

# Памятка

## безопасность при террористических актах

### Если вас украли, взяли в заложники:

- Не конфликтуйте с похитителями и террористами, постарайтесь установить с ними нормальные отношения.
- Не делайте резких движений. На всякое действие спрашивайте разрешение.
- При угрозе применения оружия ложитесь на живот, защищая голову руками, дальше от окон, застеклённых дверей, проходов, лестниц.
- При ранении меньше двигайтесь – это уменьшит кровопотерю.
- В присутствии террористов не выражайте недовольствие, воздержитесь от крика и стонов.
- Используйте любую возможность для спасения.
- Если произошёл взрыв, примите меры к недопущению пожара и паники, окажите первую медицинскую помощь пострадавшим.
- Запомните приметы террористов (лица, одежду, оружие – все, что может помочь спецслужбам).
- Во время освобождения выберите место за укрытием, не высовывайтесь до окончания стрельбы, выполняйте требования работников спецслужб.

### Если захватили ваш самолёт (автобус):

- Не привлекайте к себе внимание террористов.
- Осмотрите салон, отметьте места возможного укрытия в случае стрельбы.
- Успокойтесь, попытайтесь отвлечься от происходящего, если возможно, читайте.
- Снимите ювелирные украшения. Не смотрите в глаза террористам, не передвигайтесь по салону и не открывайте сумки без их разрешения.
- Не реагируйте на провокационное или вызывающее поведение. Женщинам в мини-юбках желательно прикрыть ноги.
- При попытке штурма ложитесь на пол между креслами и оставайтесь там до его окончания.
- После освобождения немедленно покиньте самолёт (автобус): не исключены его минирование и взрыв.

## ПРИ ПЕРЕСТРЕЛКЕ

### Вы на улице:

- сразу же лягте и осмотритесь, выберите ближайшее укрытие и проберитесь к нему, не поднимаясь в полный рост (автомобиль – не лучшая защита во время перестрелки; его металл тонок, а горючее взрывоопасно);
- при первой возможности спрячьтесь в подъезде жилого дома, подземном переходе и т. д.;
- примите меры по спасению детей, прикройте их собой;
- по возможности сообщите о происшедшем сотрудникам [полиции](#).

### Вы в доме:

- немедленно отойдите от окна;
- задёрните шторы (палкой, шваброй или за нижний край, сидя на корточках);
- укройте домашних в ванной комнате;
- передвигайтесь по квартире, пригнувшись или ползком.

## ПРИ УГРОЗЕ ВЗРЫВА

Заметив подозрительные предметы, запретите окружающим прикасаться к ним и сообщите в **полицию**.

Находясь в помещении, опасайтесь падения штукатурки, арматуры, шкафов, полок. Держитесь в стороне от окон, зеркал, светильников.

Если вы на улице – отбегите от зданий, сооружений, столбов и ЛЭП.

При заблаговременном оповещении об угрозе покиньте здание, отключив электричество и газ, взяв необходимое (вещи, документы, запас продуктов и медикаментов).

**Если взрыв произошёл рядом с вашим домом:**

- Успокойте близких. Позвоните в **полицию**.
- При эвакуации возьмите документы и предметы первой необходимости.
- Продвигаясь к выходу, не касайтесь проводов и повреждённых конструкций.
- В разрушенном или повреждённом помещении не пользуйтесь спичками, свечами, факелами и т.п.
- Действуйте в соответствии с указаниями прибывших на место взрыва спасателей, сотрудников **полиции**.

## ПРИЗНАКИ ВЗРЫВНОГО УСТРОЙСТВА

- Натянутые проволока, шнур.
- Провода или изолирующая лента, свисающая из-под машины.
- «Бесхозные» сумка, портфель, коробка, свёрток и т. п.

## ПАНИКА В ТОЛПЕ

**Что делать?**

- Сохраняйте выдержку и хладнокровие. Старайтесь не дать панике разрастись.
- Двигаясь в толпе, пропускайте вперёд детей и стариков, успокаивайте обезумевших от страха людей (не исключается грубый окрик и даже пощёчина). Разговаривайте внятно и громко.
- Оказавшись в давке, согните руки в локтях и прижмите их к бокам, защищая бока от сдавливания, пальцы сожмите в кулаки. Попытайтесь сдерживать напор спиной.
- Помогайте подняться сбитым с ног.
- Если сбили вас, встаньте на колено и, упираясь в пол руками, резко оттолкнитесь, рывками выпрямляя тело.

**В многоэтажном здании:**

- не пользуйтесь лифтами, спускайтесь по лестницам;
- не поддавайтесь желанию выпрыгнуть в окно с большой высоты;
- при невозможности выйти наружу отступите в свободные коридоры и проёмы и ждите помощи для себя и окружающих.

## **ВЫ – В ЗАВАЛЕ**

### **Завалило помещение:**

- отключите электричество, газ, воду;
- убедитесь, что рядом нет пострадавших;
- если есть раненые, окажите им посильную помощь;
- сообщите о случившемся «наружу» по телефонам: [101](#), [102](#), [103](#), [104](#), а также голосом, громким частым стуком;
- если нет угрозы обрушения или пожара – устройтесь в относительно безопасном месте (дверном проёме в несущих стенах, ванной, рядом с массивной деревянной мебелью).

### **Завалило вас:**

- дышите глубоко и ровно; осмотрите и осторожно ощупайте себя;
- постарайтесь остановить кровотечение (платком, ремнём, поясом перетяните, но не очень сильно, артерию на руке/ноге выше раны; «жгут» можно оставить не более чем на час);
- расчистите вокруг себя пространство. Отодвиньте твёрдые и острые предметы;
- отползите в безопасное место;
- придавило чем-то тяжёлым руку/ногу – постарайтесь наложить «жгут» выше места сдавления;
- если есть возможность пить – пейте любую жидкость и побольше;
- голосом и стуком привлекайте внимание людей;
- находясь глубоко под обломками здания, перемещайте влево-вправо любой металлический предмет (кольцо, ключи и т. п.) для обнаружения вас эхопеленгатором;
- не зажигайте огонь.

Иногда можно самому выбраться из завала. Делать это надо очень осторожно, стараясь не вызвать нового обвала. Если выбраться удалось – обязательно найдите штаб спасательных работ и зарегистрируйтесь.