

1. НОРМАТИВНО – ПРАВОВЕ РЕГУЛЮВАННЯ БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

1.1. Система нормативного забезпечення життєдіяльності людини

Правову основу безпеки життєдіяльності складає Конституція України, як по своїм юридичним особливостям, так і своїми принципами, тобто юридично вираженими об'єктивними закономірностями організації і функції соціально-економічних, політичної, духовної сфер суспільства, правового положення особи.

Конституційні норми, з одного боку, закладають суть безпеки (норми - принципи), а з іншого, — указують на цілі подальшого розвитку і реалізацію правового забезпечення безпеки життєдіяльності (норми-програми, норма-завдання, норма-зобов'язання).

Реалізація і розвиток основних конституційних положень, які регламентують суспільні правовідносини, безпосередніми суб'єктами яких є особа і держава, здійснюється за допомогою як чинних фундаментальних нормативно-правових актів (Кодексів України про адміністративні правопорушення, Кримінального Кодексу), так і спеціальних (Кодексів України про роботу, Земельного, Законів "Про охорону навколишнього природного середовища", "Про охорону атмосферного повітря" і ін.).

Поряд з нормативними актами, прийнятими найвищим законодавчим органом держави, для встановлення взаємозв'язків, усунення програм, а у ряді випадків і реалізації окремих правових норм або їх елементів, до правової бази безпеки життєдіяльності належать спеціальні акти, розроблені за дорученням виконавських державних органів всіх рівнів (Кабінет Міністрів, Міністерства, Державні Комітети і ін.).

Кожен нормативно-правовий документ з безпеки життєдіяльності має свою структуру, яка визначає собою ідею систематизації відповідно своєму рівню, меті і завданням. Відповідно в кожному нормативному акті є елементи, відповідальні за зовнішній зв'язок і створення передумов для відповідного розвитку за рахунок розробки наступних нормативно-законодавчих актів. Сама структура нормативного акту формує відповідні внутрішні зв'язки.

Основними систематизуючими навиками нормативних актів безпеки життєдіяльності (які за ієрархією знаходяться нижчими за закони) є встановлення взаємовідносин у області виробництва, в зонах дії небезпечного чинника (у тому числі і чинників навколишнього середовища), а також щодо управління основних технологій безпеки життєдіяльності (розслідування нещасних випадків, навчання, організація робіт і ін.), узагальнюючими навиками систем в суспільстві, соціально-економічне і політичне положення держави, можливості сприйняття і використання законодавчих актів у користь споживачів і ін.

1.2. Система правового забезпечення безпеки людини

Певні принципи побудови законодавства про безпеку життєдіяльності вимагають відповідних узагальнювальних уявлень. До таких уявлень належить ієрархічне представлення чинного законодавства України.

Суть ієрархічної побудови представлень чинного законодавства України про безпеку життєдіяльності приведена на рис. 1.

Виходячи з цієї ієрархії і її змісту, Конституція України — це провідник і гарант встановлення безпеки на рівні національної ідеї. На рівні гаранта і реалізатора вона делегує необхідні повноваження до документів, які розгортають національну ідею у межах своїх повноважень, враховує (закріплює на своєму рівні) питання безпеки людини у взаємовідносинах з суспільством.



Рис 1. Система законодавчого забезпечення безпеки життєдіяльності

Діючі правовідносини в даний час не забезпечують необхідного рівня безпеки людини. Відповідно до цього в Україні фактично існує ще один правовий блок, який формує принципи (механізми) реалізації правового забезпечення життєдіяльності людини. Цей правовий блок складається (умовно) з двох частин законодавчих актів: перші, які створюють передумови управлінської діяльності, і другі, які безпосередньо відтворюють цю діяльність на практиці.

Завершуючим блоком правової бази безпеки життєдіяльності є нормативно-технічні документи (НАОП, ДНАОП, БНіП, СН, РД).

Основною характерною особливістю нижченаведеного блоку законів України є те, що вони встановлюють право громадян на надання їм допомоги і захисту в будь-якому місцезнаходженні, на роботі і побуті. Перш за все, це встановлюється в "Основах законодавства України про охорону здоров'я". Закон регулює можливість представлення допомоги хворим громадянам, а також встановлює організації, які створюють систему цієї допомоги і управління цією системою.

Крім того, що Основи законодавства України про охорону здоров'я створюють самостійне правове забезпечення прав людини на існування, цей законодавчий акт є базою для законодавчого блоку про забезпечення санітарного і епідемічного благополуччя населення (санітарне законодавство).

Закон України про забезпечення санітарного і епідеміологічного благополуччя встановлює:

- регулювання питань санітарного і епідеміологічного благополуччя за рахунок виконання прав і обов'язків державних органів, підприємств, установ, організацій і громадян;

- терміни і визначення;

- взаємозв'язок закону із законодавством України;

- фінансове забезпечення санітарного і епідеміологічного благополуччя населення за рахунок державних, місцевих бюджетів,

засобів підприємств, установ, організацій, а також позабюджетних засобів;

— права громадян на їх захист і механізми захисту;

— систему заходів щодо забезпечення санітарного і епідеміологічного благополуччя населення за рахунок:

а) гігієнічної регламентації і державної реєстрації небезпечних чинників;

б) встановлення об'єктів санітарно-гігієнічної експертизи;

в) встановлення вимог для безпеки здоров'я і життя населення на рівні державних стандартів;

г) виконання відповідних вимог на рівні проектування, будівництва, виготовлення і використання нових засобів виробництва, технологій;

д) виконання вимог до продовольчої сировини, продуктів, господарсько-питного водопостачання, атмосферного повітря в населених пунктах, виробничих приміщеннях;

е) виконання вимог до територій житлових і виробничих приміщень, засобів виробництва і технології, радіаційної безпеки, безпеки в час застосування і знешкодження хімічних речовин і матеріалів;

ж) проведення обов'язкових методичних оглядів, профілактичних щеплень, госпіталізації і лікування інфекційних хворих і носіїв збудників інфекційних хвороб;

з) регулювання в'їзду на територію України в умовах недопущення занесення інфекційних хвороб і запобігання їх виникненню, особливо небезпечних хвороб, масового отруєння і др.;

— систему державної санітарно-епідеміологічної служби — їх права, обов'язки, сфера діяльності і ін. фінансових санкцій, а також цивільно-правову і кримінальну відповідальність за порушення санітарного законодавства.

Закон встановлює напрями розвитку міжнародних відносин в сферах санітарного і епідеміологічного благополуччя.

2. ДЖЕРЕЛА НЕБЕЗПЕКИ ДЛЯ ЛЮДИНИ

2.1. Класифікація негативних чинників середовища життєдіяльності і їх характеристики

Процеси, що виникають на виробництві і в побуті можуть негативно впливати на здоров'ї людини, викликати захворювання або тимчасову втрату працездатності, інвалідність і навіть смерть.

Відповідно до системи стандартів безпеки праці негативні чинники підрозділяються на небезпечні і шкідливі чинники.

Під *небезпечним* мають на увазі чинник, дія якого в певних умовах приводить до травми або різкого погіршення здоров'я. Дія *шкідливого* чинника за певних умов приводить до захворювань і зниження працездатності

Між небезпечним і шкідливим чинниками немає принципової різниці. Один і той же чинник залежно від величини і часу дії може бути небезпечним або шкідливим. Небезпечними і шкідливими чинниками можуть бути предмети, способи, продукти праці, технології, дії, природно-кліматичне середовище (грози, повені, флора, фауна), люди.

Негативні чинники характеризуються: можливістю появи, потенціалом, часом існування або дії на людину, розмірами зон дії, якістю. Потенціалом чинник визначається з кількісної сторони, наприклад: рівень шуму, напруга електричного струму, загазованість повітря. Якість чинника відображає його специфічні особливості, які впливають на організм людини, наприклад: частотний склад шуму, вид електричного струму.

Класифікація негативних чинників:

- I. По структурі всі чинники підрозділяються на:
 - а) прості (струм, токсичність);
 - б) складні (аварії, пожежі, вибухи).
- II. По характеру дії на людину:

1. Активні:

- механічні чинники;
- термічні чинники;
- електричні чинники;
- електромагнітні;
- хімічні чинники;
- біологічні чинники;
- психофізіологічні чинники.

- Пасивно-активні. До них відносять чинники, які виявляються унаслідок дії самої людини:

- гострі нерухомі предмети;
- нерівності поверхні;
- ухили і підйоми.

3. Пасивні. До них відносять чинники, які виявляються безпосередньо:

- корозія матеріалів;
- накип;
- недостатня міцність конструкцій;
- підвищене навантаження на механізми.

Формою прояву цих чинників є руйнування, вибухи, аварії.

3. ЗАХИСТ ЛЮДИНИ ВІД ВПЛИВУ ШКІДЛИВИХ, НЕБЕЗПЕЧНИХ ТА УРАЖАЮЧИХ ФАКТОРІВ ПРИРОДНОГО ХАРАКТЕРУ

Природне середовище – це природа і людина, що знаходяться в географічній оболонці Землі, взаємозв'язані і безперервно взаємодіючі в самих різних напрямках.

Географічна оболонка Землі складається з біосфери, що включає частково атмосферу, літосферу, гідросферу.

Всі ці сфери, проникаючи одна в іншу, взаємодіють один з одним і створюють зовнішню зовнішність Землі.

Головна властивість географічної оболонки - це постійний обмін речовиною і енергією не тільки між компонентами оболонок Землі, але і між оболонкою і зовнішнім світом (космосом).

Основні частини навколишнього нас природного середовища:

БІОСФЕРА - це область існування живої речовини або «сфера життя». Це історично стародавній шар організованої багатокomпонентної, саморегульованої структурної оболонки нашої планети Земля, що створений дією живої речовини (живих організмів і мікроорганізмів) і що визначив склад атмосфери, гідросфери, літосфери.

Небезпеки для людини, викликані змінами в біосфері:

Антропогенні аварії: аварії, зв'язані своїм діяльністю людини в середовищі існування, тобто в техносфері, в побуті (вибухи ГПС, руйнування від перевантажень снігу, вітрів, корозії металів, температурної деформації, блукаючих струмів).

Природні катаклізми: стихійні лиха.

Забруднення біосфери: фізичні, хімічні, біологічні. Їх небезпеці будуть дані в характеристиці атмосфери, літосфери і гідросфери як складових частин біосфери.

АТМОСФЕРА – (від грец. атмосфер – повітря) захисна оболонка Землі – є основою життя, визначає окислювальні процеси живої і неживої матерії, оберігає від різких добових перепадів температури (могли б досягти 150-200°C). Захищає від шкідливих сонячних і космічних випромінювань. Потужність її до 20 км. Має шарувату будову. Її склад:

Тропосфера – нижній, найбільш щільний шар повітря, заввишки 10-15 км., містить до 80% маси атмосфери, 80% водяної пари, 20,94% кисню, 78,09% азоту, 0,93% інертних газів, 0,003% діоксиду вуглецю.

Стратосфера – розташована над тропосферою до висоти 40 км. Має озоновий шар (O₃), який поглинає велику частину ультрафіолетової

радіації, затримує 20% інфрачервоного випромінювання Землі, чим зберігає тепло Землі і оберігає життя на Землі.

Іоносфера – до висоти 1300 км, має підвищену іонізацію молекул газу і захищає все живе від дії космічної радіації.

Екзосфера – до висоти 10000 км, характеризується розрядженою речовиною, близькою до міжпланетного простору.

Небезпеки для людини, викликані змінами в атмосфері:

- парниковий ефект – результат викидів в атмосферу діоксиду вуглецю, метану, оксиду азоту, озону, фреону;

- дощ кислотний – викиди сірчистого газу, оксиду азоту і з'єднання їх з вологою атмосфери;

- озонові дірки – викиди фреону, окислу хлору;

- смог – викиди оксиду азоту, озону, вуглеводнів.

ЛІТОСФЕРА – верхній, кам'яний, твердий шар Землі складається з осадових порід. Нижньою межею літосфери є поверхня Мохоровіча (на рівнинах – 30-40 км, в морях, океанах – 3-5 км, в горах – 50 км.)

Небезпеки для людини, викликані змінами в літосфері:

- зменшення площі земельних угідь в результаті ерозії ґрунту, засолення ґрунту, агресивних ґрунтових вод;

- деградація ґрунтів (зміни складу ґрунтів);

- прогин земної кори під містами і водосховищами;

- штучні землетруси.

ГІДРОСФЕРА – це водна оболонка Землі і займає 71% поверхні. Це води океанів, морів, річок, озер, боліт, гірських і полярних льодовиків, а також підземна, ґрунтова і атмосферна волога. Загальна кількість в рідкому, твердому і газоподібному стані складає 1,5 млрд. куб. км, 0,00 1 маси Землі, з них: 97% - вода морів і океанів, 2% – волога льодовиків і близько 1% - підземні і поверхневі води.

До глибини 200 м живуть зелені рослини за рахунок фотосинтезу, на глибині 1500 м фотосинтез слабкий, глибше рослинний світ відсутній.

Прісної води на Землі дуже мало – 0,35% від загальної кількості води і 1, 65% – в льодовиках.

У природі відбувається круговорот самоочищення води – це вічний рух, який забезпечує життя на Землі і оцінюється в 483000 куб. км в рік.

Вода – це своєрідний мінерал, який забезпечує життєдіяльність на Землі. Живі організми містять більше 60% води.

Втрата води на 10-20% призводить до загибелі. Вода впливає на основні геологічні процеси, визначає клімат, регулює ритм термодинамічних процесів.

Небезпеки для людини, викликані змінами в гідросфері:

- деградація водних об'єктів;
- підвищення рівня ґрунтових вод;
- забруднення поверхневих водотоків підземних вод;
- зміна гідрологічного режиму вод;
- підвищення і пониження рівня морів.

4. ЗАХИСТ ЛЮДИНИ ВІД ВПЛИВУ ШКІДЛИВИХ, НЕБЕЗПЕЧНИХ ТА УРАЖАЮЧИХ ФАКТОРІВ ТЕХНОГЕННОГО ХАРАКТЕРУ

Для 19 і 20 століть характерне різке прискорення науково-технічного прогресу. Його досягнення воістину безмежно збільшили можливості людини. Ми можемо вести розмову із співбесідником або бути свідками подій, що відбуваються в даний момент, будучи розділеними десятками тисяч кілометрів. Ми навчилися переміщатися в просторі із швидкістю тисячі кілометрів на годину, фотографувати планети Сонячної системи.

Як джерела енергії ми використовуємо речовину, яка десятиліття тому була невідома.

Транспортні і інформаційні комунікації міцно зв'язали між собою всі країни планети, дякуючи чому сучасна цивілізація територіально охопила континенти, об'єднала воедино все людство.

Іншою відмітною особливістю сучасного життя людини є створення величезного потенціалу саморуйнування, тобто негативних наслідків "науково-технічного прогресу", з якими безперервно переплітається проблема створення і накопичення в останні півстоліття нового вигляду озброєнь.

Знищені і назавжди зникли з лиця землі десятки видів тварин і рослин, лісові масиви – основне джерело кисню атмосфери - гинуть або під сокирою, або зрошувані кислотними дощами. Річки планети перетворені на стічні канали виробничих і побутових відходів, а прибережні області морів і океанів - в їх сховища. Ґрунт і повітряний океан катастрофічно забруднені хімічними сполуками антропогенного походження, змінився кількісний склад газів атмосфери, все більше руйнується її озоновий шар. Ритм сучасного життя щорічно руйнує психіку мільйонів людей.

Спостережувана сьогодні деградація біосфери – результат господарської діяльності людини, яка, створивши техносферу, грубо втрутився в хід еволюційного розвитку життя на Землі.

Техносфера – це середовище незаселеного людини виробничого характеру, утворене в біосфері завдяки сучасній цивілізації і що призвела до складних екологічних проблем в атмосфері, літосфері і гідросфері.

Техносфера включає: промисловість, сільське господарство і транспорт.

Вплив техносфери на біосферу виявляється у вигляді антропогенних і техногенних чинників.

Антропогенні чинники зв'язані своїм діяльністю людини в середовищі незаселеного і якісно змінюють екологічні параметри біосфери.

Техногенні чинники виявляються у вигляді катастроф, аварій, вибухів, пожеж на виробництві з утворенням осередків ураження з радіоактивним, хімічним або біологічним зараженням, великих територій з груповою поразкою (загибеллю) людей.

На території України сформувалася структура техносфери. яка включає:

1. Промисловість.

а) паливно-енергетичний комплекс, що включає могутню вугільну і газову промисловість, нафтовидобувну, торф'яну промисловість і крупну електроенергетику.

б) чорна металургія є провідною галуззю промисловості, що спирається на місцеву залізорудну базу.

в) машинобудування є найважливішою галуззю важкої індустрії.

г) хімічна і нафтохімічна промисловість, що випускає широкий асортимент продукції основної хімії, лаків, фарб, пластмас, реактивів, різну продукцію для сільського господарства і побуту населення.

д) харчова промисловість грає важливу роль в економіці держави. До провідних галузей відносяться: цукрова, спиртна, соляна, м'ясна, мукомельна, плодово-овочева промисловості.

е) лісова промисловість найбільш розвинена в районах Карпат і Полісся.

2. Сільське господарство.

У державі створено крупне високомеханізоване сільське господарство, що спеціалізується, головним чином, на виробництві зерна, технічних культур і продукції тваринництва.

3. Транспорт.

Будівництво промислових підприємств, житлових будівель і інших об'єктів, а також прокладка доріг на земній поверхні створили техногенні форми рельєфу: виїмки, горби, кар'єри, котловани, насипи, терикони. У зв'язку з цим виникли нові явища прогинання земної кори в районах розробки вугільних пластів, під крупними містами і водосховищами, останні можуть привести до штучних землетрусів (силою до 5-6 балів).

Джерела небезпечних, шкідливих і вражаючих чинників виробничого середовища:

1. Радіаційно-небезпечні об'єкти (АЕС, НДІ, підводні човни, місця поховання радіоактивних відходів).

2. Хімічно небезпечні об'єкти (хімічні, нафтопереробні, нафтоперегінні, водопровідні станції; очисні споруди – хлор, аміак; з/д станції з рухомим складом НХР; елеватори, склади, бази, сховища зерна, склади, бази із запасом отрутохімікатів сільського господарства).

3. Пожеже-, вибухонебезпечні об'єкти (призводять, зберігають, застосовують, транспортують ВР і пожеженебезпечні речовини).

5. ЗАХИСТ ЛЮДИНИ ВІД НЕСПРИЯТЛИВИХ ФАКТОРІВ СОЦІАЛЬНО – ПОЛІТИЧНОГО ХАРАКТЕРУ

5.1. Безпека в ситуаціях криміногенного характеру

5.1.1. Організована злочинність

Напрямок основних видів промислу організованої злочинності:

- незаконний оборот наркотиків;
- незаконний оборот зброї;
- розкрадання радіоактивних матеріалів;
- фальшивомонетниця;
- відмивання злочинних доходів;
- викрадання автомобілів;

- розкрадання і контрабанда предметів мистецтва;
- рекет і шантаж з метою здирства грошових коштів і ін.

У широкому сенсі під організованою злочинністю слід розуміти особливу протиправну діяльність злочинних організацій, наперед плануючих стратегію і тактику неодноразового скоєння злочинів, що мають усередині себе чітке розділення ролей, свого роду спеціалізацію.

5.1.2. Міжнародна злочинність

Цей вид злочинності називають злочинністю міжнародного характеру. Це: - геноцид (гр. *genos* рід + лат. *caedere* вбивати, букв. знищення роду, племені) – «винищування окремих груп населення за расовими, національними або релігійними ознаками, один з тяжких злочинів проти людства»). Форми геноциду:

1. Апартеїд (крайня форма расової дискримінації (розрізнення) і сегрегації (політика відділення «кольорового» населення від білого), що проводиться відносно окремих національних і расових груп населення; апартеїд виражається в позбавленні або істотному обмеженні політичних, соціально-економічних і цивільних прав, територіальної ізоляції і т.п. (африканс *apartheid* - роздільне проживання);

2. Екоцид (гр. *oikos* - будинок, батьківщина + лат. *caedere* - вбивати, буквально, знищення роду, племені) - руйнування навколишнього людину природного середовища, порушення екологічної рівноваги;

3. Біоцид (гр. *bios* - життя + лат. *caedere* - вбивати, буквально, знищення життя):

- рабство;
- тероризм (лат. *terror* - страх, жах; від "терор" - політика страхання, придушення політичних супротивників насильницькими заходами);
- найманство.

5.1.3. Рекомендації щодо забезпечення особистої безпеки

Кишенькова крадіжка

Захист гаманця починається ще удома. Обов'язково відкладіть декілька купюр в інше місце, залиште в гаманці тільки дрібні гроші. Гроші і документи надійніше тримати у внутрішніх кишенях, що застібаються. Не позіхати на вулиці! Вуличні «спектаклі» - традиційний спосіб обрання роззяв. Жінкам - стежити за своїми сумками.

Що робити, якщо ви відчули в своїй сумці чужу руку? Якщо поряд немає міліції і затримати злодія складно, відсуньтеся, дайте зрозуміти, що ви щось відчули: злодій зникне. Якщо ви не наодинці, то шанси затримати кишенькового злодія зростають, але треба бути готовим до галасливого опору.

Ну і, нарешті, якщо крадіжка відбулася, постарайтеся пригадати, чи не ходив за вами якийсь суб'єкт. Ці відомості можуть допомогти міліції зловити злодія за гарячими слідами. Але відразу змиритися з тим, що розкрити такий злочин дуже складно. Звідси остання рада: подалі покладеш, ближче візьмеш!

Квартирна крадіжка

Оскільки 90 % квартирних злодіїв входить через двері, її треба захистити в першу чергу. Якщо ви даєте оголошення про те, що хочете продати щось цінне, не дивуйтеся з підвищеного інтересу до себе не тільки покупців, але і злодіїв, а тому краще домовитися про телефон посередника.

Якщо вас обкрали, злодії не знайдені, а майно не застраховане, ви можете звернутися до суду, і зажадати відшкодування збитку державою.

Згвалтування

Безпека та запобігання:

- вибирайте безпечний шлях;
- носіть з собою засіб індивідуального захисту (балончик,

електрозахист);

- не вважайте втечу кращим виходом з положення;
- залишаючись спокійною і зібраною, ви можете зробити спробу чинити психологічний тиск на насильника;
- активний фізичний опір в кожному п'ятому випадку допомагає уникнути зґвалтування.

Темна вулиця

Перший принцип самозахисту в міських джунглях - вибрати маршрут не короткий, а безпечний.

Другий принцип - вивчити дорогу додому. У вас завжди повинне бути декілька варіантів руху. Використовуйте знання ритмів життя свого мікрорайону. Не бійтеся. Ваш крок повинен бути твердим і пружинистим, особа - упевненим. Такі рекомендації віктимології - науки про поведінку жертви; вона відповідає на питання, чому зі всіх грабіжників звичайно вибирає саме боязку людину. Зате ваша готовність до боротьби здатна зупинити напад. На першу вимогу вуличного грабіжника слід віддати гроші. Для цього невелику суму потрібно носити в одній з кишень. Не тягнути до себе сумку, якщо її вириває мотоцикліст. Не вступати в сперечання, не відповідати на зухвалу поведінку. Зрозуміло, життя і здоров'я дорожче за будь-яку річ. Але як поводитися: покійно або агресивно - вам доведеться вирішувати поодиночі на тій самій темній вулиці, де ви так легковажно чомусь опинилися.

Безумовно, є ще багато різних порад, як зменшити ризик стати жертвою злочину або зберегти своє майно. Проте потрібно пам'ятати, що попередити злочин завжди легше, ніж намагатися присікти його. Ще гірше, якщо воно відбулося. У цих випадках:

- прагніть запам'ятати зовнішність злочинця;
- у будь-якій ситуації зберігайте спокій і самовладання;
- не спотворюйте первинну картину злочину (не потрібно

запирати, затоптувати, замазувати, спалювати що-небудь). Цим ви ускладните розшук і затримання злочинця.

Дії під час паніки

У транспорті

Найбезпечніше місце в транспорті - справа ззаду.

Сидіти треба обличчям по ходу транспорту.

Звертайте увагу на таблички - де знаходиться вікно для аварійної евакуації.

Біля цього вікна повинне бути кільце, потягнувши за яке можна висмикнути гумову прокладку, що утримує скло.

Якщо кільця немає (а його майже напевно немає), треба спробувати вибити скло. З розгону ударте підшвами ближче до краю скла.

Метро - зона підвищеної небезпеки.

Перша небезпека - ескалатор. Якщо хтось впав при сході з ескалатора, треба виплигнути з нього і перебратися на стрічний.

Не підходьте до краю платформи.

Сідати безпечніше в середні вагони.

При зупинці потягу в тунелі не поспішаєте його покидати: при аварії могли бути пошкоджені електрокабелі.

При задимленні треба дихати через матерію, краще змочену рідиною.

Найбільша кількість подій з пішоходами - від неувважності і поспіху.

Підходячи до переходу, скажіть собі: «Увага!».

Якщо йдете в компанії - перервіть розмову.

Дочекайтеся не просто зеленого світлофора, а переконаєтеся, що транспорт зупинився.

Не стійте близько до дороги. Два кроки все одно нічого не вирішують.

Край дороги (особливо взимку) часто буває горбистим і слизьким.
Вибирайте неслизькі місця і тут особливо не поспішайте.

У натовпі (театр, кінотеатр)

Прогулюючись перед початком сеансу або в антракті, звертайте увагу на можливі шляхи виходу. Оглядіться. Чи не може на вас щонебудь впасти?

При виникненні НС дуже вірогідно, що світло згасне. Тому, сидячи в залі, закрийте очі і представте, як ви вибиратиметеся.

Особлива увага - ступеням. Саме там найімовірніше впасти і бути затоптаним.

Якщо паніка все ж таки виникла, а вам вдалося їй не піддатися, не рвітьесь до виходу. Саме там буде тиснява і загине/покалічиться найбільше число людей.

Підіть з шляху натовпу.

Ще раз оглядіться. Можливими шляхами евакуації можуть бути оркестрова яма в театрі і закулісні приміщення.

Якщо виходи забиті народом, розумніше чекати допомоги рятувальників. Але не треба ховатися під кріслом. Займіть таке положення, щоб рятувальники швидко вас виявили.

Якщо ви йдете на мітинг, концерт, стадіон, будьте готові до того, що може виникнути паніка.

Перше. ЗАЙМІТЬСЯ СВОЄЮ ЗОВНІШНІСТЮ.

Волосся зберіть в пучок, заправте за комір, заховайте під головний убір.

Перевірте шнурки. Застебніть блискавки і ґудзики.

Позбавтеся речей - від окулярів, краваток, шарфів, фотоапарата, парасольки...

Упустили річ - не піднімайте. Життя дорожче!

ДИВІТЬСЯ, КУДИ ПРЯМУЄ НАТОВП.

Щоб заспокоїтися, окликніть себе по імені, зверніться до Бога.

Якщо натовп нерухомий, вибирайтеся, прикинувшись хворим, п'яним, божевільним, зробіть вигляд, що вас нудить...

Натовп, як правило, біжить від небезпеки.

Прорахуйте шляхи відходу і, углядивши їх, випірняйте з натовпу.

Йдіть дворами і під'їздами.

НІ У ЯКОМУ ВИПАДКУ НЕ ІДИТИ ПРОТИ НАТОВПУ.

Не переміщайтеся на фланги: якщо опинилися по краях, вас може винести на вітрину, огорожу, на труби, стіни, дерева.

Не тримайтеся ні за що руками - зламають. Найкраще, що можна зробити, - напружити руки, зігнувши їх в ліктях.

ЯКЩО ВИ ВПАЛИ, у жодному випадку не піднімайтеся з колін - вас зіб'ють з ніг знову.

Потрібно згрупуватися, закрити голову руками, упертися підошвами в асфальт і розігнутися, немов пружина, використавши рух натовпу, - як би випірнути на поверхню.

КРАЩИЙ СПОСІБ ВИЖИВАННЯ - передбачати небезпеку і уникати її.

6. ЗАХИСТ ЛЮДИНИ ВІД ВПЛИВУ НЕГАТИВНИХ ФАКТОРІВ СЕРЕДОВИЩА ПОВСЯКДЕННОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Побутове середовище – позавиробниче соціальне життя, що включає, як задоволення матеріальних потреб людей в їжі, одязі, житлі, лікуванні і підтримці здоров'я, так і освоєнні людиною духовних благ, культури, спілкування, відпочинку – тобто устрій повсякденного життя.

Діяльність людини у сфері побуту вельми різноманітна, оскільки форми життєдіяльності людини також вельми різноманітні і охоплюють практичні, духовні і інтелектуальні процеси життя суспільства.

Види діяльності людини у сфері побуту: трудова, побутова, наукова, культурна, учбова, спортивна, ігрова і військова.

Небезпечні і шкідливі чинники побутового середовища, що впливають на людину

Побутове середовище розділяють на фізичне і соціальне. До фізичного середовища відносяться санітарно-гігієнічні умови житлових приміщень, показники мікроклімату (температура, вологість і рухливість повітря), освітленість, хімічний склад повітряного середовища, а також рівень шуму.

Соціальне середовище включає сім'ю, товаришів, друзів і їх взаємовідносини.

Фізичне і соціальне середовище до певної міри визначають рівень безпеки людини, в сучасних умовах ці показники піддалися істотному погіршенню.

Основними метеорологічними чинниками, що впливають на працездатність і безпеку життєдіяльності людини є температура, вологість, швидкість руху повітря. Оптимальні значення параметрів метеорологічних (мікрокліматичних) чинників забезпечують людині – оточення комфорт і створюють передумови для високого рівня його працездатності і безпека праці.

Санітарні норми в житлі створюють відчуття теплового комфорту при температурі біля +21°C, відносної вологості близько 60% і швидкості руху повітря не більше 0,2 м/с.

Не менш серйозну небезпеку для здоров'я людини представляє і домашнє повітря. За даними учених, що порівнюють повітря в квартирах із забрудненим міським повітрям, виявилось, що повітря в кімнатах в 4-6 разів брудніше і в 8-10 разів більш токсичне, чим зовнішнє.

Забруднення питної води часто приводить до поразки різних систем і органів людини. При вживанні води з високим вмістом кадмію може розвиватися нирковокам'яна хвороба, захворювання печінки, гіпертонія, злоякісні утворення. Вживання питної води, що містить марганець, може викликати у людини психічні розлади.

Перелік захворювань, які передаються через воду: паратифи, дизентерія, інфекційний вірусний гепатит, туляремія, бруцельоз, лихоманка, холера і ін.

Основними джерелами забруднення є міські і промислові стічні води, води з сільськогосподарських полів, атмосферні води, що несуть маси забруднень промислового походження, що вимиваються з повітря, і т.д.

Шум. фахівці встановили, що тривалість життя людини із-за шуму в побутовому середовищі знижується на 10-12 років.

Більше 80% шуму в місті звичайно виходить від транспорту. По санітарних нормах шум в житлових приміщеннях повинен бути вдень не більше 40 дБ, а вночі не більше 30дБ. Але в густонаселених районах шум нерідко досягає 120- 125 дБ.

Шум посилює емоційне навантаження. Кожен зайвий децибел приводить до втрати продуктивності праці на 1%, ризик втрати слуху збільшується на 1,5% і на 0,5% серцево-судинних розладів.

Для ліквідації шумового забруднення навколишнього середовища використовується шумозахист – установка звукоізолюючих кожухів на устаткуванні, глушників в компресорах, шумопоглинаючий асфальт, пристрої в квартирах, обернених на проїжджу частину вулиці, потрійних рам (подвійні рами гасять шум на 20 дБ, потрійні на 40 дБ).

На людину небезпечна дія надає невидиме, нечутне випромінювання.

Наші будинки побудовані з каменя, цеглини, бетону або дерева, в яких містяться різні по вигляду і кількості природні радіоактивні елементи.

Погана вентиляція, особливо в будинках з вікнами, що щільно закриваються, може збільшувати дозу опромінювання, обумовлену вдиханням радіоактивного газу радону, який утворюється при

природному розпаді радію, що міститься в багатьох гірських породах і будівельних матеріалах, а також в ґрунті.

Люди, що користуються телевізором, додатково піддаються незначному опромінюванню (перегляд програм по 4 години в день дає річну дозу – 1,0 мбер).

Необхідно також зменшити дію сигаретного диму. Поєднання родона і сигаретного диму значно збільшує вірогідність ракових захворювань.

Шкідливу біологічну дію на людину в умовах побуту надають струми високої частоти, зокрема СВЧ. Основними їх джерелами є високовольтні лінії електропередач, електростанцій, антени радіо- і телепередавальні станцій, а також телевізори, мікрохвильові печі, комп'ютери, радіотелефони.

У домашніх умовах захистити себе від електромагнітного поля можна шляхом переходу на кабельне телебачення. Тривалість перегляду телепередач для дошкільників повинна бути не більше 1 години в добу, для дорослих - не більше 4 годин. Потрібно стежити за справністю мікрохвильових печей.

Сучасне устаткування, побутова хімія, використання полімерних матеріалів полегшили побутове життя людини, але з іншого боку це зробило побут значним джерелом небезпеки для здоров'я і навіть для його життя.

У домашньому господарстві знаходить застосування велика кількість електричних машин і приладів (пральні машини, холодильники, телевізори і інше), що живляться від мережі 220 В, які є джерелами електропоражок.

Обов'язковою приналежністю більшості кухонь стали газові плити. Вони міцно увійшли до нашого життя, проте вони мають серйозний недолік: при горінні газу в повітря поступають продукти неповного згорання - окисел вуглецю, сірчисті з'єднання і ін.

Постійне вдихання цих речовин може надати несприятливу дію на людей. Особливо схильні діти, хворі і літні люди, їм не можна тривалий час знаходитися на кухні.

В даний час в побуті застосовуються різноманітні хімічні засоби: для прання, миття посуду, виведення плям, догляду за меблями, дезинфекції, препарати для боротьби з комахами і гризунами, засоби підгодівлі рослин та інші. При правильному використанні препарати побутової хімії безпечні. Але невміле поводження з ними може стати джерелом бід для здоров'я і навіть для життя людини.

Окрім засобів побутової хімії в будинках, квартирах, на дачах зберігаються і використовуються інші хімічні речовини: ацетон, бензин, желатин, лимонна кислота, каніфоль, нашатирний спирт, перекис водню, скипидар, сода, оцет і ін. Ці хімічні речовини вимагають особливо обережного звернення.

При випадковому попаданні їх всередину людського організму можливі побутові отруєння.

Джерелом небезпеки можуть бути: миючі засоби, засоби для виведення плям. Важкі отруєння викликають широко поширені в побуті кислоти: 89% розчин оцтової, соляна, така, що міститься в так званій паяльній кислоті і в рідині для миття ванн, карболова, щавлева кислота, що входить до складу засобів для знищення плям і ржи.

Важкі наслідки можуть викликати отрутохімікати, широко вживані в побуті. Так, наприклад, карбофос, хлорофос, дихлофос і т.д., потрапляючи в організм, можуть перетворюватися на ще більш токсичні з'єднання.

Небезпека для життя і здоров'я людини представляють соціальні конфлікти, які включають несанкціоновані мітинги, вбивства, злісне хуліганство, факти здирства, зґвалтування, важкі тілесні ушкодження, грабежі особистого майна.

Безпека в соціальному конфлікті залежить від особистої підготовки кожної людини, здатної в екстремальній ситуації грамотно оцінити обстановку і ухвалити доцільне рішення, що дозволяє забезпечити себе і сім'ю від виникнення небезпеки.

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

1 Алексеенко В.А. Биосфера и жизнедеятельность: Учебное пособие для вузов – М.: Логос, 2002.

2 Бакуменко Л.Л. Безпека людини в невиробничій сфері: Навч. Посіб для вузів – Х.: Оригінал, 1999.

3 Безопасность жизнедеятельности: Учебник для вузов – М.: Высшая школа, 2001.

4 Безопасность жизнедеятельности: Учебник для вузов – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2002.

5 Гайченко В.А., Коваль Г.М. Основи безпеки життєдіяльності людини: Навч. Посіб. – К.: МАУП, 2002.

6 Жалібо Є.П. Безпека життєдіяльності: Навч. Посібник для вузів – К.: Каравела, Львів: Новий світ, 2000 – 2001.

7 Лапін В.М. Безпека життєдіяльності людини: Навч. Посібник – Л.:ЛБІ НБУ; К.: Знання, 2002.

8 Пістун І.П., Березовецький А.П. Практикум з безпеки життєдіяльності: Навч. Посіб. – Суми: Університетська книга, 2000.

9 Хван Т.А. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для вузов – Ростов – на – Дону: Феникс, 2000.