

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«ПРИКАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНІКА»**

КАФЕДРА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

**ПАМ'ЯТКА ТУРИСТУ:
СХОДЖЕННЯ НА ГОРУ
ІІІ ІВАН**

**м. Івано-Франківськ
2013**

Пам'ятка туристу: сходження на гору Піп Іван. Укладачі:
В.І.Кошель, М.Д.Майстер, Л.М.Височан, З.С.Ціховська.
м.Івано-Франківськ. - 31с.

Затверджено та рекомендовано до друку на засіданні методичної комісії кафедри безпеки життєдіяльності (протокол № 3 від 29.10.2013 року).

Укладачі:

Кошель Володимир Іванович - кандидат технічних наук, доцент, завідувач кафедрою безпеки життєдіяльності ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника»;

Височан Леся Михайлівна - доцент кафедри математичних і природничих дисциплін ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника», доцент кафедри безпеки життєдіяльності;

Майстер Марія Дмитрівна - викладач кафедри безпеки життєдіяльності, інженер з охорони праці ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника».

Ціховська Зоряна Станіславівна - фахівець з соціального страхування від нещасних випадків.

Грушевський Роман Євгенійович – доцент кафедри безпеки життєдіяльності.

Зміст

Піп Іван - священна гора Гуцульщини. Екскурс у минуле.	3
Дослідження назви «Піп Іван».	3
Підходи на Чорногорський Піп Іван. Вихід з Дземброні.	4
Вихід з Усть-Шибеного.	5
Вихід з Усть-Говерли.	5
Стратегічний проект Речі Посполитої. Астрономічна і метеорологічна обсерваторія на вершині Піп Іван. «Білий Слон».	6
Сучасний стан. «Білий слон» 2012 рік.	9
Інструкція «Правила безпеки для туриста під час екскурсії».	11
Інструкція з надання першої долікарської допомоги.	14
Радіаційна безпека, дії у разі надзвичайних ситуацій природного і техно-генного характеру.	27
Інструкція з пожежної безпеки при проведенні екскурсій і туристичних походів до лісу.	29
Світлини.	30

Піп Іван - священна гора Гуцульщини.

Споконвіків Чорна Гора була Священною горою гуцулів. Вона й досі залишається найбільш популярною як серед туристів, так і серед місцевих жителів цього краю.

У пам'яті окремих старожилів та довгожителів Гуцульщини живуть ще давні легенди про паломництво на Чорногорі, про Білого Бика, якого наші пращури приносили у жертву Богу на вершині цієї гори, про факельні походи в ніч на Івана Купала та величезний Живий Вогонь - найбільший вогонь на честь Чорнобога, запалюваний у тодішньому слов'янському світі, а також про спільне читання апокрифічних молитов та ще багато загадкового. Розказують також, що гуцульські дівчата дуже вірили, що цілюще зілля, зібране на Чорногорі на Івана Купала, допоможе їм скоріше вийти заміж.

На Гуцульщині і досі живе пам'ять про легендарного опришка, народного месника, захисника всіх знедолених Олексу Довбуша. За однією легендою, Довбуш причетний і до назви Чорногора. Одного разу, пасучи вівців на полонині, він побачив на камені, який стояв на вершині гори, чорта. Згадав Довбуш, що, за переказами, тому, хто уб'є «чорну біду», Господь Бог дасть велику винагороду. Так і сталося - Олекса поціливі та убив «діття», за що отримав від Бога надлюдську силу та оберіг від ворожих куль. Чортова кров, що стекла по тому камені, - почорніла. І від того часу люди почали називати цю гору Чорною Горою.

Для спростування походження назви Чорна Гора від легендарного подвигу Довбуша, котрий жив у 1700 – 1745 роках, служать численні мапи, випущені ще до життя славетного гуцульського опришка (як карта Боплана, видана в 1651 р., де вже зустрічаються назва Чорна Гора та поселення біля неї: Устеріки, Довгополе, Ясіня). Дуже ймовірно, що назва Чорна Гора походить саме від зарослів сосни Європейської сланкої, котрою густо вкритий весь субальпійський пояс Чорногірського хребта. Голки цієї сосни темно-зеленого кольору, і коли здалеку подивитися на гору (й на весь Чорногірський хребет), вона має темно-зелений, майже чорний, колір.

Клімат Карпат визначається географічним положенням гір та значною висотою над рівнем моря. На їх територію має вплив континентальне й морське повітря помірних широт, а інколи сюди проникають арктичні повітряні маси. Клімат Карпат дуже вологий з порівняно низькими річними температурами повітря. Температура січня у Передкарпатті становить – 4 °С...-3°С, у Закарпатті – -2 °С, а в горах – -6 °С...-12 °С. Зима м'яка і багатосніжна.

Середні температури липня в Передкарпатті становлять +18 °С...+19 °С, Закарпатті - +20 °С, у горах - +7 °С...+13 °С. Опадів у передгір'ях - 900 мм, у верхів'ях гір - до 2000 мм (с. Руська-Мокра, Тячівський район, Закарпатської області).

Із підняттям на кожні 100 м у Карпатах літо запізнюється на 8-10 днів і на 5-6 днів закінчується раніше. У замкнених котловинах часто застоюється важке холодне повітря і температура може бути на 100 м нижча, ніж у навколишніх горах. Це явище називається інверсією температур.

Підходи на Чорногорський Піп Іван Вихід з Дземброні.

Основними пунктами виходу на Піп Іван є: з Івано-Франківщини - с.Дземброня (на радянських картах - Берестечко) та присілок с.Зелена - Усть-Шибене; з Закарпаття - присілок с.Луки - Усть-Говерла.

Найкоротшим виходом на цю гору Піп Іван є шлях з Дземброні. Від траси Ільці - Зелена до села - 4,5 км. Дорога проходить вздовж потоку, на 2-му кілометрі - трельовочний майданчик. Початком підйому в Дземброні з автобусної зупинки. Ближче до річки - місця для наметів, біля зупинки - магазин. Від зупинки дорога на полонину під Смотричем круто піднімається на горб (в південному напрямку), орієнтир - щит Карпатського Державного національного парку, і, поступово набираючи висоту, йде спочатку між угіддями, далі - входить у ліс. На межі лісу - альтанка. Через ліс дорога йде з мінімальним підйомом, тягуни є уже при виході на полонину. У верхній частині полонини знаходиться колиба і кошари. Пастухи тут живуть з травня по вересень. Можна купити бринзу і вурду, переночувати не пускають. Від колиби є два основні варіанти підйому на головний чорногорський хребет:

- через відріг Смотрича Вухатий Камінь, минаючи головну вершину Смотрича. Від колиби дорогою потрібно піднятися у західному напрямку (направо) і вийти на поляну (хороше місце для ночівлі, є дрова і вода). На поляні є розгалуження доріг - одна йде далі на захід і спускається вниз, в долину потоку Дземброня, друга, потрібна, повертає ліворуч і, через невеликі зарослі кущів входить в ліс. Через пів години переходу лісом дорога виводить до невеликого водоспаду, повертає праворуч, перетворюється на стежку і піднімається на північний наріжник Вухатого Каменю, поступово гублячись у травах.

Орієнтиром тут служать скальні виходи Вухатого Каменю - так звані „церкви”. Потрібно рухатись до найближчого скального останця і далі, в південного напрямку, підніматись від скали до скали аж на хребет Смотрича, звідки спуститись на сідло.

Траверс Вухатого Каменю, спускаючись в котел і виходячи надалі просто на сідло. Жерепу - порівняно небагато й невисокий, багато каміння. Той шлях виявився довшим, ніж підйом на Вухатий і подальший спуск на сідло;

- через головну вершину Смотрича потрібно піднятися на горб відразу за колибою. На горбі є поляна. Стежка йде в напрямку південний схід, сходить в ліс, де бере правіше, і, поступово набираючи висоту виходить над верхньою границею лісу в зарості негустого жерепу. Тут потрібно далі

рухатись у напрямку лінії хребта, щоб вийти до скал і далі, піднімаючись від скал до скал вийти на вершину Смотрича, з якої, повернувши направо (на захід) і пройшовши над Вухатим Каменем спуститись на сідло між Смотричем і Бальзатулем - найвищою точкою полонини Бальзатул, стовп № 18.

Рухаючись по лінії хребта Смотрич - головний хребет Черногори зліва, дещо нижче можна зауважити залишки фундаменту - то руїни колишнього польського притулку AZS. На сідлі збереглися окопи. Вода - нижче руїн.

Вихід з Усть-Шибеного.

Усть-Шибене - присілок с. Зелена в місці впадіння потоку Шибений в Чорний Черемош. В Усть-Шибеному знаходиться прикордонна застава. Дорога йде вздовж потоку Шибений, на початку дороги - шлагбаум прикордонників. Від шлагбауму за 3,5 км справа, на усті потоку Погорілець, знаходиться лісництво. Дорога далі вздовж Шиберного веде над бувши озером Шибеним до перевалу Шибеного на головному хребті Черногори (в західному напрямку. Дорога вздовж потоку Погорілець веде в напрямку до Смотрицького перевалу, але в верхній частині перетворюється на стежку, має багато серпантинів, губиться.

Найзручніше на Піп Іван від лісництва йти дорогою через полонини Веснарку і Шуринську. Перейшовши потік Погорілець (ліва притока Шиберного) відразу, між господарствами піднімаємось дорогою в північному напрямку. Через півтора години підйому лісом дорога приводить на полонину Шурин (чи Під Шурин), де є колиба, вода. Пастухи дозволяють зупинятися в гуртожитку поруч з колибою (є нари для 10-12 чоловік). Від колиби дорога виходить на горб, йде лісом, і за пів години приводить до озера Марічейка.

Коло озера - джерело (зліва від стежки), дерев'яний намет. Далі дорога поступово виходить з лісу до роздоріжжя: на роздоріжжі є вказівник зі стрілками. Напрямок руху - прямо, на північ - північний захід. Дорога є між заростями жерепу, петляючи між підвищеннями і за годину ходу від озера виводить на сідло Марічейка між Шурином і Попом Іваном, звідки, поступово повертаючи вліво (на захід) за годину виводить на вершину Попа Івана.

Основні місця ночівель: біля лісництва, гуртожиток на полонині Шурин, біля озера Марічейка. Прикордонники в Усть-Шибеному можуть вимагати паспорти. При наявності паспортів видають дозвіл.

Вихід з Усть-Говерли.

Усть-Говерла - присілок села Луги. Є магазин, лісництво. Дорога починається від шлагбаума лісництва і йде спочатку у східному напрямку, міняючи луки і пасовища, а потім - у південно східному напрямку, за півтора години доходить до місця злиття потоків Стогівця і Бальзатулу. Прямо, в південному напрямку продовжується дорога вздовж Стогівця,

наліво (на схід) з невеликим підняттям йде дорога вздовж потоку Бальзатул, яка потрібна нам. За півгодини, рухаючись від місця злиття потоків, доходимо до колиб (орієнтир - клітки понад дорогою) і трельовочного майданчику, недалеко від нього, з правого по ходу руху боку дороги - відгалужується дорога вздовж потоку Васкул, яка за тричотири кілометри перетворюється у стежку, що веде до полонин Вихід і Віпчина (перед полониною Вихід стежка стає малопомітною, на підйомі часто губиться в травах).

Основна стежка починається тут же, від квартального стовпчика лісництва, на стовпчику напис: Васкул. Стежка спочатку досить круто забирає вгору, далі йде хребтом з невеликим підйомом і за півтори-дві години виходить до полонини Вихід. На полонині - вода, колиба. Від колиби стежка робить недовгий крутий підйом і виходить на головний хребет Чорногори біля стовпчика №13, у лісі. Далі, рухаючись за стовпчиками, виходимо з лісу, поступово піднімаючись стежкою в криволіссі, проходимо Васкул 1734 м (стовпчик №14), з якого в північному напрямку виходимо в останній частині траси часто без стежки до обсерваторії на Попі Івані.

Дещо складнішим в плані орієнтування є варіант виходу на головний хребет Чорногори через полонину Бальзатул. Якщо далі, від устя Васкула в Бальзатул йти дорогою понад потоком близько години, врешті дорога виходить на досить розмиту площадку. Справа потрібно відшукувати егерську стежку, яка йде в східному напрямку і врешті виводить з лісу, і далі, полониною, овечими стежками виходити на вододіл головного хребта.

Основні місця ночівель: колиби перед устям потоку Васкул, колиба на полонині Вихід, поляна південніше стовпа №12 (орієнтовно стовпець 11/5), біля невеликих озерць на полонині Вертопи (між Васкулом і Попом, зліва по ходу руху).

Є інформація про те, що часом прикордонники і лісники перешкоджають руху на Піп з Усть-Говерли. На головний хребет з сідла виводить дорога, яка, повз невеличке озерце в південному напрямі через 2 км піднімається до руїн «Білого Слона».

Основні місця ночівель: колиба під Смотричем (взимку), поляна на горбі над колибою, біля руїн бувшого притулку на сідлі, руїни обсерваторії. Сховатись від дощу можна і в печерці в скалах на головній вершині Смотрича.

Стратегічний проект Речі Посполитої.

Астрономічна і метеорологічна обсерваторія на вершині Піп Іван. «Білий Слон».

Стратегічний проект будівництва обсерваторії на горі Піп Іван у лютому 1935 р. вперше озвучив генерал Речі Посполитої, інженер Леон Бербецький від імені Ліги протиповітряної оборони Польщі (LOPP). Він також запропонував директору астрономічної обсерваторії Варшавського

університету Міхалу Камінському організувати роботу астрономічного відділу у новозбудованій метеорологічній обсерваторії. Крім того, існуюча у Варшаві обсерваторія Варшавського університету, у зв'язку із швидким ростом міста, ставала все менш придатною для астрономічних спостережень.

Постало питання, де будувати обсерваторію: чи на Говерлі, чи на горі Піп Іван. Перевагу було віддано горі Піп Іван. Леон Бербецький особисто вказав місце, де повинна стояти майбутня обсерваторія. Цього ж року керівництво Ліги протиповітряної оборони оголосило відкритий конкурс на проєкт будівництва обсерваторії. 29 жовтня 1935 р. було оприлюднено результати конкурсу, в якому взяли участь два архітектори, та жоден з них не справився з завданням конкурсу, і їхні проєкти були відкинуті у зв'язку з негармонізацією з природою Чорногори. Другий конкурс був закритим, у ньому взяло участь п'ять авторів та авторських колективів. Авторам проєктів обсерваторії висувалося декілька вимог: широке використання у будівництві обсерваторії місцевого будівельного каменя – пісковика, що значним чином полегшувало транспортні проблеми і давало змогу пришвидшити темпи будівництва та здешевити його багатомільйонний кошторис; гармонійне поєднання ункціональності та раціональності будови обсерваторії з навколишньою гірською природою; врахування суворих природно-кліматичних умов карпатського високогір'я.

Місцеве населення, гуцули, сприймали обсерваторію з пересторогою. Ходили навіть чутки, що натисканням кнопки ліфта можна спуститися у глибіню гори, де влаштовано ангари для літаків. А телескоп-астрограф вважали за спеціальну пушку, що мала обстрілювати все навкруги. Насправді обсерваторія була суто науковою установою, а астрограф призначався для спостереження за великими і малими планетами та змінними зірками. Вже в 1938-1939 роках працівники обсерваторії отримали багатий матеріал спостережень, сюди приїздили відомі вчені Європи. Наприкінці вересня 1939 року обсерваторія на горі Піп Іван відійшла Радянській Україні.

Саме з обсерваторією на горі Піп Іван пов'язана одна з найцікавіших сторінок біографії академіка АН УРСР О. Орлова (1880-1954). Олександр Якович був першим академіком-астрономом Української академії наук: він був одним із перших учених, який оцінив можливість використання як астрономічних спостережень за рухом полюса Землі, так і геофізичних даних про зміни сили тяжіння, морських припливів тощо для визначення механічних властивостей Землі та перевірки гіпотез про її внутрішню будову. З цією метою він заснував 1926 року Полтавську гравіметричну обсерваторію, організував гравіметричну зйомку України, а також активно займався питаннями, пов'язаними зі створенням академічної обсерваторії в Україні. Взагалі діапазон його діяльності був дуже широкий, і, певне, тому президія АН УРСР саме йому (вже не дуже молодому - напередодні

його 60-річчя) доручила піднятися на гору Піп Іван для з'ясування можливості поновлення функціонування обсерваторії.

Астрономічна і метеорологічна обсерваторія на вершині Піп Іван, також звана умовною назвою Білий Слон - колишня обсерваторія на горі Піп-Іван; найвище розташована споруда в Україні, в якій постійно жили й працювали люди (2028 м над рівнем моря). Діяла в 1938-1941, розташована на території Верховинського району Івано-Франківської області.

16 грудня 1935 р. журі на чолі з професором Єржи Пневським найбільш вдалим, красивим та функціональним визнало проект обсерваторії колективу архітекторів Яна Погоського та Казимира Марчевського і схвалило до будівництва. Проект будівлі обсерваторії був виконаний у стилі функціонального конструктивізму.

Будівництво розпочалося влітку 1936 року. Обсерваторія зводилася переважно з використанням місцевого будівельного матеріалу - каменю-пісковика, що здешевлювало і спрощувало будівництво. Робочу силу складали теж переважно місцеві мешканці сіл. Камінь на гору підвозили кіньми чи несли в руках, на спині. Так само транспортували інші будівельні матеріали, обладнання, доставлені залізницею до найближчої станції Ворохта (70 км від будівельного майданчика). Багато зусиль було витрачено на перенесення до вершини гори Піп Іван 33 скрині із елементами купола та іншими деталями. Найбільша з них важила 950 кг.

Стіни обсерваторії, що побудована у стилі конструктивізму, складені із вапнякових блоків і сягають 1,5 м товщини на рівні цокольного поверху та 1 м - на рівні верхніх поверхів. Для утеплення приміщення з внутрішньої сторони між тиньком і кам'яною кладкою закладено прошарок просмоленого корку. Споруда має два поверхи зі східної сторони, і 5 - із західної. Її двосхилий дах був покритий мідними листами. З південної сторони розташована ротонда, де розміщувався телескоп.

Урочисте відкриття «Астрономічно-метеорологічної обсерваторії імені маршала Юзефа Пілсудського Ліги протиповітряної оборони Польщі» відбулося 29 липня 1938 року.

Керівником обсерваторії був виходець із села Микуличина Владислав Мідович. Тут же він і жив разом із дружиною та сином. Ще кілька осіб допоміжного технічного та наукового персоналу забезпечували постійні астрономічні та метеоспостереження. В обсерваторії постійно перебував загін польських прикордонників.

Перше обсерваційне фотографування новим апаратом виконав 1937 року Мацей Беліцький. Йому вдалося отримати 4 фотографії планетоїда Інтерамня. Кількома місяцями пізніше було зроблено дві фотографії комети Юрофф-Ахмаров-Гассель. Отримані таким чином дані були опубліковані у журналі Варшавської обсерваторії у 1938-1939 рр.

Навесні 1939 року до роботи в обсерваторії приступив доктор Володимир Зон. Він фотографував зірки у двох кольорах, які вирізнялися інтенсивністю свічення на чорно-білих фотознімках. Робота проводилася з

зорями, що населяють Чумацький Шлях. Недопрацьований матеріал доктора Зона, що зберігався у Варшаві, загинув під час Варшавського повстання 1944 року.

У квітні 1939 року до обсерваторії прибув магістр Стефан Щирбак для проведення астрономічної роботи (за дорученням професора Камінського). Тоді він здійснив близько 70 візуальних оцінок яскравості змінних зірок, виконав серію малюнків з обертання Марса, визначив 6 позицій комети Брукса. Він витратив близько 20 годин на пошук нових комет за допомогою 80-міліметрового телескопа. Стефан Щирбак виконував спостереження в обсерваторії, де й загинув у період воєнних дій.

Після початку Другої Світової війни працівники обсерваторії евакуювали найцінніше обладнання, яке потрапило до Будапештської астрономічної обсерваторії, потім до Відня, звідки повернулися до Польщі після війни. Змонтований трилінзовий об'єктив перебуває в Сілезькому планетарії.

Будинок обсерваторії та залишки обладнання в кінці 1939р. перейшли у власність СРСР. До червня 1941р. тут проводили метеорологічні спостереження. Згодом німці вивезли металеві частини астрографа до Львова, де до останнього часу вони зберігалися у фізичному корпусі Львівського університету (на вул. Кирила і Мефодія).

По війні приміщення було покинуте, і місцеві мешканці розтягли з нього все, що являло якусь цінність, зокрема, мідні листи з куполу та даху обсерваторії. Із них вони зробили великі чани, в яких варять сир на навколишніх полонинах.

Після цього діяльність обсерваторії більше не відновлювали.

Сучасний стан. «Білий слон» 2012 рік.

У жовтні 1996 року в м. Яремче відбулася науково-практична нарада «Метеоролого-астрономічна обсерваторія на горі Піп Іван», в якій взяли участь представники різних установ України і Польщі. На нараді обговорювалася можливість відбудови та відновлення діяльності обсерваторії. Протокол намірів наради було направлено до урядів України і Польщі.

Івано-Франківська філія інституту «Укрзахідпроектреставрація» виконала архітектурно-археологічні обміри, інженерні обстеження, технологічна лабораторія - роботи з обстеження складу будівельних матеріалів та розчинів, які використовувались при спорудженні будівлі. На замовлення Головного управління будівництва і архітектури обласної держадміністрації виконані робочі креслення ремонту та реставрації обсерваторії. Але досі не визначено функціональне використання обсерваторії.

Дехто запевняє, що тут вигідно було б заснувати інститут природничих наук; професор О.Адаменко пропонував створити туристичний центр. Була пропозиція у відреставрованому будинку

обсерваторії розмістити інститут лікарських рослин (у тутешній флорі налічується понад 1000 видів рослин, в тому числі лікарських). Астрономічна обсерваторія Львівського університету вважає за необхідне відновити високогірну станцію для проведення метеорологічних, астрономічних, екологічних, біологічних і сейсмічних досліджень.

За участю провідних науковців України та Польщі, представників органів місцевої влади та проектно-будівельних організацій у 2002 році було проведено три науково-практичні семінари-наради з питань вироблення концепції відновлення та діяльності вищезгаданої обсерваторії. На першій науково-практичній конференції, яка відбулася у Яремчі 24 січня 2002 року, була створена Наукова рада з питань відновлення обсерваторії. Ця споруда одночасно могла б використовуватися не тільки як науковий, але й як екскурсійно-туристичний об'єкт. Польські науковці звернулися з відповідним запитом до органів влади Республіки Польща та отримали схвалення щодо продовження роботи над проектом.

На початку жовтня 2002 року голова Івано-Франківської обласної держадміністрації Михайло Вишиванюк надіслав Президентові Леонідові Кучмі листа про необхідність підтримати ідею відбудови і відновлення роботи обсерваторії. Наприкінці листопада 2002 року на адресу Вишиванюка надійшов лист від першого заступника глави Адміністрації Президента України Валерія Хорошковського про те, що «розглянуто та визнано слушними пропозиції ОДА щодо необхідності винесення на рівень міжурядових переговорів питання відновлення астрономо-метеорологічної обсерваторії, розташованої на вершині гори Піп Іван у Верховинському районі Івано-Франківської області». З цього приводу Міністерству закордонних справ України було дано відповідне доручення.

Протягом 1998-2010 років було проведено 12 літніх українознавчих експедицій до обсерваторії на гору Піп Іван і на основі доступних літературних джерел та одержаних експедиційних матеріалів було здійснено історичну реконструкцію будівництва цієї споруди.

2010 року було повідомлено про виділення Україною 900 тис. грн. на підготовку проектно-кошторисної документації Польсько-українського центру академічної молоді у селі Микуличин (при загальному кошторисі робіт близько 48 млн грн.; спільний проект Варшавського та Прикарпатського університетів). У рамках цього проекту планували також провести реконструкцію обсерваторії на горі Піп Іван.

Незважаючи на 50 років запустіння та руйнації, фундаменти та стіни будівлі збереглися у задовільному стані. Необхідно поновити дерев'яні перекриття, столярні вироби, дах, виконати заново все інженерне забезпечення. Але перш за все потрібно відновити дорогу від лісництва у присілку Явірник до обсерваторії.

Багатостраждальну обсерваторію на Чорногірському хребті, яка з 1940-х років стоїть без догляду на висоті 2028 метрів (гора Піп Іван), нарешті вирішили хоча б законсервувати. Будівлю обіцяють накрити

дахом і підсушити, а до 2015 року відновити як науковий і туристичний об'єкт.

Державний вищий навчальний заклад «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника» і Варшавський університет планують наприкінці липня почати роботи з консервації колишньої астрономо-метеорологічної обсерваторії на горі Піп Іван у Івано-Франківській області. Про це заявив ректор професор Ігор Євгенович Цепенда на парламентській асамблеї України й Польщі в Яремне. За його словами, під час консервації протягом року зроблять дах і створять умови для підсушування об'єкта.

На ці роботи Міністерство культури й національної спадщини Польщі, Варшавський і Прикарпатський університети виділили \$100 тис.

Це - перший етап спільного польсько-українського проекту з відновлення обсерваторії як науково-дослідного центру для вчених і студентів двох університетів і привабливого туристичного об'єкта.

Піп Іван Черногірський - друга після Говерли за висотою гора в Україні. Вона знаходиться на протилежному від Говерли кінці високогірного масиву Черногора. Обсерваторія розташована на самій вершині. Зараз кордон по Черногорі розділяє не Чехословаччину й Польщу, а Закарпаття та Івано-Франківщину.

Для реалізації проекту університети збираються залучити грантові кошти в рамках програм транскордонної співпраці Європейського Союзу.

Загальна вартість проекту \$2 млн. Відновити обсерваторію планують до 28 липня 2015 року.

Інструкція

«Правила безпеки для туриста під час екскурсії».

Якщо ви зібралися в похід у гори навіть на 1 день, краще брати з собою запасні сухі речі. Це стосується будь-яких походів у будь-яку погоду, так як погода в горах дуже мінлива.

Якщо навіть внизу світить сонце і спека - то на вершині може бути туман або дощ. Не потрібно забувати, що при збільшенні висоти на 100 метрів температура падає в середньому на 1 градус. Тобто, якщо забратися на вершину Говерли (2061 м) і внизу (наприклад в Ясіня близько 1000 метрів) була температура 25 градусів, то на горі приблизно 15. Взуття - черевики на товстій підошві, бажано, які не промокають. Кеди і кросовки не рекомендується. Якщо пройшов дощ, трава мокра, відповідно штани будуть по коліно мокрі. Для одноденного походу достатньо взяти з собою трохи їжі, пластикову пляшку для води, непромокальну куртку або дощовик, головний убір. А якщо на кілька днів, комплект речей - запасні штани, сорочка, водонепроникна куртка, можна светр, головний убір, запасна пара взуття, намет, спальник, каремат, казанок, їжі на декілька днів, карта, компас. І не забувайте, що тягнути величезний рюкзак легко тільки перші 2 км. Тому плануйте маршрути виходячи з усіх

перерахованих вище умов - погоди, кількості речей, типу місцевості. І ще - в тумані видимість 10 метрів. Загубитися можна запросто. Тому потрібно йти один за одним не втрачаючи з видимості інших.

1. Загальні вимоги безпеки.

1.1. До туристичних походів допускаються особи, які пройшли інструктаж з техніки безпеки, медичний огляд і в яких нема протипоказань за станом здоров'я.

1.2. При проведенні туристичних походів, турист повинен дотримуватись встановлених режимів руху і відпочинку та правил особистої гігієни.

1.3. При проведенні туристичних походів (для надання першої медичної допомоги) необхідно мати медичну аптечку з вмістом необхідних медикаментів і перев'язочних засобів.

1.4. З особами, які допустили порушення інструкції з правил безпеки проводиться повторний інструктаж.

1.5. Вибирають шлях на якому забезпечується повна безпека сходження.

1.6. Керівник відповідає за дотримання правил техніки безпеки та охорону життя туристів.

1.7. Керівники екскурсії повинні вести постійний нагляд за учасниками сходження.

1.8. Забороняється проводити сходження екскурсії при настанні грози, під час дощу, туману і в темний час доби.

1.9. З собою необхідно мати: штормовий одяг, теплий одяг, термобілизну, хороше високе трекінгове взуття, шапку-балаклаву, окуляри, спальник на 10-15 комфорт, трекінгові палиці, килимок-карімат.

2. Вимоги безпеки перед початком сходження.

2.1. Перед сходженням учасники повинні ознайомитись із загальною характеристикою об'єкта, маршрутом і правилами безпеки, яких необхідно дотримуватися.

2.2. Кількість туристів, які одночасно беруть участь в екскурсії, не повинно перевищувати 25 чоловік.

2.3. Вирушаючи на гору (при сходженні) група повинна мати при собі дорожню медичну аптечку долікарської допомоги.

2.4. Допущені до сходження учасники повинні бути відповідно одягнені, не мати при собі предметів, що створюють небезпеку під час проведення екскурсії.

2.5. Перед проведенням екскурсії роблять перекличку учасників відмічаючи присутніх.

2.6. Пройти відповідну підготовку, інструктаж, медичний огляд і пред'явити довідку про стан здоров'я.

2.7. Одягнути зручний одяг, взуття, які не сковують рухів і відповідно до сезону та погоди. Щоб попередити травми ніг та укуси необхідно одягнути штани.

2.8. Перевірити наявність і справність особистого та групового спорядження.

3. Вимоги безпеки під час сходження.

3.1. Турист повинен:

- дотримуватись дисципліни, виконувати всі вказівки екскурсовода, самостійно не змінювати встановленого маршруту руху і місце розміщення групи;
- під час привалів для уникнення опіків і лісових пожеж не розводити вогнищ;
- не пробувати на смак будь-які рослини, плоди, гриби;
- не чіпати руками ядовитих і небезпечних тварин, комах, рослин і грибів, а також колючих рослин і кущів;
- при переміщенні не знімати взуття і не ходити босоніж;
- для уникнення шлунково-кишкових захворювань не пити воду з відкритих неперевіраних водойм, використовувати для цього питтєву воду з пляшки, яку необхідно брати з собою;
- дотримуватись правил особистої гігієни, своєчасно інформувати інструктора про погіршення здоров'я або отриманні травми;
- вважати місцеві традиції і обряди, не вступати в конфлікт з місцевим населенням, бережно відноситися до природи, пам'ятників історії, культури, до особистого і групового майна.

3.2. Другу перекличку і відмітку присутніх учасників проводять після прибуття на місце екскурсії.

4. Вимоги безпеки після закінчення екскурсії.

4.1. Після закінчення екскурсії, перед відправленням у зворотній шлях, керівник групи виводять усіх учасників з об'єкта екскурсії і перевіряють наявність їх за списком.

4.2. Після закінчення походу необхідно:

- прибути до місця збору з групою;
- перевірити наявність і здати на зберігання туристичне спорядження;
- прийняти душ, вимити обличчя і руки водою з милом.

5. Вимоги безпеки в аварійних ситуаціях.

5.1. У випадку аварійної ситуації на місці екскурсії керівник походу виводять учасників у безпечне місце.

5.2. При нещасному випадку учасників виводять у безпечне місце, а потерпілому надають першу долікарську допомогу.

5.1. При нещасному випадку потерпілий або очевидець повинен повідомити про це екскурсовода.

5.2. При отриманні травми, при укусі ядовитими тваринами, ссавцями, комахами надати першу медичну допомогу, при необхідності доправити потерпілого в найближчий лікувальний заклад.

ІНСТРУКЦІЯ З НАДАННЯ ПЕРШОЇ ДОЛІКАРСЬКОЇ ДОПОМОГИ

При нещасних випадках дуже важливо до приїзду лікаря своєчасно надати першу долікарську допомогу потерпілому. Контроль за організацією надання долікарської допомоги, наявністю та комплектністю аптечок, справністю пристосувань та засобів надання першої допомоги, а також навчання персоналу покладається на медичних працівників та адміністрацію навчального закладу. Схема послідовності дій при наданні першої долікарської допомоги:

1. Вивести потерпілого з оточення, де стався випадок.
2. Вибрати потерпілому найбільш зручне положення, що забезпечує спокій.
3. Визначити вид травми (перелом, поранення, опік тощо).
4. Визначити загальний стан потерпілого, встановити, чи не порушені функції життєво важливих органів.
5. Розпочати проведення необхідних заходів:
 - зупинити кровотечу;
 - зафіксувати місце перелому;
 - вжити реанімаційних заходів оживлення: штучне дихання, зовнішній масаж серця;
 - обробити ушкоджені частини тіла.
6. Одночасно з наданням долікарської допомоги необхідно викликати швидку допомогу.

Важливо знати обставини, при яких сталася травма, умови, які спонукали до її виникнення, та час, годину і навіть хвилини, особливо, коли потерпілий втратив свідомість.

Надання першої допомоги при пораненні й кровотечі.

Перша допомога при пораненні та кровотечі зводиться до обережного накладання на рану індивідуального пакета. При цьому мити її водою, змивати кров з рани забороняється.

Якщо індивідуального пакета немає, для перев'язування використовують чисту носову хустинку. У цьому випадку приготувану для перев'язування тканину змочити настоякою йоду так, щоб пляма йоду трохи перебільшувала розміри рани.

При кровотечі необхідно підняти поранену кінцівку, закрити рану перев'язувальним матеріалом і притиснути ділянку біля неї на 4-5 хв., не торкаючись рани пальцем. Після цього рану треба забинтувати. Якщо кровотеча продовжується, треба вдатися до здавлювання кровоносних судин за допомогою згинання кінцівки у суглобах, притискування кровоносних судин пальцями, джгутом чи закруткою.

При накладанні джгута спочатку місце накладання обгортають м'яким матеріалом (тканиною, ватою тощо). Потім джгут спочатку розтягують і туго перетягують ним попередньо обгорнуть ділянку

кінцівки доти, поки не припиниться кровотеча. Через 1 годину після накладання джгута попускають на 5-10 хв., щоб не виникла небезпека омертвіння знекровленої частини. Кровотеча зупиняється при натисканні пальцем на поранену судину у самому місці поранення.

Поранення - це ушкодження з порушенням цілісності шкіри або слизової оболонки. Неприпустимо торкатися до рани руками, промивати її водою, засипати порошком тощо. Забруднену шкіру навколо рани протирають стерильною ватою, марлею, бинтом або тампоном з перев'язувального пакету. Навкруги рану змащують настоянкою йоду або «зеленкою» (попадаючи до рани, вони викликають опік і затримують заживлення).

У разі відсутності медикаментів можна використовувати спирт, горілку, одеколон. Після обробки рану вкривають стерильною салфеткою або марлею, поверх кладуть вату та бинтують. Якщо під рукою немає стерильного матеріалу, використовують чисту м'яку тканину, хустинки, чистий одяг тощо. В такому випадку на ділянку тканини, що буде безпосередньо прилягати до рани, необхідно накапати кілька краплин йоду, але сильно змащувати не можна - йод може спричинити опік.

Дрібні подряпини і ранки обробляють йодом, зеленкою, спиртом, перев'язують стерильним бинтом, чистою білою тканиною або заклеюють пластирем (особливо на обличчі).

Найперше, від чого в лісі ніхто не застрахований - шпичка в пальці, її витягають голкою, попередньо протерши голку та палець одеколоном або спиртом. Шкіру навколо ранки змащують йодом.

Забруднення рани землею або гноєм може призвести до тяжких наслідків (зараження крові, правець тощо). Тому той, хто надає першу допомогу повинен продезинфікувати руки (милом, одеколоном, спиртом), змастити йодом, зеленкою або спиртом шкіру навколо рани, присипати рану порошком білого стрептоциду і тільки потім накладати стерильну пов'язку.

Накладати пов'язку треба так, щоб вона повністю покривала рану. При кровотечі на рану спочатку кладуть подушечку з пакету першої допомоги або згорнутий у кілька шарів стерильний бинт (на рану його опускають хвилями), потім рану бинтують. Бинт має щільно прилягати, але не здавлювати тіло, щоб не порушувати кровообігу. При накладанні пов'язки бинт треба розмотувати поступово. Щоб бинт не крутився навколо ноги або руки, його кінець після першого оберту піднімають догори і притискають новим обертом. При відсутності стерильного матеріалу для пов'язки можна використати чистий шматок тканини, потримавши його кілька секунд над полум'ям.

На **синці та садна** накладають здавлюючу пов'язку і холодний компрес (змочена у воді тканина, пластиковий мішечок з кригою, снігом або холодною водою і т. п.). Компрес на пов'язці тримають годину-півтори (змінюючи по мірі нагрівання), без пов'язки - 15-20 хв. Якщо синець

з'являється через кілька днів після удару і його колір зеленкуватий, то це свідчить про крововилив у глибині тіла, про можливу тріщину або й перелом кістки. Якщо синець довго болить і не зникає, слід звернутись до лікаря. Головною причиною **втрати свідомості** є раптова недостатність кровонаповнення мозку під впливом нервово-емоційного збудження, страху, болю, нестачі свіжого повітря тощо.

Ознаки. Звичайно непритомність настає раптово, але інколи перед нею настає блідість, блювання, нудота, слабкість, позіхання, посилене потовиділення. Пульс прискорюється, артеріальний тиск знижується. Під час непритомності пульс уповільнюється до 40-50 ударів на хвилину.

Допомога. При втраті свідомості потерпілого необхідно покласти на спину, щоб голова була нижче рівня ніг (на 15-20 см) для поліпшення кровообігу мозку. Потім звільнити шию і груди від одягу, забезпечити приплив свіжого повітря, поплескати по щоках, обличчя, груди холодною водою, дати понюхати нашатирний спирт. Коли потерпілий опритомніє, дати йому гарячий чай або каву, 20-30 краплин настоянки валеріани.

Якщо потерпілий починає дихати з хрипінням або взагалі не дихає, треба думати про западання язика. У крайньому разі вживаються заходи до оживлення.

Причиною **шоку** може стати сильний біль, втрата крові, утворення в пошкоджених тканинах шкідливих продуктів, що призводять до виснаження захисних можливостей організму, внаслідок чого виникають порушення кровообігу, дихання, обміну речовин.

Ознаки - блідість, холодний піт, розширені зіниці, короткочасна втрата свідомості, прискорене дихання і пульс, зниження артеріального тиску. При важкому шоці - блювання, спрага, попелястий колір обличчя, посиніння губ, мочок вух, кінчиків пальців, можлива зупинка дихання і кровообігу.

Допомога. Необхідно надати першу допомогу, яка відповідає виду поранення (наприклад, зупинити кровотечу, іммобілізувати переломи тощо). Потерпілого слід зігріти (закутати в ковдру), покласти на спину з дещо опущеною головою. Якщо немає підозри на ушкодження внутрішніх органів, потерпілому дають гарячий напій. Заходами, що перешкоджають виникненню шоку, є тепло, зменшення болю, пиття рідини.

При запамороченні з інших причин психічне потрясіння, сильний біль, вигляд крові й ін.) хворого кладуть горілиць, ноги піднімають вище голови на 15-20 см (щоб поліпшився приплив крові до голови), розстібають комір і пояс, голову відхиляють назад і висувають нижню щелепу, щоб запобігти западанню язика і утрудненню дихання. Щоб вивести потерпілого зі стану непритомності, у більшості випадків достатньо поплескати його по обличчі долонями, обприскати холодною водою, дати вдихнути розчин аміаку (нашатирного спирту), після повернення свідомості - обережно посадити.

Струс мозку. Причина - травматичне пошкодження тканин і діяльності мозку внаслідок падіння на голову, при ударах і забитті голови. При цьому можуть виникати дрібні крововиливи і набряк мозкової тканини.

Ознаки - миттєва втрата свідомості, яка може бути короткочасною або тривати кілька годин. Можуть спостерігатися порушення дихання, пульсу, нудота, блювання.

Допомога. Для запобігання удушенню потерпілого у непритомному стані від западання язика або блювотних мас його кладуть на бік або на спину, при цьому голова має бути поверненою вбік. На голову кладуть охолоджувальні компреси, при відсутності або порушенні дихання проводять штучне оживлення. Потерпілого ні в якому разі не можна намагатися напоїти. При першій можливості потерпілого треба негайно транспортувати до лікувального закладу у супроводі особи, яка вміє надавати допомогу для оживлення.

У разі **травми голови** необхідно покласти потерпілого, покласти йому на голову охолоджуючий компрес. Для запобігання задушення потерпілого у несвідомому стані від западання язика або блювотних мас його кладуть на бік або на спину, при цьому голова має бути повернутою в бік. Треба швидко і обережно очистити рот, висунувши вперед нижню щелепу, витягти язика. При першій можливості потерпілого треба негайно транспортувати до лікувального закладу у супроводі особи, яка вміє надавати допомогу для оживлення. Транспортують потерпілого на спині з трохи піднятою на подушці головою.

Перша допомога при переломах, вивихах, розтягу зв'язок, ударах.

При переломах, вивихах необхідно надати потерпілому зручне положення, яке виключає рухи пошкодженої частини тіла. Це досягається шляхом накладання шини, як при її відсутності можна використати палки, дошки фанеру і т.д. Шина повинна бути накладена так, щоб були надійно іммобілізовані два сусідні з місцем ушкодження суглоби (вище і нижче), а якщо перелом плеча чи стегна, то три суглоби. Накладають шину поверх одягу, або кладуть під що-небудь м'яке - вату, шарф, рушник. Шина повинна бути накладена так, щоб центр її знаходився на рівні перелому, а кінці накладалися на сусідні суглоби по обидва боки перелому. Фіксація відкритого перелому вимагає дотримання додаткових умов. З метою попередження забруднення рани, необхідно змастити поверхню шкіри навколо рани настойкою йоду, попередньо зупинити кровотечу, і накласти стерильну пов'язку.

Особливо небезпечні травми хребта. У таких випадках необхідно обережно, не піднімаючи потерпілого, підсунути під його спину дошку, щит, двері тощо.

При переломі ребер необхідно міцно забинтувати груди або стягнути їх рушником під час видиху. При ушкодженні тазу необхідно обережно стягнути його широким рушником, покласти на тверді ноші, а

під зігнуті і розведені колінні суглоби підкласти валик.

При переломах і вивихах ключиці у підм'язову западину кладуть вату або інший матеріал, згинають руку в лікті під прямим кутом і прибинтовують її до тулуба.

При переломах і вивихах кисті та пальців рук роблять таким чином: кисть руки з вкладеним долоню жмутом вати, бинта (пальці зігнуті) прикладають до шини, яка повинна починатися біля середини передпліччя і закінчуватися біля кінців пальців, і перебинтовують.

При розтягу зв'язок суглобів - підняти хвору кінцівку догори, накласти холодний компрес та тісну пов'язку, створити спокій до прибуття лікаря.

При ударах - забезпечити потерпілому повний спокій, накласти на місце удару холодний компрес. При ударах із синцями не слід класти примочки, місце удару змастити настоячкою йоду і накласти пов'язку.

Найперше, від чого в лісі ніхто не застрахований - шпичка в пальці, її витягають голкою, попередньо протерши голку та палець одеколоном або спиртом. Шкіру навколо ранки змащують йодом.

Перша допомога при опіках, сонячних, теплових ударах.

При наданні першої допомоги при опіках, теплових ударах слід швидко припинити дію високої температури. Це має особливо велике значення при займанні одягу і при опіках рідиною через одяг. У першому випадку необхідно загасити полум'я, негайно накинути на людину, що горить, будь-яку цупку тканину, щільно притиснути її до тіла. Тліючий одяг знімають, або обливають його водою.

При промоканні одягу гарячою водою, його також необхідно обливати холодною водою або зірвати. Швидко занурення обпеченого лица у холодну воду зменшує біль і тяжкість опіку.

Опіки бувають трьох ступенів. При опіках першого ступеня з'являються почервоніння, припухлість шкіри. Уражені місця обробляють спиртом, прикладають примочки з розчину перманганату калію і забинтовують. При більш тяжких опіках (2 і 3 ступенів) обпечені місця спочатку звільняють від одягу, накривають стерильним матеріалом, зверху накладають шар вати і забинтовують. Після перев'язування потерпілого відправляють у лікувальний заклад. При опіках не слід розрізати пухирів, видаляти смолистих речовин, що прилипли до обпеченого місця, віддирати шматків одягу, які прилипли до рани.

При появі різних ознак теплового, або сонячного удару потерпілого негайно виводять на свіже повітря, в тінь, потім його кладуть, розстібають одяг, що стискує, на голову і на серце кладуть холодні компреси, дають пити у великій кількості холодну воду, у тяжких випадках потерпілого обливають холодною водою.

При припиненні дихання або при його утрудненні до прибуття лікаря потерпілому роблять штучне дихання.

Перша допомога при обмороженні.

Обмороження виникає при місцевій дії холоду на тіло. Холод, діючи на судини, спричиняє їх звуження, в наслідок цього відбувається недостатнє кровопостачання певної ділянки тіла, що проявляється у зблідненні шкіри. Якщо вчасно не буде надано першу допомогу, то це може спричинити до відмиранні тканини.

Розрізняють три ступені обмороження: 1 - побіління і втрата чутливості; 2 - почервоніння і поява «пухирів»; 3 - омертвіння тканини, які набувають буро-червоного кольору.

При обмороженні 1 ступеня слід розтерти обморожені місця тіла сухою теплою тканиною до почервоніння. При обмороженні 2 і 3 ступенів - накласти стерильні сухі пов'язки і забезпечити негайну доставку потерпілого у лікарню.

При легкому ступені переохолодження тіло розігрівають розтиранням, дають випити кілька склянок теплої рідини. При середньому тяжкому ступенях - тіло енергійно розтирають вовняною тканиною до почервоніння шкіри, дають багато пити.

Взимку при морозах, при вологій холодній погоді, в разі тісного або мокрого одягу і взуття, при ослаблені організму, сп'янінні може статись **обмороження**. Ознаки його - втрата чутливості та побіління шкіри, утруднення рухів, відчуття втоми, сонливість. Наслідки обмороження будуть тим меншими, чим швидше і енергійніше буде зігріте обморожене місце.

Замерзлу або заляклу людину треба внести в тепле приміщення, роздягти, розтерти обморожене місце руками, ватою, м'якою вовняною тканиною до почервоніння і змастити будь-яким жиром. Відморожені (побілілі) відкриті частини тіла (ніс, щоки) розтирають до почервоніння спиртом або одеколоном, а от снігом чи рукавицею - не рекомендується, бо можна поранити шкіру і занести інфекцію. Обморожену руку або ногу протирають спиртом, опускають потім у воду (температура 20-30° С), весь час легко розтираючи її. Коли шкіра почервоніє, її витирають насухо, змащують жиром, накладають суху зігріваючу пов'язку. Якщо потерпілий не приходить до пам'яті, йому дають нюхати нашатирний спирт, при потребі роблять штучне дихання. Опритомнілого потерпілого напувають гарячим чаєм або кавою і тепло вкривають.

Переохолодження розвивається внаслідок порушення процесів терморегуляції при дії на організм холодного фактору і розладу функції життєво важливих систем організму, який настає при цьому. Відмороження виникає тільки при тривалій дії холоду, при дотику тіла до холодного металу на морозі, при контакті зі зрідженим повітрям або сухою вуглекислою, при підвищенні вологості і сильному вітрі при не дуже низькій температурі повітря (навіть близько 0 °С). Сприяє переохолодженню і обмороженню ослаблення організму внаслідок голодування, втоми або хвороби. Найчастіше відморожуються пальці ніг і рук, а також ніс, вуха, щоки.

Ознаки - на початковому етапі потерпілого морозить, прискорюється дихання і пульс, підвищується артеріальний тиск, потім настає переохолодження, сповільнюється пульс, дихання, знижується температура тіла. Після припинення дихання серце може ще деякий час скорочуватись (від 5 до 45 хвилин). При зниженні температури тіла до 34-32 °С затьмарюється свідомість, припиняється довільне дихання, мова стає неусвідомленою. Розрізняють чотири ступені відмороження тканин: 1 - почервоніння і набряк; 2 - утворення пухирів; 3 - омертвіння шкіри і утворення струпів; 4 - омертвіння частин тіла.

Допомога. При легкому ступені переохолодження тіло розігрівають розтиранням, дають випити кілька склянок теплої рідини. При середньому і важкому ступенях тіло енергійно розтирають вовняною тканиною до почервоніння шкіри, дають багато гарячої рідини, молока з цукром. Якщо потерпілий слабо дихає, треба розпочати штучне дихання. Після зігрівання потерпілого і відновлення життєвих функцій йому дають спокій. Не можна розтирати снігом. Одяг і взуття з відморожених частин знімати треба дуже акуратно, якщо ж зробити це не вдається, треба розпороти їх ножом чи розірвати.

Перша допомога при отруєнні.

Причиною отруєння є проникнення в організм людини різних токсичних речовин. Захворювання починається через 2-3 години, інколи через 20-26 годин.

Причиною отруєння оксидом вуглецю (2) є вдихання чадного газу, продуктів горіння, диму. Потерпілому необхідно забезпечити приплив свіжого повітря. Якщо є можливість, - дати подихати киснем. Звільнити його від одягу, який утруднює дихання необхідно робити штучне дихання.

При харчовому отруєнні потерпілому кілька разів промивають шлунок (примушують випити 1,5-2 л води, потім викликають блювання подразненням кореня язика) до появи чистих промивних вод. Можна дати 8-10 таблеток активованого вугілля. Потім дають багато чаю, але не їжу. Якщо після отруєння пройшло 1-2 години, і отрута надходить вже із шлунку до кишечника, то викликати блювання даремно. У такому випадку треба дати потерпілому проносне (2 столові ложки солі на 1 склянку води). Для зменшення всмоктування отрути слизистою оболонкою шлунково - кишкового тракту потерпілому можна дати розведені крохмаль або молоко.

Щоб запобігти зупинці дихання і кровообігу, необхідне постійне спостереження за потерпілим.

Наслідки нещасних випадків залежать від того, наскільки швидко і кваліфіковано надано потерпілому першу медичну (долікарську) допомогу. Затримка долікарської допомоги або неправильне (невміле) її надання може призвести до серйозних ускладнень у лікуванні, інвалідності та навіть до смерті потерпілого. Не можна відмовлятися від надання допомоги

потерпілому та вважати його мертвим тільки за відсутністю таких ознак життя, як дихання та пульс.

Оживлення. Способи штучного дихання. Зовнішній масаж серця.

Нерідко зовнішній вигляд людини, яка потрапила в біду, значні ушкодження, нерухомість її тіла можуть створити враження, що вона померла. Тому необхідно знати ознаки, які вказують на те, що потерпілий живий і потребує медичної допомоги:

- дзеркало, прикладене до рота, пітніє, отже, потерпілий дихає;
- зіниця звужується при наближенні джерела світла (запаленого сірника, електричного ліхтарика) і розширюється при віддаленні;
- палець руки набрякає, якщо його перев'язати ниткою, отже, система кровообігу діє, фіксуються застійні явища;
- шкіра запалюється (червоніє) під дією запаленого сірника чи цигарки.

При раптовому припиненні серцевої діяльності і дихання настає стан клінічної смерті. Якщо відразу ж розпочати непрямий масаж серця і штучне дихання (штучну вентиляцію легень), то є шанс урятувати потерпілого. Штучну вентиляцію легень виконують різними способами, з них найрозповсюдженіший «з рота в рот».

Мета штучного дихання - забезпечення газообміну в організмі, збагачення крові потерпілого киснем і виділення з крові вуглецю. Крім того, штучне дихання, діючи рефлекторно на центр дихання головного мозку, сприяє відновленню самостійного дихання потерпілого.

Способи штучного дихання можуть бути апаратні та ручні. Ручні менш ефективні, але можуть застосовуватись негайно при порушенні дихання у потерпілого.

Підготовка до штучного дихання:

- звільнити потерпілого від одягу, розстебнути комір сорочки тощо;
- покласти потерпілого на спину на горизонтальну поверхню, стіл, гімнастичний мат або підлогу;
- відвести голову потерпілого максимально назад, доки його підборіддя не стане на одній лінії з шиєю. При цьому положенні язик не затуляє вхід до гортані, вільно пропускає повітря до легенів. Разом з тим при такому положенні голови рот розкривається. Для збереження такого положення голови під лопатки кладуть валик із згорнутого одягу;
- пальцями обстежити порожнину рота і, якщо там є кров, слиз тощо, їх необхідно видалити, за допомогою хустинки або бережка сорочки вичистити порожнину рота. Обов'язково провести штучне дихання.

Виконання штучного дихання:

Голову потерпілого відводять максимально назад і пальцями затискають ніс (або губи). Роблять глибокий вдих, притискають свої губи до губ потерпілого і швидко роблять йому глибокий видих до рота. Вдування повторюють кілька разів, з частотою 12-15 разів на хвилину. З огляду на

гігієну рекомендується рот потерпілого прикрити шматком тканини (носовичок, бинт тощо). Якщо пошкоджене обличчя і проводити штучне дихання «з легенів у легені» неможливо, треба застосовувати метод стиснення і розширення грудної клітини шляхом складання і притискання рук потерпілого до грудної клітини з їх наступним розведенням у боки. Контроль за надходженням повітря з легенів потерпілого здійснюється по розширенні грудної клітини при кожному вдиханні. Якщо після вдихання грудна клітина потерпілого не розправляється - це ознака непрохідності шляхів дихання. Найкраща прохідність шляхів дихання забезпечується за наявності трьох умов:

- *максимальному відведенні голови назад;*
- *відкриванні рота;*
- *висуванні вперед нижньої щелепи.*

При появі у потерпілого перших слабких вдихів слід поєднати штучний вдих з початком самостійного вдиху. Штучне дихання слід проводити до відновлення глибокого ритмічного дихання.

Штучне дихання у більшості випадків треба робити одночасно з масажем серця. **Зовнішній масаж серця** - це ритмічне стискання серця між грудиною та хребтом. Треба знайти розпізнавальну точку - мечевидний відросток грудини, - він знаходиться знизу грудної клітини над животом. Стати треба з лівого боку від потерпілого і покласти долоню однієї руки на нижню третину грудини, а поверх - долоню другої руки. Тепер ритмічними рухами треба натискати на грудину (з частотою 60 разів на хвилину). Сила стискання має бути такою, щоб грудина зміщувалась у глибину на 4-5 см. Масаж серця доцільно проводити паралельно з штучним диханням, для чого після 2-3 штучних вдихів роблять 15 стискань грудної клітки. При правильному масажі серця під час натискування на грудину відчуватиметься легкий поштовх сонної артерії і звуться протягом кількох секунд зіниці, а також порожевіє шкіра обличчя і губи, з'являться самостійні вдихи. Щоб не пропустити повторного припинення дихання, треба стежити за зіницями, кольором шкіри і диханням, регулярно перевіряти частоту і ритмічність пульсу.

Припинення кровотечі з рани, носа, вуха, легень, стравоходу.

Навіть відносно неглибокі поранення можуть супроводжуватись кровотечею: капілярною, артеріальною, венозною.

Якщо ушкоджена артерія - колір крові яскраво-червоний, кров б'є фонтанчиком. Артеріальна кровотеча найбільш небезпечна, допомогу потерпілому треба надавати негайно. При капілярній кровотечі кров виділяється краплями, венозна кров має темно-червоне забарвлення.

Артеріальну кровотечу зупиняють за допомогою здавлюючої пов'язки. При кровотечі з великої артерії для зупинки крові до ділянки рани притискають артерію пальцем вище місця поранення, а потім накладають здавлюючу пов'язку. При кровотечі із стегнової артерії джгут накладають вище

від місця кровотечі. Під джгут підкладають шар марлі, щоб не пошкодити шкіру і нервові закінчення, вставляють записку із зазначенням часу його накладання. Тривалість використання джгута обмежується двома годинами, у противному разі - омертвіє кінцівка. Якщо протягом цього періоду немає можливості забезпечити додаткову допомогу, то через 1,5-2 години джгут на кілька хвилин відпускають (до почервоніння шкіри), кровотечу при цьому зменшують іншими методами (наприклад, здавлюючим тампоном), а потім знову затягують джгут. При кровотечі з головної шийної (сонної) артерії рану по можливості стискають пальцем, після чого набивають великою кількістю марлі, тобто роблять тампонування. Якщо рана знаходиться в паху або під пахвою (джгут не можна використовувати), то вкладають тампон, а потім (якщо немає вивихів і переломів) кінцівку потерпілого згинають і прив'язують до тулуба.

Для зупинки носової кровотечі, потерпілого необхідно посадити і покласти йому на ніс охолоджуючий компрес. Якщо не допомагає, запихають до носових ходів тампони із стерильного бинта, оброблені 3%-им розчином перекису водню. Тампони можна залишати в носі 24 години.

Якщо потерпілий відкашлюється яскраво-червоною спіненою кров'ю - кровотеча в легенях. При цьому дихання затруднене. Потерпілого кладуть у напівлежаче положення, під спину підкладають валик, на груди кладуть холодний компрес. При цьому йому забороняється говорити і рухатись. Періодично можна давати пити холодну, злегка підсолену воду і ковтати шматочки льоду. Потерпілому необхідна термінова госпіталізація:

Кровотеча з травного тракту характеризується блюванням темно-червоною кров'ю, що зілася. Положення потерпілому забезпечується те саме, що й при кровотечі з легенів, але ноги згинають у колінах. При значній втраті крові може розвинути гостре недокрів'я, виникнути шок. Перш за все треба зупинити кровотечу, по можливості напоїти чаєм. Потім тілу потерпілого надають такого положення, при якому голова для її нормального кровозабезпечення має бути дещо нижче тулуба.

Для швидкої зупинки кровотечі (доки готують джгут) притискають великим або іншими чотирма пальцями кровоносну судину (артерію) до кістки вище місця, що кровоточить. Притискання потребує значного зусилля, тому зволікати з накладання джгута не можна.

Джгут накладають не довше як на годину. За цей час потерпілого треба доставити в медпункт. Якщо ж це неможливо, то за годину, а в холодну пору року за півгодини треба, притиснувши артерію пальцями, джгут послабити або зняти зовсім і накласти знову, коли кінцівка потепліє і порожевіє. Ефективним засобом зупинки кровотечі є максимальний згин кінцівки в суглобі вище рани і фіксація її в такому положенні (прибинтовуванням до тулуба).

При кровотечі з носа потерпілого потрібно насамперед посадити у прохолодному місці, нахиливши голову вперед, поклавши в ніздрі шматочки вати і стиснути ніс пальцями. Потім голову треба відхилити назад, розстебнути комір, на перенісся покласти холодний компрес або сніг. Не можна промивати ніс, сякатися.

Порошину з ока витягають так. Чистими руками відтягають верхню повіку, потім нижню. Іноді цього буває досить, щоб порошина випала. Якщо не випала, кінчиком чистої хустинки або стерильного бинта її підсувають до краю повіки і витягають. У складніших випадках треба звернутися у лікувальний заклад.

При ураженні блискавкою енергійно розтирають шкіру рук, ніг, тулуба, зігрівають (вкривають). Потерпілому, який втратив свідомість, дають понюхати нашатирний спирт, негайно роблять штучне дихання. При відсутності пульсу та розширених зіницях паралельно треба робити зовнішній масаж серця. Закопувати потерпілого по плечі в землю чи обкладати його землею забороняється, це тільки погіршить стан і може призвести до смерті.

Ті, хто страждає **захворюваннями серцево-судинної системи**, повинні брати з собою в ліс засоби проти цих захворювань.

В Україні випадки смерті людини від укусу гадюки документально не засвідчені. Але ризикувати, мабуть, не варто, тим більше, що після укусу гадюки людина може серйозно хворіти, тіло в місці укусу набрякає, синіє, болить, з'являється кволість, задишка, блювання. Отже, **при укусі гадюки** треба видавити кров з отрутою з ранки, дезінфікувати її, а потім звернутися до лікаря.

При **укусі бджоли, оси, шершня** тіло в місці укусу червоніє, набрякає, пече, зудить. Ужалене місце чи місця змочують розведеним аміачним, марганцевим розчином, підсоленою водою (чайна ложка солі на склянку води). Щоб вгамувати біль, на місце укусу кладуть листок подорожника або змочують його соком з листя чебрецю, звіробою.

Жало бджоли (оса й інші жалячі комахи його не лишають) витягають пінцетом або голкою, попередньо продезінфікувавши їх. Ужалене місце протирають розрізаним зубком часнику, потім кладуть змочений у холодній воді бинт або компрес з тертої картоплі. Видавлювати і витягати жало пальцями не слід, бо в тіло попаде і та отрута, яка залишилася в ньому.

Укуси комарів дрібні, але болючі, неприємні, особливо для людей зі шкірою, яка легко подразнюється. Від укусів комарів допомагає сік лимону - ним натирають відкриті місця тіла. Укушені місця протирають розчином аміаку. При сильних укусах роблять компрес з тертої сирової картоплі.

Кліща, який увіп'явся в тіло, не можна виривати, його голова може залишитися в тілі й спричинити згодом нарив. Кліща треба змазати йодом, спиртом, одеколоном, маслом чи олією, гасом, і він сам відпаде.

Транспортування потерпілого.

Важливим завданням першої допомоги є якнайшвидше і правильне транспортування потерпілого в найближчий медичний заклад. При відсутності транспорту його переносять за допомогою шлейок на руках (способи «на руках попереду», на плечі, на спині «один за одним», «замок з трьох рук», «замок з чотирьох рук»), на імпровізованих ношах, виготовлених з підручного матеріалу (жердки, дошки, плащ, ковдра та ін.). Ті, що несуть ноші, повинні йти не в ногу, тоді ноші менше розхитуються. При перенесенні на твердих предметах під потерпілого підкладають щось м'яке (сіно, одяг і т. п.). У деяких випадках потерпілий може пересуватися, спираючись на товариша і використовуючи палицю.

Наслідки своєчасної і правильно наданої допомоги на місці події можуть бути зведені нанівець, якщо при підготовці до транспортування і доставці потерпілого до медичної установи не будуть дотримані відповідні правила. Головне не тільки в тому, як доставити потерпілого і яким видом транспорту, а наскільки швидко були вжиті заходи, які забезпечили максимальний спокій і зручне положення потерпілого.

Найкраще транспортувати потерпілого ношами. При цьому можна використовувати підручні засоби: дошки, одяг тощо. Можна переносити потерпілого на руках. Передусім потерпілого слід покласти на ноші, які застеляють ковдрою, одягом тощо, ставлять ноші з того боку потерпілого, де є ушкодження. Якщо тих, хто надає допомогу, двоє, вони повинні стати з іншого боку ношів. Один підводить руки під голову і грудину, другий - під крижі і коліна потерпілого. Одночасно без поштовхів його обережно піднімають, підтримуючи ушкоджену частину тіла, і опускають на ноші. Слід накрити потерпілого тим, що є під руками: одягом, ковдрою. Якщо є підозра на перелом хребта, потерпілого кладуть обличчям догори на тверді ноші (щит, двері). За відсутністю такого можна використати ковдру, пальто. В такому випадку потерпілого кладуть на живіт.

Якщо є підозра на перелом кісток тазу, потерпілого кладуть на спину із зігнутими ногами у колінах і у тазостегнових суглобах для того, щоб його стегна були розведені, під коліна обов'язково треба підкласти валик із вати, рушника, сорочки.

По рівній поверхні потерпілого несуть ногами вперед, при підйомі на гору або на сходах головою вперед. Ноші весь час повинні бути у горизонтальному положенні. Щоб ноші не розгойдувались, необхідно йти не в ногу, злегка зігнувши коліна.

При перевезенні потерпілого слід покласти його до машини на тих самих ношах, підстеливши під них що-небудь м'яке (ковдру, соломі тощо).

Способи перенесення потерпілих за допомогою підручних засобів.

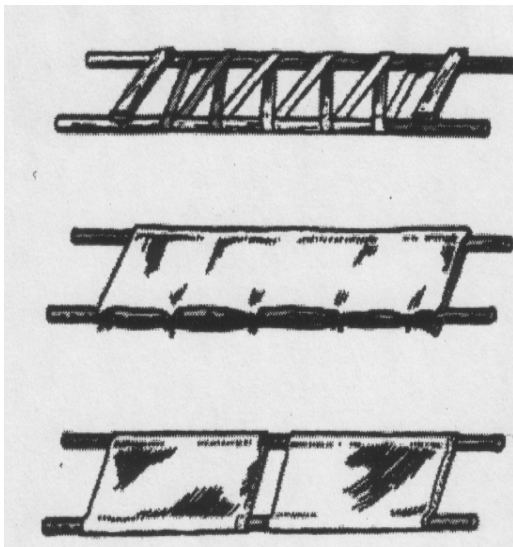
Розрізняють такі способи перенесення: на руках, на плечах, на спині, однією або двома особами з використанням носильних лямок і підручних засобів, на санітарних носилках.

Якщо допомога надається однією особою, то, щоб перенести потерпілого на руках, носій стає на коліно збоку від нього, бере його однією рукою під спину, а другою - під стегна; потерпілий охоплює носія за ший і притуляється до нього. Далі носій підводиться на ноги і несе потерпілого на руках перед собою. Такий спосіб допустимий для потерпілих без переломів кінцівок і ребер.

Можна переносити потерпілого на спині: носій садить його на підвищення, стає до нього спиною між його ногами і схиляється на одне коліно. Потерпілий охоплює носія за плечі, а той бере його обома руками під стегна і зводиться на ноги.

На невелику відстань зручно переносити потерпілого на плечі. Його кладуть на праве плече носія головою вниз. Носій правою рукою охоплює його ноги, а лівою тримає за праве передпліччя або кисть. Проте цим способом не можна скористатися, якщо у потерпілого переломи кінцівок або грудної клітки.

Існують такі способи перенесення на руках двома особами: на «замку»,



«один за одним» і з положення лежачи. При перенесенні на «замку» носії стають поруч і з'єднують руки таким чином, щоб утворилося сидіння («замок»). Якщо потрібно притримувати потерпілого, то «замок» робиться двома або трьома руками. На «замку» з чотирьох рук потерпілий сам тримається за ший носіїв.

При перенесенні «один за одним» один з носіїв підходить до потерпілого з боку голови і підхоплює його під руки зігнутими в ліктях руками, другий носій стає між ногами потерпілого спиною до нього, охоплює його ноги під колінами (перший носій не повинен з'єднувати свої руки на грудях потерпілого, щоб не

утруднювати йому дихання). Обидва носії одночасно підводяться і переносять потерпілого.

При перенесенні з використанням лямки складену в кільце лямку одягають на великі пальці розведених рук. При цьому одну руку треба зігнути в ліктьовому суглобі під прямим кутом; лямка не повинна провисати. Якщо немає носильних лямок, їх можна виготовити з поясних ременів.

Перенесення здійснюється двома способами. Перший: носильну лямку, складену кільцем, підводять під потерпілого, який лежить на землі, так, щоб одна половина лямки була під сідницями, а друга - на спині. По обидва боки потерпілого утворюються петлі. Носій лягає спереду потерпілого, одягає собі на плечі петлі, зв'язує їх вільним кінцем лямки в себе на грудях і кладе потерпілого собі на спину, потім стає на одне коліно і піднімається на весь зріст. Потерпілий сидить на лямці, притиснутий до носія. Якщо у потерпілого поранено грудну клітку, то цей спосіб не годиться.

Другий спосіб: носильну лямку складено вісімкою, її перехрестя просовують під сідниці потерпілого і кладуть його на здоровий бік. Носій лягає, притулившись до потерпілого спиною, одягає вільні кінці (петлі) лямки собі на плечі і кладе собі на спину потерпілого, який тримається за плечі носія. Із положення лежачи носій підводиться так само, як і в першому випадку.

При перенесенні способом «поруч» два носії стають поряд, одягають на себе лямку, складену вісімкою, так, щоб перехрестя лямки виявилось між ними на рівні кульшових суглобів, а петлі були перекинуті в одного носія через праве, а в другого - через ліве плече. Далі носії стають один на праве, другий на ліве коліно, піднімають і кладуть потерпілого на свої зімкнуті коліна, підводять лямку під його сідниці й разом зводяться на ноги.

Переносячи потерпілого на невелику відстань, два носії можуть також використовувати підручні засоби для утворення сидіння: рушники, палиці, поясні ремені, стільці. Можна переносити за допомогою жердини, простирадла, лямки (мотузки), ковдри.

Носилки можна також виготовити з підручних матеріалів: з двох жердин, з'єднаних дерев'яними розпірками і сплетених лямками (мотузкою, ременем), з матрацного чохла і двох жердин, з двох мішків і двох жердин тощо.

Радіаційна безпека, дії у разі надзвичайних ситуацій природного і техногенного характеру.

Про загрозу та виникнення надзвичайних ситуацій радіоактивного, хімічного, бактеріологічного зараження, катастрофічного затоплення та інших видів небезпеки ДУ отримаєте сповіщення від місцевого штабу ЦО по радіо, телебаченні, з газет.

У разі виникнення надзвичайної ситуації радіоактивного хімічного, бактеріологічного зараження та інших видів небезпеки ДУ чітко виконувати вказівки екскурсовода медичних робітників.

У разі виникнення землетрусу й обвалу, діяти за такими правилами:

- покликати на допомогу;
- якщо хтось відгукнувся, повідомити про місце перебування і що сталося;
- спокійно чекати, поки розберуть завал;
- якщо ніхто не чує, спробувати вивільнити руки й ноги;
- роздивитися, якими предметами завалено;
- якщо вони не надто важкі, обережно розбирати завал. Намагатися не зачепити те, на чому все тримається;
- якщо не видно, чим завалено, або предмети, які на вас упали, дуже важкі, терпляче кликати на допомогу кілька годин;
- якщо ніхто не чує, все таки спробувати розібрати завал;
- звільнившись, оглянути себе. Якщо необхідно, надати собі першу допомогу: зупинити кровотечу, зафіксувати зламану кінцівку;
- слід сповістити про себе (якщо є можливість, потрібно скористатися телефоном мобільного зв'язку, голосно кликати на допомогу);
- очікуючи на допомогу, слід намагатися уникнути переохолодження: постелити щось, лягти на бік, підклавши під себе руку, коліна підтягнути до грудей.

Правила безпечної поведінки під час грози:

- якщо під час грози ви перебуваєте на відкритому місці, слід сховатися в яру, під кущами;
- не можна ховатися від грози під високим поодиноким деревом, високовольтною лінією електропередач, у річці;
- треба відкласти на 15-20 м від себе всі металеві речі;

Інструкція з пожежної безпеки при проведенні екскурсій і туристичних походів до лісу.

Усі, хто буває в лісі, зобов'язані дотримуватися «Правил пожежної безпеки», якими передбачено, що в пожежонебезпечний період забороняється розпалювати багаття в хвойних молодняках, на старих згарищах, ділянках лісу, пошкодженого вітровалом і буреломом, на торфовиськах, захаращених хмизом і деревиною порубах, у місцях з висохлою травою, під кронами дерев.

Вогнище слід розкласти у спеціально відведеному місці або ж там, де його розкладали раніше. Як стверджують спеціалісти, багаття на 5-7 років цілком виводить з ладу ділянку землі, на якій воно було розкладене. Вогнище заливають водою, розгрібають палкою. Якщо води поблизу немає, засипте місце багаття шаром землі товщиною 10 см.

Там, де вогнище розкладається вперше, рекомендується розкопати дернину на площадці діаметром не менше 1 м, а при відході місце вогнища залити водою та закласти дерниною.

Не можна розкладати вогонь під кроною і на корінні дерева, поблизу смолистих пеньків. Небезпечно розпалювати багаття у хвойних молодняках, на ділянках з сухим очеретом або сухою травою. У молодому хвойному лісі крони низько опущені, навіть слабкий вогонь може спалити ліс або обпалити тонку кору дерев. У

борах легко загоряються сухі мохи, тому багаття не дозволяється розкладати навіть поряд з такими ділянками лісу.

На кам'янистих розсипах між камінням може нагромаджуватись горючий матеріал, вогонь між каменями може поширюватись на значну площу. На торфовищах торф тліє навіть тоді, коли він здається вологим. Дуже горючим є рослинний матеріал на захаращених зрубках - сонце його тут добре висушує.

Відповідно до діючих вимог, туристські групи та загони повинні мати протипожежний інвентар. На групу з 6-10 чоловік треба мати одну сокиру і одне відро, а з 11-30 чоловік - 3 лопати, 2 сокири, пилку і троє відер. Якщо у групі цього інвентаря не буде, працівники державно-лісової охорони можуть повернути їх на турбазу.

Працівникам усіх підприємств, організацій, установ, громадянам заборонено випалювати траву на лісових галявинах, просіках, луках і стерні на землях державного лісового фонду та на полях, що безпосередньо прилягають до лісу або захисних лісонасаджень.

Громадяни, виявивши лісову пожежу, зобов'язані негайно вжити заходів до її гасіння, а якщо власними силами це зробити не можливо, повідомити про неї працівників лісового господарства, міліцію, місцеву владу.

Якщо пожежа тільки почалася, її легко загасити. Пізніше треба залучати багато людей, техніку, матеріальні засоби, витратити немало часу. При загорянні лісу перш за все треба зорієнтуватись, визначити напрямок руху вогню. Не слід наближатись до густих хвойних молодняків, захаращених ділянок, вони можуть раптово спалахнути. Небезпечно перебувати в диму - можна задихнутись. Щоб зменшити дію диму, треба дихати через тканину (краще мокру), намагатися якнайшвидше вийти з зони задимлення.

Найпростіші способи гасіння лісової пожежі доступні всім: вогонь заливають водою, збивають гілками, засипають землею. Слабкий і середньої сили вогонь при низовій пожежі збивають пучками одно-двометрових гілок листяних порід. При цьому рухаються поряд з краєм вогню, вибираючи місця, вільні від дерев, пеньків, вітровалу. Вогонь збивають на вже вигорілу площу, ніби змітаючи його всередину пожарища. В першу чергу збивають вогонь, який іде за вітром. Якщо діяти швидко і чітко, то пожежа буде ліквідована.

Край вогню можна заливати водою або закидати землею, використовуючи при цьому лопати. Велику пожежу гасять спеціалісти.

Після того, як вогонь загашено, пожарища обходять, ретельно ліквідовують усі ознаки горіння, тліючі об'єкти заливають водою або засипають землею до повного припинення диму.

Затверджено на засіданні кафедри безпеки життєдіяльності
(протокол № 10 від 30.05.2013 року.

ПАМ'ЯТКА ТУРИСТУ: СХОДЖЕННЯ НА ГОРУ ІІІ ІВАН

Підписано до друку 12.11.2013 р.
Формат 60x84/16. Ум. друк. арк. 2.906
Папір офсетний. Друк цифровий.
Гарнітура "SchoolBookC"
Наклад 50 прим.

Івано-Франківськ,
Височана, 18, Видавництво «НАІР»
(0342) 50-57-82, 0504336793

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи до державного
реєстру видавців, виробників і розповсюджувачів
видавничої продукції №4191 від 12.11.2011р.