

## ПАМ'ЯТКА

### Правила поведінки в натовпі

Поява натовпу можлива в місцях масового перебування людей. Це відбувається на концертах, під час проведення політичних акцій, на стадіонах після закінчення спортивних матчів.

Ситуація безпечна до того часу, доки тисячі людей дотримуються правил поведінки та рухаються згідно з відведеними маршрутами. Проте при виникненні будь-якого інциденту чи перешкоди на шляху натовп перетворюється на джерело підвищеної небезпеки для життя та здоров'я людини. Протистояти натовпові важко. Навіть законослухняні люди іноді в натовпі можуть поводитися агресивно й неконтрольовано.

Щоб уникнути можливих неприємностей, необхідно дотримуватись основних правил поведінки в місцях масового перебування людей.

Опинившись у місці проведення масового заходу, не намагайтесь потрапити в епіцентр. Пам'ятайте, що ніяке видовище не компенсує можливі незручності чи травми в натовпі. Наперед вивчіть шляхи можливої евакуації при відвідуванні місць масового зібрання людей. Зверніть увагу на запасні виходи та маршрути.

Найбільш небезпечне явище в натовпі – це паніка. Паніка небезпечна тим, що блокує здатність реального сприйняття та раціонального мислення. А сигналом, поштовхом для масової паніки може слугувати поведінка людей з активно-панічною реакцією на надзвичайні події. Такі люди втрачають здатність реально сприймати події, стають збудженими, занадто рухливими.

### Правила поведінки в натовпі є такими:

1. Уникати великих скупчень людей.
2. Під час масових заворушень намагайтесь обійти натовп, щоб не постраждати від дій працівників поліції.
3. Якщо йдете на масовий захід, не одягайте речей, які можуть за щось зачепитися (краватка, шарф, ланцюжок, сережки, мотузки, шнурки). Не взувайте взуття з високими підборами. Одяг краще застебнути на блискавку.
4. Намагайтесь триматися подалі від скляних вітрин, огорож, турнікетів, сцени.
5. Якщо ви потрапили в натовп, то треба намагатися поступово вибиратися з центру до краю.
6. Глибоко вдихніть і розведіть зігнуті в ліктях руки вбік, щоб грудна клітина не була здавлена.
7. Тримайтесь подалі від високих та повних людей чи тих, хто має громіздкі предмети або великі сумки.
8. Намагайтесь не впасти, піднімайте ноги вище, ставайте на повну ступню, не робіть коротких кроків, не піднімайтесь навшипиньки, не тримайте руки в кишенях.
9. Якщо у вас щось упало (випало), не намагайтесь піднімати. У жодному випадку не допускайте, щоб розв'язалися шнурки взуття. Заздалегідь затягніть

їх «мертвим» вузлом! Шнурок, що розв'язався, загрожує падінням. Пам'ятайте, падіння всередині натовпу, який рухається, небезпечно для життя.

10. У разі падіння намагайтесь якнайшвидше піднятися на ноги.

11. Якщо встати не вдається, згорніться клубком, захистіть голову передпліччями, а долонями потилицю.

12. При виникненні паніки намагайтесь зберігати спокій і здатність швидко правильно оцінити ситуацію.