

## Правила поведения в толпе

В Воронеже, а также в других больших городах страны несложно оказаться в местах массового скопления людей. Граждане собираются в торговых центрах, учебных учреждениях, больницах, музеях, концертных залах и других пространствах. Основная опасность таких мест – скопление людей и непредсказуемость. Когда происходит что-то неожиданное, возникает риск возникновения паники, толпы и давки. О том, как вести себя в местах массового скопления людей, напомнили в пресс-службе МЧС России во вторник, 26 марта.

***Для того чтобы избежать вероятных опасностей на массовых мероприятиях, необходимо:***

1. заранее узнать возможные пути эвакуации. Обратите внимание на запасные и аварийные выходы, мысленно проделайте путь к ним, после чего начинайте движение;
2. визуально определить наиболее опасные места (узкие проходы, ограждения) и держаться от них подальше;
3. продумать план действий на случай возникновения чрезвычайной ситуации;
4. в одежде отдать предпочтение удобству: она должна давать возможность быстро и свободно двигаться (не надевать длинную одежду, обувь должна быть на плоской подошве и фиксироваться на ноге, волосы собрать в пучок);
5. обращать внимание на признаки угрозы: образование толпы, появление хулиганов, начало пожара;
6. заблаговременно определить свое местонахождение и расположение запасных выходов. В случае опасности на это не может быть времени.

Опасность толпы заключается в ее спонтанности и силе воздействия на каждого человека в отдельности. В толпе две главные опасности — быть задавленным или затоптанным.

***Если не удалось избежать давки, следует:***

1. сразу избавиться от вещей, которые потенциально могут быть опасны для вас или окружающих: зонт, шарф, обувь на каблуках;
2. любыми способами старайтесь удержаться на ногах. Если сбили, нужно подниматься как можно скорее. Если подняться не удалось, необходимо сгруппироваться в «комочек» спиной вверх, закрывая голову и затылок руками. Но долго так пролежать не получится, поэтому надо вставать;
3. если Вы упали, постарайтесь как можно быстрее подняться на ноги. При этом не опирайтесь на руки (их отдавят либо сломают). Старайтесь

- хоть на мгновение встать на подошвы или на носки. Обретя опору, не мешкайте и «выныривайте», резко оттолкнувшись от земли ногами;
4. глубоко вдохните и разведите согнутые в локтях руки чуть в стороны, чтобы грудная клетка не была сдавлена и старайтесь сильно не выдыхать. Также можно взять себя левой рукой за правый локоть (или наоборот, это не принципиально) и выставить локоть вперед. Теперь перед вашей грудной клеткой образовалось десять сантиметров свободного пространства, можно спокойно вздохнуть и искать способы поскорее убраться отсюда;
  5. стремитесь оказаться подальше от высоких и крупных людей, людей с громоздкими предметами и большими сумками. В случае их падения на вас, без посторонней помощи выбраться уже не удастся;
  6. никогда не держите руки в карманах;
  7. двигаясь, поднимайте ноги как можно выше, ставьте ногу на полную стопу, не семените, не поднимайтесь на цыпочки;
  8. главная задача – выйти из толпы. Двигаться по направлению движения толпы, постепенно перемещаясь к ее краю;
  9. перед попыткой выбраться из толпы, а еще лучше до того, как вы в нее попадете, застегните верхнюю одежду и все карманы, заправьте шарф под куртку, уберите капюшон, зашнуруйте ботинки. Спрячьте все, чем вы можете за что-либо зацепиться или за что вас могут схватить;
  10. оказавшись в толпе, придерживайтесь общего направления, забирая чуть-чуть в сторону по направлению к выходу, если он есть;
  11. не идите против потока людей, это бессмысленная затея, вас затопчут.
  12. не расталкивайте людей, им самим некуда подвинуться;
  13. постарайтесь, чтобы вас ни оттеснили к центру, где давят со всех сторон, и выбраться откуда будет очень тяжело. Также надо быть не на самом краю, где вам грозит быть прижатым к стене или забору;
  14. если вы не один — а, например, с ребенком, женой, девушкой, приятелем — возникает неприятная перспектива быть оторванными друг от друга. Никакие «дай мне руку» здесь не помогут;
  15. маленького ребенка — на руки. Если он достаточно взрослый — в позицию «запасной парашют»: сажаем на грудь, пусть руками обхватит вас за шею, а ногами за талию;
  16. взрослого человека прижимаем к спине, одной рукой он держит вас за пряжку ремня или одежду в районе живота, вы одной рукой контролируете и усиливаете этот захват;
  17. равноправие при выходе из толпы отменяется, один ведет, второй следует за ним, прижимаясь вплотную;
  18. не обращать внимания на мелкие травмы и потерянные вещи, если что-то уронили ни в коем случае не поднимать. *Ваша жизнь дороже, чем какая-либо вещь!*
  19. попав в переполненное людьми помещение, заранее определите, какие места при возникновении экстремальной ситуации наиболее опасны:

В помещении в некоторых случаях легче всего укрыться от толпы в углах зала или вблизи стен, но при этом добираться до выхода оттуда будет сложнее.

Информация подготовлена по материалам сайтов Главное управление МЧС России по Воронежской области <https://36.mchs.gov.ru/> и Управление МВД России по Рязанской области <https://62.xn--b1aew.xn--p1ai/news/item/33904433/>