

Правила безопасного поведения на дорогах и при переходе железнодорожных путей

Инструкция разработана в соответствии с Правилами дорожного движения Российской Федерации, утвержденными постановлением Совета Министров - Правительства РФ № 1090 от 23.10.1993 г., с Правилами нахождения граждан и размещения объектов в зонах повышенной опасности, выполнения в этих зонах работ, проезда и перехода через железнодорожные пути, утвержденными приказом Минтранса РФ от 8 февраля 2007 г. № 18.

1. Правила безопасного поведения на дороге

- Маршрут следования до места назначения должен быть самым безопасным, тот, где надо реже переходить дорогу.
- Движение должно осуществляться по правой стороне тротуара.
- Осторожно проходить мимо стоящего транспорта (остановка, стоянка), так как автомобиль (автобус, троллейбус) может начать движение.
- В местах, где движение регулируется, пешеходы должны руководствоваться сигналами регулировщика или пешеходного светофора.
- На нерегулируемых пешеходных переходах пешеходы могут выходить на проезжую часть после того, как оценят расстояние до приближающихся транспортных средств, их скорость и убедятся, что переход будет для них безопасен. При пересечении проезжей части вне пешеходного перехода пешеходы, кроме того, не должны создавать помех для движения транспортных средств и выходить из-за стоящего транспортного средства или иного препятствия, ограничивающего обзорность, не убедившись в отсутствии приближающихся транспортных средств.
- При отсутствии в зоне видимости перехода или перекрестка разрешается переходить дорогу под прямым углом к краю проезжей части на участках без разделительной полосы и ограждений там, где она хорошо просматривается в обе стороны.
- Дорогу необходимо переходить по пешеходным переходам, если пешеходный переход отсутствует, прежде чем переходить улицу, посмотри налево. Если проезжая часть свободна – иди. Дойдя до середины дороги, посмотри направо. Если проезжая часть свободна, закончи переход.
- Выйдя на проезжую часть, пешеходы не должны задерживаться или останавливаться, если это не связано с обеспечением безопасности движения. Пешеходы, не успевшие закончить переход, должны остановиться на линии, разделяющей транспортные потоки противоположных направлений. Продолжать переход, можно лишь убедившись в безопасности дальнейшего движения и с учетом сигнала светофора (регулировщика).
- При приближении транспортных средств с включенным проблесковым маячком синего цвета (синего и красного цветов) и специальным звуковым сигналом пешеходы обязаны воздержаться от перехода проезжей части, а пешеходы, находящиеся на ней, должны незамедлительно освободить.
- Нельзя устраивать игр на проезжей части или вблизи дороги и цепляться за проходящий мимо транспорт.
- Также большую опасность представляют выезды из дворов – переходя такую дорогу, необходимо убедиться в отсутствии выезжающего транспорта, только потом продолжать движение.
- Во время участия в дорожном движении нельзя надевать наушники на уши, так как теряется контроль над ситуацией на дороге.
- Исключить передвижение в транспортных средствах под управлением водителей с признаками опьянения.
- Соблюдайте правила езды на велосипедах. Помните! Людям, не достигшим 16 лет, запрещено управлять скутером или мопедом на автомагистралях и приравненных к ним дорогам.

2. Правила безопасного поведения при переходе железнодорожных путей

- Переходить железнодорожные пути только в установленных местах, пользуясь при этом пешеходными мостами, тоннелями, переездами.
- На станциях, где мостов и тоннелей нет, граждане должны переходить железнодорожные пути по настилам, а также в местах, где установлены указатели «Переход через пути».
- Запрещается переходить пути на железнодорожных переездах при закрытом шлагбауме или показании красного сигнала светофора переездной сигнализации.
- При переходе через железнодорожные пути необходимо убедиться в отсутствии движущегося поезда, локомотива или вагонов.
- Ходить по железнодорожным путям категорически запрещается!
- Переходить и перебежать через железнодорожные пути перед близко идущим поездом, если расстояние до него менее 400 м – запрещается.
- Запрещается переходить железнодорожные пути менее чем за 10 минут до прохода скоростного поезда.
- Категорически запрещается на станциях и перегонах подлезать под вагоны и перелезать через автосцепки для прохода через путь.
- Запрещается проходить вдоль железнодорожных путей ближе 5 метров от крайнего рельса.
- Запрещается в охранных зонах контактной сети набрасывать на провода контактной сети, опоры и приближать к ним посторонние предметы, а также подниматься на опоры.
- Не использовать наушники и мобильные телефоны при переходе через железнодорожные пути!
- Будьте осторожны, контактные сети находятся под напряжением 3300 вольт и прикосновение к проводам и деталям контактной сети и электрооборудованию электропоездов является опасным для жизни и вызывает поражения электрическим током с тяжелыми последствиями.

Новое правило на следующей странице.

Правила безопасности в период новогодних праздников и зимних каникул

Инструкция разработана в соответствии с Федеральным законом от 23.02.2013 г. № 15-ФЗ "Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака", Постановление Правительства РФ от 22.12.2009 г. № 1052 "Об утверждении требований пожарной безопасности при распространении и использовании пиротехнических изделий", Федеральный закон от 22 ноября 1995 г. № 171-ФЗ "О государственном регулировании производства и оборота этилового спирта, алкогольной и спиртосодержащей продукции и об ограничении потребления (распития) алкогольной продукции"

В период новогодних праздников и зимних каникул необходимо соблюдать следующие правила:

1. Правила поведения в общественных местах

Общественные места - так называют те места, в которых собирается много народа. Незнакомые люди вынуждены находиться и что-либо делать вместе, переговариваться, отвечать на вопросы, помогать друг другу. Например, в кинотеатре вместе смотрят фильм, в автобусе - едут, в магазине - покупают продукты или вещи. Люди разные, и от того, как они относятся к окружающим, доброжелательно или, наоборот, грубо и зло, зависит наше настроение и даже здоровье.

- В общественных местах веди себя сдержанно, разговаривай негромко.
- Быть вежливыми со старшими, внимательными к лицам преклонного возраста, инвалидам и маленьким детям.
- Бережно относись к государственному и общественному имуществу.
- Соблюдай чистоту на улицах и в общественных местах.
- Удерживай товарищей от недостойных поступков.

Вежливый человек везде и всегда старается вести себя так, чтобы не создавать неприятностей себе и окружающим: не толкнуть и не ударить проходящего, не сказать обидное слово незнакомому, помочь нуждающемуся.

2. Правила поведения на льду

- Ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь).
- При переходе через реку пользуйтесь ледовыми переправами.
- Нельзя проверять прочность льда ударом ноги. Если после первого сильного удара поленом или лыжной палкой покажется хоть немного воды, - это означает, что лед тонкий, по нему ходить нельзя. В этом случае следует немедленно отойти по своему же следу к берегу, скользящими шагами, не отрывая ног ото льда и расставив их на ширину плеч, чтобы нагрузка распределялась на большую площадь. Точно так же поступают при предостерегающем потрескивании льда и образовании в нем трещин.
- При вынужденном переходе водоема безопаснее всего придерживаться

проторенных троп или идти по уже проложенной лыжне. Но если их нет, надо перед тем, как спуститься на лед, очень внимательно осмотреться и наметить предстоящий маршрут.

- При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5-6 м).

- Замерзшую реку (озеро) лучше перейти на лыжах, при этом: крепления лыж расстегните, чтобы при необходимости быстро их сбросить; лыжные палки держите в руках, не накидывая петли на кисти рук, чтобы в случае опасности сразу их отбросить.

- Одна из самых частых причин трагедий на водоёмах – алкогольное опьянение. Люди неадекватно реагируют на опасность и в случае чрезвычайной ситуации становятся беспомощными.

3. Общие правила при использовании пиротехнических изделий

Покупать пиротехнические изделия следует в специализированных магазинах или специализированных секциях, где гарантируют продажу качественного товара, который прошел необходимые испытания, имеет сертификат соответствия.

В обязательном порядке к пиротехническим изделиям должна прилагаться инструкция, которую нужно четко соблюдать.

Необходимо помнить, что в состав пиротехнических изделий входят горючие вещества и порох. При неосторожном обращении с ними или неправильном хранении они могут легко воспламениться или даже взорваться.

Существует ряд общих правил, которые необходимо выполнять:

- категорически запрещается использовать пиротехнические изделия не по назначению;

Нельзя:

- разбирать изделия и подвергать их механическим воздействиям;
- носить пиротехнические изделия в карманах;
- держать фитиль изделия во время поджигания близко к лицу;
- применять фейерверки при сильном ветре;
- бросать их под ноги или направлять на людей;

Хранить пиротехнику нужно вдали от открытого огня, высокой температуры, электрооборудования.

Несовершеннолетним обучающимся запрещается использовать пиротехнику без присмотра взрослых.

В помещениях запрещено пользоваться даже бенгальскими свечами и хлопушками.

4. Правила поведения во время катания с ледяных горок.

Одно из самых травмоопасных мест во время новогодних каникул – ледяные горки. При катании с ледяных горок будьте предельно осторожны и внимательны:

- Подниматься на снежную или ледяную горку следует только в месте подъема,

оборудованном ступенями, запрещается подниматься на горку там, где навстречу скатываются другие.

- Не съезжать, пока не отошёл в сторону предыдущий спускающийся.
- Не задерживаться внизу, когда съехал, а поскорее отползть или откатываться в сторону.
- Не перебегать ледяную дорожку.
- Во избежание травматизма нельзя кататься, стоя на ногах и на корточках.
- Стараться не съезжать спиной или головой вперёд (на животе), а всегда смотреть вперёд, как при спуске, так и при подъёме.
- Если мимо горки идет прохожий, подождать, пока он пройдет, и только тогда совершать спуск.
- Если уйти от столкновения (на пути дерево, человек т.д.) нельзя, то надо постараться завалиться на бок на снег или откатиться в сторону от ледяной поверхности.
- Избегать катания с горок с неровным ледовым покрытием.

5. Первая помощь при обморожении:

1. В первую очередь пострадавшего необходимо согреть, для этого он должен покинуть место холода, иначе любые действия будут бесполезными.

2. С пострадавшего необходимо снять одежду и получить доступ к поражённому участку тела, кроме этого рекомендуется проверить, нет ли других поражённых участков.

3. Сделать согревающую ванночку этого вам понадобится миска с тёплой водой, температура которой будет порядка 25°C. В данную миску пострадавший должен опустить обмороженные конечности. Уровень воды должен быть таков, чтобы поражённый участок тела был покрыт выше на несколько сантиметров.

4. Через некоторое время, когда пострадавший начинает чувствовать поражённую конечность - можно постепенно добавлять горячую воду. Максимальная температура воды не должна превышать 40°C. В течение этого времени поражённую область нужно нежно массировать до появления чувствительности у пострадавшего. Производить все эти действия нужно до тех пор, пока пострадавший не почувствует улучшений: когда к нему вернётся чувствительность и он сможет шевелить поражённой конечностью.

5. Затем на данный участок нужно нанести согревающий компресс: обмотать одним слоем марли, затем уложить толстый слой ваты, после - ещё один слой марли, а сверху укутать это клеёнкой и обернуть шерстяной тканью.

Если обморожение достаточно серьёзное, и на коже потерпевшего появляются чёрные очаги, то обязательно вызывайте скорую помощь или доставьте пострадавшего в ближайшую больницу.

При обморожении нельзя:

1. Прикладывать холодное к поражённому участку.
2. Прикладывать горячее.
3. Растирать кремом и маслом.

6. Курение в общественных местах.

В соответствии со ст. 12 Федерального закона от 23.02.2013 № 15-ФЗ "Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака" **курение в общественных местах запрещено.**

7. Потребление (распитие) алкогольной продукции в общественных местах.

В соответствии с п. 3 ст. 15 Федерального закона от 22 ноября 1995 г. № 171-ФЗ "О государственном регулировании производства и оборота этилового спирта, алкогольной и спиртосодержащей продукции и об ограничении потребления (распития) алкогольной продукции" **не допускается потребление (распитие) алкогольной продукции в общественных местах и лицами, не достигшими совершеннолетия.**

Новое правило на следующей странице.

Правила по соблюдению мер безопасности на водоеме зимой

Настоящая инструкция разработана на основании практического пособия «У воды без беды», разработанного Министерством Российской Федерации по делам гражданской обороны чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий при поддержке Министерства общего и профессионального образования Свердловской области.

Меры безопасности при передвижении по льду:

При передвижении по льду необходимо знать и соблюдать следующие меры безопасности:

1. Не спускаться на лед в незнакомых местах, особенно с обрывистых берегов.
2. Не выходить на лед при оттепели.
3. Не выходить на лед поодиночке в вечернее и ночное время.
4. Перед выходом на лед выбрать направление движения и безопасные места.
5. При выходе на лед убедиться в его прочности (не проверять прочность льда ударом ноги!).
6. Передвигаться по возможности по проложенной тропе.
7. При групповом переходе по льду на лыжах использовать проложенную лыжню, передвигаться на расстоянии 5-6 метров друг от друга.
8. При перевозке грузов по льду использовать сани (лыжи) или предметы с большой площадью опоры.
9. Кататься на коньках только на специально оборудованных площадках.

Если провалились под лед:

1. Не поддавайтесь панике (почти 90% людей выбирались из подобной ситуации).
2. Выбирайтесь с той стороны, где лед наиболее крепок (наползайте на лед грудью, широко раскинув руки, чтобы увеличить площадь опоры и уменьшить давление на кромку льда). Ногами упирайтесь в противоположный край полыньи, если это возможно.
3. Не прекращайте попытки выбраться, даже если лед проламывается.
4. Выбравшись из воды на лед, не спешите встать на ноги, чтобы не провалиться снова.

Первая помощь человеку, оказавшемуся в воде

1. Крикните пострадавшему, что идёте к нему на помощь, вызовите службу спасения «112» (с любого мобильного телефона, даже с неработающей SIM-картой).
2. Если человек провалился недалеко от берега, можно бросить ему верёвку, шарф, подать длинную палку, доску.
3. Если человек провалился далеко от берега, надо оказывать помощь, не подходя к полынье ближе 3-4 метров (в качестве подручных средств использовать связанные брючные ремни, веревки, палки), если подходящих предметов под

руками нет, то двоим-троим надо лечь на лед и цепочкой передвигаться к пострадавшему, удерживая друг друга за ноги (при этом первый подает пострадавшему ремень, предмет одежды и т.п. и вытаскивает его на лед и далее в безопасное место).

4. Когда человек выберется из полыньи, не торопитесь к нему, а медленно отползайте к берегу на прочный лед. Он должен ползти следом.

5. Выбравшись из воды на лед, не спешите встать на ноги, чтобы не провалиться снова.

Если лед проломился, и вы снова оказались в воде:

1. Не паникуйте, попытайтесь сбросить тяжелые вещи.
2. Удерживайтесь на плаву, держите голову над водой, зовите на помощь
3. Повернитесь в ту сторону, откуда вы пришли – там лед уже выдерживал вес.
4. Обопритесь на край льдины широко расставленными руками.
5. Если течение сильное – согните ноги.
6. Навалитесь на край льдины грудью, попытайтесь подтянуться и поочередно вытащить ноги на льдину.
7. После выхода из воды на лед вставать и бежать нельзя, поскольку можно снова провалиться.
8. Двигаться к берегу ползком или перекатываясь.