

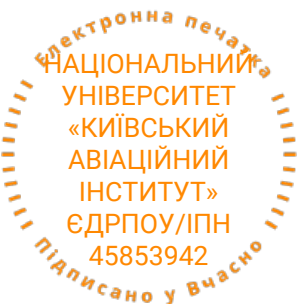
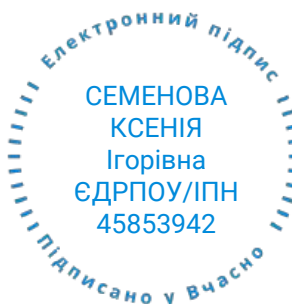
МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «КИЇВСЬКИЙ АВІАЦІЙНИЙ ІНСТИТУТ»

KAI

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
«КИЇВСЬКИЙ АВІАЦІЙНИЙ ІНСТИТУТ»

**ПРОГРАМА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ
ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ
ПІД ЧАС ЛІТНІХ КАНІКУЛ**

КАІ ПБЖД 1.21 (02) - 01 - 2026



КИЇВ

✓ **Погоджено:**

✓ **anna.marko@kai.edu.ua**

✓ Директор управління з корпоративног...

✓ **Oleksandr.ishchenko@kai.edu.ua**

✓ Проректор з економічного розвитку т...

✓ **vitalii.babak@kai.edu.ua**


✓ Начальник Юридичного відділу...

✓ **op@kai.edu.ua**

✓ Відділ охорони праці

✓ **igor.kravchyshyn@kai.edu.ua**

✓ Перший проректор

 НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «КИЇВСЬКИЙ АВІАЦІЙНИЙ ІНСТИТУТ»	ПРОГРАМА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ПІД ЧАС ЛІТНІХ КАНІКУЛ	Шифр документа	КАІ ПБЖД 1.21(02) – 01 – 2026
		стор. 2 з 37	

Зміст:

- Вступна частинні
- Мета
- Сфера застосування
- 1. Загальні положення.
- 2. Вимоги безпеки
- 2.1. Під час перебування на вулиці
- 2.2. Під час перебування у громадських місцях.
- 2.3. Під час перебування на об'єктах залізничної інфраструктури
- 2.4. Профілактика захворювань, отруєнь та безпека здоров'я
 - 2.4.1. Попередження шлунково-кишкових захворювань
 - 2.4.2. Захист від сонячного та теплового ударів
 - 2.4.2.2. Правила безпечної засмаги та захисту шкіри
 - 2.4.2.3. Питний режим та харчування у спеку
- 2.5. Під час користування мережею Інтернет
- 2.6. Під час користування побутовими електроприладами
- 2.7. Під час пожежної безпеки
- Алгоритм дій у разі виникнення пожежі.
- 2.8. Вимоги безпеки під час воєнного стану
- 2.9. Правила поведінки під час сигналу «Повітряна тривога»
- 2.10. Під час перебування на сонці.
- 2.11. Під час перебування на воді
- 2.12. Правила безпеки при перебуванні в лісі .
- 3. Надання першої домедичної допомоги
- 4. Заключні положення

Вступна частина

Мета:

- Запобігання інцидентам (нещасним випадкам, аваріям), що можуть статися зі здобувачами освіти, попередження виникненню небезпечних ситуацій та впливу шкідливих небезпечних факторів або загрози життю і здоров'ю під час відпочинку влітку.

Створення безпечного освітнього та життєвого простору під час літнього відпочинку поза закладом освіти.

Погоджено:

anna.marko@kai.edu.ua

Директор управління з корпоративног...

Oleksandr.ishchenko@kai.edu.ua

Проректор з економічного розвитку т...

vitalii.babak@kai.edu.ua


Начальник Юридичного відділу...

op@kai.edu.ua

Відділ охорони праці

igor.kravchyshyn@kai.edu.ua

Перший проректор

 НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «КИЇВСЬКИЙ АВІАЦІЙНИЙ ІНСТИТУТ»	ПРОГРАМА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ПІД ЧАС ЛІТНІХ КАНІКУЛ	Шифр документа	КАІ ПБЖД 1.21(02) – 01 – 2026
		стор. 3 з 37	

- Комплексне ознайомлення здобувачів освіти з ризиками під час літніх канікул.

- Формування культури безпеки, свідомого ставлення до особистого здоров'я та життя.

Сфера застосування: поширюється на всіх здобувачів освіти, що навчаються в закладі освіти, які перебувають поза закладом освіти на час літніх канікул.

1. Загальні положення

1.1. Ця Програма забезпечення здоров'я, збереження життя студентів та попередження травматизму під час літніх канікул (далі — Програма) розроблена відповідно до Законів України «Про освіту», «Про вищу освіту», «Про охорону праці», Кодексу цивільного захисту України, а також інших чинних нормативно-правових актів та нормативно-правових актів захисту населення в умовах воєнного стану.

Вимоги цієї програми є обов'язковими для виконання всіма студентами під час перебування на літніх канікулах, поза закладом освіти.

Перед початком канікул визначені наказом відповідальні особи з охорони праці, проводять зі студентами первинний інструктаж з безпеки життєдіяльності з обов'язковим фіксуванням у Журнал реєстрації інструктажів з безпеки життєдіяльності.

Первинний інструктаж з БЖД — проводиться перед початком канікул, а також на початку навчального року чи перед початком вивчення кожного нового курсу (предмету).

Перед уходом на літні канікули студенти зобов'язані:

- прослухати первинний інструктаж з безпеки життєдіяльності та розписатися у відповідному журналі.

- дотримуватись вимог безпеки даної Програми забезпечення здоров'я, збереження життя студентів та попередження травматизму під час літніх канікул.

- У разі виникнення інциденту (нещасного випадку, травми, аварії) або загрози небезпечної ситуації, що призвела або може призвести до загрози життю та здоров'ю, повідомити батьків, дорослих осіб. А в разі настання такої ситуації, відповідні служби екстреної допомоги:

- 101 — пожежно-рятувальна служба;
- 102 — Національна поліція;
- 103 — екстрена медична допомога;

Погоджено:

anna.marko@kai.edu.ua

Директор управління з корпоративног...

Oleksandr.ishchenko@kai.edu.ua

Проректор з економічного розвитку т...

vitalii.babak@kai.edu.ua


Начальник Юридичного відділу...

op@kai.edu.ua

Відділ охорони праці

igor.kravchyshyn@kai.edu.ua

Перший проректор

 НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «КИЇВСЬКИЙ АВІАЦІЙНИЙ ІНСТИТУТ»	ПРОГРАМА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ПІД ЧАС ЛІТНІХ КАНІКУЛ	Шифр документа	КАІ ПБЖД 1.21(02) – 01 – 2026
		стор. 4 з 37	

- 104 — аварійна газова служба;
- 112 — єдиний номер екстреної допомоги

2. Вимоги безпеки

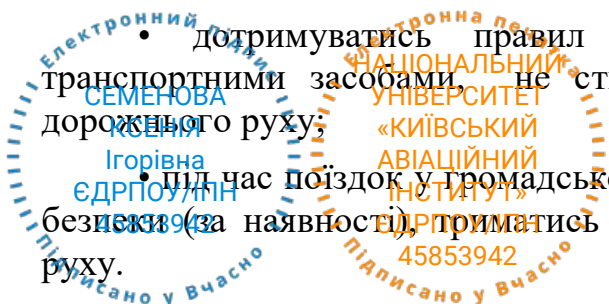
2.1. Під час перебування на вулиці

Під час перебування на вулиці знати і дотримуватись правил дорожнього руху та бути максимально уважним на дорогах, порушення правил дорожнього руху може призвести до травмування або створення небезпечних і аварійних ситуацій, для життя та здоров'я свого і оточуючих.

Під час перебування на вулиці рухатись потрібно вздовж проїзної частини по пішохідній доріжці, не створювати небезпеки для інших пішоходів, не виходити на проїжджу частину (дорогу).

Під час пішохідного руху необхідно:

- переходити проїжджу частину лише у встановлених та позначених місцях — по пішохідних переходах, підземних або надземних переходах;
- перед виходом на проїжджу частину переконатися у відсутності небезпеки та впевнитись, що транспортні засоби зупинилися або знаходяться на безпечній відстані;
- бути особливо уважними поблизу доріг, перехресть, зупинок громадського транспорту, місць інтенсивного руху транспорту .
- бути обережним під час руху в темну пору доби;
- не вибігати раптово на проїжджу частину та не переходити дорогу у невстановлених місцях;
- не користуватись мобільними телефонами, навушниками, планшетами чи іншими гаджетами під час переходу дороги, оскільки це знижує увагу та швидкість реагування;
- у темний час доби або за умов недостатньої видимості використовувати світло відбивальні елементи на одязі чи речах;
- дотримуватись правил дорожнього руху під час їзди на велосипедах, електросамокатах та інших засобів індивідуальної мобільності, не створювати небезпеки для інших учасників дорожнього руху;
- дотримуватись правил дорожнього руху під час керування транспортними засобами, не створювати небезпеки для інших учасників дорожнього руху;
- під час поїздки у громадському транспорті та користуватись ременями безпеки (за наявності), триматись за поручні та не відволікати водія під час руху.



Погоджено:

anna.marko@kai.edu.ua

Директор управління з корпоративног...

Oleksandr.ishchenko@kai.edu.ua

Проректор з економічного розвитку т...

vitalii.babak@kai.edu.ua


Начальник Юридичного відділу...

op@kai.edu.ua

Відділ охорони праці

igor.kravchyshyn@kai.edu.ua

Перший проректор

 НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «КИЇВСЬКИЙ АВІАЦІЙНИЙ ІНСТИТУТ»	ПРОГРАМА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ПІД ЧАС ЛІТНІХ КАНІКУЛ	Шифр документа	КАІ ПБЖД 1.21(02) – 01 – 2026
		стор. 5 з 37	

2.2. Під час перебування у громадських місцях.

Перебуваючи у громадських місцях, студенти зобов'язані дотримуватися базових правил етикету та особистої безпеки: не провокувати конфліктів, уникати скупчень людей, дотримуватися тиші та дбати про чистоту.

Етикет і взаємоповага

- Тиша та повага: Не створюйте зайвого шуму, не слухайте музику без навушників і не розмовляйте надто голосно (особливо у бібліотеках, транспорті чи навчальних закладах).
- Культура споживання: Уникайте вживання їжі у місцях, які для цього не пристосовані, та не залишайте після себе сміття.
- Громадський транспорт: Поступайтеся місцем людям літнього віку, вагітним жінкам та особам з інвалідністю. Не займайте проходи та не заважайте іншим пасажиром при вході/виході.
- Особистий простір: Шануйте межі інших людей, будьте ввічливими, контролюйте свої емоції. Як поводитися в громадських місцях | Презентація. Етика - Всеосвіта.

Особиста безпека

- Під час повітряної тривоги знаходьте найближче укриття або використовуйте правила безпеки під час обстрілів. Турбуйтеся про особисту безпеку.
- Комендантська година: Перебування на вулиці заборонено. Плануйте свій час, встановлений місцевою владою у вашому регіоні.
- Незнайомці: Не вступаєте в діалоги з підозрілими особами та не погоджуйтесь на сумнівні пропозиції, ігноруйте та не йдіть на провокації.
- Натовп: Уникайте місць масового скупчення людей. У разі потрапляння в натовп, не йдіть проти течії, захистіть грудну клітину зігнутими руками та поступово зміщуйтеся до країв натовпу.

Забороняється:

- перебувати на будівельних майданчиках, у закинутих будівлях та інших небезпечних місцях;
- торкатися підозрілих, вибухонебезпечних або невідомих предметів;
- Заборонено розпивання алкогольних напоїв до 18 років.
- Розпивання алкогольних та слабоалкогольних напоїв на вулицях, у парках, громадському транспорті та інших заборонених місцях є адміністративним правопорушенням.
- Заборонено куріння до 18 років.

Погоджено:

anna.marko@kai.edu.ua

Директор управління з корпоративног...

Oleksandr.ishchenko@kai.edu.ua

Проректор з економічного розвитку т...

vitalii.babak@kai.edu.ua

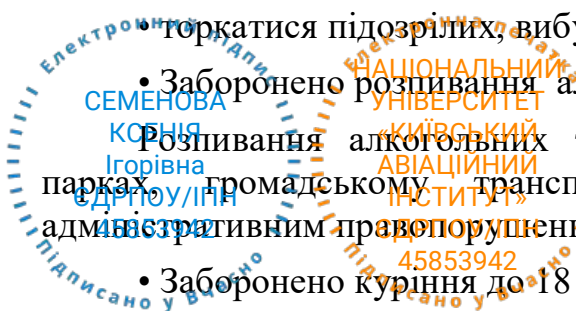
Начальник Юридичного відділу...


op@kai.edu.ua

Відділ охорони праці

igor.kravchyshyn@kai.edu.ua

Перший проректор



 НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «КИЇВСЬКИЙ АВІАЦІЙНИЙ ІНСТИТУТ»	ПРОГРАМА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ПІД ЧАС ЛІТНІХ КАНІКУЛ	Шифр документа	КАІ ПБЖД 1.21(02) – 01 – 2026
		стор. 6 з 37	

Заборонено палити тютюнові вироби, електронні сигарети та пристрої для нагрівання тютюну у всіх громадських приміщеннях, під'їздах, на зупинках громадського транспорту, дитячих майданчиках тощо.

- Заборонено вживати енергетичні напої, наркотичні чи токсичні речовини;
- Порушувати правила поведінки описані в пункті 2.2.

2.3. Під час перебування на об'єктах залізничної інфраструктури

Під час перебування поблизу об'єктів залізничної інфраструктури необхідно дотримуватись правил безпеки, щоб попередити смертельний ризик або тяжке травмування, а саме:

- Переходити залізничні колії лише у встановлених місцях — по пішохідних переходах, мостах, тунелях або настилах.
- Перед переходом колії необхідно переконатися у відсутності поїзда, локомотива або іншого рухомого складу з обох боків.
- Забороняється переходити або перебігати колії перед поїздом, що наближається, навіть якщо здається, що відстань є безпечною.
- Не можна ходити по залізничних коліях, сидіти на рейках або перебувати між коліями під час руху поїздів.
- Категорично забороняється підлазити під вагони, перелазити через автозчепи або переходити колії між вагонами поїзда.
- Не дозволяється користуватись навушниками, мобільним телефоном або іншими гаджетами під час переходу через залізничні колії.
- Слід дотримуватись безпечної відстані від краю платформи під час очікування поїзда.
- Забороняється наближатися до контактних проводів, опор електромережі та інших елементів електрифікованої залізниці, оскільки вони перебувають під високою напругою.
- Не можна підійматися на вагони, дахи поїздів, опори чи інші конструкції залізничної інфраструктури для проведення селфі або з інших причин, це може призвести до загибелі.

Забороняється гратися, фотографуватись або знімати відео на коліях чи поблизу рухомого складу.

У разі виявлення пошкодження колій, обриву проводів або інших небезпечних ситуацій необхідно негайно повідомити працівників залізниці або зателефонувати до екстрених служб, розділ 1.

- Під час повітряної тривоги не слід перебувати на залізничних мостах,

Погоджено:

anna.marko@kai.edu.ua

Директор управління з корпоративног...

Oleksandr.ishchenko@kai.edu.ua

Проректор з економічного розвитку т...

vitalii.babak@kai.edu.ua

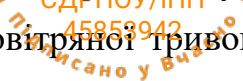
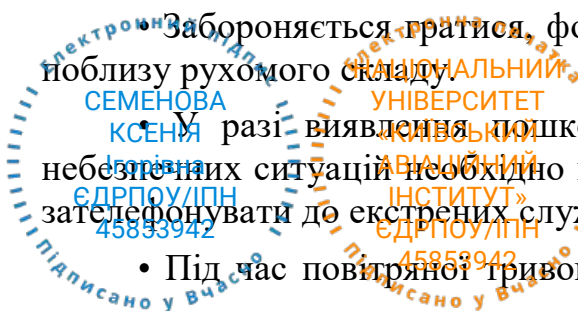
Начальник Юридичного відділу...


op@kai.edu.ua

Відділ охорони праці

igor.kravchyshyn@kai.edu.ua

Перший проректор



 НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «КИЇВСЬКИЙ АВІАЦІЙНИЙ ІНСТИТУТ»	ПРОГРАМА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ПІД ЧАС ЛІТНІХ КАНІКУЛ	Шифр документа	КАІ ПБЖД 1.21(02) – 01 – 2026
		стор. 7 з 37	

платформах чи коліях без нагальної потреби.

• Необхідно виконувати вимоги попереджувальних знаків, світлової та звукової сигналізації на залізничних переїздах і станціях.

У разі виникнення небезпечної ситуації потрібно зберігати спокій, відійти на безпечну відстань та звернутися по допомогу до дорослих або працівників залізниці.

2.4. Профілактика захворювань, отруєнь та безпека здоров'я

2.4.1. Попередження шлунково-кишкових захворювань

Для запобігання шлунково-кишковим захворюванням та харчовим отруєнням під час літнього періоду необхідно дотримуватись правил безпеки та санітарних вимог:

- Особиста гігієна: Завжди мийте руки з милом щонайменше 20 секунд перед приготуванням та вживанням їжі, після повернення з вулиці та відвідування туалету.

Під час відпочинку на природі або біля водойм дотримуватись санітарно-гігієнічних вимог при приготуванні та зберіганні їжі.

Не користуватись спільним посудом або засобами особистої гігієни з іншими особами.

- Безпека продуктів: Не купуйте їжу на стихійних ринках та з рук. Уникайте вживання зіпсованих, сумнівних продуктів або тих, у яких закінчився термін придатності. Уникайте вживання сирих або недостатньо термічно оброблених продуктів, зокрема м'яса, риби, яєць та морепродуктів.

- Кулінарна обробка: Ретельно проварюйте, тушкуйте або просмажуйте їжу. Мийте овочі, фрукти та ягоди проточною водою, а для дітей додатково обдавайте їх окропом.

- У спекотну пору року не залишати готові страви тривалий час без холодильника, особливо м'ясні, молочні продукти, салати та кондитерські вироби з кремом.

- Дотримуватись здорового режиму харчування та уникати надмірного вживання фастфуду, солодких газованих напоїв та інших продуктів сумнівної якості.

- Не вживати невідомі гриби, ягоди або рослини, які можуть спричинити отруєння.

Вода: Використовуйте тільки безпечну питну воду. Не пийте сиру воду з неперевірених джерел та не заковтуйте її під час купання у відкритих водоймах. Вживайте лише питну воду гарантованої якості: бутильовану, кип'ячену або воду з перевірених джерел.

Погоджено:

anna.marko@kai.edu.ua

Директор управління з корпоративног...

Oleksandr.ishchenko@kai.edu.ua

Проректор з економічного розвитку т...

vitalii.babak@kai.edu.ua


Начальник Юридичного відділу...

op@kai.edu.ua

Відділ охорони праці

igor.kravchyshyn@kai.edu.ua

Перший проректор

 НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «КИЇВСЬКИЙ АВІАЦІЙНИЙ ІНСТИТУТ»	ПРОГРАМА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ПІД ЧАС ЛІТНІХ КАНІКУЛ	Шифр документа	КАІ ПБЖД 1.21(02) – 01 – 2026
		стор. 8 з 37	

У разі появи симптомів харчового отруєння або кишкової інфекції, що супроводжується симптомами: нудота, блювання, біль у животі, підвищення температури, діарея, необхідно:

- повідомити (батьків, опікунів або інших осіб з ким проживають);
- звернутися до медичного працівника в медичному закладі; не займатися самолікуванням.

2.4.2. Захист від сонячного та теплового ударів

2.4.2.1. Що таке тепловий удар і чим він відрізняється від сонячного? Сонячний удар виникає через пряму дію сонця на голову, а тепловий — через загальне перегрівання організму (навіть у затінку, задушливому приміщенні чи автівці).

Захист від сонця. Уникайте перебування на відкритому сонці в пікові години спеки — з 11:00 до 16:00. Використовуйте захисний одяг: носіть кепку, панаму чи хустку. Одяг має бути вільним, світлих відтінків та виключно з натуральних тканин (бавовна, льон).

Фізичні навантаження: Перенесіть тренування, тривалі прогулянки чи фізичну працю на ранкові або вечірні години.

Перша домедична допомога:

Якщо ви відчули такі симптоми: Сильна спрага, почервоніння обличчя, головний біль, запаморочення, нудота, слабкість, потемніння в очах, вам необхідно звернутися до медичного закладу.

У разі неможливості звернутися до медичного закладу самостійно, необхідно викликати швидку медичну допомогу за номером 103, або попросити когось, щоб викликав швидку медичну допомогу. При виклику вказати повний вік, ППІ, адресу знаходження, якщо швидку викликаєте не ви то той хто викликає має зазначити додатково ким він приходить потерпілому (сусід, мати, брат, подруга) і до приїзду швидкої по можливості надати домедичну допомогу.

Домедична допомога — це комплекс невідкладних дій та заходів, спрямованих на порятунок життя людини у критичному стані, які здійснюються до приїзду медиків особами без медичної освіти.

Алгоритм домедичної допомоги потерпілому (або самопомоги) поки приїде швидка медична допомога:

Негайно перемістити людину в затінок, прохолодне приміщення з кондиціонером або туди, де є постійний рух повітря (протяг, вентилятор).

Покласти потерпілого на спину, піднявши ноги на 15–20 см (підкласти сумку, одяг) для забезпечення притоку крові до мозку. Якщо є нудота чи

Погоджено:

anna.marko@kai.edu.ua

Директор управління з корпоративног...

Oleksandr.ishchenko@kai.edu.ua

Проректор з економічного розвитку т...

vitalii.babak@kai.edu.ua

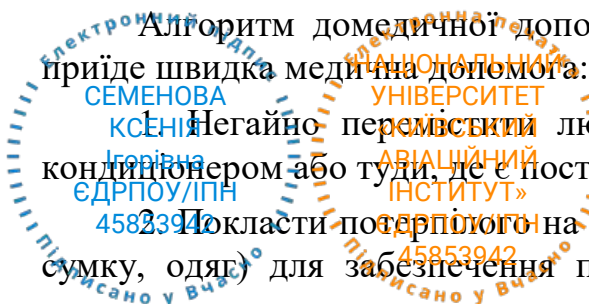
Начальник Юридичного відділу...


op@kai.edu.ua

Відділ охорони праці

igor.kravchyshyn@kai.edu.ua

Перший проректор



 НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «КИЇВСЬКИЙ АВІАЦІЙНИЙ ІНСТИТУТ»	ПРОГРАМА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ПІД ЧАС ЛІТНІХ КАНІКУЛ	Шифр документа	КАІ ПБЖД 1.21(02) – 01 – 2026
		стор. 9 з 37	

блювота — повернути на бік, щоб людина не захлинулася.

3. Звільнити від тісного одягу: розстебнути гудзики, комір, зняти ремінь та взуття.

4. Охолодження тіла: прикласти холодні компреси (рушники, змочені водою) на ділянки великих судин (лоб, потилиця, шия, під пахвами, у паху). Протерти все тіло водою кімнатної температури (близько 20 °C). Примітка: не можна використовувати крижану воду, оскільки це викличе спазм судин і заблокує внутрішню віддачу тепла.

5. Якщо людина при свідомості — дати випити прохолодної води або розчину для регідратації (наприклад, Регідрон) дрібними ковтками.

2.4.2.2. Правила безпечної засмаги та захисту шкіри

- Використання SPF-засобів: Наносьте сонцезахисний крем із індексом захисту SPF 30 або SPF 50 за 20 хвилин до виходу на вулицю. Оновлюйте захисний шар кожні 2 години, а також після кожного купання.

- Поступовість: Починайте засмагати з 10-15 взаємодій з сонцем на день, поступово збільшуючи час. Не намагайтеся засмагнути за один день — це гарантує опік.

- Захист очей: Обов'язково носіть сонцезахисні окуляри з UV-фільтром. Пряме сонячне світло може пошкодити сітківку ока.

- Допомога при опіках: Якщо шкіра обгоріла (почервоніла, пече), обробіть її спеціальним засобом з декспантенолом (наприклад, Пантенолом).

- Дії та категоричні заборони при сонячних опіках:

При перших ознаках опіку (шкіра почервоніла, стала гарячою, з'явилося відчуття печіння) — негайно сховатися в тінь.

Прийняти прохолодний душ або прикласти вологий компрес для зниження температури шкіри.

Обробити уражені ділянки аерозолем або кремом на основі декспантенолу (Пантенол), який стимулює регенерацію тканин.

Категорично заборонено:

- Змащувати опіки жиромісткими речовинами (сметаною, вершковим маслом, олією, вазеліном). Жир утворює герметичну плівку, яка блокує вихід тепла назовні, через що опік проникає вглиб тканин.

- Протирати шкіру спиртом, одеколоном, горілкою або сечею (це призводить до додаткового хімічного опіку та дегідратації клітин).

- Проколювати дужки, якщо вони утворилися (це відкриті ворота для важких бактеріальних інфекцій та абсцесів).

Погоджено:

anna.marko@kai.edu.ua

Директор управління з корпоративног...

Oleksandr.ishchenko@kai.edu.ua

Проректор з економічного розвитку т...

vitalii.babak@kai.edu.ua


Начальник Юридичного відділу...

op@kai.edu.ua

Відділ охорони праці

igor.kravchyshyn@kai.edu.ua

Перший проректор

 НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «КИЇВСЬКИЙ АВІАЦІЙНИЙ ІНСТИТУТ»	ПРОГРАМА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ПІД ЧАС ЛІТНІХ КАНІКУЛ	Шифр документа	КАІ ПБЖД 1.21(02) – 01 – 2026
		стор. 10 з 37	

- Здирати шкіру, що злущується.

2.4.2.3. Питний режим та харчування у спеку

- **Норма рідини:** У спекотні дні збільшуйте вживання чистої питної води без газу до 2,5–3 літрів на добу (якщо немає медичних протипоказань).
- **Режим вживання:** Пийте воду часто, невеликими ковтками, не чекаючи появи сильного відчуття спраги (спрага — це вже сигнал про зневоднення).
- **Правильні напої:** Найкраще тамують спрагу звичайна вода, вода з лимоном, несолодкий зелений чай або компот із сухофруктів.
- **Що під заборону:** Категорично обмежте вживання солодких газованих напоїв, пакетованих соків та кави — вони лише прискорюють виведення рідини з організму. Вживання алкогольних напоїв у спеку смертельно небезпечно через миттєве навантаження на серцево-судинну систему.
- **Особливості харчування:** Зменшіть споживання жирної, смаженої та гострої їжі, яка важко перетравлюється і підвищує внутрішню температуру тіла. Надавайте перевагу свіжим овочам, фруктам та легким супам.

2.5. Під час користування мережею Інтернет

Для попередження ризиків пов'язані з шахрайством, кібербулінгом, поширенням неправдивої інформації та небезпечного контенту, під час спілкування в соціальних мережах, користування онлайн-сервісами. Для забезпечення особистої безпеки, захисту персональних даних та формування відповідальної та безпечної поведінки в цифровому середовищі:

- Не повідомляти стороннім особам особисту інформацію: домашню адресу; номер телефону; паролі; банківські реквізити; дані документів. Використовувати складні паролі та не передавати їх іншим особам.

- Не відкривати підозрілі посилання, файли або повідомлення від невідомих користувачів, оскільки вони можуть містити віруси або шахрайські програми. Не завантажувати програмне забезпечення з неперевіраних сайтів.

- Під час спілкування в соціальних мережах та месенджерах дотримуватись правил етичної поведінки: не поширювати неправдиву інформацію; не брати участі в конфліктах або кібербулінгу.

- Не погоджуватись на зустрічі з незнайомими особами, з якими було встановлено контакт через мережу Інтернет.

Дотримуватись правил авторського права: не поширювати незаконний контент, не копіювати матеріали без дозволу автора, використовувати інформацію лише з надійних джерел.

Обмежувати час безперервного користування комп'ютером або смартфоном; робити перерви для відпочинку очей та збереження здоров'я.

Погоджено:

anna.marko@kai.edu.ua

Директор управління з корпоративног...

Oleksandr.ishchenko@kai.edu.ua

Проректор з економічного розвитку т...

vitalii.babak@kai.edu.ua

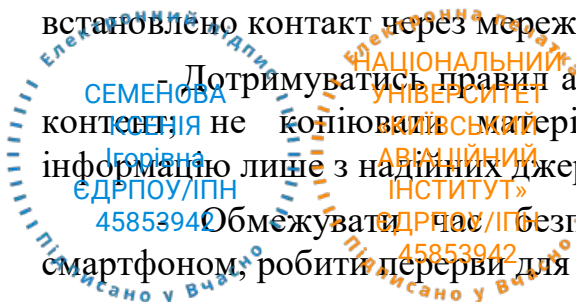
Начальник Юридичного відділу...


op@kai.edu.ua

Відділ охорони праці

igor.kravchyshyn@kai.edu.ua

Перший проректор



 НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «КИЇВСЬКИЙ АВІАЦІЙНИЙ ІНСТИТУТ»	ПРОГРАМА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ПІД ЧАС ЛІТНІХ КАНІКУЛ	Шифр документа	КАІ ПБЖД 1.21(02) – 01 – 2026
		стор. 11 з 37	

- У разі виявлення несправностей техніки або ознак ураження електричним струмом негайно припинити користування.

- Під час повітряної тривоги або інших надзвичайних ситуацій негайно припинити користування мережею Інтернет та діяти відповідно до правил безпеки.

У разі отримання погроз, підозрілих повідомлень або фактів шахрайства необхідно негайно повідомити батьків, викладачів або правоохоронні органи.

2.6. Під час користування побутовими електроприладами

Для запобігання ризиків нещасних випадків та аварійних ситуацій, необхідно дотримуватись безпечного користування електроприладами та електричним обладнанням.

Використання побутових електроприладів, зарядних пристроїв, подовжувачів та електромережі потребує уважності та дотримання встановлених правил безпеки. Порухення вимог електробезпеки може призвести до ураження електричним струмом, пожежі, травмування або інших небезпечних наслідків.

Під час користування електричними приладами необхідно:

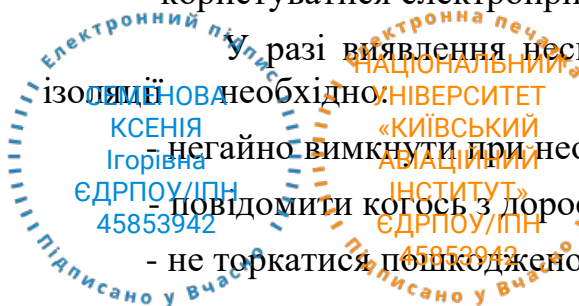
- користуватися лише справними електроприладами та електрообладнанням;
- вмикати електро прилади або електро обладнання тільки сухими руками;
- дотримуватись інструкцій з експлуатації електроприладів;
- після користування вимикати з електричної мережі.

Забороняється:

- торкатися оголених або пошкоджених електропроводів;
- користуватися несправними розетками, вимикачами та подовжувачами;
- самостійно ремонтувати електроприлади та електромережу;
- перевантажувати електромережу одночасним увімкненням великої кількості електроприладів;
- користуватися електроприладами поблизу води або мокрими руками.

У разі виявлення несправностей електромережі або запаху горілої ізоляції необхідно:

- негайно вимкнути при необхідності електроживлення;
- повідомити когось з дорослих осіб або у відповідні служби;
- не торкатися пошкодженого обладнання руками.



Погоджено:

anna.marko@kai.edu.ua

Директор управління з корпоративног...

Oleksandr.ishchenko@kai.edu.ua

Проректор з економічного розвитку т...

vitalii.babak@kai.edu.ua


Начальник Юридичного відділу...

op@kai.edu.ua

Відділ охорони праці

igor.kravchyshyn@kai.edu.ua

Перший проректор

	ПРОГРАМА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ПІД ЧАС ЛІТНІХ КАНІКУЛ	Шифр документа	КАІ ПБЖД 1.21(02) – 01 – 2026
		стор. 12 з 37	

2.7. Під час пожежної безпеки

З метою, запобігання інцидентам - ризикам виникнення пожежі, аварійним ситуаціям, травмуванню людей та пошкодженню майна під час перебування на літніх канікулах. Що може трапитись будь де. Необхідно дотримуватись базових протипожежних заходів для попередження ризику пожежі, а саме:

- вимикати електроприлади з мережі після користування.
- Не залишати без нагляду відкритий вогонь, свічки, газові плити, мангали, електронагрівальні прилади та інші джерела тепла.
- не використовувати несправні електроприлади та пошкоджені електропроводи;
- не перевантажувати електромережу одночасним увімкненням великої кількості приладів;
- не гратися із сірниками, запальничками, піротехнічними виробами та легкозаймистими речовинами.
- Не використовувати піротехнічні засоби без дорослих та у місцях масового перебування людей.

При перебуванні в зелених зонах, парках (в лісі) :

- Не розпалювати багаття у лісах, парках, поблизу сухої трави, господарських будівель, автозаправних станцій та в інших заборонених місцях.
- Не спалювати суху траву, листя, сміття та побутові відходи, оскільки це може призвести до масштабних пожеж і становить загрозу життю та здоров'ю людей.
- Під час відпочинку на природі (в місцях де можна розпалювати багаття) після використання багаття необхідно ретельно загасити його водою або засипати землею до повного припинення тління.
- Не залишати у лісі або на відкритій території скляні пляшки та уламки скла, які під дією сонячного проміння можуть спричинити займання сухої рослинності.

У разі виявлення пожежі необхідно:

- негайно повідомити за телефоном 101;
- повідомити дорослих (батьків, опікунів або тих хто поряд перебуває) або відповідальні служби;
- залишити небезпечну територію;
- не намагатися самотійно гасити пожежу масштаб якої збільшується.

Погоджено:

anna.marko@kai.edu.ua

Директор управління з корпоративног...

Oleksandr.ishchenko@kai.edu.ua

Проректор з економічного розвитку т...

vitalii.babak@kai.edu.ua

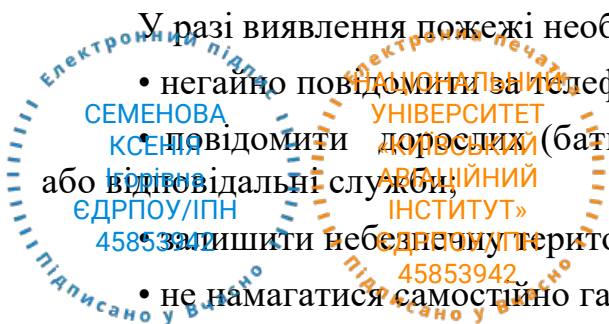
Начальник Юридичного відділу...


op@kai.edu.ua

Відділ охорони праці

igor.kravchyshyn@kai.edu.ua

Перший проректор



 НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «КИЇВСЬКИЙ АВІАЦІЙНИЙ ІНСТИТУТ»	ПРОГРАМА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ПІД ЧАС ЛІТНІХ КАНІКУЛ	Шифр документа	КАІ ПБЖД 1.21(02) – 01 – 2026
		стор. 13 з 37	

- Дотримання вимог пожежної безпеки є обов'язком кожного та запорукою збереження життя, здоров'я навколишнього середовища.

- Під час перебування у громадських місцях, закладах відпочинку, гуртожитках та вдома необхідно знати місця розташування евакуаційних виходів і дотримуватись правил евакуації.

Алгоритм дій у разі виникнення пожежі:

- Не панікуйте: Оцініть ситуацію та не створюйте протягів, що сприяють поширенню вогню (зачиніть вікна).

- Виведіть людей: Допоможіть евакуюватися іншим і залишіть приміщення безпечним шляхом.

- Повідомте рятувальників: негайно телефонуйте до Служби порятунку за номером 101. Чітко назвіть адресу, місце загоряння та своє ім'я.

2.8. Вимоги безпеки під час воєнного стану

В умовах воєнного стану особливо важливо бути уважними, дисциплінованими, дотримуватись сигналів оповіщення, правил поведінки під час повітряної тривоги та виконувати рекомендації органів державної влади, рятувальних служб і адміністрації закладу освіти.

Кожен повинен знати порядок дій у разі виникнення небезпеки, розташування найближчих укриттів та способи надання першої домедичної допомоги.

Порядок поведінки під час воєнного стану:

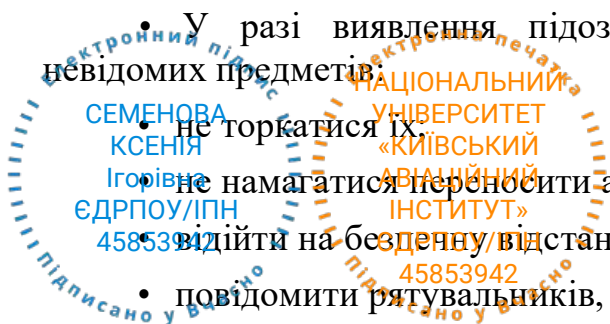
- Не ігнорувати сигнали повітряної тривоги. Після отримання повідомлення про небезпеку необхідно негайно пройти до найближчого укриття або захисної споруди.

- Завчасно знати місце розташування найближчих укриттів за місцем проживання, навчання та перебування. Можна скористатись мапою укриттів в Київ цифровий або мережею інтернет з офіційних ресурсів області де знаходитесь.

- Під час перебування в укритті дотримуватись порядку, не створювати паніки, у разі небезпеки працівників екстрених служб.

- У разі виявлення підозрілих предметів, вибухонебезпечних або невідомих предметів:

- не торкатися їх;
- не намагатися перенести або розбирати;
- відійти на безпечну відстань;
- повідомити рятувальників, поліцію або дорослих.



Погоджено:

anna.marko@kai.edu.ua

Директор управління з корпоративног...

Oleksandr.ishchenko@kai.edu.ua

Проректор з економічного розвитку т...

vitalii.babak@kai.edu.ua


Начальник Юридичного відділу...

op@kai.edu.ua

Відділ охорони праці

igor.kravchyshyn@kai.edu.ua

Перший проректор

 НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «КИЇВСЬКИЙ АВІАЦІЙНИЙ ІНСТИТУТ»	ПРОГРАМА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ПІД ЧАС ЛІТНІХ КАНІКУЛ	Шифр документа	КАІ ПБЖД 1.21(02) – 01 – 2026
		стор. 14 з 37	

- Не фотографувати та не поширювати в мережі Інтернет:
- місця прильотів;
- роботу сил оборони;
- розташування військової техніки;
- об'єкти критичної інфраструктури.
- Дотримуватись інформаційної безпеки:
- користуватись лише офіційними джерелами інформації;
- не поширювати неперевірені повідомлення;
- заряджений мобільний телефон;
- не переходити за підозрілими посиланнями.
- У темну пору доби дотримуватись правил світломаскування та комендантської години.
- Під час евакуації або надзвичайної ситуації діяти організовано, виконувати вказівки органів влади та служб цивільного захисту.
- Завжди мати при собі:
- документ, що посвідчує особумінімальний запас води та необхідних речей.
 - У разі погіршення безпекової ситуації повідомити батьків, кураторів або відповідальних осіб про своє місцезнаходження.
 - Не перебувати без потреби поблизу військових об'єктів, адміністративних будівель та місць масового скупчення людей.
 - Дотримуватись правил особистої безпеки, бути уважними до оточення та зберігати спокій у надзвичайних ситуаціях.

2.9. Правила поведінки під час сигналу «Повітряна тривога».

- Після сигналу «Повітряна тривога» необхідно негайно припинити заняття, роботу або іншу діяльність та уважно прослухати повідомлення.
- Швидко, без паніки пройти до найближчого укриття, захисної споруди або іншого безпечного місця, визначеного адміністрацією чи органами цивільного захисту.

Під час руху до укриття:

- не створювати загрози;
- не користуватись ліфтом;
- допомагати дітям, людям похилого віку та особам з інвалідністю;

Погоджено:

anna.marko@kai.edu.ua

Директор управління з корпоративног...

Oleksandr.ishchenko@kai.edu.ua

Проректор з економічного розвитку т...

vitalii.babak@kai.edu.ua

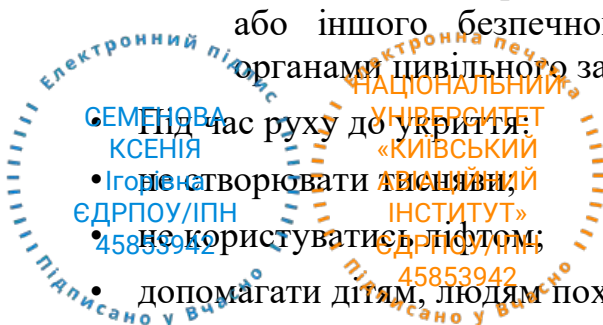
Начальник Юридичного відділу...


op@kai.edu.ua

Відділ охорони праці

igor.kravchyshyn@kai.edu.ua

Перший проректор



 НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «КИЇВСЬКИЙ АВІАЦІЙНИЙ ІНСТИТУТ»	ПРОГРАМА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ПІД ЧАС ЛІТНІХ КАНІКУЛ	Шифр документа	КАІ ПБЖД 1.21(02) – 01 – 2026
		стор. 15 з 37	

- дотримуватись вказівок відповідальних осіб.

В укритті необхідно:

- зберігати спокій і не нервувати;
- мати при собі документи, заряджений мобільний телефон, воду та необхідні речі першої потреби;
- підтримувати чистоту та не заважати іншим.
 - Не дотримання сигналу повітряна тривога, на вашій особистій відповідальності за ваше життя!
 - Рекомендується:
- не ігнорувати сигнал повітряної тривоги;
- залишатися біля вікон, на відкритій місцевості або на верхніх поверхах будівель.

Заборонено:

- фотографувати чи знімати на відео роботу сил оборони, місця влучань або переміщення військової техніки;
- поширювати інформацію про перебування сил оборони, та інформацію про місце знаходження падіння уламків чи збиття.

Якщо повітряна тривога застала на вулиці та немає можливості швидко дістатися укриття, можна використовувати правила безпеки:

- знайти заглиблення в землі, підземний перехід або інше безпечне місце;
- лягти на землю, прикривши голову руками;
- триматися подалі від будівель, вікон, рекламних щитів, мостів та ліній електропередач.
- Після сигналу «Відбій повітряної тривоги» залишати укриття слід спокійно та організовано, дотримуючись правил безпеки.

2.10. Під час перебування на воді

Вода є джерелом відпочинку та оздоровлення, нехтування елементарними заходами безпеки може призвести до нещасних випадків, травмування або загибелі людей. Особливу увагу необхідно приділяти безпечній поведінці під час купання, користування плавзасобами, перебування на пляжах та поблизу водойм.

Для попередження ризиків нещасних випадків, необхідно знати та виконувати основні правила безпеки на воді, бути уважним і обережним, не допускати небезпечних дій:

- відпочинок на воді (купання, катання на човнах) повинен бути тільки в

Погоджено:

anna.marko@kai.edu.ua

Директор управління з корпоративног...

Oleksandr.ishchenko@kai.edu.ua

Проректор з економічного розвитку т...

vitalii.babak@kai.edu.ua

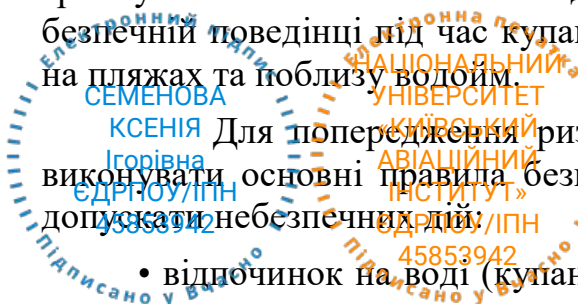
Начальник Юридичного відділу...


op@kai.edu.ua

Відділ охорони праці

igor.kravchyshyn@kai.edu.ua

Перший проректор



 НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «КИЇВСЬКИЙ АВІАЦІЙНИЙ ІНСТИТУТ»	ПРОГРАМА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ПІД ЧАС ЛІТНІХ КАНІКУЛ	Шифр документа	КАІ ПБЖД 1.21(02) – 01 – 2026
		стор. 16 з 37	

обладнаних для цього місцях, спеціально відведених місцевими органами виконавчої влади, де є знак що це місце є офіційним пляжем для купання. Якщо встановлений знак купатися заборонено, там купатися не можна.

- безпечніше відпочивати на воді у світлу частину доби;
- купатися дозволяється в спокійну безвітряну погоду при швидкості вітру до 10 м/сек, температурі води — не нижче +18° С, повітря — не нижче +24 С;
- після прийняття їжі купатися можна не раніше, ніж через 1,5-2 години;
- заходити у воду необхідно повільно, дозволяючи тілу адаптуватися до зміни температури повітря та води;
- у воді варто знаходитись не більше 15 хвилин;
- після купання не рекомендується приймати сонячні ванни, краще відпочити в тіні;
- не рекомендується купатися поодиноці біля крутих, стрімчастих і зарослих густою рослинністю берегів або місць куди ви прийшли відпочивати вперше;
- перед тим, як стрибати у воду, переконайтесь в безпеці дна і достатній безпечній для Вас глибині водоймища;
- пірнати можна лише там, де є для цього достатня глибина, прозора вода, рівне дно.

Що робити в екстреній ситуації при відпочинку на воді:

- Якщо вас знесло течією:

Не пливіть проти неї, витрачаючи всі сили. Пливіть за течією під кутом, поступово наближаючись до берега.

- При судомі (зводить м'язи):

Змініть положення, щоб розслабити м'яз. Глибоко вдихніть, зануртесь під воду і різко потягніть носок на себе. Добре мати при собі шпильку — легкий укол миттєво знімає спазм.

- При потраплянні води в дихальні шляхи:

Затримайте дихання, прийміть вертикальне положення та сильно відкашляйтесь.

Якщо ви заплутались у водоростях:

Не робіть різких рухів, щоб не затягнутися сильніше. Спробуйте звільнитися плавними, м'якими рухами або акуратно розплутати їх руками.

Як допомогти утопаючому:

Погоджено:

anna.marko@kai.edu.ua

Директор управління з корпоративног...

Oleksandr.ishchenko@kai.edu.ua

Проректор з економічного розвитку т...

vitalii.babak@kai.edu.ua

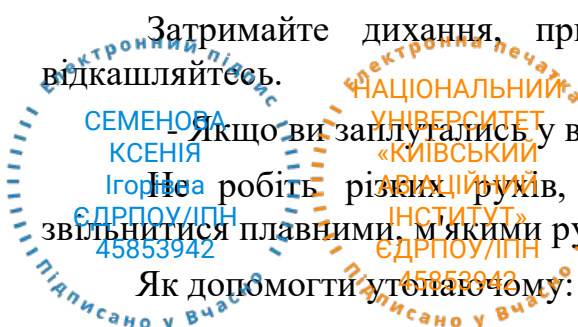
Начальник Юридичного відділу...


op@kai.edu.ua

Відділ охорони праці

igor.kravchyshyn@kai.edu.ua

Перший проректор



 НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «КИЇВСЬКИЙ АВІАЦІЙНИЙ ІНСТИТУТ»	ПРОГРАМА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ПІД ЧАС ЛІТНІХ КАНІКУЛ	Шифр документа	КАІ ПБЖД 1.21(02) – 01 – 2026
		стор. 17 з 37	

- Оцініть ситуацію: не кидайтеся у воду без засобів порятунку, інакше потопаючий може потягнути вас за собою.

- Киньте плавучий предмет (рятувальний круг, надувний матрац, м'яч, бутель) або подайте довгу палицю/мотузку.

- Викличте рятувальників або службу екстреної допомоги за номером 101 або 112.

Після витягнення людини на берег перевірте дихання та пульс. За потреби почніть серцево-легеневу реанімацію та покладіть потерпілого на бік.

Чого не можна робити на воді:

- Купатися в нетверезому стані.
- Пірнати в незнайомих місцях, з мостів чи дамб — це часта причина травм хребта.
- Ігнорувати попереджувальні знаки, буйки та сигнали рятувальників.
- Підпливати близько до човнів і катерів.

2.11. Правила безпеки при перебуванні в лісі .

Для запобігання нещасним випадкам, травмуванню, пожежам та іншим небезпечним ситуаціям під час відпочинку або перебування в лісі потрібно дотримуватись правил безпечної поведінки:

- під час дії воєнного стану не заходити до лісових масивів, де можуть знаходитися вибухонебезпечні предмети, та не торкатися підозрілих предметів. У разі їх виявлення необхідно негайно повідомити рятувальні служби або поліцію.

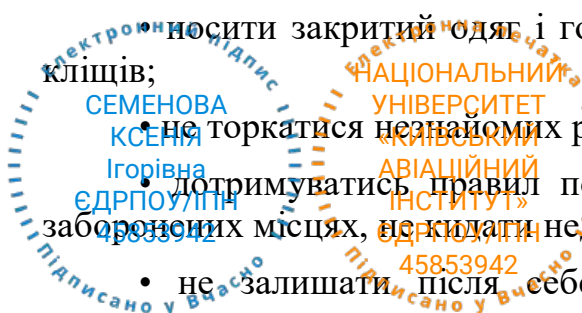
- ходити до лісу бажано у супроводі дорослих або групою людей;
- повідомляти рідних чи знайомих про маршрут та орієнтовний час повернення;
- обирати лише безпечні та знайомі маршрути;
- не заходити у незнайомі, заболочені або небезпечні місця;
- мати із собою заряджений мобільний телефон, питну воду та необхідні засоби першої допомоги;

• носити закритий одяг і головний убір для захисту від сонця, комах та кліщів;

• не торкатися незнайомих рослин, грибів та ягід і не вживати їх у їжу;

• дотримуватись правил пожежної безпеки: не розпалювати багаття у заборонених місцях, не кидати недопалки, сірники та легкозаймисті предмети;

• не залишати після себе сміття та берегти навколишнє природне



Погоджено:

anna.marko@kai.edu.ua

Директор управління з корпоративног...

Oleksandr.ishchenko@kai.edu.ua

Проректор з економічного розвитку т...

vitalii.babak@kai.edu.ua


Начальник Юридичного відділу...

op@kai.edu.ua

Відділ охорони праці

igor.kravchyshyn@kai.edu.ua

Перший проректор

 НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «КИЇВСЬКИЙ АВІАЦІЙНИЙ ІНСТИТУТ»	ПРОГРАМА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ПІД ЧАС ЛІТНІХ КАНІКУЛ	Шифр документа	КАІ ПБЖД 1.21(02) – 01 – 2026
		стор. 18 з 37	

середовище;

- уникати контактів з дикими або безпритульними тваринами;
- бути уважними під час грози, сильного вітру або інших несприятливих погодних умов;
- у разі втрати орієнтування не панікувати, залишатися на місці та за можливості звернутися по допомогу за номером 101 або 112;

Дотримання правил безпеки під час перебування в лісі допоможе зберегти життя, здоров'я та забезпечити безпечний відпочинок під час літніх канікул.

3. Надання першої домедичної допомоги

У разі нещасного випадку необхідно діяти швидко, спокійно та обережно. Від правильності надання першої домедичної допомоги часто залежить життя і здоров'я потерпілого до прибуття медичних працівників.

Дії надання домедичної допомоги:

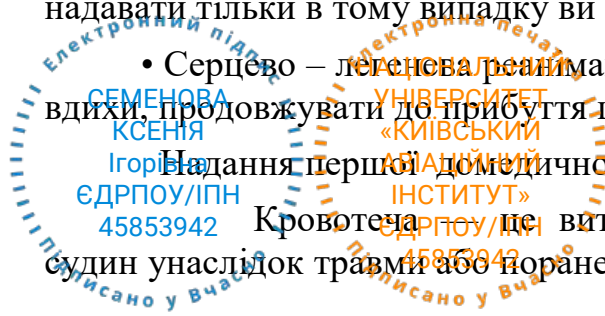
- насамперед переконатися, що місце події є безпечним для себе та потерпілого;
- негайно викликати швидку медичну допомогу за номером 103 або єдиним номером екстрених служб 112;
- оцінити стан потерпілого: наявність свідомості, дихання, пульсу, кровотечі;
- за можливості заспокоїти потерпілого та забезпечити йому доступ свіжого повітря;
- не залишати потерпілого без нагляду до прибуття медиків.

У разі втрати свідомості:

- перевірити наявність дихання;
- покласти потерпілого у стабільне бокове положення, якщо дихання збережене;
- при відсутності дихання негайно розпочати серцево-легеневу реанімацію. Важливо: тільки в тому випадку якщо ви маєте навички її надавати тільки в тому випадку ви можете її робити.

• Серцево – легеневу реанімацію : 30 натискань на грудну клітку, 2 штучні вдихи, продовжувати до прибуття швидкої допомоги або до появи ознак життя.

Надання першої домедичної допомоги при кровотечі
 Кровотеча – витікання крові з пошкоджених кровоносних судин унаслідок травми або поранення. Своєчасне та правильне надання першої



Погоджено:

anna.marko@kai.edu.ua

Директор управління з корпоративног...

Oleksandr.ishchenko@kai.edu.ua

Проректор з економічного розвитку т...

vitalii.babak@kai.edu.ua


Начальник Юридичного відділу...

op@kai.edu.ua

Відділ охорони праці

igor.kravchyshyn@kai.edu.ua

Перший проректор

 НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «КИЇВСЬКИЙ АВІАЦІЙНИЙ ІНСТИТУТ»	ПРОГРАМА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ПІД ЧАС ЛІТНІХ КАНІКУЛ	Шифр документа	КАІ ПБЖД 1.21(02) – 01 – 2026
		стор. 19 з 37	

допомоги допомагає зменшити втрату крові, запобігти ускладненням і врятувати життя постраждалого.

Основні види кровотечі

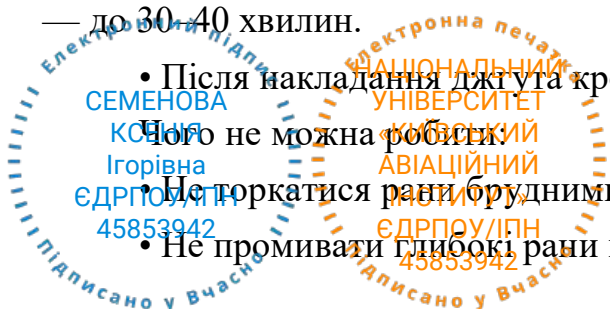
- Капілярна — кров витікає повільно, краплями.
- Венозна — кров темно-червоного кольору, витікає рівномірним потоком.
- Артеріальна — кров яскраво-червона, витікає пульсуючим струменем; є найбільш небезпечною.

Порядок надання допомоги:

1. Оцініть ситуацію та переконайтеся у власній безпеці.
2. Викличте швидку медичну допомогу за номером 103 у разі сильної кровотечі.
3. За можливості використовуйте одноразові рукавички або інші засоби захисту.
4. Посадіть або покладіть постраждалого.
5. Зупиніть кровотечу одним із доступних способів:
 - накладіть стерильну серветку або чисту тканину на рану;
 - притисніть місце кровотечі рукою;
 - накладіть тугу пов'язку;
 - підніміть ушкоджену кінцівку вище рівня серця;
 - у разі сильної артеріальної кровотечі накладіть джгут вище місця поранення.

Правила накладання джгута:

- Джгут накладають лише при сильній артеріальній кровотечі.
- Під джгут необхідно підкласти тканину.
- Обов'язково записати точний час накладання джгута. (маркером на бірочці, який необхідно прикріпити до джгута)
- У теплу пору року джгут можна тримати не більше 1 години, у холодну — до 30-40 хвилин.
- Після накладання джгута кровотеча повинна припинитися.
- Чого не можна робити:
 - Не торкатися рани брудними руками.
 - Не промивати глибокі рани водою.



Погоджено:

anna.marko@kai.edu.ua

Директор управління з корпоративног...

Oleksandr.ishchenko@kai.edu.ua

Проректор з економічного розвитку т...

vitalii.babak@kai.edu.ua


Начальник Юридичного відділу...

op@kai.edu.ua

Відділ охорони праці

igor.kravchyshyn@kai.edu.ua

Перший проректор

 НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «КИЇВСЬКИЙ АВІАЦІЙНИЙ ІНСТИТУТ»	ПРОГРАМА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ПІД ЧАС ЛІТНІХ КАНІКУЛ	Шифр документа	КАІ ПБЖД 1.21(02) – 01 – 2026
		стор. 20 з 37	

- Не витягувати сторонні предмети з рани.
- Не залишати постраждалого без нагляду.

Ознаки великої крововтрати:

- блідість шкіри;
- запаморочення;
- слабкість;
- холодний піт;
- прискорене дихання та пульс;
- можлива втрата свідомості.

До прибуття медиків необхідно контролювати стан постраждалого, заспокоювати його та стежити за диханням і свідомістю.

Надання домедичної медичної допомоги у разі опіків :

Опіки можуть виникати внаслідок дії високої температури, гарячих рідин, пари, хімічних речовин, електричного струму або сонячного випромінювання. Правильно надана перша допомога допомагає зменшити біль, запобігти ускладненням та прискорити одужання.

Основні правила надання допомоги при опіках:

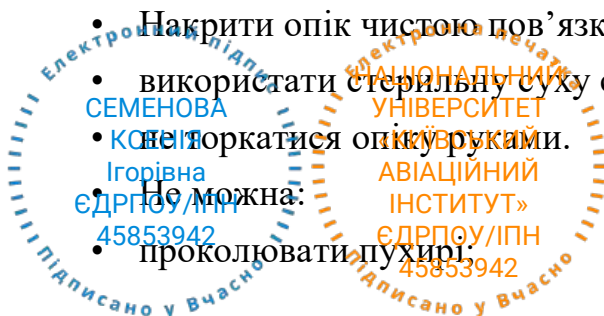
- негайно припинити дію джерела опіку
- загасити полум'я;
- відвести потерпілого від гарячого предмета чи пари;
- вимкнути електричний струм.
- Охолодити місце опіку
- тримати уражену ділянку під прохолодною проточною водою 10–20 хв;
- не використовувати крижану воду або лід безпосередньо на шкіру.
- Зняти предмети, що можуть стискати тіло
- обережно зняти прикраси, ремені, годинники, одяг біля місця опіку;
- не відривати одяг, який прилип до шкіри.
- Накрити опік чистою пов'язкою

• використати стерильну суху серветку або чисту тканину;

• не торкатися опіку руками.

Не можна:

• проколдувати пухири.



Погоджено:

anna.marko@kai.edu.ua

Директор управління з корпоративного...

Oleksandr.ishchenko@kai.edu.ua

Проректор з економічного розвитку т...

vitalii.babak@kai.edu.ua


Начальник Юридичного відділу...

op@kai.edu.ua

Відділ охорони праці

igor.kravchyshyn@kai.edu.ua

Перший проректор

 НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «КИЇВСЬКИЙ АВІАЦІЙНИЙ ІНСТИТУТ»	ПРОГРАМА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ПІД ЧАС ЛІТНІХ КАНІКУЛ	Шифр документа	КАІ ПБЖД 1.21(02) – 01 – 2026
		стор. 21 з 37	

- змащувати опіки олією, кремами, спиртом, йодом чи мазями без призначення лікаря;
- посипати рану порошками або прикладати брудні предмети.
- Дати потерпілому воду
- при значних опіках рекомендується давати багато пиття невеликими порціями.
- Викликати швидку медичну допомогу у разі:
- великих або глибоких опіків;
- опіків обличчя, шиї, очей, рук, ніг;
- хімічних або електричних опіків;
- погіршення стану потерпілого.

Допомога при хімічних опіках:

У разі потрапляння хімічних речовин на шкіру, в очі або на слизові оболонки необхідно діяти швидко та обережно, щоб зменшити ураження тканин та запобігти ускладненням.

- негайно припинити контакт із хімічною речовиною;
- обережно зняти забруднений одяг, взуття, рукавички;
- уникати потрапляння речовини на інші ділянки тіла.
- ретельно промити уражене місце великою кількістю чистої проточної води:

- промивати не менше 15–20 хвилин;

У разі потрапляння речовини в очі — промивати очі водою у відкритому стані, не торкаючись їх руками.

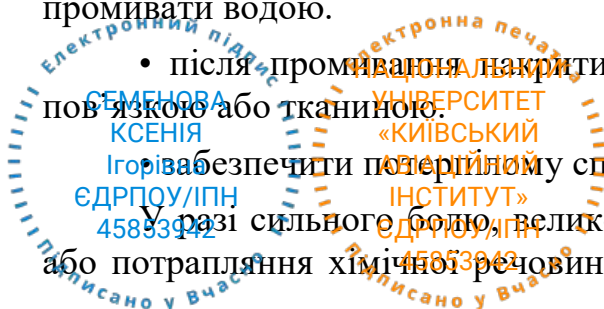
- не терти та не розчісувати уражені ділянки шкіри.
- не використовувати мазі, креми, олії або невідомі речовини без рекомендації медичних працівників.

• якщо опік спричинений сухими хімічними речовинами (порошками), спочатку обережно видалити їх сухою тканиною або щіткою, а лише потім промивати водою.

- після промивання накрити уражене місце чистою сухою стерильною пов'язкою або тканиною.

• забезпечити потерпілому спокій та доступ свіжого повітря.

У разі сильного болю, великої площі ураження, погіршення самопочуття або потрапляння хімічної речовини в очі — негайно звернутися за медичною



Погоджено:

anna.marko@kai.edu.ua

Директор управління з корпоративног...

Oleksandr.ishchenko@kai.edu.ua

Проректор з економічного розвитку т...

vitalii.babak@kai.edu.ua


Начальник Юридичного відділу...

op@kai.edu.ua

Відділ охорони праці

igor.kravchyshyn@kai.edu.ua

Перший проректор

 НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «КИЇВСЬКИЙ АВІАЦІЙНИЙ ІНСТИТУТ»	ПРОГРАМА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ПІД ЧАС ЛІТНІХ КАНІКУЛ	Шифр документа	КАІ ПБЖД 1.21(02) – 01 – 2026
		стор. 22 з 37	

допомогою або викликати швидку медичну допомогу за номером 103.

- за можливості повідомити медичним працівникам назву хімічної речовини, яка спричинила опік.

Перша домедична допомога у разі переломів, вивихів або сильних забоїв

У разі переломів, вивихів або сильних забоїв необхідно діяти швидко та обережно, щоб запобігти погіршенню стану потерпілого.

У разі перелому:

- забезпечити потерпілому спокій;
- не намагатися самостійно вправляти кістки;
- зафіксувати ушкоджену частину тіла за допомогою шини або підручних засобів (дошка, палиця, картон тощо);
- прикласти холод до місця травми для зменшення болю та набряку;
- при відкритому переломі накласти стерильну пов'язку на рану та зупинити кровотечу;
- викликати швидку медичну допомогу або доставити потерпілого до медичного закладу.

У разі вивиху:

- забезпечити нерухомість ушкодженого суглоба;
- не намагатися самостійно вправляти вивих;
- прикласти холодний компрес або лід, загорнутий у тканину;
- звернутися за медичною допомогою.

У разі сильного забою:

- забезпечити спокій ушкодженій ділянці;
- прикласти холод на 15–20 хвилин;
- при появі сильного болю, великого набряку або обмеження рухів звернутися до лікаря;
- у разі погіршення стану негайно викликати швидку допомогу.

Під час надання допомоги слід діяти обережно, не допускати різких рухів та постійно контролювати стан потерпілого.

У разі втрати свідомості необхідно:

У разі втрати свідомості необхідно негайно оцінити стан потерпілого та надати йому першу допомогу.

- перевірити наявність свідомості, обережно звернувшись до людини та легко пошкескавши її по плечу;

Погоджено:

anna.marko@kai.edu.ua

Директор управління з корпоративног...

Oleksandr.ishchenko@kai.edu.ua

Проректор з економічного розвитку т...

vitalii.babak@kai.edu.ua


Начальник Юридичного відділу...

op@kai.edu.ua

Відділ охорони праці

igor.kravchyshyn@kai.edu.ua

Перший проректор

 НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «КИЇВСЬКИЙ АВІАЦІЙНИЙ ІНСТИТУТ»	ПРОГРАМА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ПІД ЧАС ЛІТНІХ КАНІКУЛ	Шифр документа	КАІ ПБЖД 1.21(02) – 01 – 2026
		стор. 23 з 37	

- викликати швидку медичну допомогу за номером 103;
- перевірити наявність дихання та пульсу;
- забезпечити доступ свіжого повітря, розстебнути тісний одяг;
- покласти потерпілого на спину на рівну поверхню;
- якщо дихання збережене — повернути людину у стабільне бокове положення;
- контролювати дихання та стан потерпілого до прибуття медиків;
- не давати воду, їжу або ліки непритомній людині.
- Якщо дихання відсутнє:
- негайно розпочати серцево-легеневу реанімацію (30 натискань на грудну клітку та 2 вдихи);
- продовжувати реанімаційні заходи до прибуття швидкої допомоги або появи ознак життя.

Перша домедична допомога при ураженні електричним струмом:

Ураження електричним струмом є небезпечним для життя та може спричинити опіки, порушення дихання, втрату свідомості або зупинку серця. Надання першої допомоги повинно бути швидким, обережним і правильним.

Порядок надання домедичної допомоги:

- Негайно припинити дію електричного струму
- вимкнути електроживлення рубильником, автоматом або вийняти вилку з розетки;
- якщо це неможливо — відтягнути потерпілого від джерела струму за допомогою сухого дерев'яного предмета, мотузки, одягу або іншого предмета, що не проводить електричний струм;
- не торкатися потерпілого голими руками, поки він перебуває під дією струму.
- оцінити стан потерпілого
- перевірити свідомість;
- перевірити наявність дихання та пульсу;
- викликати швидку медичну допомогу за номером 103.

За відсутності дихання або пульсу

- негайно розпочати серцево-легеневу реанімацію:
- 30 натискань на грудну клітку;

Погоджено:

anna.marko@kai.edu.ua

Директор управління з корпоративног...

Oleksandr.ishchenko@kai.edu.ua

Проректор з економічного розвитку т...

vitalii.babak@kai.edu.ua


Начальник Юридичного відділу...

op@kai.edu.ua

Відділ охорони праці

igor.kravchyshyn@kai.edu.ua

Перший проректор

 НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «КИЇВСЬКИЙ АВІАЦІЙНИЙ ІНСТИТУТ»	ПРОГРАМА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ПІД ЧАС ЛІТНІХ КАНІКУЛ	Шифр документа	КАІ ПБЖД 1.21(02) – 01 – 2026
		стор. 24 з 37	

- 2 штучні вдихи;
- продовжувати реанімаційні заходи до прибуття медиків або появи ознак життя.

За наявності дихання

- покласти потерпілого у стабільне бокове положення;
- забезпечити доступ свіжого повітря;
- розстебнути тісний одяг;
- контролювати стан потерпілого до приїзду медиків.
- У разі опіків
- охолодити уражене місце прохолодною водою протягом 10–15 хвилин;
- накласти суху стерильну пов'язку;
- не проколювати пухирі та не наносити мазі.

Забороняється:

- торкатися потерпілого, якщо джерело струму не вимкнене;
- використовувати металеві або вологі предмети для звільнення потерпілого;
- залишати потерпілого без нагляду;
- давати потерпілому алкоголь або ліки без призначення лікаря.

У разі отруєння невідомими речовинами, газом або неякісними харчовими продуктами необхідно:

- негайно припинити контакт із небезпечною речовиною або залишити приміщення, де відчувається запах газу чи хімічних речовин;
- повідомити дорослих, викликати швидку медичну допомогу за номером 103;
- забезпечити потерпілому доступ до свіжого повітря, розстебнути тісний одяг;
- у разі харчового отруєння дати потерпілому пити чисту воду невеликими порціями;
- не вживати лікарські препарати без призначення лікаря;
- не викликати блювання, якщо людина непритомна або є підозра на отруєння хімічними речовинами;
- у разі отруєння газом не користуватися відкритим вогнем та електричними приладами;
- при втраті свідомості покласти потерпілого на бік і контролювати дихання до прибуття медиків;
- зберегти упаковку або залишки речовини чи продукту для передачі лікарям;

Погоджено:

anna.marko@kai.edu.ua

Директор управління з корпоративног...

Oleksandr.ishchenko@kai.edu.ua

Проректор з економічного розвитку т...

vitalii.babak@kai.edu.ua

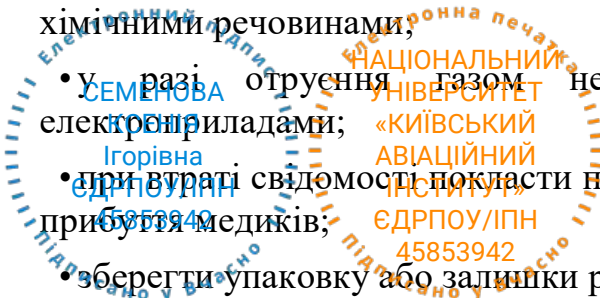
Начальник Юридичного відділу...


op@kai.edu.ua

Відділ охорони праці

igor.kravchyshyn@kai.edu.ua

Перший проректор



 НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «КИЇВСЬКИЙ АВІАЦІЙНИЙ ІНСТИТУТ»	ПРОГРАМА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ПІД ЧАС ЛІТНІХ КАНІКУЛ	Шифр документа	КАІ ПБЖД 1.21(02) – 01 – 2026
		стор. 25 з 37	

- не залишати потерпілого без нагляду до прибуття медичної допомоги.

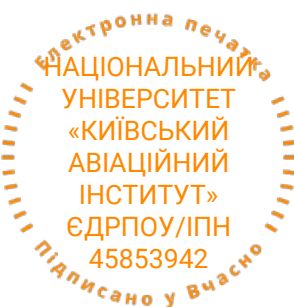
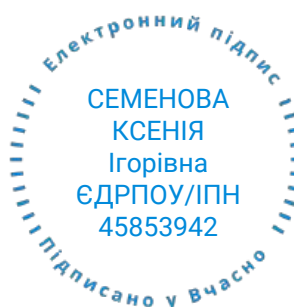
4. Заключні положення

Розподіл відповідальності

Особи, які проводять інструктаж (куратори/викладачі), несуть відповідальність за якість викладання матеріалу та 100% охоплення студентів групи.

Студенти несуть персональну відповідальність за дотримання цих правил та безпеку власного життя і здоров'я під час канікул.

Порядок внесення змін: Зміни та доповнення до цієї Програми вносяться у разі оновлення чинного законодавства України, появи нових безпекових викликів або за розпорядженням Міністерства освіти і науки України.



Погоджено:

anna.marko@kai.edu.ua

Директор управління з корпоративног...

Oleksandr.ishchenko@kai.edu.ua

Проректор з економічного розвитку т...

vitalii.babak@kai.edu.ua


Начальник Юридичного відділу...

op@kai.edu.ua

Відділ охорони праці

igor.kravchyshyn@kai.edu.ua

Перший проректор

 НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «КИЇВСЬКИЙ АВІАЦІЙНИЙ ІНСТИТУТ»	ПРОГРАМА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ПІД ЧАС ЛІТНІХ КАНІКУЛ	Шифр документа	КАІ ПБЖД 1.21(02) – 01 – 2026
		стор. 26 з 37	

Ф (03.02 – 31)

УЗГОДЖЕННЯ:

	Підпис	Прізвище	Посада	Дата
Розробник		Валентина КУЧЕРЯВА	Провідний інженер відділу охорони праці	
Узгоджено		Анна БРЕЛІНСЬКА	Начальник відділу охорони праці	
Узгоджено		Анна МАРКО	Директор управління корпоративного врядування та стратегічного партнерства	
Узгоджено		Ігор КРАВЧИШИН	Перший проректор	
Узгоджено		Олександр ЩЕНКО	Проректор з економічного розвитку та інфраструктури	
Узгоджено		Віталій БАБАК	Начальник юридичного відділу	

Рівень документу – 2а

Плановий термін між ревізіями – 1 рік



Погоджено:

anna.marko@kai.edu.ua

Директор управління з корпоративног...

Oleksandr.ishchenko@kai.edu.ua

Проректор з економічного розвитку т...

vitalii.babak@kai.edu.ua

Начальник Юридичного відділу...

op@kai.edu.ua

Відділ охорони праці

igor.kravchyshyn@kai.edu.ua

Перший проректор

