

ПАМЯТКА: НАДЕВАНИЕ САМОСПАСАТЕЛЯ (СИЗОД)
СНАЧАЛА НАДЕВАЕШЬ НА СЕБЯ — ПОТОМ СПАСАЕШЬ РЕБЕНКА!
НОРМАТИВ: 20 СЕКУНД!

ШАГ 1: ВСКРЫТИЕ

- ☞ Сорви замок-пломбу.
- ☞ Выдерни герметичную упаковку за петлю.
- ☞ Разорви пакет по насечке и достань капюшон.

ШАГ 2: ПОДГОТОВКА

- ☞ Растяни эластичный воротник руками (пальцы внутрь, ладони наружу).
- ☞ Убедись, что фильтр находится впереди.

ШАГ 3: НАДЕВАНИЕ

- ☞ Натяни капюшон на голову в направлении ОТ ПОДБОРОДКА К ЗАТЫЛКУ.
- ☞ Убери ВСЕ волосы под резиновый воротник.

ШАГ 4: ФИКСАЦИЯ

- ☞ Нажми на носовой зажим (если есть) или поправь полумаску на лице.
- ☞ РЕЗКО затяни регулировочные ремни назад ДО УПОРА.

⚠ ТРИ СМЕРТЕЛЬНЫЕ ОШИБКИ — ПРОВЕРЬ СЕБЯ И КОЛЛЕГУ!

1. **Волосы наружу** — дым мгновенно проникнет под маску через щели в волосах. **Все волосы — внутрь!**
2. **Слабый воротник** — забыли затянуть задние ремни. При движении маска сместится, и вы вдохнете угарный газ. **Тяни ремни до упора!**
3. **Паника при надевании** — резкие хаотичные движения могут порвать резиновый шейный obturator ногтями или заколками. **Действуй быстро, но плавно.**

☛ КАК УПРАВЛЯТЬ ЭВАКУАЦИЕЙ ДЕТЕЙ В МАСКЕ:

- **Голос приглушен:** Не пытайся говорить длинными фразами, фильтр поглощает звуки.
- **Кричи на выдохе:** Четко, громко, короткими командами.
- **Используй только 3 слова:**
 1. «СТОП!»
 2. «ЗА МНОЙ!»
 3. «БЫСТРЕЕ!»
- **Работай руками:** Сопровождай каждую команду агрессивной, размашистой жестикуляцией (указывая направление выхода, приседай к детям).