

**Рекомендації щодо дій населення
в разі виникнення надзвичайної ситуації або події
у місцях масового перебування людей**

**У разі виникнення надзвичайної ситуації або події у місці масового
перебування людей рекомендується:**

- зателефонувати до компетентних органів та вказати місце (адресу, район), де виникла надзвичайна ситуація або подія;
- спробувати вибратися з натовпу людей, за неможливості цього зробити – рухатися разом із натовпом;
- дотримуватися загальної швидкості руху натовпу, не штовхатися, не тиснути на людей, які йдуть попереду; по можливості стримувати поштовхи ззаду й збоку; примусити найнеспокійніших людей дотримуватися порядку (пропустіть уперед себе);
- зняти за можливістю довгий, занадто вільний, із металевими деталями одяг, а також усе, що може стиснути шию (шнурівку куртки, краватку, шарф, медальйон на шнурку, коштовності, біжутерію);
- зігнути руки у ліктях, кулаки спрямувати вгору або зчепити долоні в замок перед грудьми — так ви зможете захистити грудну клітину;
- спробувати вибратися з натовпу разом із людьми, які ведуть себе спокійно (вишикуватися клином, усередині розмістити дітей і жінок, розсуваючи натовп, рухатися з нього); заздалегідь оцінити напрямок і цілеспрямовано йти в ньому;
- не намагатися чинити опір стихійному руху натовпу, чіплятися (хапатися) за стіни, ліхтарні стовпи, дерева тощо; триматися далі від скляних вітрин, сітчастих огорож і т.п.;
- притиснути особисті речі (парасольку, сумку тощо) до тіла; рухатися у натовпі, не нахилятися та не піднімати речі (сумки, гроші тощо), які впали;
- впевнено триматися на ногах, падіння всередині натовпу небезпечно для життя, в разі падіння не думати про свій одяг або сумку, зігнути руки й ноги, захистити голову руками, а живіт — зігнувши й підтягнувши ноги до тулуба; швидко спробувати впертися руками і однією ногою в землю й різко піднятися по ходу руху людей;
- якщо не вийде відразу встати — не панікувати, повторити свої спроби декілька разів;
- не наближатися до груп осіб, які поводять себе особливо агресивно; не реагувати на події, сутички, які трапляються поряд із вами;
- якщо з вами дитина, посадити її на плечі та просуватися далі, а якщо вас двоє — повернутися обличчям один до одного, створивши зі своїх тіл і рук захисну капсулу для дитини, і просуватися далі;
- вибратися у безпечне місце, оглянути територію навколо себе, оцінити ситуацію та залишатися там для отримання першої лікарської медичної допомоги (за необхідності) та надання інформації працівникам правоохоронних органів;
- надавати першу медичну допомогу постраждалим (по можливості).

Прес-служба управління
з питань НС та ЦЗН Рівненської ОДА