

Кадетская школа – интернат № 5 «Преображенский кадетский корпус»

Инструкция обсуждена и одобрена
на заседании Управляющего
совета КООУ КПИ №5

Протокол от 08.09. 2017 года

УТВЕРЖДАЮ
Директор
Кадетской школы-интерната № 5
Гольца В.В.
августа 2017 г.

ИНСТРУКЦИЯ

о мерах безопасности и правилах поведения на замерзшем водоеме, в гололед, при падении
снега, сосулек и наледи с крыш домов
ИМБО - 025-2017

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

1.1. Во время гололеда, выходя из дома, одевайте удобную и нескользящую обувь. Идите по краю пешеходной дорожки, не торопитесь, обходите других пешеходов осторожно.

1.2. В гололед выбирайте более безопасный маршрут и выходите из дома заблаговременно.

1.3. Пожилые люди страдают от гололеда гораздо больше молодых. Врачи советуют тренировать вестибулярный аппарат, чтобы научиться балансировать. Также необходимо принимать специальные препараты для укрепления кости с содержанием йода и кальция.

1.4. В зимний период во время гололеда и оттепели возможны следующие опасные факторы:

- травмы головы и конечностей;
- вывихи и переломы;
- повреждения позвоночника;
- растяжения и разрывы связок;
- ушибы мышц;
- обморожение и переохлаждение, а также утопление в водоеме;

2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ПЕРЕДВИЖЕНИИ

2.1. При перемещении на улице не ходить вдоль стен здания, а перемещаться по пешеходным дорожкам, подходя к зданию на безопасное расстояние обязательно поднимать голову вверх, и только убедившись в отсутствии наледи, сосулек и свисающих глыб, проходить в этом месте. Если участок пешеходной дороги огорожен и идет сбрасывание снега с крыш, обязательно обойти это место на безопасном расстоянии. Выполнять требования указателей или словесных объяснений работников коммунальных служб.

2.2. Если паледь невозможно обойти, то передвигайтесь по опасному участку, имитируя движение при ходьбе на лыжах небольшими скользящими шажками. Двигаться пужко на полусогнутых ногах для большей устойчивости. Старайтесь ступать на всю подошву и делать короткие шаги

2.3. В гололед лучше не брать с собой тяжелые вещи, а также хрупкие (особенно стеклянные).

2.4. Поднимаясь или спускаясь по ступенькам, держитесь за поручни, перила. Ноги на скользкие ступеньки ставить аккуратно, перпендикулярно под углом.

2.5. Переходя через дорогу, соблюдайте правила дорожного движения, не переходите улицу и не перебегайте перед близко идущим транспортом. ПОМНИТЕ - проезжая часть скользкая и торможение транспорта затруднено, возможны заносы. При наличии светофора - переходите только на зеленый свет.

3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

3.1. В случае падения на проезжей части дороги, постарайтесь быстрее подняться и отойти на безопасное место, если не можете подняться - попросите прохожих оказать вам помощь, если их нет, то постарайтесь отползти на край дороги в безопасное место.

3.2. При падении не следует выставлять перед собой руки в качестве опоры на землю — запястья легко ломаются. Стоит заранее потренироваться «в паденьях» дома. Падать лучше всего на бок, стараясь при этом не сильно напрягать мускулы.

3.3. Во время падения прижмите руки к груди, постарайтесь «завалиться» на бок с перекатом на спину. В этом смысле образец для подражания - кошки. Ни в коем случае нельзя при падении садиться - можно очень серьезно травмировать крестец.

3.4. При больших снегопадах и оттепели выхода из зданий, не задерживаться на крыльце, и быстро отходить на безопасное расстояние от здания (5 метров). Входя в здание, обязательно поднять голову вверх и убедиться в отсутствии свисающих глыб снега, наледи и сосулек.

3.5. Если произошел несчастный случай, необходимо оттащить пострадавшего на безопасное расстояние, оказать ему помощь, в случае необходимости срочно доставить пострадавшего в лечебное учреждение.

4. ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ЛЬДУ

Правильное поведение на льду поможет вам избежать возможных рисков и предотвратить опасность по отношению к другим людям во время прогулок или вынужденного перехода покрытого льдом водоема. Вам следует помнить и соблюдать правила безопасного поведения на льду.

- Не переходить замерзший водоем в местах, где это запрещено.
- Не выходить на недавно замерзший и еще не окрепший лед. При необходимости проверьте возможность перехода по льду выписанным методом.
- Не собираться большими группами на одном участке льда. При необходимости перехода водоема группой рассредоточьтесь и идите на небольшом расстоянии друг за другом.
- Не приближаться к шрубам и полыньям на льду.
- Не скатываться на санках, ледяшках, лыжах с берега на тонкий, еще не окрепший лед и категорически запретить это делать детям без присмотра.
- Не выходить на лед при плохой освещенности или видимости, особенно в темное время суток.
- Не выезжать на автомобиле на лёд вне мест специально организованных переправ.

5. ПОРЯДОК ПЕРЕХОДА ВОДОЕМА ПО ЛЬДУ

Перед выходом на лед следует убедиться в его прочности и надежности. После этого осторожно передвигайтесь по льду скользящим шагом, опираясь на всю ступню. Будьте готовы в случае опасности или возникших сомнений повернуть назад к берегу. Если вы переправляетесь через водоем на лыжах и не уверены в прочности льда, вам следует расстегнуть на лыжах крепления, чтобы в чрезвычайной ситуации быстро освободиться от них. Не стоит совсем снимать лыжи при переходе водоема, поскольку они снижают давление на лед.

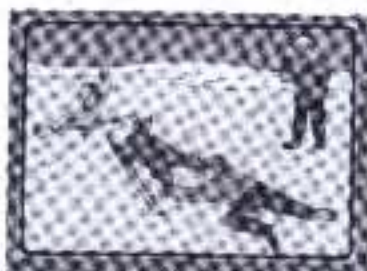
и снизит риск его разлома. Если у вас есть рюкзак, нужно заранее снять одну лямку с плеча, а также вытянуть руки из темляков лыжных палок, чтобы также быстро отбросить ненужный балласт в случае опасности.

Группа людей переправляется цепочкой с расстоянием между людьми не менее 5 метров. Первым идет самый опытный и подготовленный участник группы, который по пути анализирует состояние льда. При переходе группой нужно страховаться длинной веревкой или использовать для этой цели шест, также можно надеть спасательный жилет. Идти по льду следует медленно. При медленной ходьбе лед не проломится мгновенно. Он будет трещать и проседать. По изменению его внешнего вида, форме трещины и выступлению воды можно будет сделать вывод о надежности льда и степени риска такого перехода. При любом тревожном признаке нужно сразу вернуться назад. Возвращаться следует по своим собственным следам, плавно скользя по льду, не отрывая ног и не делая резких движений.

ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ПОСТРАДАВШИМ НА ЛЬДУ



НЕ ПОДАВАЙТЕСЬ ПЛЫВУНУ. НЕ СТРАШЕНО ЕГО, ВОЗВРАЩАЙТЕСЬ НА ПОМОЩЬ. ВЕРИТЕСЬ СИЛЬНО. ИСПОЛНЯЙТЕ, КАК ЧЕЛОВЕК ШИРОКО РАСТЯЖАЕТ ДЕТСКОМУ РУКАМ. НЕ ВНИМАТЕЛЬНЫМ, БЫСТРО.



ПЕРВЫМ СПАСАТЕЛЕМ ДЕЙСТВУЙТЕ БЫСТРО. РАССУДИТЕЛЬНО ПО ПУТИ. ДАЖЕ ОСТОРОЖНО. ТЕРПЕЛИВО ПОЛЬЗОВАЙТЕСЬ СПАСАТЕЛЬНЫМ ПОДАВАЙТЕ СПАСАТЕЛЬНОМУ ПРЯМЫМ С РАСТОЯНИЯ 3-4 МЕТРА.



ОБЕЗПЕЧИТЕСЬ, ЧТО ВОДА НЕ ПОПАДЕТ НА ЛИЦО. НЕ ПЛАВАЙТЕ НА ОТОТВОРЕДНОМ СЛОЕ. НАДЕВАЙТЕ ОДЕЖДУ. ВЕРУЮЩИМ СДЕЛАЙТЕ КРЫШУ НАБИВКАМИ МАССЫ ТЯЖЕЛЫХ ПРЕДМЕТОВ. ВЫХОДИТЕ СПАСАТЕЛЕМ ПЕРВЫМ ПОСЛЕ.



УДАЛИТЕ НЕЖИВЫЕ ПРЕДМЕТЫ. ПОСЫЛАЙТЕ ВОЗВРАЩАЮЩИХСЯ СЛЕДЯЩИХ НА СТОПЫ. СЪЕДИНИТЕ ПЛАВКИ. СЪЕДИНИТЕ РУКОВИ. СОПЕЧАЙТЕ АНТИМОРОЗ. ВОЗВРАЩАЙТЕСЬ БЫСТРО.



ДАЙТЕ ПОСТРАДАВШИМУ ЧАСТЬ СВОЕЙ ОДЕЖДЫ. РАССУДИТЕ КОЖУ. НЕ ОБОЮДУЙТЕ ПОСТРАДАВШЕГО. НЕ МОЖЕТЕ СПАСАТЕЛЕМ ПЕРВЫМ ВХОДИТЕ ВО ВОДУ.



НЕ ДОПУСКАЙТЕ ОПОРОЖНЕНИЯ. В ЗАВИСИМОСТИ ОТ СИТУАЦИИ ОБОЮДУЙТЕСЬ - СОБРАСЫВАЙТЕ КОЖУ. В ПОТРЕБИТЕ СЪЕДИНИТЕ ВАС И НА ПОВЕРЖЕННЫХ ЧАСТЕЙ СОВЕРШИТЕ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНО РАСТЯЖИТЕ ВПЛОТНУЮ ОДЕЖДУ. СВЕТОМ НЕ РАСТЯЖИТЕ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНО - ОДИН ВЕЩЬЮ. УДОБСТВО РАБОТЫ ДАВАЙТЕ СОВЕРШИТЕ ЗАЩИЩАЮЩИЕ ПЕРЧАТКИ ИЛИ РУКАВИЦЫ.

Согласовал:
Специалист по ОТ

Е.М.Беляков