

УВАГА ВСІМ!

Навчально-методичний центр цивільного захисту та безпеки
життєдіяльності Житомирської області

ІНФОРМУЄ, ПОПЕРЕДЖАЄ

Правила поведінки в натовпі

- уникайте великих скупчень людей;
- не приєднуйтеся до натовпу, як би не хотілося подивитися на події, що відбуваються;
- якщо Ви опинилися в натовпі, що рухається, спробуйте вибратися з нього.
- глибоко вдихніть повітря та розведіть зігнуті в ліктях руки трохи в боки, щоб грудна клітина не була здавленою.
- намагайтеся бути подалі від високих та великих людей, людей із громіздкими предметами та великими сумками;
- усілякими способами намагайтеся утриматися на ногах;
- не тримайте руки в кишенях;
- рухаючись, піднімайте ноги якомога вище, ставте ногу на повну стопу, не дрібцюйте, не підіймайтеся навшпиньки;
- якщо тиснява набула загрозливого характеру, негайно, не розмірковуючи, звільняйтеся від будь якого вантажу, передусім від сумки на довгому паску, шарфу;
- якщо Ви щось випустили з рук, ні в якому випадку не схиляйтеся, щоб підняти;
- якщо Ви впали, намагайтеся якнайшвидше звестись на ноги. При цьому не спирайтеся на руки (їх можуть віддавити або поламати). Намагайтеся хоч на мить стати на підшви або навшпиньки. Якщо знайшли опору, «виринайте», різко відштовхнувшись від землі ногами;
- якщо підвестися не вдається, згорніться клубком, захистіть голову передпліччям, а долонями закрийте потилицю;
- потрапивши в переповнене людьми приміщення, завчасно визначте, які місця при виникненні екстремальної події найбільш небезпечні (проходи між секторами на стадіоні, скляні двері та перегородки в концертних залах і т.і.), зверніть увагу на запасні та аварійні виходи, подумки прокладіть шлях до них;
- легше за все укритися від натовпу в кутках зали та поблизу стін, але звідти складніше за все добиратися до виходу;
- при виникненні паніки намагайтеся зберегти спокій і здатність тверезо оцінювати ситуацію;
- під час масових безладів намагайтеся не потрапити в натовп, як учасників, так і глядачів. Ви можете потрапити до зони дії бійців спецпідрозділів.