



2.NODAĻA: SABIEDRISKO UN LIELU PASĀKUMU NORISES VIETU KATASTROFU GATAVĪBA UN REAGĒŠANA

MĀCĪBU MODULIS 12: Individuālās izdzīvošanas prasmes sabiedrisko un liela mēroga pasākumu katastrofu scenārijos

Autors: EVA-93/ VET READY projekta partnerība

Projekta numurs: 2024-1-ES01-KA220-VET-000257287



**Co-funded by
the European Union**

Finansēts ar Eiropas Savienības atbalstu. Izteiktie uzskati un viedokļi ir tikai autora(-u) atbildība un neatspoguļo Eiropas Savienības vai Servicio Español para la Internacionalización de la Educación (SEPIE) oficiālo nostāju. Ne Eiropas Savienība, ne finansējuma piešķirējinstanse nav atbildīga par šeit sniegto informāciju.



Mācību moduļa mērķis

Vispārējais mērķis: nodrošināt izglītojamos ar praktiskām izdzīvošanas stratēģijām un pašpalāvības prasmēm, kas nepieciešamas individuālai aizsardzībai, lēmumu pieņemšanai un pielāgošanai, saskaroties ar katastrofu publiskā vai lielā vietā (piemēram, stadionos, tirdzniecības centros, lidostās, koncertzālēs), atrodoties vienatnē un bez tūlītēja ārēja atbalsta.

Mācību moduļa ilgums: 2,6 akadēmiskās stundas

Vērtēšanas metode: Izvēles jautājumu tests pēc mācību moduļa apguves

Mērķa grupas:

profesionālās izglītības programmu izglītojamie

profesionālās tālākizglītības pieaugušie un pieaugušo izglītības programmu izglītojamie

diasporas izglītojamie

profesionālās pilnveides, profesionālās tālākizglītības un neformālās pieaugušo izglītības mācībspēki

Mācību sasniegumu atzīšana

Izglītojamiem:

Apliecība par mācību programmas (neformālās izglītības) apguvi

Mācībspēkiem:

Apliecība par profesionālās kompetences pilnveidi

Sasniedzamā ESCO transversālā prasme T kategorijā: T2.3: Problēmu risināšana

Mācību moduļa sagaidāmie mācību rezultāti

Zināšanas

1. Atpazīt biežāk sastopamos riskus un bīstamības situācijas sabiedriskās un lielu pasākumu norises vietās.
2. Izprast situācijas izpratnes principus, evakuācijas stratēģijas un drošas lēmumu pieņemšanas pamatprincipus, esot izolētam cilvēku pulk.
3. Apzināties straujas pašsardzības un problēmu risināšanas nozīmi situācijās, kad nav iespējams nekavējoties saņemt ārēju palīdzību.

Prasmes

1. Identificēt riskus un problēmas ātri, atrodoties cilvēku pārpildītās vai plašās vietās (piemēram, bloķētas izejas, dūmi, neparasta pūļa uzvedība).
2. Veikt ātru situatīvo riska analīzi, lai izvēlētos drošāko izdzīvošanas iespēju.
3. Patstāvīgi risināt problēmas stresa situācijās, izstrādājot praktiskus risinājumus, izmantojot pieejamos resursus.

Šīs prasmes tieši atbilst pārorientējamajām ESCO prasmēm T2.3: **Problēmu risināšana**

- Identificēt problēmas un veikt riska analīzi
- Izstrādāt ārkārtas situāciju risināšanas stratēģijas
- Risināt problēmas neparedzamos apstākļos

Ievads: Kas ir individuālās izdzīvošanas prasmes katastrofas situācijā sabiedriskās un lielās publiskās vietās

- Individuālās izdzīvošanas prasmes sabiedriskā vai lielas ietilpības pasākuma katastrofas situācijā nozīmē spēju patstāvīgi nodrošināt savu drošību, pieņemt ātrus lēmumus un pielāgoties situācijās, kurās pūļi, šauras telpas vai pēkšņi apdraudējumi rada riskus — un **tuvumā nav tūlītējas palīdzības.**
- Šī moduļa mērķis ir iemācīt, kā saglabāt mieru, rīkoties ātri un apmierināt savas pamatvajadzības — arī bez tieša atbalsta, norādēm vai aprīkojuma — atpazīstot riskus, izvēloties drošākās rīcības un izmantojot pasākuma vietā pieejamos resursus, lai aizsargātu sevi.

Galvenie jēdzieni un terminoloģija

- **Pūļa saspiešana** – dzīvībai bīstama situācija, kad ļoti blīvs pūlis rada spēcīgu spiedienu, kas var izraisīt nosmakšanu vai smagus ievainojumus.
- **Panika pūlī** – pēkšņa, haotiska cilvēku kustība un skriešana bailēs, reaģējot uz trauksmi vai uztvertu apdraudējumu, kas bieži izraisa krišanas un traumas.
- **Evakuācijas maršruts** – skaidri norādīts ceļš, pa kuru droši pamest norises vietu ārkārtas situācijā.
- **Pulcēšanās vieta** – noteikta droša vieta ārpus objekta, kur jāierodas pēc evakuācijas.
- **Slēgtais režīms** – aizsardzības pasākums, kas paredz telpu slēgšanu un pārvietošanās ierobežošanu situācijās, kad pastāv vardarbības, bruņota uzbrukuma vai citā tieša apdraudējuma risks.
- **Patverties telpās** – palikt drošā iekštelpā, nevis evakuēties, ja ārpusē apstākļi ir bīstamāki (piemēram, toksiski dūmi, ķīmiskas noplūdes vai ekstremāli laikapstākļi).
- **Konstrukcijas bojājums** – daļējs vai pilnīgs norises vietas infrastruktūras sabrukums pārslodzes, tehnisku kļūmju vai citu apdraudējumu dēļ.
- **Situācijas izpratne** – spēja būt modram, pamanīt izejas, vērot pūļa uzvedību un atpazīt agrīnas briesmu pazīmes.

Tēmas svarīguma izpratne

- Eiropas Savienības civilās aizsardzības ziņojumos uzsvērts, ka pārpildītas vietas, stadioni, tirdzniecības centri, lidostas un koncertzāles ir klasificētas kā augsta riska sabiedriskās telpas.
- Kočani naktskluba ugunsgrēkā (Ziemeļmaķedonija, 2025. gada marts) gāja bojā 62 cilvēki un 193 tika ievainoti — panīka, aizslēgtas izejas un drošības sistēmu trūkums pārvērtā koncertvietu katastrofas zonā. Tika aktivizēts ES Civilās aizsardzības mehānisms, lai atbalstītu glābšanas darbus.
- Turīnas masveida panīkas incidentā (Itālija, 2017) redzams, cik ātri bailes izplatās lielā cilvēku pūlī: publiska futbola spēles skatīšanās laikā radās masveida bēgšana, kurā gāja bojā 3 cilvēki un aptuveni 1672 tika ievainoti. Šie gadījumi parāda, kāpēc individuālās izdzīvošanas prasmes ir būtiskas — pārpildītās vietās spēja rīkoties ātri un patstāvīgi var būt izšķiroša starp dzīvību un nāvi.

Kāpēc šis mācību modulis ir svarīgs?

- Ārkārtas situācijas pārpildītās vietās ne vienmēr sākas ar haosu — dažkārt tas ir tikai pārāk tāls izejas ceļš, durvis, kas neatveras, vai neparasta skaņa, kas izraisa satraukumu. Stadionā ieskanas ugunsgrēka trauksme. Pēkšņs spiediens pūlī koncerta laikā. Aptumsums tirdzniecības centrā. **Viens mazs impulss var pārvērst tūkstošiem cilvēku par satraucošu masu.**
- Šādos brīžos izdzīvošana ir atkarīga nevis no spēka, bet no situācijas izpratnes, ātriem lēmumiem un spējām saglabāt mieru, kad citi sāk panīkot. Zināšanas par to, kā rīkoties pārpildītā vietā, var noteikt atšķirību starp iestrēgšanu un droša ceļa atrašanu — sev un, iespējams, kādam citam.

Dabas katastrofas individuālās izdzīvošanas prasmju kontekstā publisku un lielu pasākumu vietās

- Dabas katastrofu risks Eiropā pieaug klimata pārmainu dēļ — arvien biežāk sastopamas zemestrīces, stipras vētras ar zibeni un ilgstoši karstuma viļņi. Šādi notikumi var sākties pēkšņi, īpaši vietās, kur atrodas daudz cilvēku, piemēram, stadionos, tirdzniecības centros vai koncertzālēs, radot nopietnus apdraudējumus ikvienam, kas tajos atrodas.
- **Zemestrīces** var bojāt būves, radīt krītošus grūžus, bloķēt izejas un izraisīt masveida paniku.
Stipras vētras var radīt spēcīgus vējus, gāzt konstrukcijas, izraisīt elektroapgādes traucējumus vai provocēt nekontrolētas cilvēku kustības.
Ekstremāls karstums ārā notiekošos pasākumos palielina dehidratācijas, samanas zuduma un citu veselības problēmu risku, īpaši tad, ja trūkst ēnas un dzeramā ūdens.
- Kad šādi notikumi pārsteidz cilvēkus lielos publiskos objektos, izdzīvošana ir atkarīga no spējas pieņemt mierīgus, ātrus un pareizus lēmumus, savlaicīgi pamanīt briesmas un pārvietoties uz drošu vietu — negaidot tūlītēju palīdzību.

Zemestrīces

- Zemestrīces stadionos, tirdzniecības centros, lidostās vai koncertzālēs gandrīz nekad nesākas ar brīdinājumu, taču var parādīties agrīnas pazīmes:
Neparasta drebēšana vai vibrācijas zem kājām, pat ļoti vieglas.
Piekārtie objekti, piemēram, lampas, zīmes vai dekorācijas, sāk negaidīti šūpoties.
Sienās, griestos vai stikla konstrukcijās dzirdamas plaisāšanas vai sprakšķēšanas skaņas.
Pēkšņi zūd elektrība vai nostrādā trauksmes signāli bez redzama iemesla.
Apkārtņē esošie putni vai dzīvnieki sāk uzvesties neparasti.
- **Kāpēc jāreaģē?**
Pat mērena zemestrīce var izraisīt krītošus gružus, griestu sabrukšanu un bloķētas izejas vietas pārpildītās telpās.
Panikas pārņemts pūlis var radīt bīstamu drūzmēšanos, kas var izraisīt vairāk upuru nekā pati zemestrīce.
Pēctrieceņi var notikt dažu minūšu laikā, tāpēc savlaicīga evakuācija vai pārvietošanās uz drošākām zonām (atklātas teritorijas vai vietas zem izturīgām konstrukcijām) ir būtiska.



1. attēls. Zemestrīces laikā sabruka stadiona struktūra.
(Mākslīgo intelektu ģenerēja E. Šilina caur MagicStudio)

Zemestrīces

Ja atrodiel lielā sabiedriskā vietā (stadionā, tirdzniecības centrā, lidostā) un sākas grūdieni:

- **Vispirms pasargā sevi!** Nometies zemē, paslēpies un aizsargā galvu — pat ja citi ap tevi sāk panikot.
- **Izvairies no pūļa spiediena!** Turies prom no cilvēku drūzmas pie izejām vai eskalatoriem — nogaidi, līdz grūdieni beidzas.
- **Izvēlies drošākās vietas!** Stabils inventārs, iekšējās sienas vai nesošās konstrukcijas ir drošākas par stiklotām frontēm vai veikalu ekspozīcijām.
- **Domā patstāvīgi!** Neseko panikas pārņemtām pūlim — pēc grūdienu beigām izvērtē drošāko ceļu.
- **Izej tikai tad, kad tas ir droši!** Izmanto evakuācijas norādes un pārvietojies mierīgā tempā, kad satricinājumi ir beigušies.

Ja atrodaties ārpus telpām publiskā vietā (laukums, iela, brīvdabas pasākuma zona):

Sargi sevi no krītošiem objektiem! Pārvietojieties prom no ēku fasādēm, stiklotām vitrīnām, reklāmu konstrukcijām un izkārtņēm.

Meklējiet atklātu vietu! Nostājielies tālāk no augstiem objektiem un vietām, kur pūlis var spiesties pie sienām vai žogiem.

Aizsargājiel galvu un seju! Izmantojiel somu, jaku vai rokas, lai pasargātu sevi no gruvešiem.

Uzmanielies no pēcgrūdieniem! Esiet modri — atkārtoti satricinājumi var nogāzt jau bojātas konstrukcijas.

Saglabājiel mieru un rīkojielies patstāvīgi, ja nepieciešams! Ne vienmēr var paļauties uz pūļa reakciju; ātri un pārdomāti personīgiel lēmumi var izglābt dzīvību.

Spēcīgi negaisi un zibens

- Spēcīgas vētras lielās sabiedriskās vietās (stadionos, tirdzniecības centros, lidostās, koncertzālēs, festivālos) var izraisīt paniku, elektroapgādes traucējumus un bīstamus konstrukciju bojājumus. Esot vienam, izdzīvošana ir atkarīga no spējas laikus atpazīt brīdinājuma pazīmes un rīkoties ātri, bez ārējas palīdzības.
- Pazīmes, kam jāpievērš uzmanība:
Mirgojošas gaismas, skaņas sistēmu izslēgšanās vai pēkšņs elektroapgādes pārtraukums telpās.
Spēcīgi vēja brāzieni, kas purina durvis, reklāmas banerus vai skatuves konstrukcijas.
Biežas zibens atblāzmas tuvumā, pērkona dārdi mazāk nekā 10 sekunžu laikā pēc zibeņa.
Ūdens noplūde no griestiem vai applūšana pie ieejām zemākajos līmeņos.
Krītoši priekšmeti iekštelpās (stikls, griestu paneļi) vai ārtelpās (izkārtnes, sastatnes).
- Gaidas pēc norādēm var izmaksāt dārgas sekundes — individuālai izdzīvošanai nepieciešama patstāvīga un ātra rīcība.



2. attēls. Zemestrīces trīce.
(Mākslīgo intelektu ģenerēja E. Šīlina caur MagicStudio)

Spēcīgi negaisi un zibens

Ja esi lielā sabiedriskā vietā un vētra izraisa paniku:

- Sagaidi pēkšņu tumsu vai pārkonu — elektroapgādes pārtraukumi vai zibens triecieni tirdzniecības centros/ lidostās var izraisīt cilvēku pūļu kustības.
- Turies tālāk no stikla ātrijiem un eskalatoriem — šajās vietās cilvēki panikā parasti metas skriet, kad pazūd apgaismojums.
- Virzies uz izejām *diagonāli*, nevis kopā ar galveno pūļa plūsmu — tas samazina saspiešanas risku un ļauj izvairīties no “sastrēgumiem”.
- Aizsargā galvu un elpceļus — izmanto rokas vai apģērbu, lai pasargātos no krītošiem griestu paneļiem un pūļa spiediena.
- Rīkojies patstāvīgi un ātri — negaidi apsardzes norādījumus, ja pūlis sāk bēgt; izvēlies drošāko maršrutu pats.

Ja atrodies ārā atklātās vietās (stadioni, festivāli) vētras laikā:

- Zibens un spēcīgs vējš var izraisīt panikas viļņus. Atturies no metāla žogiem, torņiem vai pagaidu skatuvēm, kur cilvēki mēdz skriet meklēt patvērumu.
- Nostājies prom no blīviem cilvēku pūļiem. Izvēlies atrašanās vietu malu zonās, pirms panika sasniedz maksimumu.
- Ja pūlis strauji sāk kustēties, saglabā balansu. Slīdēšana uz slapjas vai dubļainas virsmas var novest pie bīstamas nogāšanās.
- Meklē alternatīvus patvēruma punktus. Pārvietojies uz tuneļiem, servisa koridoriem vai zemākām konstrukcijām, pat ja citi dodas pretējā virzienā.
- Domā patstāvīgi. Izdzīvošana vētras radītā panikas situācijā balstās spējā pieņemt mierīgus, pārdomātus lēmumus brīdī, kad citi rīkojas haotiski.

Karstuma viļņi un ekstremālas temperatūras

- Karstuma viļņi un ekstremālas temperatūras var pārvērst lielas sabiedriskās vietas par dzīvībai bīstamu vidi, īpaši āra pasākumos vai situācijās, kad telpās nedarbojas kondicionēšanas sistēmas. Individuālā izdzīvošana šādos apstākļos ir atkarīga no spējas savlaicīgi pamanīt brīdinājuma pazīmes, pirms iestājas sabrukums vai panika.

Brīdinājuma pazīmes sabiedriskās vietās:

- Straujš temperatūras pieaugums telpās, kad sabojājas dzesēšana vai ventilācija.
- Pūļa nemiers, gībšana vai apjukuma pazīmes.
- Galvassāpes, reibonis, slikta dūša — agrīni karstuma izsīkuma simptomi.
- Āra pasākumos — nav ēnas, garas rindas bez piekļuves ūdenim.
- Slikta ventilācija pārpildītos hallēs vai transporta mezglos.

Kāpēc jāreaģē nekavējoties, ja esi viens?

- Karstuma dūriens (ķermeņa temperatūra virs 40°C) var būt letāls dažu minūšu laikā, ja netiek sniegta palīdzība.
- Dehidratācija un gībšana palielina saspiēšanas risku pūlī.
- Gaidīt kolektīvu reakciju ir bīstami — individuālajai izdzīvošanai nepieciešama tūlītēja paša rīcība.



3. attēls. Termometrs, kas rāda ārkārtīgu karstumu (43°C).
(Mākslīgo intelektu ģenerēja E. Šīlina caur MagicStudio)

Karstuma viļņi un ekstremālas temperatūras

Ja atrodi lielā sabiedriskā vietā (tirdzniecības centrā, lidostā, koncertzālē, stadiona iekšējās telpās):

- Pamanīt agrīnos simptomus sevī. Reibonis, slikta dūša vai miglaina redze ir brīdinājuma signāli — nekavējoties pārvietojies uz vēsāku zonu.
- Izvairīties no pārpildītām rindām. Pārkarsušās telpās garas rindas pie izejām vai veikaliem var pārvērsties panikas zonās.
- Rīkoties patstāvīgi. Nevajag gaidīt pūļa kustību — patstāvīgi meklē ēnainas vai labi ventilētas ejas.
- Atjaunot šķidrumus jebkādā pieejamā veidā. Ja dzeršanas vietas ir tukšas, izmanto jebkuru pieejamo ūdens avotu (piemēram, kafejnīcas vai labierīcības), pirms risks kļūst kritisks.
- Kontrolēt elpošanu. Lēna, vienmērīga elpošana mazina reiboni un palīdz ilgāk saglabāt samaņu.

Ja atrodaties ārā atklātā pasākumā (stadionā, festivālā, transporta mezglā):

- Izvairieties no blīviem pūļiem. Cilvēki tiešos saules staros ātrāk zaudē samaņu, kas var izraisīt stumšanos un kritienus.
- Izveidojiet sev ēnu. Izmantojiet apģērbu, somu vai jebkuru pieejamo priekšmetu ēnas radīšanai, ja tuvumā tās nav.
- Pārvietojieties uz vietām ar gaisa plūsmu. Ilgstoša stāvēšana karstumā palielina sabrukuma risku — dodieties vēdināšanās zonu vai servisa koridoru virzienā.
- Rīkojieties, ja jūtat, ka tuvojas ģībonis. Apsēdieties pirms sabrukšanas — tas samazina traumu un sablīvēta pūļa radīto apdraudējumu.
- Paļaujieties uz savu spriedumu. Individuāla izdzīvošana nozīmē pamest bīstamās zonas pat tad, ja pūlis turpina palikt — uzticieties savai situācijas uztverei.

Apstājies un padomā

Nonācis nekontrolētā pūļa kustībā — kā rīkoties?

- Tu esi koncertā lielā stadionā, kad pēkšņi sāk mirgot gaismas un virs galvas atskan skaļš sprakšķis. Pūlī izceļas panika, cilvēki strauji spiežas pret tuvākajām izejām. Tu paliec viens pats, iespiests starp steidzīgi kustīgiem cilvēkiem. Spiediens pieaug — kļūst grūti pāiet un pat elpot. Priekšā pamani šauras kāpnes, kas acumirkļī pārpildās ar lielu pūli.
- Ko tu šādā situācijā darītu?



4. attēls. Stadions zem smagas zibens vētras.
(Mākslīgo intelektu ģenerēja E. Šiļina caur MagicStudio)

Apstāties un padomā

Ārkārtējais karstums pārpildītās sabiedriskās vietās var izraisīt strauju dehidratāciju, dezorientāciju un ģiboni - risks palielinās, ja esat viens bez tūlītējas palīdzības. Ātra rīcība, lai atdzesētu ķermeni, samazinātu slodzi un nodrošinātu drošu vietu, ir kritiski svarīga izdzīvošanai.

Kāpēc dažas izvēles var būt nedrošas vai neefektīvas?

- Turpinot staigāt vai stāvēt tiešos saules staros, pārkaršana pastiprinās un palielinās sabrukuma risks. Paliekot iesprostotam blīvā pūlī, straujas panikas gadījumā pieaug nosmakšanas vai sabradāšanas risks. Ignorējot agrīnus reiboņa signālus, var iestāties pēkšņs samaņas zudums bīstamās vietās (kāpnēs, pie izejām, uz eskalatoriem).

Kāda rīcība atbilst labajai praksei?

- Pārvietojies uz ēnu, vietām ar labāku ventilāciju vai mazāk blīviem cilvēku pulcēšanās punktiem.
- Ja jūti reiboni, apsēdies, atbalsti muguru un nedaudz pacel kājas.
- Izmanto pieejamos priekšmetus (apģērbu, lakatu, somu), lai pasargātos no tiešiem saules stariem.
- Ja pieejams ūdens, dzer maziem malciņiem — izvairies no straujas un lielas ūdens daudzuma uzņemšanas.
- Saglabā mieru un taupi enerģiju — lieka kustēšanās veicina šķidruma zudumu.
- Ja telefons pārkarst, izslēdz to, atdzesē un ieslēdz vēlāk, kad nepieciešams nosūtīt savu atrašanās vietu.

Tehnoloģiskās un industriālās avārijas individuālās izdzīvošanas prasmju kontekstā publiskās un lielās pasākumu vietās

- Tehnoloģiskās un industriālās avārijas publiskās un lielās pasākumu vietās var notikt bez jebkāda brīdinājuma, pārvēršot labi zināmas telpas par bīstamām zonām. Atšķirībā no dabas katastrofām, šos notikumus bieži izraisa cilvēku radītu sistēmu kļūmes — elektroinstalācijas bojājumi, konstrukciju sabrukumi vai tehniskas sistēmas atteice — un tie ļoti ātri eskalē situācijās, kad vienuviet atrodas tūkstošiem cilvēku.
- Pēkšņs ugunsgrēks bojātas elektroinstalācijas dēļ, skatuves sabrukums koncertzālē vai pilnīgs elektroapgādes zudums stadionā var izraisīt paniku, bloķēt evakuācijas ceļus un atstāt cilvēkus spiesti rīkoties patstāvīgi. Šādos brīžos izdzīvošana ir atkarīga ne tikai no ēkas drošības sistēmām, bet arī no spējas saglabāt mieru, ātri pamanīt drošākās izejas un pieņemt izlēmīgus lēmumus pat tad, ja pūlis reaģē haotiski.

Ugunsgrēki lielās sabiedriskās vietās

Ugunsgrēki tirdzniecības centros, stadionos vai koncertzālēs dažu minūšu laikā var pārvērst drošas vietas nāvējošos slazdos.

Kad esat viens pūlī, izdzīvošana ir atkarīga no agrāko brīdinājuma zīmju pamanīšanas:

- Pēkšņs strāvas padeves pārtraukums, dzirksteles vai mirgojošas gaismas.
Dūmu vai pārkarsētu vadu smarža slēgtās telpās.
Pūļa kustība prom no noteiktas zonas, pirms atskan trauksmes signāls.
Neparasts karstums vai migla gaitenīs vai kāpņu telpās.
Negaidīti aktivizējas smidzinātāji vai trauksmes signāli.

Kāpēc reaģēt nekavējoties?

- Uguns izplatās ātrāk telpās nekā ārā - dūmi un panika pārvietojas ātrāk nekā liesmas.
Kad izejas iestrēgst, tie, kas vilcinās, vispirms tiek iesprostoti.
Izdzīvošanas prasmes nozīmē ātrāk atpazīt briesmas un pārvietoties, pirms pūlis reaģē.



5. attēls. Tirdzniecības centrs uz uguns.
(Mākslīgo intelektu ģenerēja E. Šilina caur MagicStudio)

Ugunsgrēki lielās sabiedriskās vietās

Galvenais princips: Ugunsgrēka izraisītās katastrofās izdzīvošanas prasmes nozīmē patstāvīgu rīcību, lai izvairītos no dūmu ieelpošanas, nevis gaidīt palīdzību vai sekot panikas pārņemtajam pūlim.

Kad tirdzniecības centrā, stadionā, lidostā vai koncertzālē izceļas ugunsgrēks, panika izplatās ātrāk nekā liesmas. Ja esi viens pūlī, izdzīvošana ir atkarīga no tava paša ātras rīcības.

- Saglabā mieru un rīkojies nekavējoties. Vilcināšanās zaudē tās dažas drošās sekundes, pirms dūmi piepilda gaitenūs.
- Izvairies no drūzmas riska zonām. Nesteidzies iekšā bloķētās kāpnēs vai uz eskalatoriem, kur pūlis saspiests.
- Elpošanai turi galvu zemu. Rāpo vai pietupies, lai atrastos zem toksisko dūmu slāņa. Izvēlies pats savu maršrutu. Izmanto sānu izejas, servisa durvis vai evakuācijas kāpņu telpas — ne tikai galveno pūļa plūsmu.
- Improvizē aizsardzību. Aizsedz muti un degunu ar apģērbu (krekla maliņu, lakatu, piedurkni), lai mazinātu dūmu ieelpošanu.
- Izmanto signālus tikai tad, ja esi iesprostots. Lieto telefona lukturīti, dauzīšanu vai saucienus, taču taupi skābekli un spēkus.

Infrastruktūras bojājumi lielās publiskās vietās

Strukturālas vai aprīkojuma kļūmes lielās vietās ir reti sastopamas, bet, kad tās notiek, tās rada tūlītēju haosu. Kādam, kurš ir viens pats pūlī, šie notikumi ir īpaši bīstami, jo:

- Nav agrīna brīdinājuma: eskalatori, lifti vai griestu konstrukcijas var sabrukt pēkšņi, neatstājot gandrīz nekādu laiku reakcijai.
Pūļa saspiešanas risks: panika izplatās ļoti ātri, un cilvēku savainojumi drūzmas dēļ var notikt pat tālu no sabrukuma vietas.
Dezorientācija: tumsa, putekļi vai krītoši gruži var aizsegst skatu un apgrūtināt evakuācijas ceļu saskatīšanu.
Izolētība: ja esi viens, neviens var nepamanīt, ja esi ievainots vai iesprostots.
- Kāpēc tas ir svarīgi individuālai izdzīvošanai: spēju pamanīt apdraudējuma pazīmes un pārvietoties pirms vairums cilvēku sāk reaģēt var būt izšķiroša — tā var nozīmēt atšķirību starp drošību un iestrēgšanu sabrukumā.



6. attēls. Sasmalcināti stikla paneli.
(Mākslīgo intelektu ģenerēja E. Šilina caur MagicStudio)

Infrastruktūras bojājumi lielās publiskās vietās

Individuāla izdzīvošana infrastruktūras bojājumu situācijās nozīmē paļauties uz savu situācijas izpratni, ātru spriedumu un spēju improvizēt — nevis uz pūli, apsardzi vai veiksmi.

- Paļaujies uz saviem instinktiem. Ne gaidi, līdz citi apstiprina apdraudējumu — ja dzirdi vai sajūti sabrukuma pazīmes, rīkojies nekavējoties.
- Rīkojies patstāvīgi. Pūlis bieži sastingst vai dodas nepareizajā virzienā; izdzīvošana nozīmē pašam saskatīt drošākas alternatīvas.
- Izmanto to, kas tev ir. Mugursoma, jaka vai pat ūdens pudelē var kļūt par aizsarglīdzekli vai noderīgu rīku situācijas brīdī.
- Domā par telpu, nevis ātrumu. Atrast brīvu vietu elpošanai un kustībai ir svarīgāk nekā skriet kopā ar visātrāko pūli.
- Saglabā mieru spriedzes apstākļos. Esot vienam, tava domāšana ir visspēcīgākais aizsardzības līdzeklis — panika tikai izšķiež laiku un spēkus.

Elektroapgādes pārrāvumi lielās publiskās vietās

Pēkšņs elektroapgādes pārtraukums pārpildītās telpās var šķist kā acumirkīga pāreja haosā. Esot vienam pūļa vidū, bīstamība kļūst vēl lielāka:

- Pilnīga dezorientācija. Kad apgaismojums izdziest, pazūd izeju norādes, orientieri un pierastie orientācijas punkti. Tumsā pat īsi attālumi šķiet garāki, un viegli ir zaudēt virzienu.
- Pūļa panika. Apjukuma brīdī cilvēki steidzas gar pierastajiem maršrutiem — uz galvenajām izejām vai eskalatoriem. Šīs vietas ātri pārpildās un var kļūt par bīstamiem saspiešanas punktiem, īpaši tad, kad vienlaikus kustas tūkstošiem cilvēku.
- Sistēmu atteice. Vienlaikus var pārstāt darboties lifti, eskalatori, ventilācija un pat trauksmes sistēmas. Bez šīm sistēmām evakuācija kļūst sarežģītāka un apstākļi strauji pasliktinās.
- Izolētība. Ja esi viens, nevari paļauties uz citu vadību. Tumsā cilvēki koncentrējas uz sevi un var nepamanīt, ja esi ievainots, iesprostots vai dezorientēts.



7. attēls. Strāvas padeves pārtraukums.
(Mākslīgo intelektu ģenerēja E. Šilina caur MagicStudio)

Elektroapgādes pārrāvumi lielās publiskās vietās

Ko darīt?

- Apstājies, ieelpo dziļi un ļauj acīm pierast pie tumsas — neskrien akli.
- Telefonu vai citu gaismas avotu izmanto taupīgi.
- Orientējies, pieskaroties sienām, margām vai citiem taktiliem orientieriem.
- Izvēlies sānu gaitenšus vai servisa izejas, ne tikai galvenos vārtus.
- Pārvietojies vienmērīgi un mierīgi — sargi līdzsvaru un izvairies no paslīdēšanas.
- Paļaujies uz saviem lēmumiem, nevis pūļa paniku.

Ko nedarīt?

- Neskrien tumsā — pastāv kritienu, šķēršļu vai bloķētu izeju risks.
- Nelieto liftus — elektroapgāde var pārtrūkt, un tu vari palikt iesprostots.
- Neseko visblīvākajam pūlim — šaurās vietās var rasties bīstami saspiešanas punkti.
- Netērē telefona bateriju zvaniem vai sociālajiem tīkliem — saglabā to apgaismojumam vai ārkārtas situācijām.
- Neignorē reiboni vai dezorientāciju — apstājies un atgūsti līdzsvaru pirms turpini kustību.
- Neatliec rīcību — vilcināšanās samazina tavu izdzīvošanas iespēju laiku.

Apstājies un padomā

Elektrības zudums tirdzniecības centrā — kā rīkoties?

- Tu iepērcies viena pati vairāku stāvu tirdzniecības centrā noslogotā nedēļas nogalē. Pēkšņi viss ēkā kļūst tumšs. Avārijas apgaismojums neieslēdzas, un eskalatori apstājas. Dzirdi cilvēku saucienus un grūstīšanos virzienā uz galvenajām izejām, taču tu atrodies tālu no tām. Telefonam ir ļoti maz baterijas, un mobilais signāls tikko pazudis. Netālu esošā kāpņu telpa ir pilnīgā tumsā, un ventilācija ir apstājusies, padarot gaisu smagu un nepatīkamu.
- **Ko tu šādā situācijā darītu?**



8. attēls. Evakuācijas izejas zīmes.
<https://www.istockphoto.com/photos/fire-exit-sign>

Apstājies un padomā

Elektroapgādes pārtraukumi lielās publiskās vietās rada apjukumu, paniku un izolētības sajūtu. Ja tavš telefons — vienīgais gaismas un saziņas līdzeklis — drīz izslēgsies, ir būtiski rīkoties gudri un patstāvīgi.

Kāpēc dažas rīcības var būt nedrošas vai neefektīvas?

- Skriešana tumsā kopā ar pūli palielina saspiešanas un kritienu risku.
- Telefona pēdējo baterijas procentu iztērēšana zvaniem vai sociālajiem tīkliem var atstāt tevi bez apgaismojuma tieši brīdī, kad tas visvairāk nepieciešams.
- Ilgstoša palikšana vietās bez ventilācijas (kāpņu telpās, gaitenīs) palielina nosmakšanas vai traumu risku, īpaši, ja sāk veidoties panika.
- Pasīva gaidīšana uz sistēmu atjaunošanas izšķir kritiskās minūtes, kad drošie evakuācijas ceļi vēl var būt brīvi.

Kāda rīcība atbilst labajai praksei?

- Telefona atlikušo bateriju izmanto tikai būtiskam apgaismojumam vai īsam atrašanās vietas nosūtījumam.
- Saglabā orientāciju: pārvietojies, sekojot sienām, margām vai citiem taktiliem orientieriem, nevis skrienot akli tumsā.
- Dodies mierīgā tempā uz sānu izejām vai mazāk noslogotiem maršrutiem, izvairoties no eskalatoriem un liftiem.
- Ja jūties dezorientēts, apstājies, ieelpo dziļi un ļauj acīm pielāgoties tumsai pirms turpini kustību.
- Taupi spēkus un saglabā skaidru domāšanu — tumsā mierīga un patstāvīga rīcība ir vissvarīgākā izdzīvošanas prasme.

Bioloģiskās un ar veselību saistītās katastrofas individuālās izdzīvošanas prasmju kontekstā publiskās un lielās pasākumu vietās

Kad esi viens pārpildītā pasākuma vietā, pat nelielas bioloģiskas vai veselības problēmas bez tūlītēja atbalsta var kļūt dzīvībai bīstamas. Izdzīvošana ir atkarīga no spējas savlaicīgi atpazīt simptomus, saglabāt mieru un rīkoties ātri — īpaši tad, ja uzreiz nav iespējams palauties uz medicīnisko palīdzību no malas.

- Infekcijas uzliesmojumi — vīrusi vai baktērijas ļoti ātri izplatās pārpildītos stadionos, tirdzniecības centros vai lidostās, kur ciešs kontakts padara inficēšanās risku gandrīz neizbēgamu.
- Saindēšanās ar pārtiku vai alerģiskas reakcijas — piesārņota pārtika vai nejauša saskare ar alergēniem koncertos vai pasākumos var izraisīt pēkšņu saslimšanu brīdī, kad medicīniskā palīdzība kavējas.
- Medicīniskas ārkārtas situācijas — ģībšana, astmas lēkmes vai pēkšņi sirds darbības traucējumi evakuācijas un panikas laikā var palikt nepamanīti.



9. attēls. Tukša ūdens pudele publiskā vietā.
(Mākslīgo intelektu ģenerēja E. Šilina caur MagicStudio)

Infekcijas slimību uzliesmojumi pārpildītās vietās

Infekcijas slimību uzliesmojumi lielās vietās, piemēram, stadionos, tirdzniecības centros vai lidostās, var strauji izplatīties cieša kontakta un sliktas ventilācijas dēļ.

Riski ietver:

- Pēkšņs drudzis, klepus vai vājums pūļa ieskautā vietā
Ierobežota medicīniskā pieejamība – pirmās palīdzības vai profesionālās palīdzības sniegšanas kavēšanās
Panika izplatās ātrāk nekā pati slimība, izraisot nedrošas kustības pūļos
Izolācijas risks — tiek ignorēts, ja jūs sabruksiet pārpildītā vai haotiskā vidē



10. attēls. Medicīniskā maska pūlī nokrita uz grīdas.
(Mākslīgo intelektu ģenerēja E. Šiljina caur MagicStudio)

Infekcijas slimību uzliesmojumi pārpildītās vietās

Ko darīt:

- Pārvietojies mierīgi uz mazāk blīvām zonām, lai mazinātu inficēšanās risku un izvairītos no panikas vietām.
- Aizsedz muti un degunu ar masku, šalli vai piedurkni, ja jūti simptomus vai apkārtnē ir aizdomas par infekciju.
- Ja jūties vājš, apsēdies ar muguru pret sienu vai citu stabilu konstrukciju — tas novērš nepamanītu sabrukšanu kustīga pūļa vidū.
- Taupi spēkus un telefona bateriju ārkārtas situācijām vai palīdzības izsaukšanai.
- Izmanto pieejamos personīgos priekšmetus (ūdens pudeli, salvetes, audumu) vienkāršai pašpalīdzībai, līdz ierodas medicīniskā palīdzība.

Ko nedarīt:

- Nepiespiedies pie galvenajām izejām vai eskalatoriem panikas laikā — tās ļoti ātri kļūst par sastrēguma un saspiešanas punktiem.
- Negulies uz grīdas pārpildītās ejās — ja cilvēki tevi neredz, pastāv ļoti augsts sabradāšanas risks.
- Neignorē agrīnas reiboņa, nelabuma vai trūkstoša elpas pazīmes.
- Netērē laiku draugu vai palīdzības meklēšanai pūlī — ļaujies uz savu ātro spriedumu un nekavējoties pieņem lēmumus pats.

Pārtikas izraisītas slimības vai alerģiskas reakcijas sabiedriskās vietās

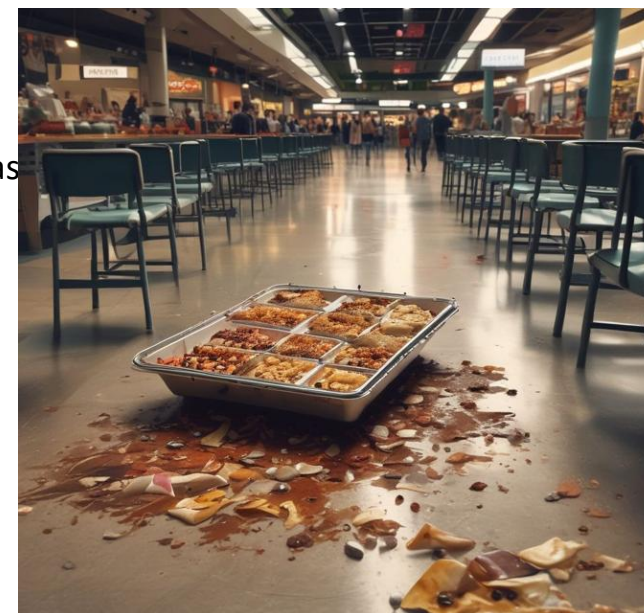
Pārtika, ko pārdod stadionos, tirdzniecības centros vai festivālos, reizēm var būt nepareizi uzglabāta, piesārņota vai saturēt slēptus alergēnus. Pārpildītā vidē pat viegla alerģiska reakcija vai pēkšņas vēdera problēmas var kļūt dzīvībai bīstamas — īpaši tad, ja kustība ir ierobežota un palīdzība kavējas.

Biežākie riski lielās pasākumu vietās:

- Pārtika, kas ilgstoši turēta karstumā vai gatavota nehigiēniskos apstākļos, var saturēt baktērijas
- Masveida ēdināšana palielina iespēju, ka ēdiens nejauši tiks piesārņots ar alergēniem.
- Nepareizi uzglabāti dzērieni var veicināt baktēriju augšanu vai ķīmisku vielu nonākšanu šķidrumā.

Raksturīgie simptomi:

- Slikta dūša un vemšana
- Vēdersāpes vai vēdera krampji
- Pēkšņs reibonis vai nespēks
- Lūpu, rīkles vai sejas pietūkums (alerģiska reakcija)
- Elpošanas grūtības
- Strauja dehidratācija



11. attēls. Ēdiens atstāts sabiedriskā vietā.
(Mākslīgo intelektu ģenerēja E. Šilina caur MagicStudio)

Pārtikas izraisītas slimības vai alerģiskas reakcijas sabiedriskās vietās

Kad saindēšanās ar pārtiku vai alergēni ietekmē lielu cilvēku skaitu, tu vari sākt izjust simptomus tieši tajā brīdī, kad apkārt izplatās panika. Desmitiem cilvēku var ģibt, vemt vai izmisīgi saukt pēc palīdzības — un šajā haosā tavi simptomi var palikt nepamanīti.

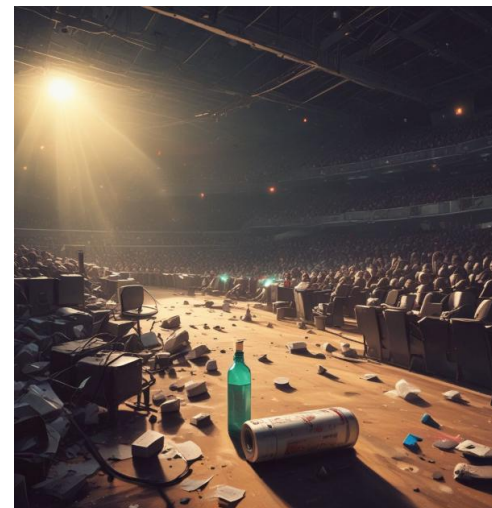
- Reaģē vispirms uz sava ķermeņa signāliem — slikta dūša, reibonis, pietūkums vai elpas trūkums nozīmē, ka jārīkojas nekavējoties, pat ja apkārt citi cilvēki sabrūk vai jūtas slikti.
- Neuzturies slima pūļa vidū — sper soli sānis, pie sienas, ejas malas vai atklātākā vietā, lai tu būtu redzams un izvairītos no sabradāšanas riska.
- Dod skaidrus un skaļus signālus — pacel roku, izsauc īsus vārdus, piemēram, “Alerģija!” vai “Nepieciešama palīdzība!”, vajadzības gadījumā vicini apģērbu. Glābšanas personāls meklē vispamanāmākos signālus.
- Izmanto savus līdzekļus — lieto antihistamīnus, inhalatoru vai adrenalīna injekciju nekavējoties.
- Neuzticies, ka neatliekamā palīdzība ātri nonāks līdz tevīm, ja vienlaikus palīdzība vajadzīga desmitiem cilvēku.
- Pasargā sevi, ja jūti, ka vēlies vemt vai kļūsti ļoti vājš — apsēdies taisni ar muguru pret sienu vai citu stabilu virsmu, lai vari brīvi elpot un netiktu nogāzts.
- Paliec vietā, kur tevi varēs atrast — nepaslēpies tualetēs vai sānu telpās, jo glābēji sākumā koncentrēsies uz galvenajām pulcēšanās zonām.

Ārkārtas medicīniskā palīdzība pārpildītās vietās

Pārpildītā koncertā, stadionā vai tirdzniecības centrā pēkšņas veselības problēmas — piemēram, ģībšana, astmas lēkme vai sāpes krūtīs — var palikt nepamanītas. Skaļa mūzika, tumsa vai haotiska evakuācija apgrūtina apkārtējiem iespēju pamanīt, ka esi apdraudēts. Kad izplatās panika, lielākā daļa cilvēku koncentrējas uz izklūšanu un var nepamanīt pat to, ka kāds blakus sabrūk.

Kāpēc tas ir bīstami individuālās izdzīvošanas situācijās:

- Paslēpts haosā — vāja apgaismojuma, trokšņa vai kustīga pūļa dēļ tavas veselības problēmas paliek nepamanītas.
- Nepareiza signālu interpretācija — reibonis vai elpas trūkums var izskatīties pēc parastas panikas.
- Nepamanīts evakuācijas laikā — masveida kustības brīdī glābēji un apkārtējie bieži nepamana cilvēkus, kuri klusi sabrūk.
- Novēlota palīdzība — medicīniskās komandas var ierasties lēnāk, ja vienlaikus palīdzība nepieciešama daudziem.



12. attēls. Tukša ūdens pudele sabiedriskā vietā.
(Mākslīgo intelektu ģenerēja E. Šilina caur MagicStudio)

Ārkārtas medicīniskā palīdzība pārpildītās vietās

Kad evakuācija, troksnis vai panika slēpj jūsu stāvokli, izdzīvošana ir atkarīga no tā, vai jūs esat redzams un stabils, līdz ierodas palīdzība.

- **Ko darīt:**
Rīkojieties pēc pirmajām brīdinājuma pazīmēm – reibonis, sāpes krūtīs, elpas trūkums vai neskaidra redze nozīmē, ka jums nekavējoties jāpārtrauc kustēties.
Pārvietojieties no straujas plūsmas - soli uz sāniem līdz sienai, barjerai vai kāpņu margām, lai izvairītos no notriekšanas.
Padariet sevi redzamu – paceliet vienu roku, viciniet apģērbu vai izmantojiet tālruņa gaismu, lai piesaistītu glābēju uzmanību.
Lietojiet zāles ātri – inhalators, nitroglicerīns vai izrakstītas tabletes jālieto uzreiz.
Novietojiet droši – ja ģībonis, apsēdieties ar muguras atbalstu vai apgulieties uz sāniem ar saliektiem ceļgaliem, lai saglabātu elpceļus brīvus.
- **Ko nedarīt:**
 - Nepiespiediet sevi turpināt kustēties kopā ar pūli - sabrukums kustībā palielina traumu un trampling risku.
Neslēpieties tualetēs vai tumšos stūros - glābēji var jūs nepamanīt.
Netērējiet savu pēdējo enerģiju, nepārtraukti kliedzot - īsi, skaidri signāli ir efektīvāki.
Negaidiet pasīvi - rīkojieties nekavējoties, kad sākas simptomi.

Apstājies un padomā

Sabrukums evakuācijas laikā — kā rīkoties?

- Jūs atrodaties pārpildītā koncertā lielā iekštelpu arēnā, kad pēkšņi pazūd apgaismojums un pūlī sākas panika. Cilvēki steidzas uz izejām. Haosa vidū sajūtat, ka krūtīs sāk spiest — kļūst grūti elpot, kājas kļūst vājas. Jūs klūpat un gandrīz sabrūkat, kamēr citi turpina spiest jums garām. Ir tumšs, skaļi un neviens nepamana, ka jums ir slikti.
- **Ko jūs darītu šādā situācijā?**
Vai jūs mēģinātu virzīties uz priekšu kopā ar pūli, apsēstos uz grīdas vai paceltu roku un sauktu pēc palīdzības?



13. attēls. Aptumšota koncertzāle.
(Mākslīgo intelektu ģenerēja E. Šilina caur MagicStudio)

Apstājies un padomā

Tumšā, pārpildītā vietā nelielas medicīniskās ārkārtas situācijas var ātri kļūt dzīvībai bīstamas, ja tās netiek pamanītas. Jūsu izdzīvošana ir atkarīga no tā, vai jūs esat redzams un saglabājat enerģiju, līdz palīdzība pienāk.

Padariet sevi pamanāmu — atspiedieties pret sienu vai margām, turieties stāvus un paceliet vienu roku, lai glābēji jūs varētu ātrāk ieraudzīt.

Signalizējiet par medicīnisko palīdzību — izmantojiet īsus, skaidrus vārdus, piemēram: *“Palīdzību! Astma!”* vai *“Palīdzību! Sāpes krūtīs!”*.

Lietojiet medikamentus nekavējoties, ja tie ir līdzī (inhalators, adrenalīna injekcija, vajadzīgās tabletes).

Kontrolējiet elpošanu — elpojiet lēni un vienmērīgi, lai mazinātu paniku un samazinātu skābekļa patēriņu.

Palieciet vietā, kur ir kaut neliels apgaismojums vai atklāta zona, lai glābēji jūs varētu ātrāk pamanīt un sasniegt.

Bīstama rīcība:

Krišana pūļa vidū — pastāv augsts risks tikt samītam vai palikt nepamanītam haosa laikā.

Palikšana klusumā — glābēji trokšņainā, panikas pilnā vidē jūs nepamanīs, ja nesignalizēsiet.

Aiziešana uz tualetēm vai nomaļām, slēgtām telpām — šādās vietās glābēji jūs atradīs daudz grūtāk, kas var aizkavēt palīdzību.

Iedvesmojoša rīcība un labās prakses piemēri

Love Parade 2010: Kā nelielas rīcības glāba dzīvības

2010. gada 24. jūlijā Duisburgā, Vācijā, Love Parade festivāls dažu minūšu laikā pārvērtās katastrofā.

Vairāk nekā **200 000 cilvēku** tika novirzīti pa vienu tuneli un rampu. Pūļa spiediens kļuva nekontrolējams. **21 cilvēks gāja bojā**, vairāk nekā **650 tika ievainoti**.

Tomēr haosā dažas cilvēku rīcības tiešām **glāba dzīvības**:

Garāmgājēji veidoja cilvēku ķēdes, lai aizturētu pūļa spiedienu un novērstu saspiešanu.

Svešinieki vilka cilvēkus augšup pa kāpņu margām un sienām, radot viņiem papildus telpu elpot.

Tie, kuri **saglabāja mieru**, **virzījās diagonāli** un skaidri signalizēja par savām kustībām, atrada ceļu ārā no saspieduma.

Šie piemēri uzskatāmi parāda, ka **pat mazas, apdomīgas rīcības** ļoti bīstamos apstākļos var **palielināt izdzīvošanas iespējas** gan sev, gan citiem.



Video 1. Love Parade katastrofa. <https://www.youtube.com/watch?v=MGFcNRilqM>

Atceries!

Jūsu skaidra domāšana var glābt jūsu un kāda cita dzīvību.

Padziļinātai izpētei

1. Managing health risks during mass gatherings

Vadlīnijas infekcijas uzliesmojumu, pārtikas izraisītu slimību un ārkārtas medicīnisko situāciju novēršanai lielās vietās.

2. Future challenges for infectious disease prevention and control

Praktisks ieskats par to, kā infekcijas izplatās pārpildītās telpās un kādi pasākumi samazina riskus.3.

Less queuing, more safety - the power of crowd simulations

Izskaidro, kāpēc pūļa turbulence un novēlota ārkārtas situāciju atpazīšana var būt nāvējoša un kā izpratne glābj dzīvības.

Avoti

- *Earthquakes and tsunamis*. (n.d.). The Joint Research Centre: EU Science Hub. https://joint-research-centre.ec.europa.eu/projects-and-activities/natural-and-man-made-hazards/earthquakes-and-tsunamis_en?utm_
- Fausti, G. (n.d.). *European Fire Standards*. Scribd. <https://www.scribd.com/document/836063255/European-Fire-Standards>
- *Future challenges for infectious disease prevention and control*. (2025, May 8). European Centre for Disease Prevention and Control. <https://www.ecdc.europa.eu/en/publications-data/future-challenges-infectious-disease-prevention-and-control>
- *Managing health risks during mass gatherings*. (2024, March 7). <https://www.who.int/activities/managing-health-risks-during-mass-gatherings>
- *Mass gatherings and infectious diseases, considerations for public health authorities in the EU/EEA*. (2024, June 14). European Centre for Disease Prevention and Control. <https://www.ecdc.europa.eu/en/publications-data/mass-gatherings-and-infectious-diseases-considerations-2024>
- *Monkeypox Resource toolkit for planning and coordination of mass and large gathering events*. (2022, July 5). <https://www.who.int/europe/tools-and-toolkits/monkeypox-resource-toolkit-for-planning-and-coordination-of-mass-and-large-gathering-events>
- *Skills & competences*. (n.d.-b). European Skills, Competences, Qualifications and Occupations (ESCO). https://esco.ec.europa.eu/en/classification/skill_main

Avoti

Video:

Autentic Documentary. (2025, July 19). *Love Parade: How a Music Festival Turned into a Deadly Trap* [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=MGFcNRilqM>
Kneidl, A. (n.d.). *Less queuing, more safety - the power of crowd simulations* [Video]. TED Talks. https://www.ted.com/talks/angelika_kneidl_less_queuing_more_safety_the_power_of_crowd_simulations

Attēli:

Munasinghe, S. (n.d.). *3,100+ fire exit sign stock photos, pictures & Royalty-Free Images - iStock*. <https://www.istockphoto.com/photos/fire-exit-sign>
Šilina, E. (2025). Collapsed Stadium Structure during Earthquake [AI-generated image]. MagicStudio. https://magicstudio.com/ai-art-generator/?utm_source=chatgpt.com
Šilina, E. (2025). Earthquake Tremors [AI-generated image]. MagicStudio. https://magicstudio.com/ai-art-generator/?utm_source=chatgpt.com
Šilina, E. (2025). Thermometer Showing Extreme Heat (43°C) [AI-generated image]. MagicStudio. https://magicstudio.com/ai-art-generator/?utm_source=chatgpt.com
Šilina, E. (2025). Stadium under Severe Lightning Storm [AI-generated image]. MagicStudio. https://magicstudio.com/ai-art-generator/?utm_source=chatgpt.com
Šilina, E. (2025). Shopping Mall on Fire [AI-generated image]. MagicStudio. https://magicstudio.com/ai-art-generator/?utm_source=chatgpt.com
Šilina, E. (2025). Shattered Glass Panels [AI-generated image]. MagicStudio. https://magicstudio.com/ai-art-generator/?utm_source=chatgpt.com
Šilina, E. (2025). Abandoned Phone with Low Battery Icon [AI-generated image]. MagicStudio. https://magicstudio.com/ai-art-generator/?utm_source=chatgpt.com
Šilina, E. (2025). Empty Water Bottle at Overheated Venue [AI-generated image]. MagicStudio. https://magicstudio.com/ai-art-generator/?utm_source=chatgpt.com
Šilina, E. (2025). Medical Mask Dropped on the Floor in a Crowd [AI-generated image]. MagicStudio. https://magicstudio.com/ai-art-generator/?utm_source=chatgpt.com
Šilina, E. (2025). Food left at Overheated Venue [AI-generated image]. MagicStudio. https://magicstudio.com/ai-art-generator/?utm_source=chatgpt.com
Šilina, E. (2025). Darkened Concert Hall [AI-generated image]. MagicStudio. https://magicstudio.com/ai-art-generator/?utm_source=chatgpt.com

PARTNERİBA



<https://ied.eu/>



<https://denizli.afad.gov.tr/>



<https://neotalentway.com/>



<https://www.eva93.lv/>



<https://ngo-nfe4y.com.ua/en>



<https://vonhope.is/>

**Lai vērtīga un iedvesmojoša mācīšanās ar VET-READY
2. nodaļu «SABIEDRISKO UN LIELU PASĀKUMU NORISES
VIETU KATASTROFU GATAVĪBA UN REAGĒŠANA»
un 12. mācību moduli «Individuālās izdzīvošanas prasmes
sabiedrisko un liela mēroga pasākumu katastrofu
scenārijos»!**

SEKO MUMS



<https://vetready.eu/>