

Терроризм (в широком социально-политическом смысле) — это политически мотивированное насилие или угроза его применения, а также уничтожение, разрушение или повреждение материальных объектов, наносящие ущерб жизненно важным интересам личности, общества и государства во всех сферах жизнедеятельности.

Терроризм как преступное деяние, ответственность за которое предусмотрена Уголовным кодексом Российской Федерации, посягает на общественную безопасность, нормальное функционирование органов власти, а также жизнь и здоровье граждан. Своим устрашающим воздействием терроризм обращен либо к широкому и, как правило, неопределенному кругу граждан, либо к конкретным должностным лицам и органам власти, наделенным правом принимать организационно-управленческие решения.

Терроризм на своем новом этапе развития приобрел качественно иное содержание. Он представляет угрозу международному миру и безопасности, развитию дружественных отношений между государствами, территориальной целостности, политической, экономической и социальной стабильности, а также осуществлению основных прав и свобод человека.

В руках криминальных сообществ терроризм стал инструментом насильственного изменения существующего устройства мира, общества, экономических отношений, норм морали и нравственности.

В целом ряде стран, столкнувшихся с террористической угрозой, уже давно созданы единые системы безопасности, ответственные за комплексное обеспечение внутренней безопасности и борьбу с терроризмом. И нам необходима такая же организационная работа и такая же организация работы национальной системы безопасности, которая способна не только пресекать теракты и преодолевать их последствия, но и работать на предотвращение вылазок террористов, организуемых ими диверсий и техногенных катастроф».

Гражданским долгом каждого является сообщение правоохранительным органам о ставших им известными обстоятельствах, если эта информация способствует предупреждению, выявлению и пресечению террористической деятельности, а также минимизации ее последствий.

Повышение бдительности и готовности каждого к встрече с опасностью, правовая подготовка и осознание населением необходимости активной самозащиты и противодействия терроризму во всех его формах и проявлениях — важная социальная задача.

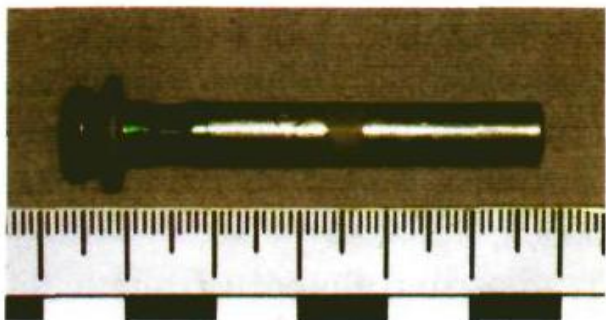
Типичные объекты посягательства террористов

К типичным объектам посягательства террористов относятся:

- жилые дома, гостиницы, кинотеатры, рынки, ярмарки и другие места постоянного или временного нахождения больших групп людей, а также места их массового скопления при проведении общественных, культурных или политических мероприятий;
- метрополитен, поезда, автобусы, троллейбусы, самолеты, вертолеты и другие объекты и средства железнодорожного, автомобильного, воздушного, речного, морского транспорта, осуществляющие перевозку людей;
- гипераварийные объекты промышленности, топливно- энергетического комплекса и коммунального хозяйства: атомные, гидро- и теплоэлектростанции, предприятия водоснабжения, газо- и нефтепроводы, нефтедобывающие и нефтеперерабатывающие предприятия, железнодорожные и автомобильные мосты, автомагистрали;
- железнодорожный, автомобильный, воздушный, речной, морской транспорт, осуществляющий грузоперевозки опасных грузов, в частности взрыво- и пожароопасных;
- административные здания государственных и общественных учреждений, банков, торгово-промышленных корпораций, детские сады, школы и больницы;
- здания правоохранительных органов и спецслужб, военные городки, иные военные объекты, контрольно-пропускные пункты и другие места постоянной и временной дислокации сотрудников правоохранительных органов и военнослужащих;
- военная техника, пешие и автомобильные колонны военнослужащих на марше;
- отдельные лица и группы людей в связи с их государственной, общественной или иной деятельностью.

**Опасные находки: взрывчатые вещества,
средства взрывания, боеприпасы, взрывные устройства и
подозрительные предметы.**

Население должно иметь представление о том, как выглядят некоторые предметы, представляющие опасность.



Капсюль-детонатор



Электродетонатор



Взрыв-пакет

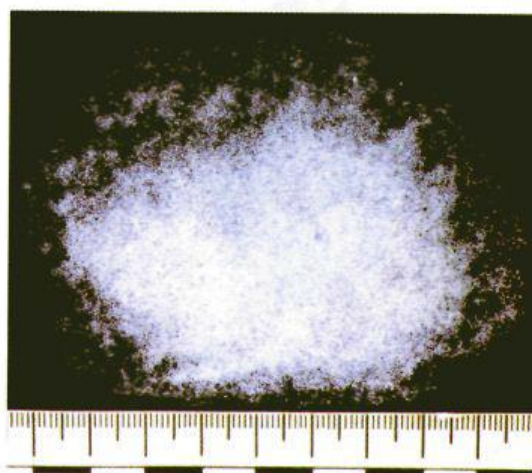
Петарда



Троциловая шашка



Гексоген



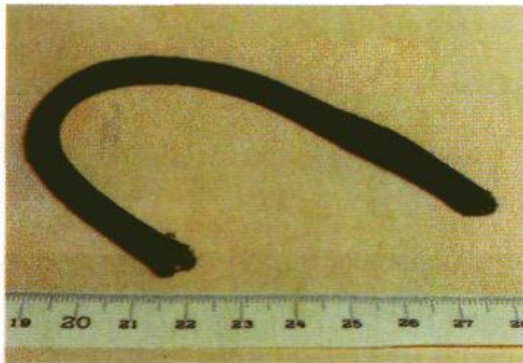
Патронированное промышленное взрывчатое вещество



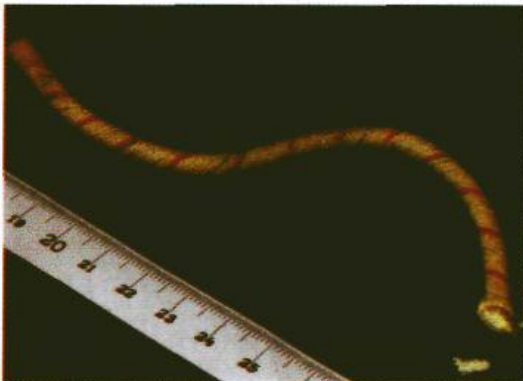
Кумулятивный гранатометный
выстрел



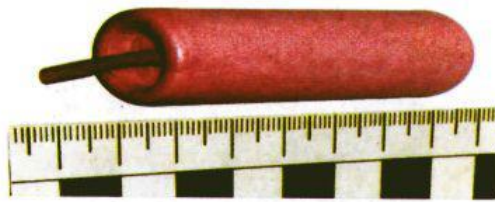
Огнепроводный шнур



Детонирующий шнур



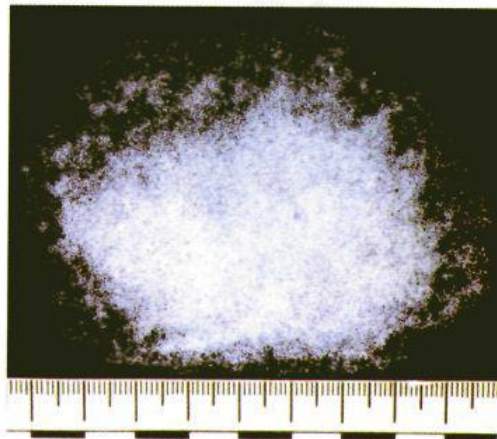
Петарда



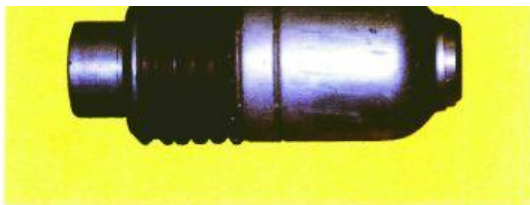
Тропиловая шашка



Гексоген



Патронированное промышленное взрывчатое вещество



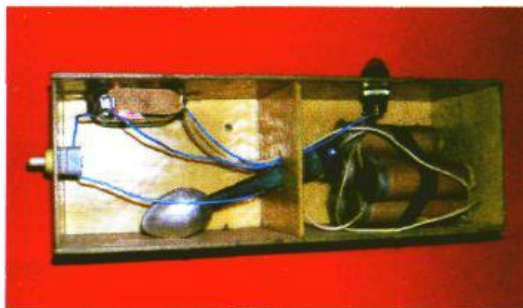
Граната подствольного гранатомета



Подозрительный предмет
(самодельное взрывное устрой-
ство огневого типа)



Подозрительный предмет (самодельное
взрывное устройство механического типа
в разрезе)



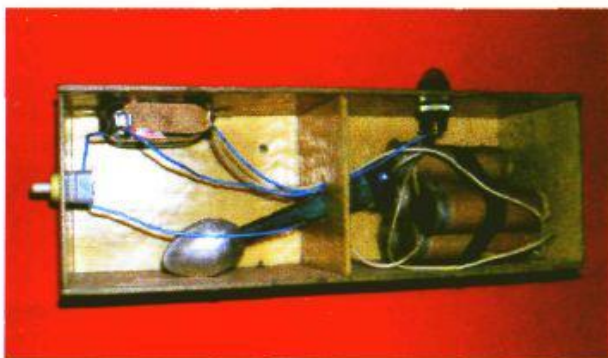
Подозрительный предмет
(самодельное взрывное устрой-
ство электрического типа
мгновенного действия)



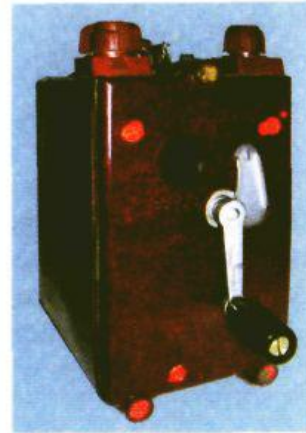
Подозрительный предмет
(самодельное взрывное устройство
огневого типа)



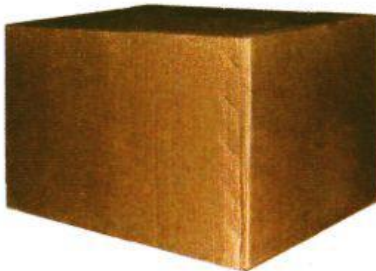
Подозрительный предмет (самодельное
взрывное устройство механического типа
в разрезе)



Подозрительный предмет
(самодельное взрывное устрой-
ство электрического типа
мгновенного действия)



Взрывные машинки



Средство камуфляжа (картонная коробка)



Средство камуфляжа (сумка)

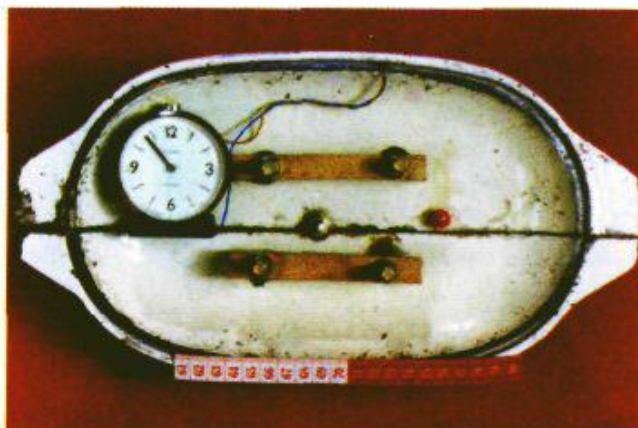


Средство камуфляжа (пакет)



Средство камуфляжа (портфель-дипломат)

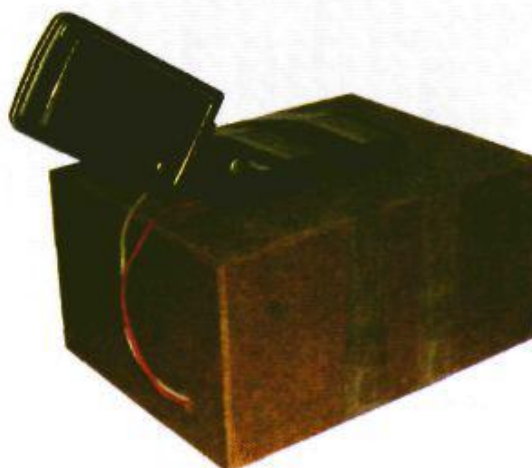
Подозрительный предмет
(самодельное взрывное устрой-
ство электрического типа
замедленного действия)



Подозрительный предмет
(имитация самодельного
взрывного устройства электри-
ческого типа)



Подозрительный предмет
(радиокомандное взрывное
устройство)





Средство камуфляжа (игрушки)



Средство камуфляжа (почтовое отправление — письмо)



Средство камуфляжа (книга)



Средство камуфляжа (фонари)



Средство камуфляжа (пивные банки)

Куда сообщить в случае взрыва или при обнаружении подозрительного предмета

МЧС ДНР	101
ЭКСТРЕННАЯ СВЯЗЬ С ПОЛИЦИЕЙ	102
ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ	

Дополните этот список сами:

ДИСПЕТЧЕРСКАЯ ЖЭКа	

Обнаружение подозрительного предмета в обстановке предприятия или учреждения

Если вы обнаружили подозрительный предмет вблизи объекта, на его территории или в служебном помещении, немедленно сообщите о находке своему руководству и в службу безопасности (охраны) предприятия (учреждения, организации).

Не трогайте, не вскрывайте и не передвигайте находку.

Отойдите от нее как можно дальше. Предупредите других об опасности голосом и жестами.

Постарайтесь запомнить внешние признаки опасного предмета, зафиксируйте время его обнаружения.

Помните — вы являетесь важным свидетелем. Задержитесь до прибытия специалистов правоохранительных органов, сообщите им об обстоятельствах обнаружения подозрительного предмета.

Обнаружение подозрительного предмета в общественном транспорте.

Если вы обнаружили забытую или бесхозную вещь в общественном транспорте, опросите о ней людей, находящихся рядом. Постарайтесь установить, чья она или кто мог ее оставить. Если хозяин не установлен, немедленно сообщите о находке водителю транспортного средства или машинисту поезда.

Не трогайте, не вскрывайте и не передвигайте находку. Отойдите от нее как можно дальше. Предупредите других об опасности голосом и жестами.

Постарайтесь запомнить внешние признаки опасного предмета, зафиксируйте время его обнаружения.

Как и в предыдущем случае, вы являетесь важным свидетелем. Задержитесь до прибытия милиции и специалистов, сообщите им об обстоятельствах обнаружения подозрительного предмета.

Угроза минирования личного автомобиля.

Автомобильные мины — распространенный способ совершения преступлений. Будьте бдительны и осторожны.

Основное средство защиты — тщательный осмотр автомобиля перед каждым выездом.

Оборудуйте ваш гараж надежными запорами, а автомобиль — надежной сигнализацией. Возьмите за правило всегда закрывать автомобиль, содержать его в чистоте и не оставлять в салоне предметы обихода.

Подходя к автомобилю (даже если он стоял в гараже), внимательно осмотрите территорию возле машины, пространство под автомобилем, арки колес, выхлопную трубу, горловину бензобака, салон, багажник, моторный отсек.

Используйте досмотровые зеркала на телескопических штангах с подсветкой.

Любой предмет — камень, веревка, провод, изоляционная лента, пачка сигарет, пивная банка, картонная коробка — должны вызвать у вас подозрение, если их раньше не было возле машины. Осмотрите стекла и двери на наличие следов рук и свежих царапин.

Вскрытые двери, капот, багажник, видимый беспорядок или иное, чем обычно, расположение предметов в салоне могут указывать на проникновение внутрь автомобиля злоумышленников.

Если внутри машины или рядом с ней вы обнаружили подозрительный предмет — не раздумывая, вызывайте полицию и специалистов-взрывотехников.

Не пытайтесь самостоятельно обезвредить «бомбу», какой бы простой она вам ни казалась.

Помните! Для того чтобы заминировать автомобиль, достаточно нескольких минут. На обследование и разминирование могут уйти сутки.

Для прибытия в часто посещаемые вами места пользуйтесь разными маршрутами. Меняйте время отъезда и прибытия.

В пути выбирайте место стоянки и остановки так, чтобы обзор был максимальным. Не паркуйтесь и не останавливайтесь над канализационными люками, возле мусорных баков, брошенных транспортных средств. Не оставляйте автомашину без присмотра.

Во избежание пожара от брошенной бутылки с зажигательной смесью держите окна автомобиля закрытыми и на стоянке, и во время движения.

Не позволяйте посторонним лицам класть какие-либо предметы на капот, крышу и багажник.

Будьте бдительны, если на светофоре возле автомашины оказался мотоциклист.

Угроза минирования жилища (дачи).

Если вы обнаружили подозрительный предмет в подъезде своего дома или на даче, опросите соседей: возможно, он принадлежит им.

Если владелец не установлен — немедленно сообщайте о находке в отделение полиции.

Разъясните детям и родственникам, что любой бесхозный предмет, найденный на улице, на даче, на детской площадке или в подъезде дома, может представлять опасность.

Внешняя привлекательность предмета может скрывать его настоящее назначение. Взрывные устройства часто камуфлируют под бытовые предметы: сумки, пакеты, свертки, коробки, книги, игрушки и др.

Не трогайте, не вскрывайте и не передвигайте находку. Отойдите от нее как можно дальше. Предупредите других об опасности голосом и жестами,

О случившемся сообщите в милицию по телефону 102.

Запомните внешний вид и другие свойства подозрительного предмета. Опишите находку прибывшему полицейскому.

Бомба у входной двери.

Не загромождайте лестничную клетку (тамбур) у входной двери в вашу городскую квартиру. Не оставляйте у двери полиэтиленовых пакетов, ящиков и коробок. Любой предмет возле двери должен вызвать у вас подозрение, если его там раньше не было.

Бомба у калитки и ворот.

Территорию возле калитки и ворот содержите в чистоте. Следите за тем, чтобы на дорожках к дому не было мусора (пакетов из-под молока, сока, пивных банок). Будьте внимательны при обнаружении предметов, подвешенных на ручку калитки или преграждающих естественный проход или проезд. Если при внимательном осмотре в этих ситуациях вы обнаружили отходящую от предмета проволоку, бечеву, леску — не прикасайтесь к ним, это могут быть элементы взрывного устройства. Срочно вызывайте сотрудников полиции.

Подозрительная почта.

Пересылка взрывных устройств, ядовитых, сильнодействующих, химических и биологически опасных веществ в почтовом отправлении (письме, бандероли, посылке) имеет ряд признаков, которые можно распознать при внимательном внешнем осмотре.

Насторожить должны неоправданно большая масса почтового отправления, смещение центра тяжести, масляные пятна, необычный запах, наличие внутри металлических элементов, проводов, источников тока, порошка, сыпучих веществ.

Неизвестный вам отправитель или отсутствие обратного адреса, незнакомый почерк, печатный (полупечатный) шрифт, пометки «Вскрывать здесь», «Лично» также могут служить основанием подозревать наличие опасного вложения.

На работе.

Для обработки почтовой корреспонденции наденьте халат, резиновые перчатки, респиратор.

Сообщите о подозрительном почтовом отправлении непосредственному начальнику, вызовите специалистов правоохранительных органов, специалистов санитарно-эпидемиологической службы, проинформируйте Службу почтовой безопасности.

Не вскрывайте, не сгибайте, не бросайте подозрительное почтовое отправление, не держите его рядом с отопительными и нагревательными приборами.

Не пытайтесь определить содержимое по запаху.

Отключите вентиляцию, закройте окна и двери, эвакуируйте персонал, исключите посещение помещения посторонними лицами.

Поместите подозрительное почтовое отправление в полиэтиленовый пакет.

Тщательно обработайте руки и предметы, с которыми соприкасалось данное отправление, тампоном, смоченным в 5 %-ом растворе монохлорамина.

Дома.

Сообщите о получении подозрительного почтового отправления в полицию.

Не вскрывайте, не сгибайте, не бросайте почтовое отправление, не держите рядом с отопительными и нагревательными приборами.

Не пытайтесь определить содержимое по запаху.

Закройте окна и двери, исключите посещение помещения членами семьи и другими лицами.

Поместите подозрительное почтовое отправление в полиэтиленовый пакет.

По прибытии сотрудников полиции и специалистов сообщите обстоятельства получения почтового отправления, опишите признаки, вызвавшие у вас подозрение.

Минимальное удаление при угрозе взрыва подозрительных предметов.

При обнаружении взрывных устройств и предметов, подозрительных на наличие взрывчатых веществ и иных опасных вложений, правоохранительные органы проводят мероприятия по их обследованию и обезвреживанию, всегда эвакуируют людей из опасной зоны и устанавливают оцепление в пределах границ безопасности.

Гражданам в чрезвычайных ситуациях данного рода следует руководствоваться следующими рекомендациями. Прежде всего необходимо отойти от подозрительного предмета на безопасное расстояние.

На улице минимальное удаление при угрозе взрыва подозрительного предмета составляет от 10 м до 3 км в зависимости от вида находки:

- капсуль-(электро)детонатор — 10 м ;
- бытовая пиротехника — 15 м ;
- штатный взрывпакет (50 г пороха) — 15 м ;

- тротиловая шашка (200 г) — 45 м;
- ручная граната РГД-5 — 50 м;
- тротиловая шашка (400 г) — 80 м;
- пивная банка — 90 м;
- мина МОН-50 — 100 м;
- полиэтиленовый пакет (обувная коробка) — 150 м;
- ручная граната типа Ф-1 — 200 м;
- газовый баллон (50 л) — 200 м;
- портфель — 250 м;
- дорожная сумка — 350 м;
- заминированный легковой автомобиль — 500 — 1000 м;
- грузовой автомобиль с взрывчатым веществом — более 1000 м;
- железнодорожный вагон с взрывчатым веществом — более 3000 м.

При угрозе взрыва подозрительного предмета в помещении требуется дополнительно учитывать множество факторов, связанных с вторичным поражающим действием элементов конструкции зданий и находящихся в нем незакрепленных предметов. Взрыв в помещении всегда более разрушителен, чем на улице, поэтому приведенные выше расстояния в условиях обнаружения соответствующих объектов в жилых и производственных зданиях должны быть увеличены.

При признаках применения во взрывном устройстве сильнодействующих, отравляющих, радиоактивных веществ или биологических поражающих агентов расстояния минимального удаления также могут быть увеличены. Кроме того, при этом требуется соблюдение и других мер защиты.

Защита при угрозе химического поражения.

Заранее побеспокойтесь о приобретении средств индивидуальной защиты для себя и членов вашей семьи.

Если вы находитесь в жилом или административном здании:

- закройте окна и двери, проведите герметизацию помещения, используйте влажную ткань, простыни, халаты, полотенца;
- наденьте противогаз, а при его отсутствии примените простейшие средства защиты органов дыхания (платки, ватно-марлевые повязки, смоченные водой или раствором питьевой соды);
- соберите запас продуктов и воды в герметично закрывающиеся емкости;
- подготовьте документы, деньги и ценности;
- соберите самые необходимые носильные вещи для возможной эвакуации из помещения;
- выключите газ, электронагревательные и отопительные приборы;
- ожидайте сигнала об эвакуации.

Если вы находитесь на улице:

- сориентируйтесь относительно направления ветра или движения воздуха;
- быстро выйдите из зоны поражения, передвигаясь перпендикулярно направлению движения воздушных масс;
- используйте простейшие средства защиты органов дыхания (дышите через платки, шарфы, другие тканые изделия, смоченные водой).

Защита при угрозе радиоактивного заражения.

Если сообщение об угрозе радиоактивного заражения застало вас в помещении, необходимо:

- слушать информацию о случившемся;
- плотно закрыть окна и двери, произвести герметизацию влажной материей;

- надеть респираторы, другие средства защиты органов дыхания, можно использовать платки, ватно-марлевые повязки, смоченные водой или раствором питьевой соды;
- подготовить и герметизировать запасы продуктов питания и питьевой воды;
- собрать документы, деньги, ценности, необходимые носильные вещи;
- подготовиться к возможной эвакуации, не паниковать.

Если информацию об угрозе радиоактивного заражения вы получили на улице, следует:

- слушать информационные сообщения о случившемся, не паниковать;
- использовать простейшие средства защиты органов дыхания;
- укрыться на ближайшей станции метро, в ближайшем защитном сооружении.

Защита от биологических поражающих агентов.

Защита населения и ликвидация последствий террористических акций, совершенных с применением биологически поражающих агентов (БПА), представляет собой комплекс мероприятий по предупреждению инфицирования людей; снижению инфицирующих доз, попавших на тело или в организм человека; уничтожению возбудителей на одежде и предметах окружающей среды; предотвращению распространения инфекций путем введения режимно-ограничительных мер на зараженных объектах (территориях).

При угрозе заражения необходимо соблюдать следующие меры предосторожности:

- закрыть нос и рот носовым платком или полой одежды;
- не прикасаться к подозрительным предметам;
- не употреблять пищу и не пить до особого распоряжения компетентных органов;
- исключить (ограничить) контакты с другими людьми;
- в соответствии с указаниями использовать защитные средства и наборы лекарственных препаратов для предупреждения, снижения и лечения последствий воздействия БПА.

При известном БПА под медицинским наблюдением проводят экстренную специфическую профилактику путем введения специфических иммуноглобулинов, антибиотиков или противовирусных препаратов.

Если произошло поражение неизвестным возбудителем, применяют средства общей экстренной профилактики: доксициклин, рифампицин, тетрациклин, сульфатон. Продолжительность курса — пять суток.

В домашней аптечке необходимо иметь: средства обеззараживания питьевой воды, педикулициды, репеленты, инсектициды, дезинфектанты, антибиотики, противовирусные препараты, антисептики.

Действия при получении сигнала об эвакуации и проведении специальных работ по обезвреживанию бомбы.

Если вы находитесь на своем рабочем месте, последовательно выполните следующие действия:

- без спешки, истерики и паники уберите служебные документы в сейф или в закрывающиеся на ключ ящики стола;
- возьмите с собой личные вещи, документы, деньги, ценности;
- закройте окна, выключите оргтехнику, электроприборы, освещение;
- возьмите с собой и при необходимости используйте индивидуальные средства защиты (противогаз, респиратор);
- закройте дверь на ключ, ключ оставьте в замке;
- покиньте помещение, двигайтесь маршрутами, обозначенными на схемах эвакуации;
- отойдите от здания и выполняйте команды эвакуаторов;
- возвращайтесь в покинутое помещение только после разрешения ответственных лиц.

Если вы находитесь в квартире, выполните следующие действия:

- сделайте запас воды для питья и хозяйственных нужд на одни—двое суток; отключите телевизор, работающие бытовые электроприборы, отключите подачу электроэнергии в квартиру, перекройте газ, холодную и горячую воду; закройте окна;
- соберите в отдельные сумки (портфели) продукты питания; лекарства, средства гигиены, верхнюю одежду для возможно длительного пребывания на улице; детские вещи первой необходимости;
- оденьте по погоде детей, сами оденьтесь по погоде, возьмите с собой документы, деньги, ценности. При необходимости окажите помощь проживающим с вами родственникам;
- организованно покиньте жилое помещение, взяв с собой детей, собранные вещи, домашних животных; закройте входную дверь на ключ;
- выйдя на улицу, отойдите от дома в указанное место и ожидайте дальнейших распоряжений руководителя по эвакуации.

Противодействие телефонному терроризму.

Телефон является средством связи, которое часто используют преступники для передачи сообщений о заложенных бомбах, захвате людей и предъявления политических или корыстных требований, а также «телефонные хулиганы», высказывающие мнимые угрозы разного толка.

Принимая анонимное телефонное сообщение о возможном совершении актов терроризма, необходимо помнить, что такого рода звонки несут важную криминалистическую информацию, и поэтому необходимо в разговоре с анонимом запомнить и зафиксировать как можно больше сведений.

- дату, время и продолжительность анонимного звонка;
- место установки телефона, на который проследовал звонок, его номер;
- принадлежность номера конкретному подразделению и сотруднику.

При получении анонимного звонка следует предпринять попытку «завязать разговор» с анонимом, попытаться как можно больше выяснить о нем — о его личности, профессии, местонахождении. Если возможно, надо попробовать склонить его к отказу от задуманной акции.

Во время разговора надо предпринять меры к записи фонограммы анонимного звонка, определению номера телефона анонимного абонента путем использования технических возможностей данного телефонного аппарата; при отсутствии таких возможностей через сотрудников попытаться сообщить о дящемся анонимном звонке в службу безопасности (службу охраны) предприятия или на телефонную станцию.

По окончании разговора с анонимом следует немедленно сообщить о случившемся руководителю службы безопасности (службы охраны) для принятия неотложных мер по предупреждению и локализации возможных тяжких последствий.

Затем надо по памяти составить подробное описание высказанных угроз или сообщенных сведений о предполагаемых актах терроризма, выдвинутых ультиматумах и других требованиях.

Все перечисленные данные об обстоятельствах проявления, содержании угроз или сведений, изложенных анонимным абонентом, характеристике его голоса, речи, манере изложения угроз и требований необходимо сообщить руководителю службы безопасности (службы охраны) предприятия.

Во избежание распространения слухов и паники обсуждать полученную от анонима информацию с другими сотрудниками не рекомендуется.

В случае поступления угрозы вашим родным и близким необходимо подробно расспросить их о содержании состоявшегося разговора, используя данные рекомендации, и немедленно сообщить о случившемся в правоохранительные органы.

Если на ваш телефон уже ранее поступали подобные звонки или у вас есть основания считать, что они могут поступить, установите телефонный аппарат с автоматическим: определителем номера (АОН) и звукозаписывающим устройством.

При поступлении угрозы на телефонный аппарат с АОН и звукозаписывающим устройством сразу после завершения разговора с анонимом извлеките кассету (мини-диск) с аудиозаписью и примите меры к ее сохранности. Незамедлительно установите на ее место новую кассету: возможен второй звонок злоумышленника.

Действия при захвате в заложники.

Любой человек может по стечению обстоятельств оказаться заложником у террористов или бандитов. При этом его жизнь становится предметом торга: политического или корыстного. Если такое, не приведи Господь, произойдет с вами, помните: ваша цель — остаться в живых.

Начало захвата

С самого начала пытайтесь трезво оценить обстановку, силы террористов. Если есть такая возможность, необходимо бежать. Чем раньше вы решитесь на это, тем больше шансов на успех.

Если бежать сразу не удалось, настройтесь на длительное пребывание рядом с террористами.

Стойко и сдержанно переносите лишения и оскорбления террористов, не смотрите в глаза преступникам, не ведите себя вызывающе.

Не допускайте действий, которые могут спровоцировать преступников на применение физической силы или оружия. Спрашивайте разрешения у захвативших вас людей на совершение любых действий: сесть, встать, попить, сходить в туалет и др.

Выполняйте требования преступников, не противоречьте им, не впадайте в истерику и панику. Очень часто террористы находятся под воздействием наркотиков. Плач и крики действуют на них крайне отрицательно, вызывают с их стороны агрессию.

Запоминайте, о чем переговариваются террористы между собой, как они выглядят (черты лица, одежду), какое у них распределение ролей, кто лидер, какие планы они обсуждают. Данная информация в дальнейшем будет очень важна.

Если вы ранены, постарайтесь самостоятельно оказать себе первую доврачебную помощь.

При наличии возможности, без риска для жизни, используйте любой доступный способ связи. Проявляя осторожность, попытайтесь сообщить о произошедшем в правоохранительные органы, подразделение безопасности или службу охраны объекта.

Психологически настраивайте себя на освобождение. Необходимо твердо знать, что с террористами ведут переговоры. Для сотрудников спецназа на первом месте — сохранение жизни заложников.

Во время штурма

Во время штурма молитесь о спасении.

Держитесь подальше от террористов.

Не подходите к окнам и дверным проемам.

Не берите в руки оружие, не пытайтесь «помогать» спецназу.

Услышав и увидев разрывы свето-шумовых гранат и почувствовав резкий запах дыма, необходимо упасть на пол, закрыть глаза, прикрыть голову руками.

Если вы прикованы наручниками, нужно без паники голосом или движением руки дать понять об этом сотрудникам спецслужб.

Если террорист, пытаясь спасти свою жизнь, приставил пистолет вам к виску, выполняйте его требования и ждите, когда вас освободят. Без специальной подготовки в этой ситуации вряд ли можно оказать достойное сопротивление, а ваша цель — спасти собственную жизнь.

Если на вас навесили взрывное устройство или иной опасный предмет, регулярно повторяйте: «Я заложник, на мне бомба; я заложник, на мне бомба...» Специалисты примут меры и разминуют вас.

После освобождения

Первое. Обязательно пройти курс психологической и медицинской реабилитации. Люди, побывавшие в заложниках, испытывают посттравматический синдром. *Помощь* медицинских специалистов им необходима.

Второе. Необходимо связаться с сотрудниками спецслужб, которые проводили операцию по освобождению, обратиться к представителям правоохранительных органов и последовательно изложить все обстоятельства захвата. Часто террористы стараются скрыться, переодевшись в одежду заложников, иным способом пытаются избежать задержания и уголовной ответственности. Ваши показания помогут восстановить истинную картину событий.

Поведение в случае, если произошел взрыв.

Если произошел взрыв, но вы остались в живых и оказались засыпанными обломками взорванного здания или сооружения, постарайтесь успокоиться, возьмите себя в руки, не падайте духом, не паникуйте.

Попробуйте пошевелиться, сделайте вдох-выдох, расслабьтесь, восстановите ровное дыхание.

Если можете передвигаться, определитесь с размерами пространства (ниши), где вы оказались. Для укрепления сводов образовавшейся ниши используете обломки стола, шкафа, доски, иные предметы.

По возможности переместитесь в относительно свободную часть ниши, займите более удобное положение. Старайтесь не прикасаться к поврежденным конструкциям, оголенным проводам.

В стесненных условиях периодически массируйте затылок, наиболее напряженные и болевые участки тела.

Не предпринимайте попыток самостоятельно выбраться из-под завала.

Не пользуйтесь зажигалкой, не зажигайте спичек. Берегите кислород. При задымлении защитите органы дыхания лоскутом одежды. При сильной жажде смачивайте губы мокрой тканью.

Наберитесь терпения и ждите спасателей. Разбор завалов — дело сложное и длительное. Каждый час устанавливают так называемую минуту молчания. Когда перестают работать механизмы, необходимо громко кричать, заявляя о себе. Если возможно, включайте радиоаппаратуру, мобильные средства связи. Привлекайте внимание людей иными способами.

Поведение при пожаре.

Пожарная опасность любого объекта (помещения) характеризуется наличием легковоспламеняющихся и горючих веществ, состоянием электросети (электропроводки), исправностью электрооборудования и бытовых электроприборов, возможностью появления открытых источников огня, наличием и состоянием средств пожаротушения, а также подготовленностью людей к действиям в случае загорания,

В целях обеспечения противопожарной безопасности следует:

- регулярно инструктировать сотрудников (членов семьи) о соблюдении мер безопасности;
- следить за исправностью приборов отопления, вентиляции, электроустановок, технологического оборудования;
- незамедлительно принимать меры к устранению неисправностей, которые могут привести к пожару;
- проводить ежедневный противопожарный осмотр, убирать мусор, иные горючие материалы;
- содержать в исправном состоянии и постоянной готовности средства пожаротушения,

В случае возникновения пожара необходимо:

- сообщить о случившемся дежурному по объекту, а также по телефону 101 или в диспетчерскую ЖЭКа, указав адрес, этаж, характер возгорания;

- оповестить о случившемся сотрудников, работающих в соседних помещениях, или соседей по лестничной площадке;
- вывести из помещения людей, стариков, детей; использовать простейшие средства защиты органов дыхания: смоченные водой платки, простыни, индивидуальные газодымозащитные комплекты;
- обесточить помещение, отключить газ, закрыть окна и двери (чтобы не раздувать пламя);
- по возможности приступить к тушению пожара имеющимися средствами, если это не опасно для вашей жизни;
- если ликвидировать очаг пожара и покинуть помещение невозможно, закрыть двери, открыть окна (выйти на балкон), всеми возможными способами постараться обратить на себя внимание, звать на помощь.

Поведение в бытовых криминальных ситуациях.

Для того чтобы обезопасить себя и своих близких от криминала, придерживайтесь следующих правил:

- заблаговременно, на всякий случай, на плотный листок бумаги перепишите данные своего паспорта, группу крови, контактные телефоны родных и близких; всегда носите этот листок с собой; аналогичную памятку сделайте детям;
- запомните адрес и телефон вашего отделения полиции;
- имейте несколько вариантов следования на работу, в учебное заведение; чаще меняйте маршруты передвижения;
- по возможности не используйте маршруты, проходящие через плохо освещенные улицы и переулки, проходные дворы; в слабо освещенных местах ходите посередине улицы;
- если вы заметили преследование, ускорьте шаг, перейдите на другую сторону улицы, постарайтесь быстро достигнуть освещенного или людного места, в крайнем случае — бегите;
- если вы услышали звуки выстрелов и попали в перестрелку, быстро ложитесь на пол, на тротуар, на землю; осмотритесь; по возможности определите местонахождение стрелявших; сориентируйтесь и, не вставая в полный рост, проберитесь к укрытию; оставайтесь в укрытии до прекращения стрельбы;
- входя в неосвещенный подъезд, будьте осторожны и готовы к самообороне; имитируйте разговор со своим попутчиком;
- не входите в лифт с незнакомыми людьми, если это невозможно — будьте готовы к отражению нападения, сопротивляйтесь всеми возможными способами, громко кричите о помощи;
- оборудуйте входную дверь своей квартиры надежными замками;
- при попытке взлома входной двери вашей квартиры незамедлительно сообщите об этом по телефону в полицию и, по возможности, соседям; заблокируйте дверь мебелью, приготовьтесь к самозащите с использованием подручных средств;
- если вечером в квартире внезапно погас свет, проявите осторожность не выходите сразу на лестничную площадку, включите фонарик, позвоните соседям, откройте двери одновременно с ними;
- если на вас совершается нападение, используйте любые средства для самозащиты; постарайтесь криком о помощи привлечь окружающих;

Запомните приметы нападающих; при наличии свидетелей запишите их фамилии, имена, номера телефонов; о случившемся сообщите в полицию, получите подтверждение о регистрации вашего заявления.

Поведение в ситуации, когда возникла паника.

В момент опасности у человека появляется ощущение страха. Это естественное чувство. Срабатывает инстинкт самосохранения. Страх мобилизует. Отсутствие страха связано с неспособностью оценить опасность.

В некоторых случаях на почве страха появляются беспокойство, трепет, слабость, бессилие, неподвижность, неясность суждений и неспособность к действиям. Человек начинает паниковать, может быстро вовлечь в подобное состояние окружающих.

Люди, охваченные паникой, полностью теряют чувство достоинства и становятся частью разрушительной массы, неспособной контролировать свои действия. Толпа, действующая вслепую, может увеличить опасность. Под влиянием длительного чувства страха человек теряет моральные ориентиры.

Панические реакции в виде спонтанно возникающих приступов тревоги, одиночества в общественных местах, страха перед неотвратимо надвигающейся смертью могут быть связаны и с особенностями нервной системы или психическими расстройствами и иными заболеваниями, требующими лекарственной терапии.

Средства борьбы с паникой разнообразны.

Во-первых, человек должен верить во что-то высшее, или в себя самого, быть уверен в собственной правоте. Мотивация поступков — сильный импульс, который помогает преодолевать трудности.

Во-вторых, для выживания необходимо быть психологически подготовленным к действиям в чрезвычайной ситуации. Такой человек находится в лучших условиях, и с ним вряд ли случится беда. Жизненный опыт, предыдущие испытания, прожитая жизнь также могут придать силы человеку.

В-третьих, справиться с паническими настроениями могут, как правило, известные и уважаемые в обществе люди, придерживающиеся твердой линии поведения, умеющие разговаривать и внушать уважение. Убеждение, категорический приказ, объяснение способа преодоления кризиса или несущественности опасности, использование силы вплоть до устранения наиболее злобных паникеров — вот главные инструменты предотвращения беды.

Для выживания в чрезвычайной обстановке важно:

- учиться быть независимым и самостоятельным, твердым и решительным, а если потребуется, уметь подчиняться;
- быть способным постоянно контролировать себя, уметь распознавать опасность, быстро принимать решения и импровизировать;
- в любой ситуации не падать духом и пытаться найти выход.

Никогда не сдавайтесь, не испробовав все возможные средства. Ставка в игре очень высока — ваша жизнь.