



СПОРТНО УЧИЛИЩЕ „НИКОЛА СИМОВ“ ГР. ТЪРГОВИЩЕ

гр. Търговище, ул. „Цар Симеон“ п. к. 134

тел. 0884341763, e – mail: info-2500203@edu.mon.bg

Утвърдил,

Директор: *М. Коева*

/Надежда Коева/



със Заповед № 646/31.08.2023 г.

ПРАВИЛНИК ЗА ОСИГУРЯВАНЕ НА БЕЗОПАСНИ УСЛОВИЯ НА ВЪЗПИТАНИЕ, ОБУЧЕНИЕ И ТРУД

При необходимост се изпълняват допълнителни задължения съгласно План на СУ „Никола Симов“ за действие за осигуряване на безопасна среда за обучение и работи в условията на епидемична обстановка за учебната 2023/2024г. и правила за работа.

ГЛАВА ПЪРВА

ОБЩИ ПОЛОЖЕНИЯ

1. С този правилник се определят изискванията за осигуряване на безопасни условия на възпитание, обучение и труд в училището.
2. Правилникът се отнася за всички участници в учебно- възпитателния процес и трудова дейност (ученици, учители и друг персонал) и урежда техните права и задължения по осигуряване и контролиране на БУВОТ.
3. Правилникът се утвърждава от директора на училището, не по-късно от началото на учебната година.

РАЗДЕЛ I

Област и ред за прилагане на правилника

1. Правилникът се отнася за учениците, педагогическия и непедагогическия персонал в СУ „Никола Симов“, както и за лицата, които по различни поводи се намират в училищната сграда, площадки, терени и др.
2. За осигуряване на безопасни условия на възпитание, обучение и труд при провеждане на възпитанието, учебната, извънкласната и извънучилищната дейност и при извършване на трудови дейности се спазват установените в Република България единни правила за безопасност на труда.
3. Отговорност за изпълнението на правилника носи училищното ръководство.

РАЗДЕЛ II

Права, задължения и отговорности на длъжностните лица и учащите за осигуряване и спазване на безопасни условия на възпитание, обучение и труд

I. Училищно ръководство

1. Училищното ръководство е длъжно да осигурява на учениците напълно безопасни условия за работа;
2. Със заповед на директора ежегодно се създават комисии за:
 - проверка на ел. уредите, инсталациите, противопожарните кранове, гръмоотводите с оглед противопожарната охрана и охраната на труда;
 - комисиите по точка 2 до 1 септември извършват проверката и съставят протоколи, с чието съдържание се запознава РС.

II. Педагогически персонал

1. В началото на учебната година класните ръководители и учителите запознават учениците с нормите за безопасност и условията на труд в класните стаи и кабинетите.
2. На първата родителска среща всички родители се запознават с настоящия правилник, с правилника за дейността на училището и пропускателния режим в училището.
3. При провеждане на спортни игри, походи, състезания и други извънучилищни дейности класните ръководители и учителите задължително инструктират учениците за поведението им като състезатели, участници в похода, пешеходци или пътници в транспортни средства.
4. Списъците на учениците, заминаващи на поход, екскурзия и т. н. се предават на директора след провеждане на задължителния инструктаж заедно с маршрутният лист за придвижване на групата.
5. Екскурзии се провеждат само с изправни моторни превозни средства.
6. При организиране на походи по възможност не се включват хронично болни ученици. Същите могат да участват в похода само след разрешение от лекар и писмено съгласие на родителите /или присъствието на родител на мероприятиято/.
7. Преди провеждане на общински, регионални и национални спортни състезания, участниците – ученици задължително преминават през медицински преглед под ръководството на учителите по физическо възпитание или треньорите.
8. Преди провеждане на лабораторни упражнения учениците предварително се инструктират от преподавателя за безопасна работа.
9. Задължително се разглеждат теми по БД в ЧК.
10. След приключването на учебните занятия учителите задължително проверяват за забравени включени електрически уреди, учебно-технически средства и осветление.
11. Дежурните учители следят за нормалното придвижване на учениците по коридорите и стълбищата в училищната сграда и следят за поведението на същите в класните стаи, коридорите и стълбищата.
12. Ежегодно в края на учебната година РС анализира безопасността на условията в училището и набелязва мерки за подобряването.

III. Непедагогически персонал /помощен и обслужващ персонал – работници и служители/.

Всички са длъжни:

1. Да спазват установената трудова, техническа и технологична дисциплина, да изпълняват трудовите си задължения точно и добросъвестно.
2. Да се явяват на работа в състояние, което им позволява да изпълняват възлаганите им задачи и да не употребяват през работно време алкохол или друго упойващо вещество.
3. Да спазват правилата за здравословни и безопасни условия на труд, безопасността на движението и противопожарната охрана.

4. Да се грижат за собствената си безопасност и безопасността на лицата, които биха могли да пострадат при извършването от тях работа или дейност.

5. Да поддържат реда, необходимата чистота, културна и приветлива обстановка на работното си място.

6. Да не предприемат по своя инициатива работа, с която не са запознати и не им е възлагана.

7. Да поддържат и повишават знанията и квалификацията си по безопасните методи на труд.

8. Периодично или за конкретен случай да се запознават с изискванията за безопасна работа, отнасящи се за работното място, на което работят.

9. Имат право да откажат изпълнението или да преустановят работата, когато възникне сериозна и непосредствена опасност за живота и здравето им, като незабавно уведомят за това прекия си ръководител.

10. Имат право да откажат изпълнението на работа, за която не са инструктирани или нямат изискваната с правоспособност.

11. Преди началото и след края на учебните занятия работникът по поддръжка и ремонт задължително проверява състоянието на вратите, прозорците, чиновете, масите, бюрата, шкафовете и осветлението. При констатиране на нередности незабавно пристъпва към отстраняването им, като своевременно уведомява домакина и училищното ръководство.

12. Коридорите и стълбищата в училищната сграда се забърсват от чистачите след голямото междучасие.

13. Санитарните помещения се почистват преди започване на учебните занятия, след всяко междучасие и след приключване на учебните занятия.

14. Чистачите измиват прозорците всяка ваканция. Тяхното почистване се извършва след внимателното им отваряне, а също на изправни маси или стълби.

15. Качването и слизането при почистване на прозорците или подмяна на осветителните тела става изключително внимателно при спазване на правилата за безопасност.

16. Училищният двор и спортните площадки се почистват всяка сутрин и след голямото междучасие.

17. Пердета, завеси, покривки, пътеки и килими се перат всяка ваканция.

18. Почистването на парка става през ваканцията, като чистачите спазват правилата за работа с опасни химикали.

19. По време на работа с опасни химикали прозорците в кабинетите, класните стаи и залите задължително са отворени.

20. При подмяна на осветителни тела, ремонт на учебно-технически средства, съоръжения и други, те задължително се изключват от електрическата мрежа.

21. Ремонт на електрически табла се извършва само след централно изключване на електрическата мрежа.

22. След приключване на учебните занятия чистачите задължително проверяват за забравени включени електрически уреди.

23. Обслужващият персонал изпълнява задълженията си по трудов договор и длъжностна характеристика само в работно облекло.

24. До началото на учебната година задължително се осигуряват от длъжностното лице медикаменти за долекарска помощ.

25. При пожар, земетресение, авария, стихийно бедствие и други, чистачите от първия

етаж обезпечават отварянето на вратите и изходите за евакуацията на учениците.

26. За училищни нужди се закупуват или присмат като дарения само уреди, съоръжения, пособия, учебно -технически средства и други, отговарящи на БДС.

27. Леснозапалими материали се съхраняват от домакина на строго определени за целта места, безопасни за здравето и живота на учениците и трудовия колектив.

28. През есенно- зимния сезон стриктно се спазва планът за работа през зимни условия " План за осигуряване на нормален учебен процес през зимата" с оглед на безопасните и здравословни условия на труд.

IV. Ученици

1. При придвижване от дома към училище всеки ученик се задължава стриктно да спазва правилата за движение по пътищата.

2. При пресичане на улиците при изходите на училището всеки ученик е длъжен да спазва правилата за безопасно движение.

ГЛАВА ВТОРА

Условия, изисквания и правила за безопасно и здравословно провеждане на възпитанието, обучението и трудовата дейност

ОБЩИ

ПОЛОЖЕНИЯ

1. Работникът или служителът е длъжен да спазва правилата за безопасни и здравословни условия на труд при изпълнение на работата, за която се е уговорил.

2. Правилата за безопасни и здравословни условия на труд за съоръжения и работни места, се разработват и утвърждават от работодателя. Те не могат да противоречат на нормативните изисквания и се обявяват по подходящ начин на работните места.

3. Лица без необходимите знания и умения, предвидени в правилата за осигуряване на безопасни и здравословни условия на труд, не се допускат на работа.

4. При нарушаване правилата за осигуряване на безопасни и здравословни условия на труд се носи отговорност.

5. При неизпълнение на задълженията си във връзка с осигуряване на безопасни и здравословни условия на труд работодателят или съответното длъжностно лице подлежат на наказание.

6. Работодателят има право да налага дисциплинарни наказания за неспазване на правилата за безопасни и здравословни условия на труд.

7. Учителите, работата на които е свързана с използване, обслужване и поддържане на съоръжения и други, както и заети в дейности, които създават опасност за здравето и живота им, задължително се инструктират, обучават и полагат изпит по правилата за осигуряване на безопасни условия на труд.

8. Учителите разработват правила за безопасни условия на възпитание, обучение и труд по учебните предмети, по които преподават.

16. Организацията, редът и дисциплината по време на занятията е задължение на всеки участник в учебния процес.

17. До началото на всяка учебна година задължително се отремонтират или бракуват всички уреди, съоръжения, учебно-технически средства и пособия, които не отговарят

на условията за безопасност.

18. Задължително е спазването на изготвения план за работа при зимни условия, като съевременно в началото на зимния сезон се осигуряват необходимите противопожарни средства, сол, пясък, луга, лопати и кирки.

19. При извършване на ремонтни дейности в училищната сграда директорът издава заповед за стриктно спазване на правилата за безопасност до неговото приключване.

20. При станала злополука незабавно се уведомява медицинския специалист, училищното ръководство и родителите на ученика или близките на служителя или работника.

21. Дежурните учители за деня извършват превантивен контрол по спазване на правилата за безопасност. При нарушаването им от ученици незабавно се уведомява класния ръководител или училищното ръководство.

РАЗДЕЛ I

Изисквания към съоръжения и работни места за безопасна работа

1. Кабинетите и лабораториите по химия, физика и други трябва да имат в непосредствено съседство хранилище.

2. Пространството, в което постоянно действат или периодично възникват опасни за здравето на човека фактори, е опасна зона за увреждане, която може да бъде постоянна или променлива.

3. Учебните кабинети, лаборатории, физкултурния салон и други подобни, трябва да бъдат напълно механично, електро – и пожаро - обезопасени.

4. Задължително е спазването на изискванията на ПБТ и инструкциите за безопасна работа, с които учениците трябва да бъдат запознати.

5. Всички учебно -технически средства да се използват по своето предназначение и съобразно изискванията по БХТ.

РАЗДЕЛ II

Хигиенни и здравословни изисквания за работните места и за учебната дейност на учениците

I. Общи изисквания

Учебните кабинети, лаборатории, физкултурни салони и други подобни трябва да отговарят на санитарно -хигиенните изисквания по отделните фактори – микроклимат, осветление /естествено и изкуствено/, вредни вещества, шум, вибрации, лъчения и други.

II. Микроклимат – температура, влажност и скорост на въздуха. Отопление и вентилация.

1. Хигиенните изисквания към микро -климатичните параметри на въздуха в работните помещения да отговарят на БДС.

2. Да се спазват оптималните норми на работните места за температура и скорост на въздуха в зависимост от категорията работа и периода на годината.

3. Когато поради технически или други причини не е възможно да се осигуряват оптималните норми, да се спазват допустимите норми за:

- температура и скорост на въздуха през студения период;
- относителната влажност на въздуха на постоянните работни места между 30 и 75 %;
- скорост на въздуха на постоянните работни места през топлия период;

4. Необходимо е да се поддържа постоянна температура в работните помещения с помощта на отоплителни тела, които не трябва да влошават микроклимата.

Естествено и изкуствено осветление

1. Всички помещения, независимо от времето на пребиваване в тях, трябва да бъдат осигурени с естествено осветление.
2. Помещенията, в които е обективно доказана невъзможността да се осигурят нормите за естествено осветление, трябва да се осветяват през дена със смесено осветление.
3. Естественото осветление трябва да бъде странично, горно или комбинирано и да осигурява хигиенните изисквания съобразно БДС 1786-84.

Санитарно -битово осигуряване

1. Територията на училището и дворните площи да се поддържат чисти, а отпадъците да се събират на определените за целта места.
2. За осигуряване на личната хигиена на работниците и служителите да се осигурят санитарно -битови помещения.
3. Да се поддържат в добър вид съблекалните, помещенията с душеве и умивалници, помещенията за почивка, тоалетните и в изправност шкафчетата, душовете, бойлерите и други.
4. Да се спазва от всички педагогически, непедагогически персонал и ученици, въведеният режим за труд и почивка.
5. Кабинетът на медицинския специалист да бъде обзаведен и оборудван с необходимите средства и медикаменти за оказване на първа помощ.
6. Условия за санитарно -битово и медицинско обслужване на педагогическия и непедагогическия персонал и на учениците съобразно санитарните норми и изисквания се осигуряват от директора на учебното заведение.

Водоснабдяване и канализация

1. Училищната сграда да бъде осигурена с необходимите количества вода за хигиенни - санитарни, питейно -битови и прол. Да се извърши оценка за условията на труд от оторизирана служба по трудова медицина, като същите се определят чрез данните от съществуващи паспорти на условията на труд и от други измервания и оценки, с давност не по-голяма от 3 години и да се извършват от специализирани лаборатории.
2. Контролът по измерването на елементите от условията на труд се осъществява от контролните органи на МЗ и МТСИ.
3. За всяко работно място, работна зона на учениците да се състави карта за условията на труд с параметрите на работната среда.

РАЗДЕЛ III ПРОТИВОПОЖАРНА ОХРАНА

Създаване на условия за недопускане на пожари

1. Да се изготви противопожарна Наредба, която да се утвърди от директора на учебното заведение.
2. Противопожарната Наредба да се спазва от всички задължително.
3. Да се извършва постоянен контрол по спазване на противопожарната Наредба от назначеното длъжностно лице и училищното ръководство.
4. В Наредбата да са включени и следните раздели:
 - противопожарни изисквания към помещенията
 - помещения за учебно - възпитателна дейност
5. Да се извършва постоянен контрол по ползването на електронагревателните и отоплителни уреди. При спиране на електрическия ток да се ползват само електрически фенерчета или газови лампи.
6. Отоплителните уреди да бъдат монтирани правилно и безопасно.
7. Леснозапалимите течности в лабораториите да се съхраняват в метални шкафове.
8. В коридорите и по стълбищата да не се съхраняват маси, чинове или друг инвентар.
9. Изходите за евакуация да се поддържат годни за използване.

10. В таванските и избените помещения да не се складираат леснозапалими материали, да бъдат заключени и да няма свободен достъп до тях.

11. Противопожарните уреди и съоръжения да се поддържат в изправност и годност за ползване.

12. Да се спазват най-строго изискванията за пожарна безопасност при извършване на заваръчни и други огневи дейности.

13. Да се изготви план за евакуация на учениците при пожар, същият да бъде поставен на видно място в училищната сграда на всеки етаж и да се проигравя веднъж на учебен срок през учебната година.

Противопожарни изисквания при провеждане на масови мероприятия - тържества, вечери и други.

1. Помещенията за масово събиране на хора в училището са актовата зала, стол, учителска стая и други.

2. Не се допуска употребата на синтетични материали за облицовка на стени и тавани.

3. За провеждане на масово мероприятие трябва да бъдат осигурени всички необходими средства за пожарогасене.

4. През време на масовото мероприятие при учениците трябва да присъства представител на училищното ръководство, който да следи и отговаря за спазване на всички правила по противопожарната охрана.

5. При провеждане на масовото мероприятие е забранено:

- осъществяване на светлинни ефекти с използване на химически и други вещества, които могат да причинят пожар
- да се гаси напълно светлината в помещението
- разполагане на маси и, столове и други предмети в помещението по начин, който ще затрудни бързото му напускане от присъстващите.

6. Украсата с електрически илюминации да се извършва само от правоспособен електротехник, който да спазва всички изисквания за електро- и пожаробезопасност.

РАЗДЕЛ IV

Работно облекло и предпазни средства

1. Предпазните средства и работното облекло се осигуряват съгласно реда и изискванията, определени в нормативните актове и се ползват само по предназначението им в работното време.

2. Изготвя се и се утвърждава списък на работните места и видовете работа, за които са необходими предпазни средства и работно облекло, като се определя видът, срокът на износването и условията на ползването им.

3. Разходите по доставката и поддържането на работното облекло и предпазните средства са за сметка на бюджета на училището.

4. До началото на всяка учебна година комисия, назначена със заповед на директора, проверява паличието, състоянието и годността на личните предпазни средства.

5. Да се поставят, където е необходимо, предупредителни знаци и надписи.

РАЗДЕЛ V

Правила и изисквания за безопасна работа в учебните кабинети и лаборатории със съоръжения и други работни места и дейности

Училищният директор утвърждава разработените правила за безопасна работа в учебните кабинети и лаборатории, съоръжения и други.

1. При организиране на извънучилищни мероприятия ръководителят на групата да изготви и представи на директора план за провеждане на мероприятиято.

2. Извънучилищно мероприятие се провежда след издадена от директора писмена заповед и проведени инструктажи с учениците.

3. Директорът определя и запознава придружителите на групата с конкретните им задължения за осигуряване на безопасното провеждане на извънучилищното мероприятие.

Организирано придвижване на ученици и друг персонал като пешеходци или пътници в превозни средства

1. Задължително е спазването на изготвения и утвърден от директора план на Комисията по безопасност на движението, охрана на труда и защита при природни и други бедствия.

Дейност в случай на пожар, авария или природно бедствие

1. Да не се допуска паника и да се действа организирано и уверено.

2. При усещане на първите признаци на земетресение да не се напуска сградата самостоятелно от ученици или учители.

3. Да се заемат местата до вътрешните стени или коридорите, които са сравнително по-устойчиви на въздействието.

4. След преминаване на първия трес незабавно да се изключат отоплителните и нагревателните уреди в класните стаи, канцелариите, коридорите, работилниците, кабинетите, лабораториите и други.

5. След преминаване на първия трес под ръководството на учителите, организирано, при спазване на плана за евакуация да се напуснат класните стаи.

6. Да се слиза само по стълбищата, без да се ползва асансьор.

7. След напускане на сградата да не се застава на разстояние по-малко от височината ѝ.

8. Задължително е спазването от всички – трудов колектив и ученици на противопожарната наредба, утвърдена от директора.

9. При възникване на пожар е необходимо да се уведомят незабавно органите на противопожарната охрана, като се посочи и адресът на училището.

10. Да се започне незабавно гасене на пожара с наличните противопожарни съоръжения.

11. Организирано и без паника да се евакуират учениците, при спазване на плана за евакуация и конкретната пожарна обстановка.

12. Задимен участък да се преминава с поставена на дихателните органи мокра кърпа.

13. Директорът на училището и учителите напускат последни училищната сграда, след извеждане на всички ученици.

14. При разрастване на пожара да се вземат мерки за спасяване на ценно имущество и документация.

15. При пристигане на противопожарните коли да се информират служителите на СПАБ за следното:

- има ли ученици, неизведени от класните стаи и къде, кои помещения са обхванати от огъня и къде се разпространява;

- местата за съхраняване на леснозапалими течности.

ГЛАВА ТРЕТА

Инструктажи и обучения по безопасността, хигиената на труда и противопожарната охрана

1. Директорът на училището задължително с писмена заповед създава организация за цялостното провеждане на видовете инструктажи, техният обхват, продължителност, тематика и програми, както и длъжностните лица, които ще ги провеждат.

2. Инструктажите се провеждат от длъжностни лица с техническо или друго подходящо образование и съответен опит през време на работа, като разходите за това не са за сметка на инструктираните.

3. Инструктажи за осигуряване на безопасни условия за възпитание, обучение и труд се провеждат от учители и от оторизирани лица, както и когато ученици, педагогически и

непедагогически персонал или лица от други организации извършват самостоятелно или съвместно следните дейности:

- ремонт, монтаж и демонтаж на апарати и съоръжения;
- ремонт на различни видове инсталации – електрически, отоплителни, вентилационни, климатични, водопроводни и канализационни;
- строително-монтажни дейности на училищната сграда или двора на училището
- товаро-разтоварни или транспортни дейности.

4. Директорът на училището ежегодно организира форми за повишаване на знанията по безопасността, хигиената на труда и противопожарната охрана на длъжностните лица, които ръководят и управляват трудови и учебни процеси и на тези, определени да провеждат инструктажи.

5. С всички работници, служители и ученици да се проведат инструктажи за безопасни условия на възпитание, обучение и труд безопасните методи на работа.

6. Работниците и служителите, работата, на които е свързана с използване, обслужване и поддържане на технически съоръжения, задължително да се инструктират, обучат и положат изпит по правилата за осигуряване на здравословни и безопасни условия на труд.

7. Директорът на училището да организира провеждането на периодично обучение и инструктаж по правилата за осигуряване на безопасни условия на възпитание, обучение и труд.

8. По отношение на организацията на инструктажите да се привлекат училищните настоятелства.

9. Задължително е документирането на проведените видове инструктажи.

10. Не се допускат на работа лица, които не са инструктирани.

11. Контролът по спазването на изискванията за организацията, реда и условията за провеждане и документиране на видовете инструктажи се осъществява от училищният директор.

12. Въвеждането, воденето, съхранението и контролът по документацията за дейностите, осигуряващи здравословни и безопасни условия на обучение и труд се изпълнява от директора на училището или от упълномощено длъжностно лице.

ГЛАВА ЧЕТВЪРТА

Трудови злополуки

1. За трудови злополуки се считат всички травматични увреждания, станали по време и във връзка или по повод на извършваната работа, както и всяко увреждане на здравословното състояние, настъпило в резултат на изпълняваните трудови задължения.

2. Регистрират се всички трудови злополуки, които са станали с работници или служители и са предизвикали загубване на работоспособност за един или повече дни.

3. За всяка трудова злополука самият пострадал или най-близкият свидетел на злополуката незабавно уведомява училищния директор.

4. Трудовата злополука се установява от директора на учебното заведение с акт в тридневен срок, считано от деня на злополуката, а професионалното заболяване – в тридневен срок от неговото констатиране от съответните здравни органи.

5. Директорът на учебното заведение организира регистрирането, отчитането и анализирането на трудовите злополуки и професионални заболявания по установения в Република България ред.

6. Училищният директор незабавно уведомява ИО на МОН, регионалните инспекции по труда, органите на МВР, прокуратурата и Гражданска защита в случаите на тежки или със смъртен изход трудови злополуки и тежки аварии.

7. Мерки за предотвратяване на трудовите злополуки и на общите и професионални заболявания се вземат от училищния директор.

ГЛАВА ПЕТА

Долекарска помощ

1. Да се ползват правилата, предназначени за обучение на работниците и служителите за оказване на първа долекарска помощ при увреждане здравето на хора при трудовата им дейност, утвърдени от министъра на здравеопазването и министъра на труда и социалните грижи.
 2. Спазването на Правилата за оказване на първа долекарска помощ утвърдени на основание чл. 276 ал. 1 и ал. 2 от КТ и влезли в сила от 01.01.95г. е задължително.
 3. При изпадане на ученици в гърч да се запази спокойствие, да се постави детето далеч от остри и горещи предмети, да се разхлабят пристягащите дрехи, да се постави тялото в странично положение и да се повика веднага училищният лекар или медицинското лице, обслужващо училището. Да не се правят опити за ограничаване на гърчовите движения и свестяване /пръскане с вода и изкуствено дишане, които влошават състоянието на детето/, да се изнесе на свеж въздух пострадалият и да не се дават течности и вода през устата.
 4. При настъпване на алергичен шок на мястото на инфектиране да се постави турникет.
 5. Медицинското лице в училището обучава групи от класовете за оказване на първа долекарска помощ при токов удар, изгаряне, порезни рани и счупване на крайници.
 6. При колапс да се напляска лицето и да се напръска с вода, да се дадат тонизиращи напитки или вода.
 7. При травматизъм да се направи компресивна превръзка, при счупване на крайник или открита фрактура да не се предприема нищо. При внезапно падане пострадалият се оставя на мястото на произшествието до идването на медицинския специалист, като се отстраняват наблюдателите и се оставят само двама преки свидетели на произшествието.
 8. При повръщане да не се дават вода или течности през устата.
 9. При удар от електрически ток да се освободи пострадалият от проводника при сигурни предпазни мерки – с дървен предмет. Пострадалият да се постави на пода с обърнати настрани глава без възглавница и да се започне външен сърдечен масаж, след което вдишване уста в уста или уста в нос.
-