



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

### MĀCĪBU MODULIS 7: Katastrofu riski publiskās un lielās cilvēku pulcēšanās vietās

**Autors:** NGO NFE4Y/ VETREADY Projekta partnerība

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



**Co-funded by  
the European Union**

Finansē Eiropas Savienība. Tomēr paustie viedokļi un viedokļi ir tikai autora(-u) viedokļi un viedokļi, un tie ne vienmēr atspoguļo Eiropas Savienības vai Servicio Español para la Internacionalización de la Educación (SEPIE) viedokļus un viedokļus. Ne Eiropas Savienība, ne piešķirēja iestāde nevar būt atbildīga par tiem.



# Mācību moduļa mērķis

**Vispārējais mērķis:** Ļaut izglītojamajiem identificēt, novērtēt un efektīvi reaģēt uz katastrofu riskiem publiskās un lielās vietās, nodrošinot personīgo drošību un atbalstot koordinētas ārkārtas darbības pārpildītā vidē.

**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 dažādu veidu katastrofu riskus, kas var rasties publiskās un lielās cilvēku pulcēšanās vietās, piemēram, stadionos, transporta mezglos un tirdzniecības centros.
2. Izprast civilās aizsardzības un ārkārtas situāciju vadības sistēmas pamatstruktūru un to, kā notiek sadarbība starp objekta personālu, institūcijām un sabiedrību katastrofu laikā.
3. Skaidrot, kā pūļa dinamika un cilvēku uzvedība ietekmē risku līmeni un evakuācijas efektivitāti ārkārtas situācijās.

## Prasmes

1. Identificēt iespējamus apdraudējumus un ievainojamības dažādās publiskās vai lielās cilvēku pulcēšanās vietās un ierosināt pamatpasākumus riska mazināšanai.
2. Pielietot problēmrisināšanas stratēģijas, lai pieņemtu ātrus un pamatotus lēmumus simulētās vai reālās ārkārtas situācijās.
3. Efektīvi komunicēt un sadarboties ar citiem, lai atbalstītu drošu evakuāciju un reaģēšanas darbības stresa apstākļos.

Šīs prasmes tieši atbilst transversālajām ESCO prasmēm T2.3:  
Noteikt problēmas un veikt riska analīzi  
Izstrādāt stratēģijas reaģēšanai ārkārtas situācijās  
Risināt problēmas neparedzamos apstākļos

# Ievads: Kas ir katastrofu riski publiskās un lielās cilvēku pulcēšanās vietās

- Sabiedriskās telpas, piemēram, iepirkšanās centri, stadioni, transporta mezgli un pasākumu centri, katru dienu pulcē lielu skaitu cilvēku. Lai gan šīs vietas ir paredzētas ērtībām un priekam, tās var kļūt ļoti neaizsargātas arī ārkārtas situācijās, piemēram, ugunsgrēkos, pūļa saspiešanās, zemestrīcēs vai teroristu incidentos. Izpratne par to, kā atpazīt riskus, saglabāt mieru un rīkoties atbildīgi šādā vidē, var glābt dzīvības. Šis modulis palīdz izglītojamajiem izpētīt, kā katastrofas notiek lielās, pārpildītās vietās un kā pareiza plānošana, koordinācija un izpratne var samazināt haosu un novērst traumas vai dzīvības zaudēšanu. Izmantojot šo apmācību, izglītojamie redzēs, ka sagatavotība katastrofām ir ikviena atbildība - ne tikai profesionāļu atbildība - un ka informētiem indivīdiem ir būtiska loma drošāku, izturīgāku kopienu veidošanā.

# Galvenie jēdzieni un terminoloģija

- Katastrofas risks - apdraudējuma (piemēram, ugunsgrēka, plūdu vai zemestrīces) potenciāls nodarīt kaitējumu cilvēkiem, īpašumam vai videi. Risks palielinās, ja daudzi cilvēki pulcējas vienā vietā bez pienācīgiem drošības pasākumiem. Publiska vieta - sabiedrībai atvērta telpa, kurā pulcējas liels skaits cilvēku, piemēram, iepirkšanās centri, dzelzceļa stacijas, stadioni vai koncertzāles. Gatavība ārkārtas situācijām - darbības un plāni, kas ieviesti pirms katastrofas, lai nodrošinātu, ka cilvēki zina, ko darīt, kur doties un kā palikt drošībā. Evakuācijas plāns - strukturēts process, kas palīdz cilvēkiem droši atstāt bīstamu zonu ārkārtas situācijas laikā. Tas ietver skaidras izejas, norādes un apmācītu personālu. Pūļa vadība - stratēģijas, ko izmanto, lai uzturētu lielas cilvēku grupas drošībā un kārtībā, īpaši stresa vai negaidītās situācijās. Situācijas apzināšanās - spēja pamanīt apkārt notiekošo, izprast iespējamos riskus un ātri pieņemt gudrus lēmumus. Pirmie reaģētāji - profesionāli, piemēram, ugunsdzēsēji, policisti un feldšeri, kas pirmie ierodas un palīdz ārkārtas situācijās.

# Tēmas svarīguma izpratne

- ES civilās aizsardzības un Copernicus ārkārtas situāciju pārvaldības dienesta ziņojumos ir uzsvērts, ka pārpildītas sabiedriskās vietas, piemēram, transporta mezgli, tirdzniecības centri, stadioni un koncertu norises vietas, arvien biežāk tiek klasificētas kā augsta riska vietas, jo pieaug pilsētu blīvums, ekstremāli laikapstākļi un drošības apdraudējumi. Madridē (Spānija, 2024) daļēja jumta sabrukums sporta kompleksā spēcīgu lietusgāžu laikā ievainoja vairāk nekā 40 cilvēkus, atklājot infrastruktūras noturības un pūļa evakuācijas procedūru trūkumus. ES civilās aizsardzības mehānisms tika mobilizēts, lai koordinētu ārkārtas situāciju novērtējumu un strukturālās drošības atbalstu. Līdzīgi Parīzes koncertzāles ugunsgrēks (Francija, 2023) parādīja, cik strauji katastrofa var saasināties publiskās telpās – pēc panikas un dūmu izplatīšanās dažu minūšu laikā tika reģistrēti 15 bojāgājušie un vairāk nekā 100 ievainotie. Daudzi upuri tika iesprostoti bloķēto izeju un skaidru vadības sistēmu trūkuma dēļ. ES līmenī Savienības civilās aizsardzības zināšanu tīkls publisko vietu gatavību identificē kā galveno prioritāti kopienas noturības veidošanā. Tā palīdz dalībvalstīm stiprināt novēršanas, agrīnās brīdināšanas un koordinētas reaģēšanas spējas, saskaņojot to ar ES stratēģiju par pielāgošanos klimata pārmaiņām un RescEU satvaru pārrobežu reaģēšanai uz katastrofām.

# Kāpēc šis mācību modulis ir svarīgs?

- Katastrofas var notikt jebkurā vietā - pat vietās, kuras mēs katru dienu apmeklējam darba, ceļojuma vai atpūtas nolūkos. Koncerts, futbola spēle vai ātrs brauciens uz iepirkšanās centru dažu sekunžu laikā var kļūt haotiski, kad pārņem panika vai apjukums. Šis modulis palīdz jums kļūt apzinātākam, pārliecinātākam un sagatavotākam, lai aizsargātu sevi un apkārtējos, kad notiek negaidīts. Neatkarīgi no tā, vai esat izglītojamais, pasniedzējs vai garamgājējs, jūsu rīcība ir svarīga. Gatavība sabiedriskās vietās nav tikai drošība - tas ir par atbildību, izpratni un drosmi rīkoties, kad citi ir panikā.



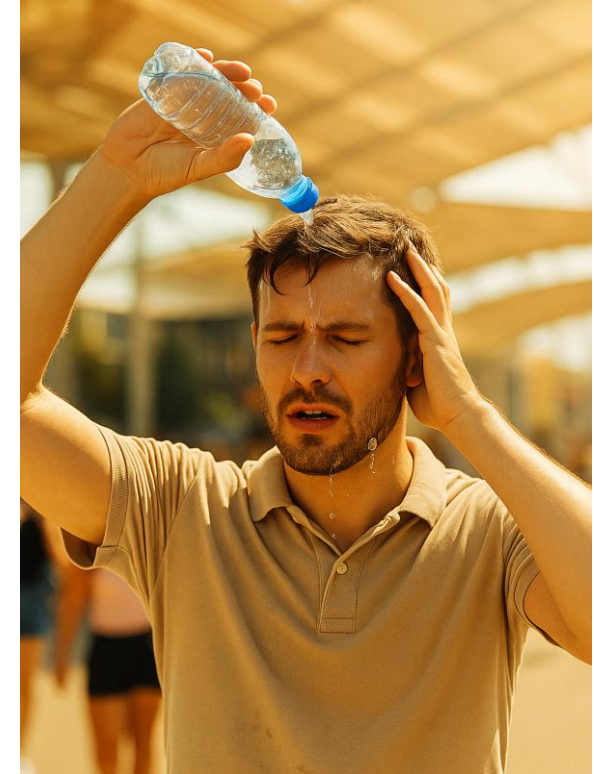
# Dabas katastrofas publisko un lielo cilvēku pulcēšanās vietu katastrofu risku kontekstā

- Zemestrīces, plūdi, vētras un karstuma viļņi var traucēt cilvēku pārpildītas vietas, izraisot paniku, elektroapgādes traucējumus vai ēku bojājumus.
- Publiskajās vietās ir nepieciešami skaidri evakuācijas ceļi un agrīnās brīdināšanas sistēmas, lai droši vadītu lielas cilvēku grupas.
- Ar laikapstākļiem saistīti brīdinājumi un efektīva saziņa ar cilvēku pūli ir būtiski, lai novērstu traumas pēkšņu notikumu laikā.
- Sagatavotība un mierīga rīcība mazina haosu un atbalsta efektīvu reaģēšanu ārkārtas situācijās.



# Karstuma vilnis / Ārkārtējs karstums

- **Kāpēc šis katastrofas veids ir būtisks?**
- Dažādos koncertos, festivālos vai sporta pasākumos ekstremāls karstums var ļoti ātri izraisīt dehidratāciju, ģībšanu vai karstuma dūrienu — īpaši pārpildītās vai nepietiekami vēdinātās vietās.
- **Kāpēc jāreaģē?**
- Ar karstumu saistīti veselības traucējumi attīstās nemanāmi; brīdinājuma pazīmju atpazīšana palīdz novērst smagas veselības ārkārtas situācijas.



1. attēls. Ekstrēma karstuma pārvarēšana: vēsums.  
(AI ģenerējis Y.Luhanskyi, izmantojot ChatGPT)

# Karstuma vilnis / Ārkārtējs karstums

## Ja atrodaties lielā publiskā vietā

- Meklējiet vēsākas, noēnotas vai labi vēdinātas zonas.
- Dzeriet ūdeni regulāri — izvairieties no saldinātiem un alkoholiskajiem dzērieniem.
- Ziņojiet par jebkuru personu, kurai ir reibonis vai ģībšanas pazīmes.
- Noņemiet liekās apģērba kārtas.
- Ievērojiet pasākuma personāla norādījumus par pirmo palīdzību vai atvēršanās zonām.

## Ko darīt:

Uzturiet pietiekamu šķidruma līmeni, meklējiet ēnu un pievērsiet uzmanību citiem, kuriem var būt diskomforta pazīmes.

## Ko nedarīt:

Neignorējiet reiboni, nelabumu vai krampjus. Nelietojiet alkoholu un neatstājiet vienus cilvēkus, kuri jūtas vāji.

## Ja atrodaties ārā atklātās vietās

- Atrodiet ēnu vai dodieties telpās, lai atvēsinātos.
- Valkājiet vieglu, elpojošu apģērbu un galvassegu.
- Dzeriet ūdeni regulāri, pat ja nejūtaties izslāpis.
- Atpūties bieži un izvairieties no atrašanās tiešos saules staros.

# Plūdi

## Kāpēc šis katastrofas veids ir būtisks

- Plūdi var skart lielas publiskās vietas, kas atrodas pie upēm, zemienēs vai pazemes telpās. Straujš ūdens līmeņa kāpums, elektroapgādes traucējumi un dezinformācija var iesprostot cilvēku pūļus ar ierobežotām evakuācijas iespējām.

## Kāpēc jāreaģē?

- Ūdens var strauji celties un nest līdzīgi gružus vai radīt elektroapdraudējumu — ātri un droši lēmumi novērš noslīkšanu un elektrotraumas.



2. attēls. Pilsētu plūdu reakcija.  
(AI ģenerējis Y.Luhanskyi, izmantojot ChatGPT)

# Plūdi

## Ja atrodaties lielā publiskā vietā

- Nekavējoties pārvietojieties uz augstākiem stāviem vai līmeņiem.
- Izvairieties no pagrabiem vai pazemes autostāvvietām.
- Izslēdziet elektriskās ierīces, ja tas ir droši iespējams.
- Ievērojiet evakuācijas norādes un personāla rīkojumus.
- Saglabāiet mieru un gaidiet oficiālas instrukcijas.

## Ja atrodaties ārā atklātās vietās

- Nekavējoties pārvietojieties uz augstāku vietu.
- Nevajag iet vai braukt cauri plūdu ūdenim.
- Turieties tālāk no notekām, upēm un tiltiem.
- Palīdziet neaizsargātām personām nokļūt drošībā.

### Ko darīt:

Palieciet virs ūdens līmeņa, sargājiēt saziņas ierīces no samirkšanas un palīdziet citiem.

### Ko nedarīt:

Nepieskarieties elektroinstalācijai un nenovērtējiet par zemu seklu ūdeni — strauja straume var jūs nogāzt.

# Zemestrīce

## Kāpēc šis katastrofas veids ir būtisks

- Zemestrīces var notikt pēkšņi un izraisīt paniku pārpildītās vietās, piemēram, tirdzniecības centros, stadionos vai metro stacijās. Slikta saziņa, bloķētas izejas un krītoši priekšmeti palielina masveida traumu risku.

## Kāpēc jāreaģē?

- Ātra un mierīga rīcība glābj dzīvības. Zinot, kā sevi pasargāt un palīdzēt citiem, iespējams mazināt haosu un novērst masu drūzmēšanos vai bīstamas panikas situācijas.



3. attēls. Zemestrīces evakuācija.  
(AI ģenerējis Y.Luhanskyi, izmantojot ChatGPT)

# Zemestrīce

## Ja atrodaties lielā publiskā vietā

- Turieties tālāk no logiem, stikla un smagiem priekšmetiem.
- Nesteidzieties pie izejām, kamēr drebēšana nav beigusies.
- Ievērojiet skaļruņu paziņojumus vai ārkārtas dienestu personāla norādījumus.
- Kad evakuācija ir droša, pārvietojieties piesardzīgi uz atklātām zonām.

## Ko darīt:

Aizsargiet galvu un kaklu, saglabājiert mieru un gaidiet oficiālu atļauju pirms atgriešanās ēkās.

## Ko nedarīt:

Neizmantojiet liftus, neskrieniet telpās un neaizšķērsojiet izejas evakuācijas laikā.

## Ja atrodaties ārā atklātās vietās

- Attālinieties no ēkām, sienām un elektrolīnijām.
- Palieciet atklātā zonā, kur nav priekšmetu, kas varētu krist.
- Esiet uzmanīgi attiecībā uz pēcgrūdieniem un plaisām zemē.
- Palīdziet citiem saglabāt mieru un stabilitāti.

# Apstājies un padomā

## Pārdomu scenārijs: kad pūlis pārvēršas haosā

- Tā ir silta vasaras vakara koncertzāle. Pēkšņi sāk drebēt grīda — mirgo gaismas, grab griestu paneļi, un simtiem cilvēku metas pie izejām.
- Dzirdat pretrunīgus saucienus: daži kliedz “Ugunsgrēks!”, citi — “Zemestrīce, ātri ārā!”. Apsardzes darbinieki šķiet apjukuši, un panika strauji pieaug, cilvēkiem grūstoties un krītot pie durvīm.
- **Ko jūs darītu šādā situācijā — paliktu, pārvietotos vai palīdzētu citiem?**



# Apstājies un padomā

## Ieteicamā rīcība: zemestrīce pārpildītā vietā

### Ieteicamā rīcība:

- Palieciet turpat, kur atrodaties — nometieties zemē, pasargiet sevi un turieties, līdz drebēšana beidzas.
- Neskrieniet uz izejām vai kāpnēm; krītoši priekšmeti un pūļa spiediens var izraisīt smagas traumas.
- Aizsargiet galvu un kaklu, izmantojot rokas, somu vai stabilu mēbeli.
- Kad drebēšana ir beigusies, pārvietojieties piesardzīgi uz atklātām vietām, izvairoties no stikla, izkārtņēm un nestabiliem priekšmetiem.
- Palīdziet citiem mierīgi un ievērojiet apmācīta personāla vai ārkārtas paziņojumu norādes.

### Kāpēc daži rīcības veidi ir nedroši:

- Steigšanās pie izejām drebēšanas laikā bieži izraisa drūzmēšanos, traumas no krītoša stikla vai bloķētus evakuācijas ceļus.
- Oficiālo norādījumu ignorēšana vai sekošana dezinformācijai (“Ugunsgrēks!”, “Evakuēties tūlīt!”) palielina haosu.
- Stāvēšana durvju ailēs vai skriešana ārā pakļauj cilvēkus krītošu priekšmetu un pūļa spiediena radītiem riskiem.

# Tehnoloģiskās / industriālās katastrofas publisko un lielo cilvēku pulcēšanās vietu katastrofu risku kontekstā

- Tehnoloģiskās un industriālās katastrofas — piemēram, ugunsgrēki, sprādzieni, gāzes noplūdes, ķīmisko vielu izplūdes vai elektroapgādes traucējumi — var ļoti ātri pārvērst publiskās un lielās cilvēku pulcēšanās vietas par augsta riska vidi. Šādi incidenti parasti sākas pēkšņi un izplatās strauji, atstājot maz laika organizētai evakuācijai.
- Pārpildītās vietās, piemēram, stadionos, tirdzniecības centros, transporta mezglos vai koncertzālēs, šādi notikumi var izraisīt paniku, apjukumu un saziņas traucējumus, īpaši tad, ja brīdināšanas sistēmas nedarbojas.
- Efektīva risku pārvaldība šādās situācijās balstās uz informētību, ātru lēmumu pieņemšanu un uzticēšanos ārkārtas procedūrām. Zināšanas par to, kā reaģēt, kur pārvietoties un kā palīdzēt citiem, palīdz novērst traumas un nodrošina koordinētu drošības pasākumu īstenošanu.

# Kīmiskā noplūde

## Kāpēc šis katastrofas veids ir būtisks

- Kīmisko vielu vai gāzes noplūdes no tuvējām rūpnieciskām iekārtām, transporta negadījumiem vai bojātām sistēmām var izplatīties ātri un nemanāmi, apdraudot cilvēkus slēgtās vai daļēji slēgtās publiskās vietās. Panika un dezinformācija situāciju nereti padara vēl bīstamāku.

## Kāpēc jāreaģē?

- Toksiski gāzveida savienojumi dažu minūšu laikā var izraisīt elpošanas traucējumus, saindēšanos vai samanas zudumu. Ātra un pareiza rīcība glābj dzīvības.



4. attēls. Kīmiskās noplūdes reakcija.  
(AI ģenerējis Y.Luhanskyi, izmantojot ChatGPT)

# Kīmiskā noplūde

## Ja atrodaties lielā publiskā vietā

- Palieciet telpās un aizveriet durvis un ventilācijas atveres, ja tas tiek norādīts.
- Piesedziet degunu un muti ar audumu, lai samazinātu ieelpi.
- Pārvietojieties uz augstākiem stāviem, ja gāze ir smagāka par gaisu (piemēram, hlors).
- Klausieties oficiālās instrukcijas caur skaļruņiem vai brīdinājuma sistēmām.
- Palīdziet neaizsargātām personām mierīgi un organizēti.

## Ja atrodaties ārā atklātās vietās

- Pārvietojieties **perpendikulāri vēja virzienam** un uz augstāku vietu no noplūdes avota, ja tas ir redzams.
- Piesedziet muti un degunu un izvairieties no zemākām vietām, kur gāzes var nosēsties.
- Ievērojiet evakuācijas norādījumus, ko sniedz operatīvie dienesti.
- Neaiztieciet un neejiet cauri piesārņotām teritorijām.

### Ko darīt:

Saglabājiet mieru, aizsargājiet elpošanu un ievērojiet oficiālās norādes.

### Ko nedarīt:

Neskrieniet noplūdes virzienā, nenovelciet aizsargmasku un neizplatiet neapstiprinātu informāciju.

# Bīstamo vielu transportēšanas negadījums

## Kāpēc šis katastrofas veids ir būtisks

- Vilcieni, kravas automašīnas vai cauruļvadi, kas pārvadā bīstamās vielas, var atrasties publisko vietu tuvumā. Negadījums var izraisīt toksisku vielu noplūdi, ugunsgrēku vai nepieciešamību veikt plaša mēroga evakuāciju.

## Kāpēc jāreaģē?

- Saskare ar nezināmām vielām var būt dzīvībai bīstama. Ātra situācijas apzināšanās un attālināšanās novērš piesārņojuma risku.



5. attēls. Bīstamu materiālu transportēšanas negadījums.  
(AI ģenerējis Y.Luhanskyi, izmantojot ChatGPT)

# Bīstamo vielu transportēšanas negadījums

## Ja atrodaties lielā publiskā vietā

- Palieciet telpās, ja vien nav dots norādījums evakuēties.
- Aizveriet durvis, logus un izslēdziet ventilācijas sistēmas.
- Klausieties ārkārtas paziņojumus un ievērojiet sniegtās instrukcijas.
- Turieties tālāk no grīdas līmeņa atverēm, pa kurām var iekļūt tvaiki.
- Palīdziet citiem saglabāt mieru.

## Ko darīt:

Attālinieties no avota un ievērojiet evakuācijas rīkojumus.

## Ko nedarīt:

Netuvojieties notikuma vietai un nefilmējiet to, nepaļaujieties uz baumām sociālajos tīklos un nebrauciet uz teritoriju, kur satiksme ir noslogota incidenta dēļ.

## Ja atrodaties ārā atklātās vietās

- Pārvietojieties **pret vēja virzienu** un uz augstāku vietu prom no negadījuma vietas.
- Neaiztieciot izlieto materiālu un neieelpojiet redzamus dūmus vai tvaikus.
- Turieties tālāk no lietusūdens notekām un ūdensceļiem.
- Informējiet atbildīgos dienestus, ja novērojat simptomus citiem cilvēkiem.

# Ugunsgrēks publiskā vietā

## Kāpēc šis katastrofas veids ir būtisks

- Elektroinstalācijas bojājumi, virtuves ugunsgrēki, pirotehnika vai gāzes noplūdes var ļoti ātri izraisīt aizdegšanos pārpildītās vietās, piemēram, tirdzniecības centros vai koncertzālēs. Slikta ventilācija, bloķētas izejas vai trauksmes sistēmu trūkums būtiski palielina risku.

## Kāpēc jāreaģē?

- Ātra un mierīga rīcība novērš dūmu ieelpošanu, apdegumus un letālus pūļa spiediena radītus negadījumus evakuācijas laikā.



6. attēls. Ugunsgrēks publiskā vietā.  
(AI ģenerējis Y.Luhanskyi, izmantojot ChatGPT)



# Ugunsgrēks publiskā vietā

## Ja atrodaties lielā publiskā vietā

- Turieties zemāk, lai izvairītos no dūmiem; piesedziet muti un degunu ar audumu.
- Nelietojiet liftus.
- Ievērojiet izgaismoto evakuācijas ceļu norādes un pārvietojieties ātri uz drošajām izejām.
- Palīdziet citiem mierīgi un brīdiniet cilvēkus, kuri dodas bīstamā virzienā.
- Ievērojiet personāla vai operatīvo dienestu norādījumus.

## Ja atrodaties ārā atklātās vietās

- Pārvietojieties **pret vēja virzienu** un prom no dūmiem vai iespējamām sprādziena zonām.
- Turieties tālāk no operatīvo dienestu transporta un glābējiem.
- Palīdziet citiem nokļūt drošajos pulcēšanās punktos.
- Ziņojiet glābējiem par iesprostotām personām.

## Ko darīt:

Saglabāji mieru, domāji skaidri un dodiet priekšroku drošai evakuācijai, nevis mantām.

## Ko nedarīt:

Neatgriezieties ēkā, neskrieniet un ngrūstieties, un neignorēji trauksmes signālus, domājot, ka tā ir mācību trauksme.

# Apstājies un padomā

## Pārdomu scenārijs: dīvaina smarža tirdzniecības centrā

- Ir noslogota sestdienas pēcpusdiena lielā iepirkšanās centrā. Pēkšņi jūs un apkārtējie pamanāt spēcīgu, nepazīstamu ķīmisku smaku apakšējā stāvā.  
Daži cilvēki sāk klepot un piesegt muti. Citi to ignorē, sakot, ka tā “droši vien ir tīrīšanas līdzekļu smaka”. Dažu minūšu laikā gaiss kļūst smagnējs, un vairāki apmeklētāji panikā steidzas uz eskalatoriem.
- Apsardzes darbinieki sazinās pa rācijām, taču nesniedz skaidras norādes. Viena no izejām ir slēgta uzkopšanas dēļ. Apjukums pieaug, cilvēkiem strīdoties par to, vai palikt uz vietas vai nekavējoties doties prom.
- **“Ko jūs darītu šajā situācijā?”**

# Apstājies un padomā

## Ieteicamā rīcība: ķīmiska smarža publiskā vietā

### Labākā rīcība:

- Pārvietojieties mierīgi prom no skartās vietas, izvairoties no skriešanas vai saucieniem, lai neradītu paniku.
- Piesedziet degunu un muti ar audumu vai apģērba piedurkni, lai samazinātu kaitīgo vielu ieelpošanu. Neizmantojiet liftus un izvairieties no pārpildītām kāpnēm.
- Ievērojiet personāla vai oficiālās drošības norādes un dodieties uz svaiga gaisa zonām vai drošības vietām.
- Informējiet atbildīgās iestādes (apsardzi, policiju vai ugunsdzēsējus) par notikuma avotu un skartajām personām.

### Kāpēc daļa izvēļu ir nedrošas:

- Steigšanās pie izejām vai drūzmēšanās pie eskalatoriem palielina kritienu un traumu risku.
- Simptomu, piemēram, klepus vai reiboņa, ignorēšana var novest pie nopietnas ķīmiskas iedarbības.
- Nepārbaudītas informācijas izplatīšana ("Tas ir tikai tīrīšanas līdzeklis") rada papildu apjukumu un aizkavē pareizu reaģēšanu.

# Bioloģiskās un ar veselību saistītās katastrofas publisku un lielu pasākumu vietu kontekstā

- Bioloģiskās un ar veselību saistītās katastrofas — piemēram, pandēmijas, infekcijas slimību uzliesmojumi vai masveida piesārņojuma gadījumi — var būtiski ietekmēt publiskas un lielas pulcēšanās vietas, kur cilvēki atrodas ciešā savstarpējā kontaktā. Pārpildītās vidēs, piemēram, lidostās, stadionos vai tirdzniecības centros, slimības var izplatīties ļoti strauji, īpaši tad, ja higiēnas pasākumi, ventilācija vai cilvēku plūsmas organizēšana ir nepietiekama. Bailes un dezinformācija var izraisīt paniku, izvairīšanos vai stigmatizējošu attieksmi pret skartajām personām.
- Efektīva risku pārvaldība šādās situācijās balstās uz agrīnās brīdināšanas sistēmām, sabiedrības veselības dienestu koordināciju, higiēnas prasību ievērošanu un mierīgu, saprotamu komunikāciju. Personāla un apmeklētāju apmācība simptomu atpazīšanā, drošības protokolu ievērošanā un psiholoģiskā pirmā atbalsta sniegšanā palīdz novērst situācijas saasināšanos un stiprina sabiedrības noturīgumu.

# Bioterorisms vai apzināti bioloģiski draudi

- **Kāpēc šis apdraudējuma veids ir nozīmīgs**  
Apzināta kaitīgu bioloģisku aģentu izplatīšana sabiedriskās vietās var izraisīt masveida paniku, dezinformāciju un strauju izplatīšanos, ja apdraudējums netiek savlaicīgi atklāts.
- **Kāpēc jāreaģē?**  
Vērība un saglabāts miers palīdz operatīvajiem dienestiem ātrāk izolēt un ierobežot apdraudējumu.



7. attēls. Bioterrorisma reakcija.  
(AI ģenerējis Y.Luhanskyi, izmantojot ChatGPT)

# Bioterorisms vai apzināti bioloģiski draudi

## Ja esat iekštelpās lielā publiskā vietā

- Rīkojieties mierīgi un attālinieties no iespējamā apdraudējuma zonas.
- Nepieskarieties aizdomīgām vielām vai priekšmetiem.
- Nekavējoties ziņojiet apsardzei vai policijai.
- Ievērojiet norādījumus par slēgšanu (lockdown) vai evakuāciju.
- Palīdziet personām, kurām nepieciešams atbalsts.

## Ja atrodaties ārpus telpām atklātā teritorijā

- Ja ir aizdomas par vielas noplūdi, pārvietojieties **pretvēja virzienā un augstākā vietā**.
- Izvairieties no pūļiem un neizmantojiet sabiedrisko transportu, līdz tiek paziņots par drošību.
- Sekojiet **oficiālajiem informācijas avotiem** un jaunākajiem paziņojumiem.
- Kad tas ir droši iespējams, **nomazgājiet rokas un apģērbu**.

**Ko darīt:** Esiet vērīgi, pārvietojieties mērķtiecīgi un ievērojiet oficiālās norādes.

**Ko nedarīt:** Nepieskarieties nezināmām vielām, neveiciet fotografēšanu un neizplatiet minējumus vai nepārbaudītu informāciju.

# Psiholoģiskās vai garīgās veselības krīze ārkārtas situācijās

- **Kāpēc šis apdraudējuma veids ir nozīmīgs**  
Stress, bailes vai trauma ārkārtas situācijās var izraisīt panikas lēkmes, agresīvu rīcību vai “sastingšanas” reakciju, kas būtiski ietekmē pūļa uzvedību un evakuāciju.
- **Kāpēc reaģēt?**  
Savlaicīga trauksmes un satraukuma pazīmju atpazīšana veicina drošāku evakuāciju un palīdz citiem saglabāt spēju funkcionēt.



8. attēls. Psiholoģiskā pirmā palīdzība.  
(AI ģenerējis Y.Luhanskyi, izmantojot ChatGPT)



# Psiholoģiskās vai garīgās veselības krīze ārkārtas situācijās

## **Ja atrodaties lielā publiskā telpā telpās**

- Saglabājiēt mieru un runājiēt ar apkārtējiēm nomierinošā tonī.
- Veiciniēt lēnu, vienmērīgu pārvietošanos.
- Palīdziēt satrauktiēm cilvēkiem virzīties uz izejām vai klusākām zonām.
- Informējiēt apmācīto personālu, ja nepieciešama psiholoģiskā pirmā palīdziēba.
- Elpojiēt dziļi un izvairiēties no kliegšanas.

## **Ja esat ārpus telpām atklātā vietā**

- Pārvietojiēties uz mierīgāku zonu, prom no cilvēku pūļa.
- Atbalstiēt personas, kurām redzamas stresa vai trauksmes pazīmes.
- Izvairiēties no konfliktsituācijām vai panisku sarunu veidošanas.
- Uzturiēt kontaktu ar draugiem vai ģimeni.

**Ko darīt:** Saglabā mieru, palīdzi citiem un rādi apkārtējiēm mierīgu, līdzsvarotu rīcību.

**Ko nedarīt:** Nemeklē vainīgos, neizturies nicinoši, neignorē un nepārspīlē citu cilvēku trauksmi.

# Pandēmija vai epidēmijas uzliesmojums

- **Kāpēc šis katastrofas veids ir nozīmīgs**  
Pandēmijas un epidēmijas strauji izplatās pārpildītās vietās, piemēram, lidostās, tirdzniecības centros vai pasākumu zālēs. Nepietiekama higiēna, dezinformācija vai nevēlēšanās ievērot sabiedrības veselības noteikumus var būtiski palielināt riskus.
- **Kāpēc nepieciešams reaģēt**  
Agrīna simptomu atpazīšana un mierīga rīcība palīdz mazināt slimības izplatību, aizsargāt citus un uzturēt kārtību sabiedrības veselības ārkārtas situācijās.



9. attēls. Reakcija uz pandēmiju.  
(AI ģenerējis Y.Luhanskyi, izmantojot ChatGPT)

# Pandēmija vai epidēmijas uzliesmojums

## **Ja atrodaties lielā publiskā vietā (iekštelpās)**

- Izpildiet oficiālos veselības norādījumus (maskas, distance, dezinfekcija).
- Izvairieties no fiziska kontakta un koplietošanas virsmām.
- Ziņojiet personālam par simptomiem vai iespējamām saslimšanas gadījumiem.
- Pirms un pēc publisku priekšmetu aizskaršanas lietojiet dezinfekcijas līdzekli.
- Vajadzības gadījumā virzieties mierīgi uz mazāk noslogotām zonām.

## **Ja atrodaties ārpus telpām, atklātā vidē:**

- Ievērojiet distanci no citiem cilvēkiem lielos pulcēšanās pasākumos.
- Izmantojiet individuālos aizsardzības līdzekļus (masku, roku dezinfekcijas līdzekli).
- Sekojiet līdzi jaunākajai informācijai oficiālajos kanālos.
- Izvairieties izplatīt baumas vai neapstiprinātu informāciju par iespējamām saslimšanām.

**Ko darīt:** ievērot higiēnu, sekot uzticamai veselības informācijai un atbildīgi atbalstīt citus.

**Ko nedarīt:** neignorēt veselības simptomus, neizplatīt dezinformāciju un nestigmatizēt citus.

# Apstājies un padomā

## Pārdomu scenārijs: pēkšņa slimība lidostā

- Tu gaidi pārpildītā lidostas terminālī, kad pēkšņi kāds pasažieris tuvumā saīlimst, vardarbīgi klepojot un ar grūtībām elpojot. Cilvēki apkārt sāk panikot — daži steidzas prom, citi izvelk telefonus, lai filmētu.
- Dažu minūšu laikā izplatās baumas, ka tā varētu būt “jauna vīrusa” uzliesmojums. Lidostas skaļruņos skan aicinājums saglabāt mieru, taču uz cilvēku sejām redzamas bailes. Drošības darbinieki un mediķi tuvojas, bet mulsums un trauksme pieaug.
- **“Ko tu darītu šādā situācijā?”**

# Apstājies un padomā

## Ieteicamā rīcība: reaģēšana uz pēkšņu saslimšanu publiskā vietā

### Labās prakses rīcība:

- Saglabājiēt drošu distance no saslimušā cilvēka, lai mazinātu iespējamo inficēšanās risku.
- Neizraisiet paniku un neizplatiet baumas — dezinformācija var radīt lieku haosu.
- Nekavējoties informējiēt personālu vai neatliekamās palīdzības dienestus.
- Ievērojiēt oficiālās norādes no apsardzes vai medicīniskajām komandām — viņi ir apmācīti pārvaldīt iespējamos bioloģiskos riskus.
- Ievērojiēt higiēnu: aizsedziēt muti un degunu, izvairieties no koplietošanas virsmu aizskaršanas un dezinficējiēt rokas pēc kontakta ar publiskiem priekšmetiem.

### Kāpēc dažas rīcības ir nedrošas:

- Pieskriēt pie personas bez aizsardzības līdzekļiem palielina inficēšanās risku.
- Filmēšana vai video izplatīšana veicina paniku un dezinformāciju.
- Pašrocīga evakuācija var traucēt koordinētam neatliekamās palīdzības dienestu darbam.

# Iedvesmojoša rīcība un labās prakses piemēri

## Mācība no Ukrainas – gatavība glābj dzīvības

- Kad Ukrainu skāra plaša mēroga ārkārtas situācijas un katastrofas, vietējās kopienas, brīvprātīgie un valsts iestādes demonstrēja izcilu gatavību, koordināciju un drosmi. Viņu rīcība parāda, ka savlaicīga apmācība, lokāla organizētība un savstarpēja uzticēšanās spēj glābt neskaitāmas dzīvības pat augsta riska apstākļos.
- Ukrainas Sarkanā Krusta biedrība, sadarbojoties ar Starptautisko Sarkanā Krusta federāciju (IFRC) un Īrijas Sarkano Krustu, īstenoja plašu kampaņu, kuras mērķis bija veicināt pirmās palīdzības apmācības, ārkārtas situāciju izpratni un evakuācijas gatavību gan pilsētās, gan lauku reģionos.
- Brīvprātīgie izveidoja vietējus noturības tīklus, apmācot iedzīvotājus sniegt pirmo palīdzību, reaģēt uz brīdinājumiem un atbalstīt neaizsargātās grupas. Uzbrukumu un plaša mēroga krīžu laikā šie tīkli kļuva par dzīvības glābšanas sistēmām — nodrošinot medicīnisko palīdzību, psiholoģisko atbalstu un drošu evakuāciju tūkstošiem cilvēku.

Saite: <https://www.redcross.ie/newsroom-post/lessons-from-ukraine-preparedness-saves-lives>

# Padziļinātai izpētei

- **EU Civil Protection Mechanism – Disaster Preparedness and Response.** Uzziniet, kā ES koordinē pārrobežu reaģēšanu uz katastrofām un atbalsta valstis novēršanā, sagatavotībā un atveseļošanā. [https://civil-protection-humanitarian-aid.ec.europa.eu/what/civil-protection\\_en](https://civil-protection-humanitarian-aid.ec.europa.eu/what/civil-protection_en)
- **IFRC – Public Awareness and Education for Disaster Risk Reduction.** Piekļūstiet rīkiem, kontrolesrakstiem un piemēriem, lai mācītu dzīvības glābšanas darbības, komunikāciju un izpratni par katastrofām skolās un kopienās. <https://www.ifrc.org/public-awareness-and-public-education-drr>
- **WHO – Health Emergency and Disaster Risk Management (Health EDRM).** Izprotiet, kā veselības sistēmas gatavojas bioloģiskām, ķīmiskām un dabas ārkārtas situācijām un aizsargā sabiedrību lielu notikumu laikā. <https://www.who.int/health-topics/emergencies>
- **TED Talk – “How to Stay Calm When You Know You’ll Be Stressed” (Daniel Levitin).** Saistošs 12 minūšu video, kurā paskaidrots, kā plānošana un skaidra domāšana palīdz cilvēkiem efektīvi reaģēt uz spiedienu. [https://www.ted.com/talks/daniel\\_levitin\\_how\\_to\\_stay\\_calm\\_when\\_you\\_know\\_you\\_ll\\_be\\_stressed](https://www.ted.com/talks/daniel_levitin_how_to_stay_calm_when_you_know_you_ll_be_stressed)
- **UNDRR – Words into Action: Public Awareness and Education for DRR.** Soli pa solim ceļvedis izglītības kampaņu un apmācību izveidei, kas veido izturību un sabiedrības sagatavotību. <https://www.undrr.org/publication/words-action-public-awareness-and-public-education-disaster-risk-reduction>



# Avoti

- Adriatic-Ionian Region Civil Protection Initiative. (2022). *A civil protection early warning system to improve the resilience of Adriatic-Ionian territories*. arXiv. <https://arxiv.org/abs/2207.13941>
- Civil Protection and Humanitarian Aid Operations (DG ECHO). (n.d.). *EU Civil Protection Mechanism – What we do*. European Commission. [https://civil-protection-humanitarian-aid.ec.europa.eu/what/civil-protection\\_en](https://civil-protection-humanitarian-aid.ec.europa.eu/what/civil-protection_en)
- Civil Protection Knowledge Network. (2024). *Successful projects update: DG ECHO – Building disaster resilience*. European Commission. [https://civil-protection-knowledge-network.europa.eu/system/files/2024-11/dg-echo-successful-projects-update\\_final-version.pdf](https://civil-protection-knowledge-network.europa.eu/system/files/2024-11/dg-echo-successful-projects-update_final-version.pdf)
- Fink-Hooijer, F. (2023). *Profile of humanitarian policy leadership in the EU Civil Protection Mechanism*. Wikipedia. [https://en.wikipedia.org/wiki/Florika\\_Fink-Hooijer](https://en.wikipedia.org/wiki/Florika_Fink-Hooijer)
- International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies. (n.d.). *Public awareness and public education for disaster risk reduction: Key messages*. <https://www.ifrc.org/public-awareness-and-public-education-drr>
- Irish Red Cross. (2023, March 20). *Lessons from Ukraine: Preparedness saves lives*. <https://www.redcross.ie/newsroom-post/lessons-from-ukraine-preparedness-saves-lives/>
- Levitin, D. (2015, February). *How to stay calm when you know you'll be stressed* [Video]. TED Conferences. [https://www.ted.com/talks/daniel\\_levitin\\_how\\_to\\_stay\\_calm\\_when\\_you\\_know\\_you\\_ll\\_be\\_stressed](https://www.ted.com/talks/daniel_levitin_how_to_stay_calm_when_you_know_you_ll_be_stressed)

# Avoti

- Red Cross Psychological First Aid Guidelines. (2020). *Psychological first aid in disaster and crisis situations*. International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies. <https://www.ifrc.org/document/psychological-first-aid>
- United Nations Development Programme. (2023). *Building community resilience to disasters: Lessons from local preparedness initiatives*. UNDP Europe and Central Asia. <https://www.undp.org/europe-and-central-asia/publications>
- United Nations Office for Disaster Risk Reduction (UNDRR). (2023). *Words into action: Public awareness and public education for disaster risk reduction*. <https://www.undrr.org/publication/words-action-public-awareness-and-public-education-disaster-risk-reduction>
- United Nations Office for Project Services (UNOPS). (2023, December 15). *Strengthening Ukraine's emergency response capacity*. <https://www.unops.org/news-and-stories/news/strengthening-ukraines-emergency-response>
- Ukrainian Red Cross Society. (2024). *News and activities*. <https://redcross.org.ua/en/news/>
- World Health Organization. (2023). *Health emergency and disaster risk management framework (Health EDRM)*. <https://www.who.int/health-topics/emergencies>

# Avoti

- Luhanskyi, Y. (2025). *Bioterrorism Response: Controlled Evacuation and Decontamination* [AI-generated image]. ChatGPT. [https://chatgpt.com/s/m\\_68e40acabc8c8191bc50cf806d14be16](https://chatgpt.com/s/m_68e40acabc8c8191bc50cf806d14be16)
- Luhanskyi, Y. (2025). *Chemical Leak Response: Evacuating Safely from Contaminated Areas* [AI-generated image]. ChatGPT. [https://chatgpt.com/s/m\\_68e404493804819180cdc885343dc229](https://chatgpt.com/s/m_68e404493804819180cdc885343dc229)
- Luhanskyi, Y. (2025). *Earthquake Evacuation: Safely Exiting Public Buildings* [AI-generated image]. ChatGPT. [https://chatgpt.com/s/m\\_68e3f1936f288191b47279f03b29397f](https://chatgpt.com/s/m_68e3f1936f288191b47279f03b29397f)
- Luhanskyi, Y. (2025). *Fire in a Public Venue: Safe Evacuation Under Pressure* [AI-generated image]. ChatGPT. [https://chatgpt.com/s/m\\_68e4068a3edc819180d2b8ddfb3fb98a](https://chatgpt.com/s/m_68e4068a3edc819180d2b8ddfb3fb98a)
- Luhanskyi, Y. (2025). *Hazardous Material Transport Accident: Coordinated Emergency Response* [AI-generated image]. ChatGPT. [https://chatgpt.com/s/m\\_68e4056393d08191a33bc8d51a593d17](https://chatgpt.com/s/m_68e4056393d08191a33bc8d51a593d17)
- Luhanskyi, Y. (2025). *Pandemic Response: Testing and Public Health Preparedness in Crowded Areas* [AI-generated image]. ChatGPT. [https://chatgpt.com/s/m\\_68e40d5dda6c8191b4899ce27feaf4c4](https://chatgpt.com/s/m_68e40d5dda6c8191b4899ce27feaf4c4)
- Luhanskyi, Y. (2025). *Psychological First Aid: Supporting Distressed Individuals During Emergencies* [AI-generated image]. ChatGPT. [https://chatgpt.com/s/m\\_68e40c5f0fbc8191b473d7f26e0cea74](https://chatgpt.com/s/m_68e40c5f0fbc8191b473d7f26e0cea74)
- Luhanskyi, Y. (2025). *Taking Cover Together: Earthquake Safety Indoors* [AI-generated image]. ChatGPT. [https://chatgpt.com/s/m\\_68e3f1936f288191b47279f03b29397f](https://chatgpt.com/s/m_68e3f1936f288191b47279f03b29397f)
- Luhanskyi, Y. (2025). *Urban Flood Response: Staying Safe in Submerged Public Spaces* [AI-generated image]. ChatGPT. [https://chatgpt.com/s/m\\_68e3ef78899c8191bbb36c3db5669bcc](https://chatgpt.com/s/m_68e3ef78899c8191bbb36c3db5669bcc)

# 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 7. mācību moduli «Katastrofu risku pārvaldība sabiedriskās un lielu  
pasākumu norises vietās»!**

SEKO MUMS



<https://vetready.eu/>