не ховайтесь в під'їздах, під арками, на сходах;
- не залишайтеся в авто;
- якщо побачили дрон в небі – телефонуйте 102;
- не викладайте фото в інтернет з номером дрону;
- не наближайтесь до збитого дрона;
- не стріляйте у дрони самостійно, це робота сил оборони.



Що робити, якщо опинилися під завалами будинку?



ЦЕНТР ГРОМАДСЬКОГО
ЗДОРОВ'Я МОЗ УКРАЇНИ

Про те, як вести себе в разі завалу будинку, розповіли у Центрі громадського здоров'я України.

АЛГОРИТМ ДІЙ:

- Опинившись під завалами в людному місці, спробуйте докричатися до інших людей.
- ❑ Не панікуйте. Постарайтеся зберігати спокій. Якщо станеться завал будинку, то рятувальники будуть на місці вже через кілька хвилин.
- ❑ Кличте на допомогу. Якщо хтось із людей почув вас - прокричіть, що ви опинилися під завалами і вам потрібна допомога.
- ❑ Чекаючи порятунку, постарайтеся не ворухитися, щоб не погіршити завал.

- Якщо вас ніхто не чує і ви довго не чуєте рятувальників, доведеться спробувати звільнитися самостійно.
- ❑ Постарайтеся звільнити руки і ноги.
- ❑ Якщо вас завалило невеликими предметами - обережно відсуньте їх і звільніть простір біля себе. Але не чіпайте предмети, на яких тримається завал.
- ❑ Під час роботи продовжуйте кликати на допомогу. Не мовчіть.
- ❑ Якщо це можливо - підіпріть стелю над вами великими предметами і меблями.
- ❑ Після звільнення простору біля себе огляньте тіло. Якщо ви поранені - накладіть пов'язки на рани зі шматків одягу і зафіксуйте зламані кінцівки.

- Якщо ви нікого не чуєте і не можете звільнитися - постарайтеся прийняти найбільш безпечну позу і чекати порятунку. Рано чи пізно рятувальники обов'язково до вас доберуться.
- ❑ Якщо ваш крик ніхто не чує, постарайтеся додзвонитися до рятувальників по телефону, стукайте по батареях, кричіть в витяжку або у вікно.
- ❑ В очікуванні порятунку постарайтеся уникнути переохолодження. Постеліть щось на підлогу, якщо це можливо. Лягайте на бік і підкладіть під себе руку. Якщо не можете лягти - сядьте на підлогу і обхопіть коліна руками.

НЕ рекомендується в умовах надзвичайної ситуації воєнного характеру:



підходити до вікон, якщо почуєте постріли;



спостерігати за ходом бойових дій;



стояти чи перебігати під обстрілом;



конфліктувати з озброєними людьми;



носити армійську форму або камуфльований одяг;



демонструвати зброю або предмети, схожі на неї;



підбирати покинуті зброю та боєприпаси.





Як діяти, якщо ви виявили вибухонебезпечний предмет?



Усі міни та боєприпаси, які не розірвалися, становлять смертельну небезпеку, тому продовжує діяти низка правил, яка може зберегти вам життя.

Отже, якщо ви виявили вибухонебезпечний предмет:

- ! не беріть його в руки;
- ! не переносьте, не зсовуйте з місця, не перекочуйте;
- ! не витягайте з землі;
- ! не намагайтеся розібрати;
- ! не розводьте багаття поруч.

Що необхідно робити, якщо виявили вибухонебезпечний предмет:

- ✓ зберігайте спокій та не панікуйте;
- ✓ зупиніться, позначте місце знахідки підручними предметами;
- ✓ відійдіть тим самим шляхом, яким рухались, на безпечну відстань та негайно викличте рятувальників 101, поліцію 102 або повідомте про знахідку військових.



ЩО РОБИТИ У РАЗІ РАДІАЦІЙНОЇ НЕБЕЗПЕКИ?



ЦЕНТР ГРОМАДСЬКОГО
ЗДОРОВ'Я МОЗ УКРАЇНИ

Якщо у вашій місцевості трапиться радіаційна надзвичайна ситуація, вам необхідно залишатися в приміщенні або негайно зайти до нього, якщо ви перебуваєте на вулиці. Це найбезпечніша дія, яку ви можете зробити.

- ! Зайдіть в укриття, підвал або в середину будівлі. Радіоактивний матеріал осідає на зовнішній стороні будівель, тому найкраще триматися якомога далі від стін і даху будівлі.
- ! Заберіть всередину домашніх тварин.
- ! Закрийте та заблокуйте всі вікна та двері в приміщенні, не підходьте до них без нагальної потреби.
- ! Зробіть кількадечний запас води у герметичних ємностях. Продукти загорніть у плівки і покладіть у холодильник або шафу.
- ! Підготуйте маску, респіратор або ватно-марлеву пов'язку для захисту органів дихання.
- ! Слідкуйте за повідомленнями від рятувальників ДСНС, поліції, місцевої влади.

Йодопрофілактика

Відповідно до Наказу МОЗ від 09.03.2021 № 408 «Про затвердження Регламенту щодо проведення йодної профілактики у разі виникнення радіаційної аварії», йодна профілактика здійснюється лише після офіційного оповіщення і полягає у введенні в організм людини препаратів стабільного йоду в разі радіаційної аварії та за умови впливу на людину радіоактивних ізотопів йоду. Важливо дотримуватися вказівок Центру громадського здоров'я та місцевої влади і чекати офіційних повідомлень на їхніх сторінках, а не здійснювати паніку. **Безпідставна йодна профілактика шкідлива для вашого здоров'я!** Регламент йодної профілактики у разі виникнення радіаційної аварії визначає такі вікові групи і дозування препарату стабільного йоду (калій йодид): діти до 1 місяця (немовлята й діти, які перебувають на грудному вигодовуванні) – 16 мг; діти від 1 місяця до 3 років – 32 мг; діти від 3 до 12 років – 62,5 мг; підлітки від 13 до 18 років, дорослі до 40 років, вагітні та матері, які годують груддю – 125 мг.

Важливо! Йодид калію слід приймати після їжі та лише після офіційного оповіщення про радіаційну аварію і необхідність йодної профілактики.



Що робити в разі хімічної загрози?



МІНІСТЕРСТВО
ОХОРОНИ
ЗДОРОВ'Я
УКРАЇНИ

Міністерство охорони здоров'я України підготувало алгоритм дій на випадок хімічної атаки або аварії на хімічному підприємстві.

- щільно закрити вікна і двері, вентиляційні отвори, димарі;
- заклеїти щілини у вікнах папером або скотчем;
- ввімкнути телевізор або радіо для отримання подальших вказівок;
- попередити близьких про небезпеку і можливу евакуацію;
- вимкнути побутові прилади і газ.

У разі евакуації візьміть з собою аптечку. Одягніться так, щоб залишилося якомога менше відкритої шкіри. Використовуйте протигази або ватно-марлеві пов'язки, змочені водою або краще 2-5% розчином питної соди (при ураженні хлором), оцтової або лимонної кислоти (при ураженні аміаком).

Обережно і без паніки вийдіть з приміщення, використовуючи сходи. На вулиці не біжіть, не торкайтеся ніяких предметів, не наступайте в калюжі. Нічого не їжте і не пийте.

У разі аварій з викидом хлору, намагайтеся пересуватися по височинах, в разі викиду аміаку – низинами.

Якомога швидше залиште зону ураження, рухаючись боком проти потоку повітря або вітру.



Що робити в разі хімічної загрози?



МІНІСТЕРСТВО
ОХОРОНИ
ЗДОРОВ'Я
УКРАЇНИ

Перша допомога в разі отруєння хлором:

- Потерпілого необхідно негайно вивести на свіже повітря, щільніше укрити і дати подихати парами води або аерозолем 0,5% розчину питної соди протягом 15 хвилин.
- Не дозволяйте потерпілому пересуватися самостійно. Транспортувати його можна тільки в положенні лежачи. За необхідності, зробити штучне дихання “рот до рота”.
- Пам'ятайте, основним засобом боротьби з хлором є вода.

Перша допомога в разі отруєння аміаком:

- одягніть протигаз і виведіть ураженого на свіже повітря;
- дайте подихати зволженим повітрям (теплыми водяними парами 10%-ного розчину ментолу в хлороформі);
- дайте йому теплого молока з «Боржомі» або харчовою содою;
- при спазмі голосових щілин забезпечте тепло на ділянку шиї, теплі ванночки, інгаляцію;
- при зупинці дихання проведіть серцево-легеневу реанімацію;
- при потраплянні в очі – промийте водою або 0,5-1%-ним розчином квасців, вазеліновою або оливковою олією;
- при ураженні шкіри – обмийте чистою водою, зробіть примочки з 5%-ного розчину оцтової, лимонної або соляної кислоти.