



Безопасность зависит от нас самих. Полиция может помочь, может посодействовать в предотвращении терактов, но стоять за спиной каждого не в силах. Притупление нашей бдительности — извечная мечта террористов.

На улице, в транспорте, во дворах и подъездах мы должны быть внимательными и осмотрительными. Это не подозрительность. Нет. Это наш хозяйствский подход ко всему окружающему.

Нас почему-то перестало интересовать, кто живёт рядом, чем занимается. Это не мещанско любопытство, а необходимость - вежливость и уважение к соседу, человеку, с которым каждый день встречаемся. А может быть, у него несчастье — надо предложить помочь, оказать содействие.

Может, у него день рождения — хорошо бы поздравить. Этого требует нормальное, доброе человеческое общение.

Вдруг появились новые люди: откуда, зачем, к кому? Если самому выяснить не удается, можно предупредить участкового, позвонить в отделение полиции, обратиться в домоуправление.

Если вы внимательны, то знаете во дворе почти все автомашины и их владельцев. Появилась новая, незнакомая, она стоит близко у дома... И это должно озабочить вас. Здесь помогут ГИБДД, граждане своего же дома. Заметили, что с двери, ведущей в подвал, сорван замок, проинформируйте хотя бы дворника или работников ЖХК.

**Помните:** внешний вид предмета может скрывать его настоящее назначение. В качестве камуфляжа для взрывных устройств используются самые обычные бытовые предметы: сумки, пакеты, коробки, игрушки.

### **Родители!**

**Вы отвечаете за жизнь и здоровье ваших детей. Разъясните детям, что любой предмет, найденный на улице или в подъезде, может представлять опасность.**

**Не предпринимайте самостоятельно никаких действий с находками или подозрительными предметами, которые могут оказаться взрывными устройствами - это может привести к их взрыву, многочисленным жертвам и разрушениям.**

## **Действия при обнаружении взрывоопасного предмета**

- + *Обнаружив подозрительную вещь в общественном транспорте, опросите пассажиров. Если хозяин не установлен, немедленно сообщите об этом водителю.*
- + *Обнаружив бесхозный предмет в подъезде своего дома, опросите соседей. Если владелец не установлен, немедленно сообщите об этом в отделение милиции.*
- + *Обнаружив признаки установки взрывного устройства в учреждении, немедленно сообщите о находке администрации.*
- + *Не подходите к подозрительному предмету, не трогайте, не вскрывайте и не передвигайте его*
- + *Запомните время обнаружения подозрительного предмета*
- + *Предупредите людей, чтобы они отошли как можно дальше от опасной находки*
- + *Обязательно дождитесь специалистов, так как вы являетесь самым важным очевидцем.*
- + *Не предпринимайте самостоятельно никаких действий с подозрительными предметами — это может привести к многочисленным жертвам и разрушениям!*
- + *Помните! Для маскировки взрывных устройств чаще всего используются обычные бытовые предметы: сумки, пакеты, свертки, коробки, портфели, игрушки.*

## **Действия при захвате в заложники**

*Захват, как правило, осуществляется внезапно и быстро в любом месте: на улице, в транспорте, в доме, в учреждении, на производственном предприятии.*

*Чаще всего захват заложников происходит в транспорте.*

### **В связи с этим:**

- + *во время путешествия одевайтесь скромно и неброско;*
- + *не берите с собой материалы политического, религиозного, военного характера и по возможности документы, подтверждающие ваш социальный статус.*
- + *как можно быстрее возьмите себя в руки, не паникуйте, помните: ваша цель — остаться в живых;*
- + *если нет полной уверенности в успехе, не пытайтесь бежать;*
- + *располагайтесь подальше от окон, дверей и преступников (места рядом с ними наиболее опасны при проведении спецслужбами операции по освобождению);*
- + *если вы ранены, постарайтесь меньше двигаться, этим можно сократить потерю крови;*

-  в первые часы после захвата не высказывайте категорических отказов преступникам, не противоречьте им; позже не бойтесь обращаться к ним с просьбами о том, в чем нуждаетесь, постепенно повышая их уровень;
-  если террористы находятся в состоянии наркотического или алкогольного опьянения, по возможности ограничьте с ними любые контакты;
-  на совершение любых действий (сесть, встать, сходить в туалет, попить, поесть) спрашивайте разрешение, без раздумий и сопротивления отдавайте свои вещи, если этого требуют террористы;
-  при общении с преступниками избегайте презрительного, вызывающего тона и поведения, которые могут вызвать гнев террористов и привести к человеческим жертвам;
-  по возможности не допускайте прямого зрительного контакта с террористами, разговаривайте с ними спокойно, на вопросы отвечайте кратко;
-  если вас допрашивают, многословно и свободно разговаривайте только на второстепенные темы, соблюдайте осторожность в том случае, если затрагиваются важные государственные и личные вопросы, контролируйте те свои ответы, которые в последующем могут повредить вам и другим людям;
-  для поддержания сил ешьте все, что вам предлагаю, даже ту пищу, которая категорически не нравится;
-  соблюдайте личную гигиену и чистоту, насколько позволяет ситуация;
-  наблюдайте за преступниками и постарайтесь запомнить как можно больше информации о террористах (их количество, вооружение, имена, клички, приметы, особенности речи и манеры поведения, телосложения, тематику разговоров).

### ***Психологическая подготовленность человека к действиям в опасных и экстремальных ситуациях***

*Неподготовленный в психологическом отношении человек, столкнувшись с реальной угрозой для жизни, перестает правильно оценивать ситуацию. Он думает, что опасность гораздо больше, чем есть на самом деле, и начинает заранее представлять себе самые жуткие картины своего будущего.*

***В чрезвычайной обстановке важно, чтобы человек был в состоянии:***

-  принимать быстрые решения;
-  уметь импровизировать;
-  постоянно и непрерывно контролировать самого себя;
-  уметь различать опасности;
-  уметь распознавать людей;
-  быть самостоятельным и независимым;

- когда потребуется, быть твердым и решительным, но уметь подчиняться, если это необходимо;
- определять и знать свои возможности и не падать духом;
- в любой ситуации не сдаваться и пытаться найти выход.

Каким же образом должен подготовить себя человек к тому, чтобы помочь себе выжить в опасной или экстремальной ситуации?

**1)** развивать у себя установку на выживание, т. е. на готовность к спокойным и целенаправленным действиям:

- ❖ осознание («Я понимаю, где я оказался и что со мной происходит»);
- ❖ оценку («Я не растеряюсь и не испугаюсь»);
- ❖ поведение («Я вспомню все, что знаю и чему меня учили, Я буду терпеливым, внимательным и наблюдательным»).

**2)** уметь анализировать свои поступки и действия, ошибки и промахи, чтобы в будущем их не повторять;

**3)** развивать и укреплять свои волевые качества (уверенность, настойчивость, целеустремленность, умение противостоять трудностям и преодолевать их);

**4)** научиться побеждать свой страх, заставить себя спокойно рассуждать и поставить перед собой цель — выжить во что бы то ни стало. Чтобы побороть свой страх, необходимо:

- внимательно осмотреться, найти удобное положение, позволяющее расслабиться и успокоиться;
- дышать глубоко и спокойно;
- сосредоточившись на ближайших делах, размышлять и планировать свои дальнейшие действия.

### **Действия при стрельбе в населенном пункте**

Человека, случайно попавшего под обстрел, обычно охватывают паника и страх. Как правило, он не знает, что делать. У него появляется неодолимое желание убежать от опасности. В таких ситуациях нельзя мешкать, а сразу предпринять определенные действия

#### **На улице:**

- Несмотря ни на что, сразу же ложитесь и замрите
- Осмотритесь, чтобы найти укрытие (канаву, бетонную урну, угол здания, подземный переход, бордюрный камень)
- Осторожно, лучше ползком переместитесь за укрытие.
- Учтите, что неосторожным передвижением вы можете вызвать огонь на себя, так как стреляющие могут принять вас за противника
- В доме (квартире):
- Ни в коем случае не подходите к окнам, так как опасность прямого попадания пули достаточно велика
- Укройтесь в помещении, которое не имеет окон (ванная, туалет). Это поможет вам уберечься от рикошета, так как пуля, залетевшая в окно, от бетонных или кирпичных стен может срикошетировать не один раз

- Если после перестрелки возникла необходимость оказать помощь раненым, громко предупредите их об этом. Иначе находящиеся в шоковом состоянии люди могут продолжить стрельбу

