



# ЗАХВАТ В ЗАЛОЖНИКИ

**Если ты оказался в заложниках, знай - ты не один.  
Помни: опытные люди уже спешат к тебе на помощь.**

**Не пытайся убежать, вырваться самостоятельно - террористы могут отреагировать агрессивно. Постарайся успокоиться и жди освобождения.**

- **Настройся на долгое ожидание.** Специалистам требуется время, чтобы освободить тебя. Они не теряют ни минуты, но должны всё предусмотреть.
- **Постарайся мысленно отвлечься от происходящего:** вспоминай содержание книг, художественных фильмов, мультфильмов, решай в уме задачи. Если веришь в Бога, молись.
- **Старайся не раздражать террористов:** не кричи, не плачь, не возмущайся; не требуй также немедленного освобождения - это невозможно.
- **Не вступай в споры с террористами,** выполняй все их требования. Помни: это вынужденная мера, ты спасаешь себя и окружающих.
- Помни, что, возможно, тебе придётся долгое время провести без воды и пищи - **экономь свои силы.**
- **Если в помещении душно, постарайся меньше двигаться,** чтобы экономнее расходовать кислород.
- Если воздуха достаточно, а по зданию передвигаться запрещают, **делай нехитрые физические упражнения** - напрягай и расслабляй мышцы рук, ног, спины. Не делай резких движений.

**Помни: если заложник проводит много времени с террористами,  
ему может показаться, что они вместе, а весь мир - против них.**

**Это очень опасная ошибка!**

**Знай: в любой ситуации террорист - это преступник,  
а заложник - его жертва!**

**У них не может быть общих целей!**



# ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

К террористическому акту невозможно подготовиться заранее, поэтому следует быть настороже всегда.

**Главное правило: избегайте без необходимости посещения регионов, городов, мест и мероприятий, которые могут привлечь внимание террористов.** Как правило, это:

- Регионы Северного Кавказа, Израиль, ближневосточные государства, Иран, Ирак, Югославия.
- Многолюдные мероприятия с тысячами участников.

## **Общие рекомендации:**

- ✦ **Обращайте внимание на подозрительных людей, предметы, на любые подозрительные мелочи. Сообщайте обо всем подозрительном сотрудникам правоохранительных органов;**
- ✦ **Никогда не принимайте от незнакомцев пакеты и сумки, не оставляйте свой багаж без присмотра;**
- ✦ **У семьи должен быть план действий в чрезвычайных обстоятельствах, у всех членов семьи должны быть номера телефонов, адреса электронной почты.**
- ✦ **Необходимо назначить место встречи, где вы сможете встретиться с членами вашей семьи в экстренной ситуации;**
- ✦ **В случае эвакуации, возьмите с собой набор предметов первой необходимости и документы;**
- ✦ **Всегда узнавайте, где находятся резервные выходы из помещения;**
- ✦ **В доме надо укрепить и опечатать входы в подвалы и на чердаки, установить домофон, освободить лестничные клетки и коридоры от загромождающих предметов;**
- ✦ **Организовать дежурство жильцов вашего дома, которые будут регулярно обходить здание, наблюдая, все ли в порядке, обращая особое внимание на появление незнакомых лиц и автомобилей, разгрузку мешков и ящиков;**
- ✦ **Если произошел взрыв, пожар, землетрясение, никогда не пользуйтесь лифтом;**
- ✦ **Старайтесь не поддаваться панике, что бы ни произошло.**



# ОСВОБОЖДЕНИЕ ЗАЛОЖНИКОВ

## Правила поведения во время штурма.

Если вы поняли, что **начался штурм, необходимо:**

- **занять позицию подальше от окон и дверных проемов** (осколки стекла и строительных конструкций могут причинить дополнительные **травмы**);
- нужно **держаться подальше от террористов**, потому что при штурме по ним будут стрелять **снайперы**;
- **не нужно никакой личной бравადы**; большинство людей не обладают специальной подготовкой, поэтому **не нужно хватать оружие, чтобы вас не перепутали с террористами**;
- если вы **услышали хлопки разрывающихся свето-шумовых гранат** (при этом яркий свет бьет в глаза, звук «ударяет» по ушам) или **почувствовали резкий запах дыма, необходимо просто упасть на пол, закрыть глаза, ни в коем случае их не тереть. Необходимо закрыть голову руками и ждать пока сотрудники специальных подразделений не выведут вас из здания**;
- Ни в коем случае **нельзя бежать навстречу работникам спецслужб или от них, так как вас могут принять за преступников**.
- После освобождения **будьте готовы дать показания оперативно-следственной группе**.





# КАК ОБНАРУЖИТЬ ТЕРРОРИСТА

## И ЗАЩИТИТЬСЯ ОТ НАПАДЕНИЯ



## КАК ОБНАРУЖИТЬ ТЕРРОРИСТА

### И ЗАЩИТИТЬСЯ ОТ НАПАДЕНИЯ

Террористы в основном, действуют довольно скрытно, пытаясь не попадаться на глаза ни простым гражданам, ни правоохранительным органам. Тем не менее их деятельность может показаться необычной или подозрительной.

Стоит обращать

### ВНИМАНИЕ:

- на лиц старающихся быть особенно неприметными, не выделяющихся из толпы;
- на группы людей, агрессивно настроенных, собравшихся с какой-либо целью;
- на съемные квартиры, подвалы, помещения, склады, около которых заметна какая-либо странная активность подозрительных лиц;
- на подозрительные телефонные разговоры;
- на подозрительные связи какого-либо лица с регионами России, СНГ, мира, откуда распространяется терроризм.

Случается, что страх перед террористическим насилием совершенно не соизмерим с реальным риском подвергнуться нападению

В данном случае появляется чувство постоянной тревоги, которое может в какой-то момент трансформироваться в ужас, а он, в свою очередь, проявится физической слабостью, паническим бегством, неподвижностью.

Такое состояние затрудняет поиск выхода из экстремальной ситуации, вызывает чувство безнадёжности, ведёт к отказу от активного сопротивления, и даже от борьбы за собственную жизнь.

Поведение в данной ситуации может характеризоваться одним из следующих признаков:

- дезорганизация поведения;
- торможение действий характеризуется тем, что экстремальная ситуация может вызывать состояние ступора;
- повышение скорости реакций организма;
- восприятие зависит от того, в какой ситуации и где угрожают человеку.

Для того, чтобы действовать адекватно в экстремальной ситуации, постарайтесь следовать следующему плану действий:

1. ПРОАНАЛИЗИРУЙТЕ ситуацию;
2. ОЦЕНИТЕ человека противостоящего вам;
3. не только ДЕЙСТВУЙТЕ, но и ДУМАЙТЕ;
4. ОПРЕДЕЛИТЕ тактику поведения в соответствии собранной информацией.

**НЕ БОЙТЕСЬ**  
**ПОКАЗАТЬСЯ ПАРАНОЙКОМ!**  
**БУДЬТЕ БДИТЕЛЬНЫ!**

