



ПАМЯТКА

по действиям населения при угрозе или при совершении террористического акта

ТЕРРОРИСТИЧЕСКАЯ ПРЕСТУПНОСТЬ — величайшее зло, не признающее ни религиозных, ни национальных, ни государственных границ. Это определённая группа преступлений, объединённых признаками насилия в широком смысле этого слова, в целях наведения ужаса, как в отношении отдельных граждан, так и в отношении общества в целом.

При получении информации об угрозе террористического акта обезопасьте свое жилище

- Уберите пожароопасные предметы - старые запасы лаков, красок, и т.п.
- Уберите с окон горшки с цветами (поставьте их на пол).
- Выключите газ, потушите огонь в печках, каминах.
- Подготовьте аварийный источник освещения (фонари и т.п.).
- Создайте запас медикаментов и 2-3 суточный запас воды и питания.
- Закройте шторы на окнах - это защитит вас от повреждения осколками стекла.
- Получив предупреждение от представителей власти или правоохранительных органов о начале эвакуации, соблюдайте спокойствие и четко выполняйте их указания.

Правила и порядок поведения

при обнаружении взрывоопасного предмета

Об опасности взрыва можно судить по следующим признакам:

- Наличие неизвестного свертка или какой-либо детали в машине, на лестнице, в квартире и т.д.
- Натянута проволока, шнур, провода или изолирующая лента, свисающая из-под машины.
- Чужая сумка, портфель, коробка, какой-либо предмет, обнаруженный в машине, у дверей квартиры.
- Заметив взрывоопасный предмет (самодельное взрывное устройство, гранату, снаряд, бомбу и т.п.), не подходите близко к нему, немедленно сообщите о находке в милицию, не позволяйте случайным людям прикасаться к опасному предмету и обезвреживать его.
- Совершая поездки в общественном транспорте (особенно в поезде), обращайте внимание на оставленные сумки, портфели, свертки и другие бесхозные предметы, в которых могут находиться самодельные взрывные устройства.
- Немедленно сообщите об этом водителю, машинисту поезда, любому работнику милиции. Не открывайте их, не трогайте руками, предупредите рядом стоящих людей о возможной опасности.

- Заходя в подъезд дома, обращайте внимание на посторонних людей и незнакомые предметы.
- Как правило, взрывное устройство закладывается в подвалах, на первых этажах зданий, около мусоропроводов, под лестницами.

Категорически запрещается:

- Пользоваться запрещенными предметами, найденными на месте работы.
- Сдвигать с места, перекачивать взрывоопасные предметы с места на место, брать в руки.
- Ударять один боеприпас о другой или бить любыми предметами по корпусу и взрывателю.
- Поднимать, переносить портфели, сумки и т.п.
- Помещать боеприпасы в костер, разводить огонь над ними.
- Собирать и сдавать боеприпасы в качестве металлолома.
- Закапывать в землю или бросать в волеом.
- Наступать или наезжать на боеприпасы.
- Обрывать или тянуть отходящие от предметов проволочки или провода, предпринимать попытки их обезвредить.

Внезапное обрушение здания

- Услышав взрыв или обнаружив, что здание теряет свою устойчивость, немедленно покинуть его, взяв документы, деньги и другие предметы первой необходимости.
- Не пользуйтесь спичками и не зажигайте свет, так как существует опасность утечки газа.
- Покидая помещение, спускайтесь по лестнице, а не в лифте.
- Пресекайте панику, давку в дверях при эвакуации.
- Останавливайте тех, кто собирается прыгать с балконов и окон этажей выше первого.
- Оказавшись на улице, не стойте вблизи здания, а выйдете на открытое пространство.

Вы попали в засаду

- Дышите глубоко, не поддавайтесь панике, верьте, что помощь придет обязательно.
- Окажите себе первую медицинскую помощь.
- Попытайтесь приспособиться к обстановке и осмотреться, поискать возможный выход.
- Определите, где вы находитесь, нет ли рядом других людей.

Поищите в карманах или поблизости предметы, которые могли бы помочь подать дополнительные сигналы - фонарь, зеркальце, металлические предметы.

Рекомендации по поведению людей в случае их захвата в качестве заложников

Каждый конкретный случай взятия заложников своеобразен и отличается от других. Тем не менее некоторые общие и конкретные рекомендации могут оказаться весьма полезными и эффективными для сохранения жизни и здоровья.

Некоторые общие и частные рекомендации, которые могут быть полезными для лиц, оказавшихся в такой ситуации.

- По возможности скорее возьмите себя в руки, успокойтесь и не паникуйте.

- Если Вас связали или закрыли глаза, попытайтесь расслабиться, дышите глубже.

- Подготовьтесь физически, морально и эмоционально к возможному суровому испытанию. При этом помните, что большинство случаев захвата людей, заложники оставались в живых. Будьте уверены, что милиция и другие спецслужбы уже предпринимают профессиональные меры для Вашего освобождения.

- Не пытайтесь бежать, если нет полной уверенности в успехе побега.

- Запомните как можно больше информации о террористах. Целесообразно установить их количество, степень вооруженности, составить максимально полный словесный портрет, обратив внимание на характерные особенности внешности, телосложения, акцента и тематики разговоров, темперамента, манер поведения и др. Подробная информация поможет, впоследствии правоохранительным органам в установлении личностей террористов.

- По различным признакам постарайтесь определить место своего нахождения (заточения).

- По возможности расположитесь подальше от окон, дверей и самих похитителей, т. е. местах большей безопасности в случае, если спецподразделения предпримут активные меры (штурм помещения, огонь снайперов на поражение преступников и др.).

- В случае штурма здания рекомендуется лечь на под лицом вниз, сложив руки на затылке.

- Не возмущайтесь, если при штурме и захвате с Вами могут поначалу (до установления Вашей личности) поступить несколько некорректно, как с вероятным преступником. Вас могут обыскать, заковать в наручники, связать, нанести эмоциональную или

физическую травму, подвергнуть допросу. Отнеситесь с пониманием к тому, что в подобных ситуациях такие действия штурмующих (до окончательной идентификации всех лиц и выявления истинных преступников) оправданы.

Взаимоотношения с похитителями:

- Не оказывайте агрессивного сопротивления, не делайте резких и угрожающих движений, не провоцируйте террористов на необдуманные действия.

- По возможности избегайте прямого зрительного контакта с похитителями.

- С самого начала (особенно первые полчаса) выполняйте все приказы и распоряжения похитителей.

- Займите позицию пассивного сотрудничества. Разговаривайте спокойным голосом. Избегайте выражений презрения, вызывающего враждебного тона и поведения, которые могут вызвать гнев захватчиков.

- Ведите себя спокойно, сохраняйте при этом чувство собственного достоинства. Не высказывайте категоричных отказов, но не бойтесь обращаться со спокойными просьбами о том, в чем остро нуждается.

- При наличии у Вас проблем со здоровьем, которые в данной ситуации сильного стрессового состояния могут проявиться, заявите об этом в спокойной форме захватившим Вас людям. Постепенно, с учетом складывающейся обстановки, можно повышать уровень просьб, связанных с улучшением вашего комфорта.

При длительном нахождении в положении заложника:

- Не допускайте возникновения чувства жалости, смятения и замешательства. Мысленно подготовьте себя к будущим испытаниям. Сохраняйте умственную активность.

- Избегайте возникновения чувства отчаяния, используйте для этого внутренние ресурсы самоубеждения.

- Думайте и вспоминайте о приятных вещах. Помните, что шансы на освобождение со временем возрастают. Будьте, уверены, что сейчас делается все возможное для Вашего скорейшего освобождения.

- Постоянно находите себе какое-либо занятие (физические упражнения, чтение, жизненные воспоминания и т.д.). Установите суточный график физической и интеллектуальной деятельности, выполняйте дела в строгом методическом порядке.

- Для поддержания сил ешьте все, что дают, даже если пища не нравится и не вызывает аппетита. Отдайте себе отчет в том, что потеря аппетита, и веса являются

нормальными явлением в подобной экстремальной ситуации.

Сохранение психологической устойчивости — одно из важнейших условий спасения заложника. Здесь хороши любые приемы и методы, отвлекающие от неприятных ощущений и переживаний, позволяющие сохранить ясность мыслей, адекватную оценку ситуации. Полезно усвоить следующие правила:

- делайте доступные в данных условиях физические упражнения, как минимум, напрягайте и расслабляйте поочередно все мышцы тела;

- очень полезно во всех отношениях практиковать аутотренинг и медитацию, они помогут держать свою психику под контролем;

- вспоминайте про себя прочитанные книги, стихи, песни, последовательно обдумывайте различные отвлеченные проблемы (решайте математические задачи, вспоминайте иностранные слова и т.д.). Ваш ум должен работать. Верующие могут искать утешение в молитвах;

- если есть такая возможность, читайте все, что окажется под рукой, даже если текст совершенно вам не интересен. Можно также писать, несмотря на то, что написанное будет отбираться. Важен сам процесс, помогающий сохранить рассудок;

- старайтесь относиться к происходящему с Вами как бы со стороны, не принимая случившееся близко к сердцу, до конца надейтесь на благополучный исход. Страх, депрессия и апатия — три Ваших главных врага, все они — внутри Вас.

Воспитывайте самообладание, умеете владеть собой в любой криминальной ситуации!

В случае угрозы возникновения террористического акта немедленно звонить по телефонам:

01 - единая служба спасения;

72-40-70 - дежурный ФСБ;

79-93-65 - оперативный

дежурный УВД, или -02;

72-03-39 — центральная

городская диспетчерская служба.