



РОЗДІЛ 4: ГОТОВНІСТЬ ШКІЛ ДО ЛИХ ТА БЕЗПЕЧНЕ НАВЧАЛЬНЕ СЕРЕДОВИЩЕ

НАВЧАЛЬНИЙ МОДУЛЬ 22: Основні навички, що рятують життя, під час шкільних катастроф

Автор: Denizli İl Afet ve Acil Durum Müdürlüğü (AFAD)/ Партнерство
проекту VETREADY

Номер проекту: 2024-1-ES01-KA220-VET-000257287



Co-funded by
the European Union

Фінансується Європейським Союзом. Однак висловлені погляди та думки належать лише автору(ам) і не обов'язково відображають погляди Європейського Союзу або Іспанської служби з питань інтернаціоналізації освіти (SEPIE). Ні Європейський Союз, ні орган, що надає грант, не несуть за них відповідальності.



Мета навчального модуля

Загальна мета: Головна мета полягає в поширенні інформації про стихійні лиха та навичок рятування життя серед учнів та освітян як у школах, так і серед діаспорних громад, оцінці поточного стану обізнаності про стихійні лиха, визначенні необхідних компетенцій у цій галузі та розвінчанні поширених міфів та помилкових уявлень щодо навчання з питань стихійних лих.

Тривалість навчального модуля: 2,6 академічних годин

Метод оцінювання: тест з вибором однієї правильної відповіді після завершення навчального модуля

Цільові групи: учні професійно-технічної освіти, учні безперервної професійно-технічної освіти, учні діаспори, викладачі професійно-технічної та безперервної професійно-технічної освіти

Визнання для учнів:

Сертифікат про завершення (програма неформального навчання)

Визнання для освітян:

Сертифікат про розвиток професійної компетентності

Цільова перехресна навичка ESCO в категорії T3.2 – використання проактивного підходу



Co-funded by
the European Union

Результати навчального модуля

Знання

1. **Розпізнавати.** Розпізнавати типи стихійних лих, які можуть статися в школі.
2. **Зрозуміти.** Зрозуміти вплив паніки та дезінформації на безпеку під час стихійного лиха.
3. **Пояснити.** Пояснити основні правила безпеки, такі як «Падай, укривайся та тримайся» під час землетрусу.

Навички

1. **Визначити.** Визначити ризиковані зони та попереджувальні знаки в школі.
2. **Застосовувати.** Застосовувати правильні правила безпеки під час навчань.
3. **Співпраця.** Співпрацювати з однокласниками під час стихійного лиха для забезпечення безпечної евакуації.

Ці навички безпосередньо пов'язані з наскрізними навичками ESCO T3.2: застосування проактивного підходу

- Візьміть на себе відповідальність
- Приймати рішення
- Проявити рішучість

Вступ: Що таке важливі навички, що рятують життя, під час шкільних катастроф

Навички рятування життя під час стихійних лих у школах стосуються критично важливих знань та навичок, необхідних учням для виживання та зменшення ризиків під час стихійного лиха.

- Ці навички зосереджені на безпечному управлінні потенційними загрозами, такими як землетруси, повені, пожежі та шторми. Знання правильних дій під час землетрусу (наприклад, «Падай, укрийся та тримайся») та безпечне використання шляхів евакуації.
- Вміти правильно користуватися сигналізацією, планами евакуації та протипожежним обладнанням у разі пожежі. Визначати безпечні зони під час таких подій, як повені та шторми, триматися подалі від вікон та небезпечних зон.
- Застосування базових знань першої медичної допомоги в надзвичайних ситуаціях (наприклад, у випадках непритомності, порізів, розтягнень або задишки).

Ключові поняття та термінологія

Щодо підготовки до стихійних лих та навичок виживання в школах, важливо розуміти деякі основні поняття. За правильного використання ці поняття допомагають як учням, так і викладачам діяти більш усвідомлено у разі стихійного лиха.

Ось деякі основні терміни:

- **Евакуація:** безпечне виведення учнів та персоналу з будівлі під час надзвичайної ситуації.
- **Перша допомога:** Базові навички втручання при травмах (зупинка кровотечі, положення, що відповідає за шок, елементарна реанімація).
- **Зона збору та зв'язок:** Збір у безпечних зонах після евакуації.
- **Зменшення ризику стихійних лих на базі школи (ЗРЛШ):** це підхід, спрямований на підвищення обізнаності учнів, вчителів, керівництва школи та батьків про стихійні лиха, забезпечення їхньої готовності та зменшення ризиків.

Розуміння цих та подібних концепцій сприяє прийняттю правильних рішень під час стихійних лих та підвищує безпеку шкільних громад.

Розуміння важливості

- Згідно з даними ЮНІСЕФ та UNDRR, понад 1 мільярд дітей шкільного віку у всьому світі піддаються ризикам стихійних лих, таких як землетруси, повені, урагани чи посухи. Перебої в освіті мають глибокі довгострокові наслідки для розвитку.
- Згідно з даними GADRRRES, між 2000 і 2019 роками щонайменше 60 великих стихійних лих у 30 країнах порушили освіту понад 11 мільйонів дітей.
- Ця презентація має на меті ознайомити з глобальною рамковою базою для зниження ризику стихійних лих у школах (SBDRR), основними навичками виживання та передовим міжнародним досвідом.

Чому цей навчальний модуль важливий

- Ми можемо зіткнутися з неочікуваною катастрофою в будь-який момент нашого життя. Землетруси, пожежі, повені чи інші надзвичайні ситуації не дають нам попередження заздалегідь. Цей навчальний модуль не лише надає теоретичні знання, але й оснащує вас навичками, що рятують життя, які можуть захистити вас та ваших близьких у реальних життєвих ситуаціях.
- **Пам'ятайте:** бути готовим сильніше, ніж панікувати.
- **Знання** – найбільше джерело впевненості під час катастроф.
- Ділитися тим, що ви дізналися, підвищує стійкість громади.
- **Тому участь у цьому навчанні** — це не просто обов'язкова вимога, а й важливий крок, зроблений з почуттям відповідальності.

Стихійні лиха в контексті основних навичок, що рятують життя, для шкільних катастроф

- **Землетруси:** один із найпоширеніших ризиків стихійних лих у школах. Вони спричиняють пошкодження будівель, травми та необхідність евакуації.
- **Повені:** спричинені сильними дощами, розливами річок або неадекватною інфраструктурою. Вони створюють додаткові небезпеки, пов'язані з електроенергією та гігієною.
- **Пожежі:** Можуть виникнути внаслідок лісових пожеж або ударів блискавки. Вони становлять загрозу безпеці школи через дим та паніку.
- **Шторми та урагани:** Сильні вітри, торнадо та тропічні шторми несуть такі ризики, як розбиті вікна та пошкодження даху.
- **Зсуви:** трапляються в гірських або схилих районах і можуть впливати на шкільні маршрути та будівлі.
- **Виверження вулканів:** створюють ризики для здоров'я та безпеки через викиди лави, попелу та газу.
- **Екстремальна спека та посуха:** Хвилі спеки або тривала посуха можуть загрожувати здоров'ю учнів.
- **Зимові шторми та лавини:** Снігові хуртовини, обмерзання та ризик лавин особливо впливають на школи в гірських районах.

Землетрус

Що таке землетрус?

- Землетрус – це струшування землі, спричинене раптовим вивільненням енергії, накопиченої вздовж ліній розломів у земній корі. Це одне з найруйнівніших стихійних лих у світі, що призводить до втрати життя, пошкодження будівель та порушення освітніх процесів.
- У школах землетруси становлять високий ризик для учнів та персоналу, оскільки вони трапляються раптово та без попередження.

Навички, що рятують життя, під час землетрусів у школах

- Свідома поведінка: Застосування правильних дій, таких як «Падай — Укрийся — Тримайся» замість паніки.
- Безпечна евакуація: використання заздалегідь вивчених шляхів евакуації за допомогою регулярних навчань під керівництвом вчителя.
- Зона зборів: Збори організовано у відкритих та безпечних місцях.
- Перша допомога: знання основних дій при незначних травмах.
- Психологічна стійкість: здатність зберігати спокій та підтримувати однолітків.



Рисунок 1: Kahramanmaraş Türkiye, 6 лютого 2023 р



Рисунок 2: Приклад «трикутника життя». Reuters

Землетрус

Правильна поведінка під час землетрусу в школі:

- Зберігайте спокій, не панікуючи
- Виконайте маневр ВІДКИНУТИ-НАКРИТИ-УТРИМУВАТИ
- Тримайтеся подалі від вікон, шаф та предметів, які можуть впасти
- Виконуйте вказівки вчителя
- Виходьте організовано, не бігаючи під час евакуації



Рисунок 3. Рятувальні дії під час землетрусу: Падіння, укриття та тримання, Туреччина, 2022 рік

Як слід проводити евакуацію під час землетрусу в школі?:

Процедури евакуації під час землетрусу:

- Після припинення тряски, під наглядом вчителя організовано евакуюйте класну кімнату.
- Вийдіть разом з учителем без паніки.
- Дисципліновано користуйтеся сходами та дверима; уникайте поспіху чи скупчення людей.
- Не користуйтеся ліфтами.

Базова перша допомога: Зупинка кровотечі, Лікування опіків, СЛР (лише кваліфікованим персоналом)

Перша психологічна допомога (ПДД): забезпечення безпеки та захищеності людей, заспокоєння та підбадьорення їх, задоволення основних потреб (наприклад, вода, їжа, житло), активне слухання та надання емоційної підтримки, надання чіткої інформації про ситуацію та наступні кроки.



Рисунок 4. Евакуація під час землетрусу в школі, Туреччина, 2022 рік

Повінь

Навички рятування життя під час повені в школах

Заходи щодо підготовки до повені в школах та її запобігання:

- Школи в районах, що охоплені ризиком повені, повинні мати план дій у надзвичайних ситуаціях.
- Слід визначити безпечні шляхи евакуації та підняті місця збору.
- Необхідно регулярно проводити тренування для підвищення обізнаності учнів.

Правильна поведінка під час повені в школі:

- Перейдіть на вищі та безпечніші поверхи (уникайте підвалів та перших поверхів).
- Тримайтеся подалі від джерел електроживлення; не торкайтеся розеток або кабелів.
- Уникайте контакту з водою; чекайте біля вікон або на підвищених місцях, щоб вас не змило течією.
- Зберігайте спокій та виконуйте вказівки вчителів та персоналу.

Після повені та евакуація у школі:

- Коли паводкові води спадуть, колективно вийдіть у безпечні місця.
- Уникайте небезпечних зон, таких як мости та русла річок.
- Ніколи не дійте самостійно.
- Уникайте дотику до вологих поверхонь голими руками після цього (ризик ураження електричним струмом).
- Надайте елементарну першу допомогу травмованим або мокрим учням.
- Не повертайтеся до шкільної будівлі, поки не отримаєте дозвіл від влади.



Рисунок 5 – Повінь в Анкарі, 2022 рік



Рисунок 6. Евакуація шкіл під час повені, 2020 рік

Повінь

Які поширені помилкові уявлення про повені в школі?

У школах серед учнів, батьків і навіть вчителів поширюються деякі поширені хибні уявлення (міфи) про стихійні лиха. Якщо їх неправильно зрозуміти, вони можуть збільшити ризики під час стихійного лиха.

Ось **найпоширеніші міфи, пов'язані з повенями:**

- **Невелика кількість води нікого не змете.**
- Правда: Навіть потік води заввишки 15-20 см може легко змити дитину.
- **Якщо дощ невеликий, то повені не буде.**
- Сильні дощі, що випадають за короткий проміжок часу, або заблоковані водотоки можуть спричинити повінь.
- Лінії електропередач не зазнають впливу води.
- Електричні джерела, що контактують з водою, становлять смертельну небезпеку.



Їзда по дорозі, покритій водою,
небезпечна.

AFAD

Рисунок 7 – Навчальні документи
AFAD

Вогонь

Навички рятування життя під час пожежі в школі

Підготовка до пожежі у школі та її профілактичні дослідження:

- Навчання з пожежної безпеки для студентів та співробітників
- Регулярні пожежні навчання для зменшення паніки
- Підтримка вільних та маркованих шляхів евакуації
- Надання вогнегасників та систем сигналізації

Правильна поведінка під час пожежі в школі:

- Присідайте, щоб не вдихати дим
- Прикрийте рот і ніс вологою тканиною
- Не користуйтеся ліфтами, користуйтеся лише сходами
- Зберігайте спокій та виконуйте вказівки вчителів

Після пожежі у школі та евакуації:

- Залиште речі, зосередьтеся лише на безпеці
- Вихід організовано та швидко
- Збирайтеся у визначеному місці збору
- Вчителі проводять перекличку, щоб переконатися, що ніхто не залишився всередині
- Не повертайтеся до школи, доки влада не дасть дозволу
- Надавати елементарну першу допомогу при травмах (опіки, вдихання диму)
- Надавати психологічну підтримку учням для зменшення страху та стресу.



Малюнок 8: АНКАРА TÜRKİYE, 2013



Рисунок 9: ПОЖЕЖА

Вогонь

Поширені помилки щодо шкільних пожеж

Серед учнів, батьків і навіть вчителів поширюються деякі поширені помилкові уявлення (міфи) щодо катастроф у школах. Якщо їх не знати правильно, вони можуть збільшити ризики під час катастрофи.

Ось найпоширеніші міфи, пов'язані з пожежами:

- Користуватися ліфтом під час пожежі швидко.
- **Ліфт може не працювати, і ви можете залишитися всередині замкненими; натомість слід скористатися сходами.**
- **Швидкий біг у стані паніки безпечний.**
- Евакуацію слід проводити організовано, без бігу, штовхання та збивання інших.
- **Дим не є небезпечним; справжня небезпека — це полум'я.**
- Більшість смертей трапляються через отруєння димом.

Зупиніться та поміркуйте

Зупиніться та поміркуйте над стихійними лихами

- Ви викладаєте. Раптом земля починає тремтисся. Парти трясуться, а предмети на дошці падають. Деякі з ваших однокласників панікують і кидаються до дверей, а інші починають плакати.
- **Як ви можете убезпечити себе в такій ситуації?**
- **Що ти можеш зробити, щоб допомогти своїм друзям?**

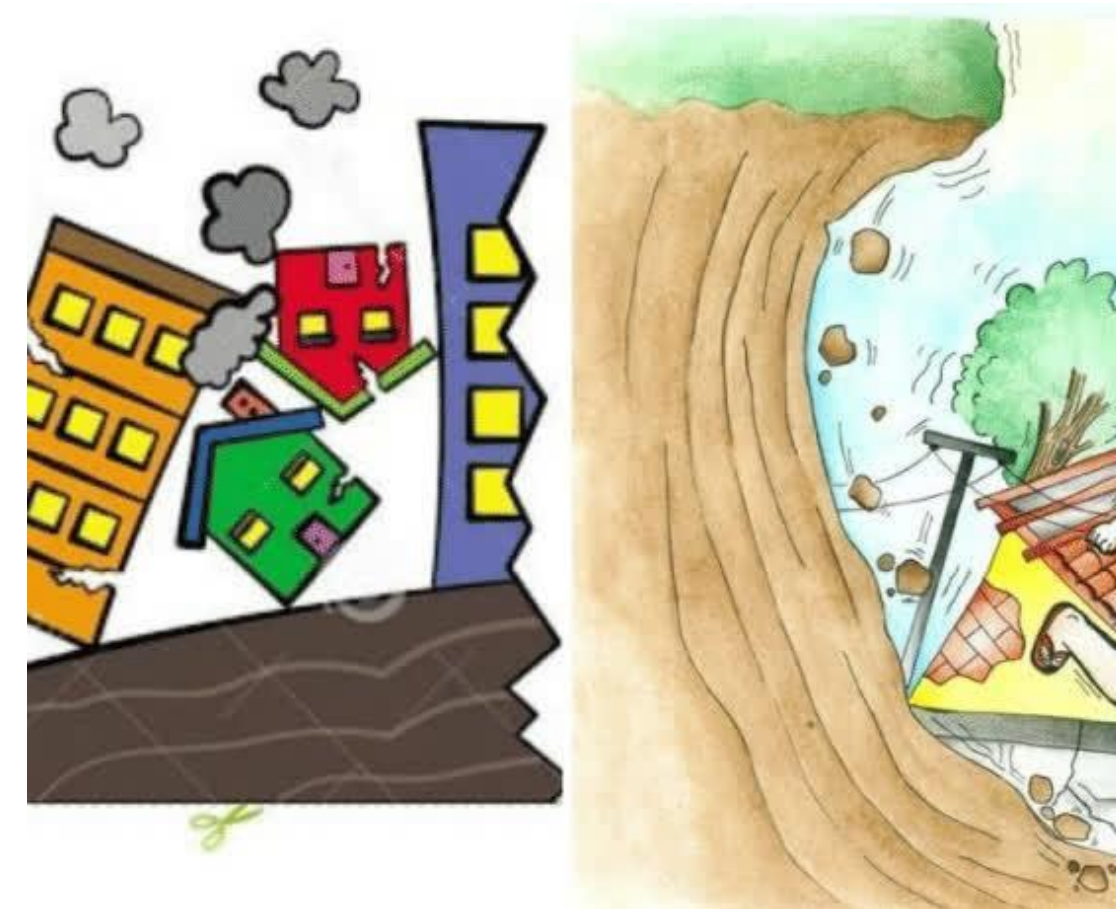


Рисунок 10: Землетрус (згенерований штучним інтелектом)

Зупиніться та поміркуйте

Зупиніться та поміркуйте над стихійними лихами

Правильна поведінка (під час землетрусу в класі):

- Намагайтеся зберігати спокій: робіть глибокі вдихи, щоб уникнути паніки.
- Застосуйте правило «Опусти – Накрий – Утримай»:
- Опустіться поруч зі своїм столом або під ним.
- Захистіть голову та шию сумкою або руками.
- Тримайтеся за стіл або якийсь міцний предмет.
- Тримайтеся подалі від вікон: скло може розбитися та спричинити травму.
- Не поспішайте до дверей: поспіх до виходів може спричинити паніку та скупчення людей, а також є небезпечним.
- Як тільки тряска припиниться: Залиште клас організовано, виконуючи вказівки вчителя.

Неправильна поведінка (як у прикладі сценарію):

- У паніці кинувшись до дверей,
- Плачучи та залишаючись нерухомою,
- Наближення до вікон або шаф.

Технологічні/промислові катастрофи в контексті основних навичок, що рятують життя, для шкільних катастроф

- Школи можуть постраждати не лише від землетрусів чи пожеж, а й від техногенних катастроф. Це події, що трапляються через збій техногенних систем.
- Наприклад, до цієї категорії належать такі ситуації, як відключення електроенергії, витік газу, лабораторні аварії або збої комп'ютерних систем.
- Ці події іноді можуть відбуватися раптово та становити небезпеку для учнів. Тому кожен повинен навчитися зберігати спокій, слухати вказівки вчителів та знати безпечні шляхи евакуації.

Хімічні та технологічні аварії, які можуть статися в школах

- Хімічна аварія – це інцидент, пов'язаний із шкідливими газами, рідинами або вибухами, що виникли внаслідок неправильного використання, витоку або змішування хімічних речовин, що знаходяться в лабораторіях, мийних приміщеннях або шкільних приміщеннях.

Де в школах можуть траплятися хімічні аварії?

- В експериментах, проведених у наукових лабораторіях
- При неправильному змішуванні мийних засобів
- У легкозаймистих або горючих речовинах, що використовуються в шкільній їдальні
- У разі витоку хімікатів з промислових об'єктів, розташованих поблизу школи

Потенційні небезпеки

- Можливе вдихання токсичного газу
- Опіки шкіри та очей
- Вибух або пожежа
- Небезпека від шкідливих хімічних частинок у повітрі



Рисунок 11. Хімічні аварії (згенеровані штучним інтелектом)

Хімічні аварії

Що робити:

- Зберігайте спокій і не панікуйте.
- негайно повідомте свого вчителя або адміністрацію школи.
- Відійдіть від місця події та залиште двері відчиненими.
- Відкрийте вікна, щоб провітрити приміщення.
- Якщо відчуваєте запах газу, не торкайтеся електричних вимикачів або розеток
- Якщо хімічна речовина потрапила на шкіру, негайно змийте її великою кількістю води (протягом щонайменше 15 хвилин). Якщо вона потрапила в очі, промийте їх водою та зверніться за медичною допомогою.
- Якщо ви вдихаєте токсичні пари, вийдіть на свіже повітря.
- Зателефонуйте до служб екстреної допомоги/пожежної охорони, щоб повідомити про ситуацію.

Чого не слід робити:

- Не торкайтеся та не нюхайте хімічну речовину.
- Не намагайтеся витирати розливу речовину тканиною або папером.
- Не користуйтеся електричними приладами (іскри можуть бути небезпечними).
- Не бігайте та не кричіть – паніка впливає на інших учнів.
- Не змішуйте хімічну речовину з водою (деякі речовини можуть вступати в реакцію).
- Не прибирайте навмання – зачекайте на вчителя або відповідального спеціаліста.

Електричні аварії в школах

- Електротехнічна аварія стосується інцидентів, що трапляються через несправну проводку, пошкодження електроприладів або неправильне використання електричних систем у шкільному середовищі.

Де в школах можуть траплятися електричні аварії?

- У класах або лабораторіях зі старою або оголеною проводкою
- У місцях, де електрообладнання використовується поблизу джерел води (наприклад, раковини, зони для прибирання)
- Коли подовжувачі або подовжувачі перевантажені
- У зонах технічного обслуговування, де електричні панелі не закріплені належним чином

Потенційні небезпеки

- Ураження електричним струмом або електротравма
- Опіки, спричинені електричними дугами або іскрами
- Пожежі, що виникли внаслідок коротких замикань або перегріву пристроїв



Рисунок 12. Електротехнічні аварії (згенеровані штучним інтелектом)

Електричні аварії в школах

Що робити?

- Не панікуйте, тримайтеся на безпечній дистанції.
- Не торкайтеся людини, яку вразило струмом! Спочатку вимкніть електропостачання.
- Виконайте план аварійного виходу, евакуюйтеся у разі пожежі.
- Не торкайтеся вилок або розеток мокрими руками.
- Не підходьте до електрощита, повідомте вчителя.
- Викличте бригаду першої медичної допомоги, наберіть 112.

Чого не слід робити?

- Не торкайтеся пошкоджених проводів, штекерів або оголених кабелів.
- Не намагайтеся самотійно ремонтувати електроприлади.
- Не користуйтеся мокрими руками та не стійте на мокрих поверхнях під час роботи з електрообладнанням.
- Не підключайте забагато пристроїв до однієї розетки.
- Не ігноруйте іскри, запахи горілого або мерехтіння вогнів — негайно повідомляйте про них.
- Не біжіть, не панікуйте та не використовуйте воду для гасіння пожежі, спричиненої електроприладами — натомість повідомте вчителя або техніка.

Вибухи природного газу/балонів у школах

Вибух природного газу або балона – це інциденти, що виникли внаслідок витоку газу, неправильного зберігання або неправильного використання газових балонів та приладів у шкільному середовищі.

Де в школах можуть траплятися вибухи природного газу/балонів?

- У шкільних їдальнях або кухнях, де використовуються газові плити
- У наукових лабораторіях використовують газ для експериментів
- У місцях зберігання, де газові балони зберігаються неналежним чином
- У зонах технічного обслуговування, де газові системи або труби не перевіряються регулярно

Потенційні небезпеки

- Пожежа або вибух, спричинені витоком газу
- Вдихання токсичного або задушливого газу
- Опіки та травми, отримані внаслідок вибуху
- Структурні пошкодження та вторинні небезпеки, такі як падіння уламків



Рисунок 13. Аварії, пов'язані з вибухом природного газу/балонів (згенеровані штучним інтелектом)

Потенційні аварії, пов'язані з вибухом природного газу/балонів у школах

Що робити?

- негайно повідомте вчителя або персонал школи, якщо відчуєте запах газу.
- Спокійно та швидко, не бігаючи, евакуюйтеся з місця події.
- Вимикайте газові клапани лише тоді, коли це безпечно.
- Відкрийте двері та вікна для провітрювання, якщо немає ризику займання.
- Дотримуйтесь інструкцій на випадок надзвичайної ситуації та перемістіться до визначеної безпечної зони.

Чого не слід робити?

- Не користуйтеся електричними вимикачами, телефонами чи іншими пристроями (вони можуть спричинити іскри).
- Не запалюйте сірники та не використовуйте запальнички.
- Не намагайтеся самотійно знайти витік газу.
- Не повертайтеся в цей район, доки влада не оголосить його безпечним.
- Не панікуйте та не кричіть — зберігайте спокій та дотримуйтесь інструкцій.

Зупиніться та поміркуйте

У лабораторії старшої школи проводиться урок природознавства. Під час експерименту пляшка з кислим розчином, що стоїть на краю столу, випадково перекидається. Пляшка падає на підлогу та розбивається, виділяючи різкий хімічний запах у навколишнє середовище. Деякі учні починають кашляти, а їхні очі сльозяться. Один учень панікує та біжить до дверей, а інший намагається підняти осколки скла на підлозі без рукавичок.

Куди б ви звернулися в цій ситуації і чому?



Рисунок 14: Стокові фотографії шкільної лабораторії

Зупиніться та поміркуйте

У цьому інциденті на підлогу було розлито кислотний розчин, і пляшка розбилася. Хімічний запах, що поширювався навколишнім середовищем, свідчить про вдихання шкідливих газів, що містяться в повітрі. Ці гази можуть пошкодити дихальні шляхи, очі та шкіру. Крім того, розбите скло на підлозі може спричинити порізи, а контакт з хімічними речовинами — опіки. Таким чином, така ситуація є небезпечною для здоров'я та може призвести до збільшення кількості нещасних випадків через паніку.

Що слід робити в цій ситуації?

- Негайно зупиніться, не панікуючи.
 - Біг або крик викличе паніку серед інших учнів.
 - Не торкайтеся хімічної речовини.
 - Не намагайтеся збирати скло або рідину без рукавичок.
 - Чекайте на вказівки вчителя.
 - Вчитель забезпечить безпечну евакуацію класу.
 - Провітріть класну кімнату.
 - Двері та вікна слід залишати відкритими, щоб забезпечити доступ свіжого повітря.
 - Будьте обережні, звертаючись до уражених осіб.
 - Якщо ви потрапили в контакт з хімічною речовиною, не торкайтеся її; повідомте про це вчителя.
 - Повідомте про ситуацію адміністрації школи або керівнику лабораторії.
- Ретельно вимийте руки та обличчя водою. Це слід зробити негайно, особливо якщо є підозра на потрапляння хімікатів.

Біологічні/медичні катастрофи в контексті основних навичок рятування життя під час шкільних катастроф

У школах, гуртожитках чи їдальнях мікроби та хвороби іноді можуть поширюватися дуже швидко. Такі ситуації називаються біологічними катастрофами і часто починаються непомітно. Брудні руки, забруднена їжа, предмети спільного користування або тісний контакт можуть спричинити швидке розмноження мікробів.

Коли один учень хворіє на грип, він може за короткий час поширитися на багатьох інших у тому ж класі. Респіраторні захворювання, такі як COVID-19, поширюються подібним чином, особливо в людних та закритих приміщеннях. Зіпсована їжа в їдальні або шкірна інфекція, отримана в спортзалі, також можуть вразити багатьох людей за короткий час.

В результаті деякі учні можуть захворіти, заняття можуть бути скасовані або навчальні аудиторії можуть бути тимчасово закриті.

Тому для всіх нас вкрай важливо розпізнавати ранні симптоми, дотримуватися правил гігієни та повідомляти адміністрацію школи про випадки захворювання.

Найефективніший спосіб захисту від біологічних небезпек — це бути уважним, обережним та охайним.

Спалах вітряної віспи (вітряної віспи)

Що таке вітрянка?

Це заразне вірусне захворювання (вірус вітряної віспи). Воно зазвичай зустрічається у дітей та молодих людей. Починається з таких симптомів, як висип, свербіж та лихоманка. Воно може швидко поширюватися повітряно-крапельним шляхом та контактним шляхом.

Ризики поширення у школах

- Переповнені класи та закриті приміщення
- Спільні елементи:
- ручки, гумки, комп'ютерні клавіатури
- Середовище кафетерію та їдальні
- Спортзал та дитячі майданчики

Ефекти

- Велика кількість учнів хворіє
- Зрив занять
- Ізоляція та карантин хворих учнів вдома
- Підвищена тривожність і паніка в школі

Запобіжні заходи, які слід вжити

- Хворі учні не повинні приходити до школи
- Класні кімнати та місця загального користування слід часто провітрювати
- Слід дотримуватися правил миття рук та гігієни
- Медичний пункт слід повідомити про появу симптомів вітряної віспи
- Слід вживати захисних заходів для невакцинованих учнів



Рисунок 15: Маленький хлопчик чухає себе через свою вітрянку

Що робити?

- Вони повинні відпочивати вдома і не ходити до школи. Дуже важливо залишатися вдома, бо хвороба заразна.
- Пийте багато рідини, дотримуйтесь збалансованої дієти та багато відпочивайте.
- Часто мийте руки та уникайте дотику до обличчя чи речей після чухання.
- Одягайте чистий, зручний одяг і будьте обережні, щоб не подразнювати висип.
- Вони повинні регулярно приймати ліки, призначені лікарем, і не повинні приймати жодних ліків самостійно.
- Вони повинні користуватися власним рушником, чашкою, тарілкою, виделкою, ложкою та іншими предметами.
- Вони можуть використовувати лосьйон або крем проти свербіння (за рекомендацією лікаря).

Чого не слід робити?

- Уникайте відвідування школи, громадських місць або місць скупчення людей.
- Не розчісуйте пухирі. Це може призвести до утворення рубців або інфекції.
- Уникайте тісного контакту з іншими людьми, особливо з вагітними жінками та невакцинованими особами.
- Вони не повинні ділитися своїми особистими речами з іншими.
- Їм слід уникати гарячих ванн та дій, що викликають пітливість (оскільки це може посилити висип).

Перед поверненням до школи

- Після повного одужання дитини необхідно отримати схвалення лікаря.
- Заразливість закінчується, як тільки пухирі загоюються.
- Адміністрацію школи та вчителя слід повідомити.

Норовірус

Що таке норовірус?

Це заразний вірус, який вражає шлунок і кишечник. Норовірус – це харчовий та дуже заразний вірус. Він вражає шлунок і кишечник, найчастіше викликаючи нудоту, блювоту, діарею та біль у шлунку.

Симптоми:

- Нудота, блювання, діарея, біль у шлунку, незначне підвищення температури.
- Він легко поширюється через їжу, воду та контакт.
- Норовірус – це біологічна небезпека, яка може швидко поширюватися в школах
- Раннє виявлення, гігієна та ізоляція можуть запобігти передачі
- Свідома поведінка учнів та персоналу є ключем до захисту здоров'я школи

Ризик поширення в школах

- Середовище їдалень та кафетеріїв
- Переповнені класи та спільне використання предметів
- Спортзали та дитячі майданчики
- Хворі учні або забруднена їжа

Ефекти

- Велика кількість учнів хворіє
- Зрив або скасування занять
- Карантин у класі або школі
- Тривога та паніка серед студентів та персоналу

Спалах норовірусу в школах?

Що робити?

- Хворі учні не повинні приходити до школи (вони повинні залишатися вдома, доки симптоми не зникнуть)
- Руки слід часто мити водою з милом
- Класні кімнати та місця загального користування повинні бути прибрані та провітрювані
- Особисті речі не слід використовувати спільно (рушники, чашки, столові прибори тощо)
- Адміністрацію школи та медичний персонал слід повідомити про ситуацію
- Слід пити багато рідини та відпочивати

Чого не робити?

- Приходьте до школи або встановлюйте тісний контакт
- Готувати їжу або працювати в кафетерії
- Нехтувати правилами гігієни
- Покладайтеся виключно на дезінфікуючий засіб для рук (миття рук з милом і водою ефективніше)
- Прийом ліків без рекомендації лікаря

Норовірус – це біологічна небезпека, яка дуже швидко поширюється в шкільному середовищі. Прибирання, ізоляція та свідома поведінка – найефективніші способи запобігання інфекції.

Біологічні небезпеки та ризики, пов'язані з харчовим отруєнням у школах

- **Зіпсована або негігієнічна їжа:** Їжа, що зберігається в їдальні, їдальні або класі.
 - **Неправильні умови зберігання:** Їжа зберігалася не за належної температури.
 - Нечиста вода та напої.
 - **Недостатня гігієна:** недостатня чистота рук та обладнання серед тих, хто готує їжу.
 - **Масовий ефект:** одночасне захворювання серед учнів, які споживали одну й ту саму їжу.
-
- **Загальні симптоми**
 - Нудота, блювання, діарея, біль у шлунку
 - Легка лихоманка та втома
-
- **Зони ризику в школах**
 - Шкільні їдальні та кафетерії
 - Переповнені класи та спільне використання матеріалів

Біологічні небезпеки та ризики, пов'язані з харчовим отруєнням у школах

Що робити?

- Ретельно мийте руки перед їжею та після відвідування туалету.
- Їжте свіжоприготовлену та правильно термічно проварену їжу.
- Пийте лише чисту та безпечну воду.
- Негайно повідомте вчителя або шкільну медсестру, якщо ви відчуваєте нездужання (нудоту, блювання, діарею).
- Тримайте зони для прийому їжі та столи чистими та сухими.
- Заохочуйте однокласників дотримуватися правил гігієни.

Чого не слід робити?

- Не їжте їжу, яка має зіпсований запах або виглядає зіпсованою.
- Не діліться їжею, напоями чи столовими приборами з іншими.
- Не ігноруйте такі симптоми, як біль у шлунку або блювота.
- Не їжте, не помивши рук.
- Не беріть їжу в руки, якщо ви погано себе почуваєте.

Зупиніться та поміркуйте

Хаос у класі: спалах вітряної віспи та норовірусу

Після обідньої перерви учень повернувся до класу з симптомами вітрянки (висип та свербіж). Водночас у кількох учнів, які обідали в їдальні, почалися нудота, блювота та діарея (симптоми норовірусу). У класі почалася паніка: деякі учні кинулися до туалету, інші намагалися прибрати розлиту на підлозі їжу, а інші тривожно переглядалися. Вчитель помітив ситуацію, але йому було важко контролювати хаос і паніку.

Як вітрянка, так і норовірус несуть ризик поширення одночасно.

Чи варто нам панікувати, чи зберігати спокій і вживати правильних заходів?

Чи варто нам ізолювати хворих учнів та впроваджувати гігієнічні заходи?

Зупиніться та поміркуйте

Що відбувається?

- Під час біологічної катастрофи в школі учні можуть відчувати різні фізичні симптоми. У хворих на вітрянку може з'явитися висип, почервоніння, свербіж, легка лихоманка, втома та втрата апетиту. У учнів, уражених норовірусом, може спостерігатися нудота, блювота, діарея, спазми шлунка та легка лихоманка; також можуть бути присутні ознаки зневоднення. В обох випадках учні можуть відчувати неспокій, втому та потребувати часто користуватися туалетом під час уроків, що може порушити порядок у класі.

Що таке найкраща практика?

- Хворих учнів слід ізолювати та повідомляти про них до медичного пункту.
- Студенти, у яких проявляються симптоми вітряної віспи, не повинні залишатися в класі.
- Студентів, у яких проявляються симптоми норовірусу, слід вивести з їдальні та місць загального користування та направити їх на відпочинок вдома.
- Класні кімнати та місця загального користування повинні бути прибраними та провітрюваними.
- Забруднені предмети слід ретельно очистити.
- Усі студенти та співробітники повинні дотримуватися правил гігієни та використовувати маски й рукавички за необхідності.
- Адміністрацію школи та медичні служби слід негайно повідомити про інцидент.
- За необхідності, навчальні класи або секції слід тимчасово ізолювати.
- Учням слід забезпечити обізнаність та гігієнічне навчання.

Надихаючі дії та взірці для наслідування

Приклади найкращої міжнародної практики

- Японія: Навчання з питань стихійних лих (Bosai) є невід'ємною частиною навчальної програми. Щорічно в День запобігання стихійним лихам (1 вересня) проводяться загальнонаціональні навчання. Студенти навчаються практичним навичкам, таким як підготовка аварійних комплектів та використання пожежних рукавів.
- Нова Зеландія: Масові навчання з питань землетрусу «ShakeOut». Принцип «Drop, Cover, Hold» глибоко вкорінений. Шкільні будівлі відповідають надзвичайно високим сейсмічним стандартам.
- Мексика: У школах створено внутрішні бригади цивільного захисту. Учні активно беруть участь у пошуково-рятувальних, допоміжних та пожежогасіння командах.
- Індонезія (Ачех): Після цунамі 2004 року маршрути евакуації та знаки цунамі були включені до шкільної програми та міського планування. Регулярно проводяться навчання з питань цунамі.

Цифрові та технологічні ресурси

- Застосунки: Застосунки від таких організацій, як AFAD (Туреччина), FEMA (США) та Червоний Хрест (Червоний Півмісяць), для надання першої допомоги, готовності до стихійних лих та оповіщень у режимі реального часу.
- Віртуальні тренування (VR): технології доповненої реальності (AR) та віртуальної реальності (VR) забезпечують реалістичне, але безпечне середовище для тренувань.
- Онлайн-платформи навчання: безкоштовні онлайн-курси та матеріали з безпеки в школах від таких організацій, як ЮНІСЕФ та INEE (Міжвідомча мережа освіти в надзвичайних ситуаціях).

Більше для дослідження

<https://www.youtube.com/watch?v=O-SwllY0nzw>

Посібник із запобігання стихійним лихам для іноземців: відеогід

<https://www.youtube.com/watch?v=nKkzLx7vEco>

Яка різниця між зменшенням ризику стихійних лих та управлінням ними?

<https://www.worldbank.org/en/news/feature/2023/06/07/how-safer-and-more-resilient-schools-withstood-the-earthquakes-in-turkiye>

Як школи в Туреччині стали безпечнішими та стійкішими під час землетрусів?

<https://www.afad.gov.tr/deprem-egitimi-videolari>

Навчальні відео з питань землетрусів AFAD

<https://www.fema.gov>

FEMA – Пожежна безпека для шкіл

<https://www.redcross.org/get-help/how-to-prepare-for-emergencies/types-of-emergencies/flood.html>

Запобіжні заходи, яких слід вживати до та під час повені.

<https://www.trtcocuk.net.tr>

TRT Children – Освітній контент про шторми та стихійні лиха

https://web-japan.org/kidsweb/cool/20/202011_disaster-prevention-education_en.html

Приклади навчання школярів з питань готовності до стихійних лих у Японії

Джерела, використані для створення цього навчального модуля

- 1. Навчальні документи AFAD (Президентства з управління стихійними лихами та надзвичайними ситуаціями)
- 2. GADRRRES (Глобальний альянс зі зменшення ризику стихійних лих та підвищення стійкості в секторі освіти): <https://www.gadrrres.net/> – Розробник структури «Трикутника безпеки шкіл». Найповніший ресурс.
- 3. INEE (Міжвідомча мережа з питань освіти в надзвичайних ситуаціях): <https://inee.org/> - Стандарти та ресурси для надзвичайних ситуацій в освіті. 5. FEMA: Ready.gov: <https://www.ready.gov/kids> - Прості посібники, підготовлені для сімей та дітей. 6. Світовий банк - GFDRR (Глобальний фонд зі зменшення наслідків стихійних лих та відновлення): <https://www.gfdrr.org/> - Проекти та фінансування інфраструктури безпеки шкіл.
- 4. Управління ООН зі зменшення ризику стихійних лих (UNDRR): <https://www.undrr.org/> - Сендайська рамкова програма та глобальні звіти.
- 5. ЮНІСЕФ Освіта: <https://www.unicef.org/education> – Звіти про освіту та безпеку в школах, особливо в кризових ситуаціях.

Джерела, використані для створення цього навчального модуля

Рисунок 1: Кахраманмараш, 6 субота 2023 р.)

<https://www.gzt.com/foto-galeri/jurnalist/asrin-felaketi-6-subat-depreminin-unutulmaz-fotograflari-2040056>

Рисунок 2: Приклад «трикутника життя». Reuters

<https://evrimagaci.org/hayat-ucgeni-vs-cok-kapan-tutun-deprem-sirasinda-hangi-yontem-uygulanmali-9505>

Рисунок 3: Рятувальні дії під час землетрусу: Падіння, укриття та тримання, Туреччина – 2022

<https://www.kastamonugazetesi.com.tr/depremde-hayat-kurtaran-hamle-cok-kapan-tutun/>

Рисунок 4. Евакуація під час землетрусу в школі, Туреччина, 2022 рік

<https://www.edirnetv.com/tekirdag/4-1-ile-sallanan-sarkoyde-deprem-tatbikati/>

Рисунок 5. Повінь в Анкарі, 2022 рік

<https://www.ankaramasasi.com.tr/haber/1572104/ankarada-saganagin-faturasi-3-olu-1-kayip>

Рисунок 6. Евакуація шкіл під час повені, 2020 рік

<https://www.antarafoto.com/view/1139826/student-evacuation-due-to-flood-school>

Рисунок 7 – Навчальні документи AFAD

<https://www.afad.gov.tr/>

Малюнок 8: АНКАРА TÜRKİYE, 2013

<https://www.memurlar.net/haber/394616/ankara-da-ozel-bir-okul-alev-alev-yandi.html>

Рисунок 9: ПОЖЕЖА

<https://fire-extinguisher-maintenance.co.uk/5-things-you-should-never-do-in-a-fire/>

Рисунок 14: Стокові фотографії шкільної лабораторії

<https://depositphotos.com/tr/photos/laboratuvar-okul.html?qview=355406920>

Рисунок 15: Маленький хлопчик чухає мене через свою вітрянку

<https://www.istockphoto.com/tr/foto%C4%9Fraf/little-boy-scratching-me-his-chickenpox-gm133295736-17806103>

Рисунки 10, 11, 12 та 13: Згенеровано штучним інтелектом

ПАРТНЕРСТВО



<https://ied.eu/>



<https://denizli.afad.gov.tr/>



<https://neotalentway.com/>



<https://www.eva93.lv/>



<https://ngo-nfe4y.com.ua/en>



<https://vonhope.is/>

Розважайтеся з VET-READY

РОЗДІЛ 4: ГОТОВНІСТЬ ШКІЛ ДО ЛИХ ТА БЕЗПЕЧНЕ

НАВЧАЛЬНЕ СЕРЕДОВИЩЕ

**НАВЧАЛЬНИЙ МОДУЛЬ 22: Основні навички, що рятують життя,
під час шкільних катастроф!**

СЛІДКУЙТЕ ЗА
НАМИ



<https://vetready.eu/>