



ГЛАВНОЕ УПРАВЛЕНИЕ  
РЕГИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ  
МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ

## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ОКАЗАЛИСЬ В ТОЛПЕ

Сохраните памятку, чтобы не забыть!

@GURB\_MO



### Главное о поведении в толпе или давке

При различных чрезвычайных ситуациях, происходящих в местах проведения массовых мероприятий, зачастую случается давка, в которой могут пострадать или даже погибнуть люди. Причина давки – паника и естественное для всех желание поскорее оказаться в безопасности. Рассказываем, как наиболее эффективно действовать, чтобы выйти из толпы.

1. При посещении массовых мероприятий в помещениях постарайтесь внимательно осмотреться и заранее определить как наиболее опасные, так и наиболее безопасные места: запасные и аварийные выходы. По возможности, ознакомьтесь с планом здания и заблаговременно продумайте план действий на случай чрезвычайной ситуации.
2. Если случилось так, что вы оказались в толпе, где начинается давка, немедленно освободитесь от любой ноши или вещей, которые могут впиться в тело, когда со всех сторон зажмут, будут цепляться или мешать двигаться (прежде всего, от сумок на длинном ремне, шарфов). Не поднимайте упавшие предметы.
3. Защищайте свою грудную клетку! Не держите руки в карманах, разведите согнутые в локтях руки немного в стороны.
4. Старайтесь крепко стоять на ногах и избегать падения. Двигаясь, поднимайте ноги как можно выше, ставьте ногу на полную стопу, не семените, не поднимайтесь на цыпочки. Если все же упали, вставая, не опирайтесь на руки – их могут сломать. Старайтесь хоть на мгновение встать на подошвы или на носки. Если встать не удастся, свернитесь клубком, защитите голову предплечьями, а ладонями прикройте затылок. Обретя опору, «выныривайте», резко отталкиваясь от земли ногами.
5. Не держитесь края толпы: внешние ряды вдавливаются в стены. Любая преграда – смертельно опасна, не прижимайтесь к чему-либо.

Главный залог успеха при поведении в давке – сохранять трезвость ума и не поддаваться паническим настроениям! Помните, что давка может унести больше человеческих жизней, чем само то событие, которое её вызвало.