

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования
«НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ИТМО»

ОТЧЕТ по лабораторной работе
«Готовность к чрезвычайным ситуациям.
Персональная ответственность. Пожарная безопасность»
по дисциплине «**Безопасность жизнедеятельности**»

Автор: Абдуллаева София Улугбековна

Факультет: ПИиКТ

Группа: Р3108

Преподаватели: Новиков Борис Юрьевич



Санкт-Петербург 2025

Цель работы:

Взять на себя личную ответственность за безопасность моей жизни, здоровья и имущества, разработать и реализовать для себя меры безопасности в пределах моего места проживания и моей семьи для защиты от чрезвычайных происшествий локального и масштабного характера.

Задачи работы:

- проанализировать текущие и наиболее **вероятные риски** моей жизни, здоровью и имуществу,
- собрать подробную информацию о **защите моего места проживания от пожарной опасности**,
- разработать и реализовать для себя **предупредительные меры** для защиты от чрезвычайных происшествий,
- продумать и **предпринять конкретные шаги** для обеспечения максимальной безопасности меня и моих близких.

Задание 1: Проработка безопасности ежедневной жизни

Провести анализ вероятных опасностей вашей жизни, здоровью, имуществу безопасности в пределах своего места проживания и своей семьи и реализовать конкретные шаги для минимизации рисков и возможных последствий чрезвычайных ситуаций.

Пункт 1.1.

Таблица 1 – Анализ наиболее вероятных в моем месте проживания чрезвычайных ситуаций (масштабных и локальных)	
Мой адрес:	г. Санкт-Петербург Петроградский район ул. Большая Пушкарская д.34
Масштабные ЧС:	Взрыв и пожар в общественном месте(например, в метро)
Локальные ЧС:	Обрушение дома(во многих домах моего района деревянные перекрытия, и год назад была такая ЧС), потоп в квартире, пожар в доме

Опишите ниже, какие меры предприняты с вашей стороны и со стороны муниципальных органов для минимизации вышеуказанных рисков ЧС.

Меры по минимизации рисков и последствий масштабных ЧС:

1. Производится тщательная проверка общественных мест, подозрительных вещей, размещены досмотровые зоны с металлоискателями, установка хороших систем видеонаблюдения
2. В общественных местах и помещениях есть схемы с аварийными выходами и памятки о том, как действовать во время ЧС
3. Часто проводится проверка систем оповещения с использованием сирены и громкоговорителей для того, чтобы проверить исправность аппаратуры

Меры по минимизации рисков и последствий локальных ЧС в моем доме:

1. Раз в полгода проводится проверка газового оборудования в доме, чтобы исключить утечку газа и пожар
2. Моя семья и я всегда выключают все электрические приборы, газовую плиту и воду при выходе из квартиры
3. Со стороны администрации Петроградского района обеспечивается тщательная проверка моего дома, периодически происходит реставрация фасада, парадной, замена электрики и стояков

Пункт 1.2.

Таблица 2 – Критические показатели загрязненности окружающей среды в моем месте проживания

Мой адрес:	г. Санкт-Петербург Петроградский район ул. Большая Пушкарская д.34
Вещество № 1, класс опасности:	Диоксин, ПДК в почве: 0.9-1.5 нг/кг, норма 0.5 нг/кг - превышение примерно в 2 раза 4 класс опасности
Вещество № 2, класс опасности:	Бензопирен, ПДК в почве: 0.2-0.5 мг/кг, норма 0.02 мг/кг – превышение примерно в 10 раз 1 класс опасности
Вещество № 3, класс опасности:	Свинец, ПДК в почве: 150-300 мг/кг, норма 32 мг/кг – превышение в 4-5 раз 1 класс опасности

Примечание: Используйте [сервис](#) (для Санкт-Петербурга) для вашего адреса.

Опишите ниже, какие меры предприняты с вашей стороны и со стороны муниципальных органов для минимизации влияния этих токсичных веществ.

Меры по минимизации влияния токсичных веществ, загрязняющих окружающую среду в моем микрорайоне:

1. В скверах и парках Петроградского района ухаживают за территорией и облагораживают её, появляется новая растительность
2. Администрация Петроградского района старается осведомлять жителей об экологических проблемах и проводить различные мероприятия
3. В Петроградском районе больше нет действующих промышленных предприятий
4. Набережные и водные акватории постоянно очищаются
5. Администрация Петроградского района стремится инвестировать в различные технологии, например, на Елагином острове в Петроградском районе в 2023 появилась автоматическая станция мониторинга воздуха
6. Моя семья и я используем только безопасные для экологии моющие средства для уборки дома, носим тканевые сумки вместо пластиковых пакетов и сдаём батарейки в определённые пункты приёма или магазины

Пункт 1.3.

Таблица 3 – Потенциальные угрозы здоровью со стороны организации моего учебного или рабочего места

Мое учебное или рабочее место:	Рабочий стол дома
Постоянно воздействующие вредные факторы:	Большая нагрузка на глаза из-за длительной работы за монитором, сидячая работа на протяжении долгого времени, нарушение осанки(сколиоз)
Потенциальные факторы риска:	Неправильное подключение электрических соединений(например, может возникнуть короткое замыкание), плохое освещение(зрение может ухудшиться) и нагромождённость рабочего пространства

Пункт 1.4.

Таблица 4 – Список шагов для защиты моей жизни, здоровья, имущества

Предпринятые меры и шаги:	Документы убраны в одно место, чтобы они не потерялись, собрана аптечка, в которой есть важные лекарства и всё,
---------------------------	---

Таблица 4 – Список шагов для защиты моей жизни, здоровья, имущества	
	что нужно для первой помощи. Используется техника Romodogo(нужно ставить таймер, работать 25 минут и отдыхать на протяжении 5 минут), во время перерывов делаю зарядку для глаз, разминаю шею и спину. Рабочее место устроено эргономично, нет никаких лишних предметов на нём
Планируемые в ближайший месяц шаги:	Купить настольную лампу с регулировкой света, заниматься спортом дома и ходить в спортзал, чтобы не вести сидячий образ жизни и быть более энергичной

Задание 2: Ответственные и доверенные лица

Выяснить, составить в список, записать в телефон контакты всех лиц и организаций, обращение к которым экстренно потребуется в случае чрезвычайной ситуации. Для государственных организаций – дополнительно выяснить адрес.

Пункт 2.1.

Таблица 5 – Список контактов экстренных служб (телефоны и адреса)	
Районная поликлиника	<p>СПб ГБУЗ «Городская поликлиника №32»: Вяземский пер., д.3, 8 (812) 241 29 82</p> <p>Отделение скорой помощи: Аптекарский пр., д.12, 8 (812) 234 61 71</p> <p>Вызов врача на дом : 8 (812) 241 29 82</p> <p>Клиника с лабораторией INVITRO: ул. Ижорская, д. 13/39, лит. А , 8 800 200 36 30</p>
Травмпункт	<p>Травматологический пункт при поликлинике №31 Петроградский район, ул. Льва Толстого 6/8, +7(812)234-57-72</p> <p>Клиника “Семейный доктор”. Травмпункт Петроградский район, ул. Академика Павлова, д. 5, лит. Е + 7 (812) 775-75-66</p>
Больница	<p>СПб ГБУЗ "Городская клиническая больница №31" пр. Динамо, д. 3, 235-49-66, 235-21-11</p> <p>СПб ГБУЗ «Клиническая инфекционная больница имени С.П. Боткина» ул. Миргородская, д.3 +7(812) 670-78-78</p> <p>Клиника МЕДСИ на Марата ул. Марата, дом 6, литера А,</p>

Таблица 5 – Список контактов экстренных служб (телефоны и адреса)	
	8 (812) 336-33-33
Отделение полиции	Участковый пункт полиции № 13 отдела полиции № 18 Петроградского РУВД, проспект Чкаловский, д. 56, +7 (812) 234 46 19 вторник, четверг — 17.00-19.00, суббота — 15.00-16.00 18 отдел полиции Петроградского района Санкт-Петербурга, ул. Петрозаводская, д.1/24, +7 (812) 235-18-02
Пожарный надзор	Управление государственного пожарного надзора Главного управления МЧС России по Санкт-Петербургу, ул. Пеньковская д.6, 8 (812) 230-55-53
Глазной центр	Глазной центр № 7, офтальмологический травмпункт, Литейный проспект 25, +7 (812) 272 72 43
Коммерческая скорая помощь	Адамант Медицинская Клиника, Набережная реки Мойки, 78, + 7 (812) 740-20-90 Coris, Прогресс Сити Набережная Чёрной речки, 41 к2 лит Б, +7 (812) 327-13-13
Роддом	Клиника акушерства и гинекологии СПбГМУ, ул.Льва Толстого, д.6/8, корпус №4, +7(812)338-60-02 Клиника акушерства и гинекологии военно-медицинской академии им. С. М. Кирова, Стационар, Родильное Отделение ул. Клиническая д.4, +7 (812) 667-71-67 Мать и дитя, БЦ Baltis PlazaСредний проспект В.О., 88, +7 (812) 565-52-87

Пункт 2.2.

Таблица 6 – Список контактов ответственных и доверенных лиц	
Адвокат	Олешко Данила Олегович, +7(953) 369-70-00
Страховая компания	Ренессанс страхование, Большой проспект Петроградской стороны 29АБ, офис 424, 8 (812) 610-90-99, info@renins.com
Участковый полицейский	Седов Александр Александрович , Участковый пункт полиции №3, Кронверкская ул., 12, +7(812)2324243, почтового адреса нет

Таблица 6 – Список контактов ответственных и доверенных лиц	
	Вторник: 17-00 — 19-00, четверг: 17-00 — 19-00, суббота: 15-00 — 16-00
Участковый врач	Лякова Наталья Николаевна, +7 812 232-31-58, СПб ГБУЗ “Городская поликлиника №34”, отделение 2
Управляющая компания	Жилкомсервис №1 Петроградского района, ЭУ №1, Большой проспект П.С., 61/3, 8 (812) 232-20-16
Охранный комплекс	8 (931) 311-84-38
Лифтовой сервис	8 (812) 777-04-93
Сантехник	+7 (921) 965 20 38
Электрик	8 (812) 922-21-40
Оконный мастер	+7 (958) 419-62-08
Ремонт дверей и замков	+7 (958) 414-35-19
Родственники	+7 (921) 408 81 42
Няня / уборщица	+7 (953) 354 24 88

Примечание: Список контактов доверенных и ответственных лиц допускается и поощряется изменять, расширять и дополнять, своевременно обновлять.

Распечатайте данный список и закрепите в прихожей или на вашем рабочем месте. Сохраните контакты в ваш телефон и поделитесь ими с вашими близкими. Полезно будет распечатать и вложить список самых важных контактов в ваш паспорт на случай непредвиденной ситуации.

Задание 3: Пожарная безопасность

Ознакомиться с доступными мерами предупреждения и борьбы с пожарами в вашем месте проживания, составить фотоотчет.

Пункт 3.1.

Таблица 7 – Высокая пожарная нагрузка в месте моего проживания	
Пожароопасный объект № 1	В комнате мебель: кровать, шкаф, тумбы Древесина
Пожароопасный объект № 2	В гостиной 6 розеток, на тумбе установлен телевизор и умная колонка “Алиса”, люстра Провода, пластик, кабель, стекло, алюминий
Пожароопасный объект № 3	На кухне газовая плита, 2 розетки, холодильник и микроволновка Кабель, провода, покрытые пластиковой оболочкой

Опишите ниже, какие меры предприняты с вашей стороны для минимизации пожарной опасности перечисленных выше объектов.

Меры по снижению пожарной опасности в месте моего проживания:
Мой папа раз в год проверяет исправность розеток и проводов. Щиток с автоматом выключателей установлен в коридоре на видном месте. Работник газовой службы проверяет газовое оборудование раз в полгода, которое установлено в нашей квартире.

Пункт 3.2.

Сфотографируйте местонахождение ближайших к Вашему месту проживания пожарных шкафов, пожарных рукавов, сигнализации, огнетушителей (на Вашем этаже, в подъезде, доме). Приложите фотосъемку к отчету.

В моём доме отсутствуют пожарные шкафы, пожарные рукава, сигнализация и огнетушители.

Пункт 3.3.

Сфотографируйте расположение пожарных выходов, черных лестниц в вашем подъезде, доме.

Сфотографируйте ближайший пожарный проезд к Вашему дому и подъезду, расположение пожарного гидранта.

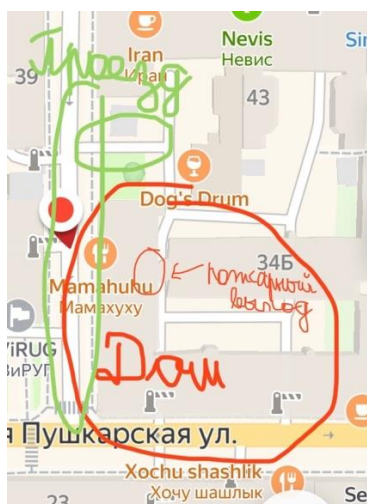
Обозначьте на фрагменте карты города ваш дом и местоположение перечисленных объектов. Приложите сделанные фотографии к отчету.



Пожарный выход



Проезд с улицы Гатчинская и со двора



Карта

Выводы по лабораторной работе:

Напишите обобщенный вывод о проделанной аналитической, исследовательской и практической работе. Отрадите, какая информация оказалась наиболее полезной, что явилось самым важным для вас с практической точки зрения. Какие аспекты безопасности вашей жизни были менее всего продуманы до полученных в этом курсе знаний и навыков? Что именно поменялось в вашей стратегии защиты себя и своих близких?

В процессе выполнения данной лабораторной работы я проанализировала возможные риски и возникновение локальных и масштабных чрезвычайных ситуаций, которые могут возникнуть в моём городе, районе и доме. Более того, были изучены меры,

предпринятые городскими властями и администрацией Петроградского района по минимизации рисков и последствий ЧС.

Наиболее полезной и важной информацией оказалось исследование возможных угроз и способов их минимизации. Например, для минимизации рисков масштабных ЧС установлены досмотровые зоны и системы видеонаблюдения, и проводятся проверки систем оповещения. Также для минимизации рисков локальных ЧС проводится проверка газового оборудования, и происходит периодическая замена электрики и стояков.

Кроме того, была проведена оценка загрязнённости почвы токсическими веществами в моём районе. Было интересно исследовать данную тему с помощью сайта с картой загрязнений и читать про последствия загрязнения почвы для здоровья человека. Для минимизации влияния токсических веществ на окружающую среду моего района моя семья и я выключаем воду и свет, когда они не нужны, не используем пластиковые пакеты и пользуемся экологически чистыми средствами для уборки. Со стороны администрации моего района и города были предприняты такие меры, как установка станции для мониторинга качества воздуха, регулярная уборка водных акваторий и проведение различных экологических акций.

Дальше были оценены и проанализированы возможные факторы и риски для здоровья со стороны организации моего рабочего стола. Например, есть различные воздействующие факторы такие, как постоянная работа за ноутбуком, ухудшение осанки и зрения, и риски: не очень хорошее освещение и некорректное подключение проводки. Были предприняты следующие меры для защиты моей жизни, здоровья, имущества: документы находятся в одном месте, есть аптечка для оказания первой помощи, используется техника, при которой нужно учиться на протяжении 25 минут и отвлекаться на 5 минут от работы, делать зарядку для глаз и разминать спину и шею. Также я составила очень важный список из контактов поликлиник, больниц, скорой помощи, пожарных служб, полиции и других организаций и лиц на случай чрезвычайной ситуации.

До выполнения данной лабораторной работы я не уделяла много внимания на такие аспекты, как запись контактов экстренных служб и ответственных лиц для своевременного обращения за помощью в случае чрезвычайной ситуации, обустройство рабочего места, организация учебного процесса дома и осведомлённость о способах минимизации влияния токсичных веществ и их воздействии на наш организм. В итоге информация, которая была изучена, помогла мне ответственнее подойти к вопросам безопасности в моём районе, продумать меры для защиты жизни и здоровья.

Изменение стратегии по защите себя и моих близких заключается в том, что следует продумать план действий в случае ЧС, чтобы отнестись к ситуации с ответственностью и без паники, и проводить обязательные проверки газового оборудования и электрики. Данные шаги сделали нашу жизнь более безопасной и подготовленной к возможным ЧС.