

Настоящей чумой нашего времени стал терроризм. Несмотря на усилия спецслужб и всего мирового сообщества, бороться с террористами сложно. Тем важнее следовать советам специалистов, которые подскажут, как выжить в экстремальной ситуации и как правильно себя вести, если вы стали заложником экстремистов.

ЕСЛИ ЗАХВАТИЛИ ВАШ САМОЛЁТ ИЛИ АВТОБУС

- Не привлекайте к себе внимания террористов.
- Осмотрите внимательно салон и отметьте места возможного укрытия в случае стрельбы.
- Снимите с себя ювелирные украшения. Женщинам в коротких юбках желательно прикрыть ноги.
- Постарайтесь успокоиться - отвлекитесь от происходящего, если есть возможность, почитайте.
- Не смотрите террористам в глаза. Не передвигайтесь по салону и не открывайте сумки без их разрешения. Не реагируйте на их провокационное или вызывающее поведение.
- При попытке штурма ложитесь на пол между креслами и оставайтесь там до его окончания. После освобождения немедленно покиньте самолёт или автобус, поскольку не исключены его минирование и взрыв.

ПРИ перестрелке

- Если вы оказались в это время на улице, сразу же ложитесь на землю и осмотритесь. Выберите ближайшее укрытие и проберитесь к нему, не поднимаясь в полный рост. При этом учтите, что автомобиль не является при перестрелке надёжной защитой: его металл тонок, а горячее взрывоопасно.
- При первой же возможности спрячьтесь в подъезде дома или подземном переходе.
- Примите меры по спасению детей, прикройте их своим телом.
- По возможности сообщите о происшествии по телефону службам экстренного реагирования.

- Если вы находитесь дома, немедленно отойдите от окна и задерните шторы или жалюзи. Причём делайте это с помощью палки, швабры или за нижний край, сидя на корточках.
- Укройте членов своей семьи в ванной комнате.
- Передвигайтесь по квартире ползком или пригнувшись.

ПРИ УГРОЗЕ ВЗРЫВА

- Заметив подозрительные предметы не прикасайтесь к ним и сообщите в полицию.
- Признаками взрывного устройства являются: натянута проволока или шнур; провода или изолирующая лента, свисающая из-под машины; бесхозные сумка, портфель, коробка или свёрток.
- В помещении опасайтесь падения штукатурки, арматуры, шкафов и полок. Держитесь в стороне от окон, зеркал и светильников.
- На улице бегите подальше от зданий, сооружений, столбов.
- При заблаговременном оповещении покиньте здание, отключив газ, электричество и взяв с собой самое необходимое: вещи, документы, медикаменты и небольшой запас продуктов.

ПРИ ВЗРЫВЕ РЯДОМ С ДОМОМ

- Позвоните в полицию.
- Успокойтесь своих близких.
- Возьмите документы и предметы первой необходимости и двигайтесь к выходу.
- Не касайтесь проводов и повреждённых конструкций.
- В разрушенном или повреждённом помещении не пользуйтесь спичками, свечами, факелами.
- Действуйте в соответствии с указаниями прибывших спасателей или сотрудников полиции.

ПАНИКА В ТОЛПЕ

- Оказавшись при возникновении чрезвычайной ситуации в толпе, постарайтесь не поддаваться панике и сохранить выдержку и хладнокровие.
- Двигаясь в толпе к безопасному месту, пройдите вперёд детей и стариков. Успокаивайте обезумевших от страха людей, в такой ситуации допускается даже грубый окрик или пощёчина.
- Снимите с себя все острые и сжимающие предметы: шарфы, галстуки, пояса, кольца с камнями и браслеты.
- Оказавшись в давке, согните руки в локтях и прижмите их к бокам, пальцы сожмите в кулаки. Попытайтесь сдерживать напор спиной.
- Изо всех сил удерживайтесь на ногах, не позволяйте себе упасть под ноги толпе. Помогите податься упавшим.
- Если вас все-таки сбили с ног, быстро встаньте на одно колено, упритесь в пол руками, резко оттолкнитесь и рывком выпрямите тело.
- Избегайте столкновения со столбами, острыми углами и металлическими конструкциями на своём пути.
- Оказавшись при чрезвычайной ситуации в многоэтажном здании, не пользуйтесь лифтом, а спускайтесь вниз по лестнице. Не поддавайтесь желанию прыгнуть вниз из окна. При невозможности выйти наружу отступите в свободное место в коридоре или проёме и ждите помощи профессионалов.



ТЕЛЕФОНЫ ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ
112, 102