



## АНТИТЕРРОРИСТИЧЕСКАЯ КОМИССИЯ

# РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРИМЕНЕНИЮ ГРАЖДАНСКИХ ТЕХНОЛОГИЙ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ ТЕРРОРИЗМУ



## СОДЕРЖАНИЕ

<b>Введение</b>	<b>4</b>
<b>Глава I. Общие правила безопасности</b>	<b>6</b>
<i>Общие рекомендации</i>	<b>6</b>
<i>Как выявить террориста</i>	<b>7</b>
<i>Поведение в толпе</i>	<b>8</b>
<i>Эвакуация</i>	<b>8</b>
<i>Набор для выживания</i>	<b>8</b>
<i>Семейный план</i>	<b>9</b>
<i>Первая помощь в случае ранения</i>	<b>9</b>
<i>Советы психолога</i>	<b>11</b>
<b>Глава II. Как вести себя при терактах</b>	<b>13</b>
<b>При захвате в заложники</b>	<b>13</b>
<i>Рекомендации к действиям при захвате</i>	<b>13</b>
<i>В заложниках ваш родственник</i>	<b>14</b>
<i>Психология заложника</i>	<b>16</b>
<i>После освобождения</i>	<b>17</b>
<b>Безопасность в транспорте</b>	<b>18</b>
<i>В самолете</i>	<b>19</b>
<i>В поезде</i>	<b>20</b>
<i>В автобусах</i>	<b>21</b>
<i>При поездке за границу</i>	<b>22</b>
<b>Взрывы, пожары и завалы</b>	<b>22</b>
<i>Если обнаружена бомба</i>	<b>22</b>
<i>Безопасное расстояние</i>	<b>23</b>

<i><b>Взрывчатые вещества</b></i>	<b>24</b>
<i><b>Если вы оказались в завале</b></i>	<b>25</b>
<i><b>Поведение при пожаре</b></i>	<b>26</b>
<b>Безопасность на производстве</b>	<b>26</b>
<i><b>При поступлении угрозы по телефону</b></i>	<b>27</b>
<i><b>Действия предупредительного характера</b></i>	<b>27</b>
<i><b>Действия при захвате в заложники</b></i>	<b>27</b>
<i><b>При обнаружении взрывного устройства</b></i>	<b>27</b>
<i><b>Безопасность в школе</b></i>	<b>28</b>
<b>Глава III. Обеспечение личной безопасности</b>	<b>31</b>
<b>Если вам угрожают</b>	<b>31</b>
<i><b>Поступление угрозы по телефону</b></i>	<b>31</b>
<i><b>Угроза в письме</b></i>	<b>32</b>
<i><b>Оценка степени угрозы и агрессора</b></i>	<b>33</b>
<b>Информация для родителей</b>	<b>35</b>
<i><b>Ваши отношения с детьми</b></i>	<b>35</b>
<i><b>Ребенок один в квартире</b></i>	<b>36</b>
<i><b>Общение по телефону</b></i>	<b>37</b>
<i><b>Общение с посторонними</b></i>	<b>37</b>
<i><b>Няня для ребенка</b></i>	<b>38</b>
<i><b>Звонок в дверь</b></i>	<b>38</b>
<i><b>Лифт</b></i>	<b>39</b>
<i><b>Опасность со стороны родителей</b></i>	<b>39</b>
<i><b>Ребенок и улица</b></i>	<b>40</b>
<i><b>Места большого скопления людей</b></i>	<b>41</b>

<i>Действия при прямой угрозе семье</i>	44
<b>Безопасность детям</b>	45
<i>Что такое терроризм</i>	45
<i>Это не игра!</i>	45
<i>Там где много людей, не всегда безопаснее</i>	45
<i>Особые вещи</i>	45
<i>Семейный план</i>	46
<i>Если вы попали в заложники</i>	46
<i>Если взорвалась бомба</i>	47
<i>Если вы оказались в завале</i>	47
<i>Как быть с домашними животными?</i>	48
<i>Важные советы</i>	48
<b>Заключение</b>	49

## **Введение**

*Террористы сегодня ведут войну против мирных граждан практически на всех континентах. Захват заложников или взрыв с большим числом пострадавших, к сожалению, перестали быть уникальными событиями. Не обошла эта беда и Россию – все мы помним трагические события последних лет, горе и возмущение наших сограждан.*

*Пережитая за эти годы боль изменила и наше общество, и наше государство. Были приняты жесткие меры для обеспечения безопасности, вводятся в действие законы, препятствующие деятельности террористов и их пособников. Мы, чего уже давно не было, стали воспринимать чужую боль как свою. Мы увидели, как выстраиваются очереди, чтобы сдать кровь для пострадавших, как реально изменилось сознание людей. Россияне больше, чем прежде стали выражать готовность помогать власти бороться с террористами. Уже очень многие понимают, что сколь бы сильны ни были силовые структуры, без участия в этой борьбе каждого гражданина жизнь и его собственная, и его детей, и его близких все же не будет в полной безопасности.*

*Для эффективной борьбы с терроризмом в нее должны включаться не только наиболее сознательные граждане и те, кого затронула беда, а все общество.*

*Этому учит опыт стран, много лет ведущих борьбу с боевиками и экстремистами. И нам следует как можно скорее перейти от состояния неве-*

**жества или паники к осознанию того, что принимать меры по предупреждению и пресечению деятельности террористов – это неизбежная каждодневная необходимость.**

**Для радикального изменения ситуации требуется, прежде всего, понимание и терпение в отношении мер безопасности, предпринимаемых для предупреждения террористических актов на транспорте, массовых мероприятиях и вообще в людных местах. Террористы, как правило, появляются там, где их меньше всего ожидают.**

**Однако особенно необходимы доверие, сотрудничество и выдержка со стороны граждан в случаях, если началась или уже произошла террористическая атака. В такой ситуации это важнейшее условие того, что удастся избежать лишних невинных жертв, страданий и задержать террористов. Особая ответственность здесь ложится на СМИ, которые должны вовремя доносить до граждан всю необходимую информацию и при этом не идти на поводу у террористов и не создавать условий распространения паники.**

**Для мирных граждан, оказавшихся вольно или невольно в экстремальной ситуации, существуют определенные, основанные на мировом опыте правила поведения. Каждый, кто следует им, не только сохраняет собственную жизнь, но и помогает сохранить чужие.**

**Задача же исполнительной власти всех уровней сегодня состоит в том, чтобы, обучить население и в первую очередь, детей необходимым навыкам, дать необходимые знания безопасного поведения.**

**С ростом террористических угроз в России все большее распространение получает термин "гражданские технологии противодействия терроризму". Ряд специалистов, работающих в социологической сфере, дают следующее общее определение для гражданских технологий – это социальные технологии, реализуемые субъектами гражданского общества в общественных интересах.**

**В этой связи представляется, что гражданские технологии противодействия терроризму есть социальные технологии, реализуемые в интересах антитеррористической защиты населения и объектов. Последние на наш взгляд представляют собой инструментарий (набор форм и методов работы) по реализации организационно-управленческих и практических мер антитеррористического характера, предпринимаемых властными структурами и гражданскими институтами общества в определенных сферах и на определенных территориях.**

**Цель предлагаемых рекомендаций – предоставить материал для организации работы по противодействию террористическим угрозам среди населения именно в рамках "гражданских технологий противодействия терроризму". Данные рекомендации, как представляется, помогут в подготовке различных памяток, инструкций, пособий, плакатной продукции, материалов в средствах массовой информации, а также материалов для проведения соответствующих тематических встреч с активом общественных организаций, персоналом предприятий и учебных заведений.**

## **Глава I. Общие правила безопасности**

К террористическому акту невозможно подготовиться заранее, поэтому следует всегда быть настороже. Следует проявлять особую осторожность на многолюдных мероприятиях с тысячами участников, в популярных развлекательных заведениях, гипермаркетах.



### **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.
- 

### **Как выявить террориста**

Деятельность террористов не всегда бросается в глаза. Но вполне может показаться подозрительной и необычной. Осторожно проверьте, то ли это, за что они себя выдают? Если признаки странного поведения подтверждаются, то немедленно сообщите об этом в силовые структуры.

Будьте внимательны, постарайтесь запомнить *приметы преступников*, отличительные черты их лиц, одежду, имена, клички, возможные шрамы и татуировки, особенности речи и манеры поведения, тематику разговоров и т.д.

Не пытайтесь их останавливать сами – Вы можете стать первой жертвой. Что может быть связано с деятельностью террористов в первую очередь?

- подозрительные лица, иногда нарочито неприметные, не выделяющиеся, но чем-то странные;
- небольшие группы людей;
- сдаваемые/снимаемые квартиры;
- подвалы;
- небольшие фирмы;
- подсобные помещения, склады;
- телефонные разговоры;
- связь с базами террористов (странные связи с регионами России, СНГ, мира, откуда распространяется терроризм).

Проявить настойчивость, при необходимости привлечь близких и знакомых, соседей. Некоторые беспечные граждане скажут: это паранойя. – Нет, это бдительность, принятая во всех развитых странах мира.

#### **Рекомендации специалистов российских и израильских служб безопасности:**

- будьте особо бдительными и остерегайтесь людей, одетых не по сезону. Если вы видите летом человека, одетого в плащ или толстую куртку – будьте особенно осторожны – под такой одеждой террористы чаще всего прячут бомбы. Лучше всего держаться от него подальше и обратить на него внимание сотрудников правоохранительных органов;
  - остерегайтесь людей с большими сумками, баулами и чемоданами, особенно, если они находятся в непривычном месте (например, с баулом в кинотеатре или на празднике). Несмотря на то, что этот человек, скорее всего окажется туристом или торговцем, все же лишняя осторожность не повредит;
  - старайтесь удалиться на максимальное расстояние от тех, кто ведет себя неадекватно, нервозно, испуганно, оглядываясь, проверяя что-то в одежде или в багаже;
  - если вы не можете удалиться от подозрительного человека, следите за мимикой его лица. Специалисты сообщают, что шахид, готовящийся к теракту обычно выглядит чрезвычайно сосредоточено, губы плотно сжаты, либо медленно двигаются, как будто читая молитву;
  - ни в коем случае не поднимайте забытые вещи: сумки, мобильные, кошельки;
  - ни в коем случае не принимайте от незнакомых лиц никаких подарков, не берите вещей с просьбой передать другому человеку.

## **Поведение в толпе**

Террористы часто выбирают для атак места массового скопления народа. Помимо собственно поражающего фактора террористического акта, люди гибнут и получают травмы еще и в результате давки, возникшей вследствие паники. Поэтому необходимо помнить следующие правила поведения в толпе:

- выберете наиболее безопасное место. Оно должно быть как можно дальше от середины толпы, трибун, мусорных контейнеров, ящиков, оставленных пакетов и сумок, стеклянных витрин, заборов и оград;
- в случае возникновения паники обязательно снять с себя галстук, шарф;
- при давке надо освободить руки от всех предметов, согнуть их в локтях, застегнуть одежду на все пуговицы;
- не хвататься за деревья, столбы, ограду;
- стараться всеми силами удержаться на ногах;
- в случае падения свернуться клубком на боку, резко подтянуть ноги и постараться подняться по ходу движения толпы;
- не привлекать к себе внимание высказыванием и выкрикиванием лозунгов;
- не приближаться к агрессивно настроенным лицам и группам лиц;
- не вмешиваться в происходящие стычки;
- постараться покинуть толпу.

## **Эвакуация**

Сообщение об эвакуации может поступить не только в случае обнаружения взрывного устройства и ликвидации последствий совершенного террористического акта, но и при пожаре, стихийном бедствии и т.п.

Получив сообщение от представителей властей или правоохранительных органов о начале эвакуации, соблюдайте спокойствие и четко выполняйте их команды.

Если вы находитесь в квартире, выполните следующие действия:

- возьмите личные документы, деньги и ценности;
- отключите электричество, воду и газ;
- окажите помощь в эвакуации пожилых и тяжело больных людей;
- обязательно закройте входную дверь на замок — это защитит квартиру от возможного проникновения мародеров.

Не допускайте паники, истерик и спешки. Помещение покидайте организованно.

Возвращайтесь в покинутое помещение только после разрешения ответственных лиц.

Помните, что от согласованности и четкости ваших действий будет зависеть жизнь и здоровье многих людей.

## **Набор для выживания**

В каждой семье необходимо иметь готовый и упакованный набор предметов первой необходимости. Он может существенно помочь выживанию в случае экстренной эвакуации или обеспечить выживание семьи, если бедствие застигло ее в доме. Наверняка он никогда не понадобится вашей семье. Но лучше быть готовым к любым неожиданностям. Для упаковки вещей воспользуйтесь застегивающимися на «молнии» сумками, лучше всего, водонепроницаемыми. Комплект должен быть максимально компактным, чтобы его легко можно было захватить с собой.

*Примерный набор вещей, которые могут обеспечить выживание по меньшей мере в течение 72 часов:*



- средства личной защиты: про- тивогазы с дополнительными фильтрами, детские противогазы, кислородная маска, респираторы;
- аптечка, в которой должны быть: анальгин, ацетилсалициловая кислота, гипотермический (охлаждающий) пакет, сульфацил натрия, жгут кровоостанавливающий, бинт стерильный, бинт нестерильный, атравматическая повязка, лейкопластырь бактерицидный, салфетки кровоостанавливающие, раствор бриллиантового зеленого, лейкопластырь, бинт эластичный трубчатый, вата, нитроглицерин, валидол, устройство для проведения искусственного дыхания, аммиака раствор, уголь активированный, корвалол, ножницы;
- обезвоженная сухая пища; мультивитамины;
- котелок;
- запас воды;
- туалетные принадлежности;
- бензиновая и газовая зажигалки, а также непромокаемые спички;
- 2 фонаря с дополнительными батарейками и лампочками;
- прочная длинная веревка;
- 2 ножа (с выкидным и обычным лезвиями);
- комплект столовых принадлежностей;
- мантировка;
- набор инструментов;
- палатка;
- радио с ручным питанием;
- дождевики, брезентовый костюм, нижнее белье, носки, шляпы, солнцезащитные очки, перчатки, высокие сапоги (лучше, резиновые);
- свечи;
- иголки, нитки;
- крючки для рыбной ловли и леска;
- сухое топливо.

### **Семейный план**

Каждой семье надо разработать план действий в чрезвычайных обстоятельствах. У всех членов семьи должны быть номера телефонов, адреса электронной почты, номера пейджеров и т.д. друг друга для срочной связи. Эти же номера и адреса должны быть у учителей школы, где учатся ваши дети, у вашего профорга на работе, у ваших родственников и близких знакомых и т.д. Необходимо договориться о том, кому звонить в экстренной ситуации. Лучше всего выбрать родственника, живущего в другом конце города, потому, что при теракте или при бедствии в районе часто прерывается связь, в результате чего дозвониться друг до друга невозможно. Родственнику, живущему в другом районе, в случае бедствия надо сообщить, где вы находитесь, все ли с вами в порядке. Он передаст это членам вашей семьи. Также необходимо назначить место встречи, где вы сможете встретиться с членами вашей семьи в экстренной ситуации.

В случае эвакуации, обязательно возьмите с собой ваш набор предметов первой необходимости и документы.

### **Первая помощь в случае ранения**

В случае, если вы получили ранение, постарайтесь сами себе перевязать рану платком, полотенцем, шарфом, куском ткани. Остановите кровотечение прижатием вены к костному выступу или наложите давящую повязку, используя для этого ремень, платок, косынку, полосу прочной ткани. Окажите помощь тому, кто рядом с вами, но в более тяжелом положении.

Раны бывают резаные, колотые, огнестрельные, ожоговые, укушенные. Как правило, при ранении отмечается различной интенсивности кровотечение. Поэтому, оказывая первую помощь, следует остановить кровотечение.

При артериальном кровотечении кровь яркая, алая, выплескивается из артерии фонтаном. В случае сильного кровотечения на кисти или предплечье, необходимо максимально согнуть локтевой сустав; при кровотечении на стопе и голени - согнуть ногу в колене суставе. При артериальном кровотечении на бедре - наложить жгут (закрутку) на ногу ниже паха; на плече - жгут чуть ниже плечевого сустава. При венозном кровотечении кровь истекает равномерной струей темного или почти черного цвета. Для остановки этого кровотечения достаточно максимально поднять конечность и наложить тугую повязку.

После остановки кровотечения края раны надо смазать раствором йода или зеленкой, прикрыть рану марлевой салфеткой или чистой тряпицей и наложить повязку бинтом, куском материи или поясом.

Боль при ранении может привести к шоковому состоянию пострадавшего. В этом случае, помимо остановки кровотечения необходимо:

- положить или усадить пострадавшего так, чтобы его руки и ноги были несколько приподняты;
- использовать обезболивающие средства;
- закутать пострадавшего, чтобы обеспечить максимальное тепло.

При оказании первой помощи в случаях ранения категорически нельзя:

- промывать рану;
- извлекать любые инородные тела;
- класть в рану вату, смоченную йодом.

В экстренных случаях можно просто взять кусок относительно чистой материи (носовой платок, кусок рубашки и т.д.), положить его в рану и крепко прижать рукой, держа так все время транспортировки в лечебное учреждение.

На небольшие ожоговые раны следует накладывать трехслойную повязку, если возможно, смоченную раствором фурациллина. Повязку необходимо прибинтовать к пораженному месту. Она присохнет, но отрывать ее нельзя, она будет сама отходить от раны по мере заживания.

При ранении в голову пострадавшего укладывают горизонтально, обеспечивают покой. Надо учитывать, что ранению в голову обычно сопутствует сотрясение мозга. Рану головы (исключая ранения лица) лучше не трогать. В случае получения ранения в лицо следует зажать рану стерильным тампоном, салфеткой или платком. Для спасения жизни получившего ранение в голову необходима квалифицированная медицинская помощь.

При ранениях позвоночника пострадавшего необходимо обездвижить и уложить. После этого пострадавшего не следует трогать до прибытия медиков. В случае остановки дыхания и сердца пострадавшему нужно произвести непрямой массаж сердца и искусственное дыхание. Самостоятельная транспортировка такого раненого не рекомендуется.

Чрезвычайно опасны ранения в шею. Они могут осложняться повреждением гортани и повреждениями позвоночника, а также сонных артерий. В первом случае пострадавшего иммобилизуют, а во втором незамедлительно производят остановку кровотечения. Смерть от кровопотери при ранении сонной артерии может наступить в течение 10-12 секунд. Поэтому артерию пережимают пальцами, а рану немедленно туго тампонируют стерильным бинтом. Транспортировка такого пострадавшего должна осуществляться как можно более осторожно.

При ранениях в грудь и живот, для предотвращения попадания воздуха в плевральную и брюшную полости необходимо наложить на рану воздухо непроницаемую повязку - марлевую салфетку обмазанную борной мазью или вазелином, кусок полиэтилен-

на, в крайнем случае, плотно зажать рану ладонью. Пострадавшего усаживают в полусидячее положение. Надо учитывать, что остановка кровотечения затруднена.

### **Советы психолога**

Страх перед террористическим насилием, случается, совершенно не соразмерен реальному риску подвергнуться нападению. В результате появляется постоянное чувство тревоги, которое может в соответствующий момент перерасти в ужас, а он проявится физической слабостью, неподвижностью или паническим бегством.

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

Проанализируйте свое поведение в экстремальной ситуации. Возможно, оно характеризуется одним из следующих признаков:

*Дезорганизация* поведения может проявиться в неожиданной утрате ранее приобретенных навыков, которые, казалось, были доведены до автоматизма. Некоторые люди в обычных условиях проявляют чудеса владения различными приемами самообороны, но в экстремальной ситуации вдруг, напрочь забывают о них.

*Торможение* действий характеризуется тем, что экстремальная ситуация может вызывать состояние ступора (оцепенения).

*Повышение скорости* выражается в мобилизации всех ресурсов организма на преодоление экстремальной ситуации. При этом наблюдается четкость восприятия и оценки происходящего, совершаются адекватные ситуации действия. Эта форма реагирования, конечно же, самая желательная, однако она появляется, как правило, только при наличии определенных навыков и специальной подготовки.

Чтобы действовать адекватно в экстремальной ситуации, постарайтесь по возможности следовать следующему плану действий:

- прежде, чем принимать какое-то решение, проанализируйте ситуацию, в которой вы оказались;
- попробуйте, насколько это будет возможно, оценить человека, противостоящего вам, обратив внимание на его физические и психические данные, его настроение и возможные особенности в поведении;
- приведите себя в состояние, которое позволит вам не только действовать, но и думать;
- определите тактику своего поведения в зависимости от всего объема поступившей к вам информации и ведите себя в соответствии с ней.

Многие допускают одну из двух ошибок – переоценивают свои возможности, либо сильно их занижают. И то, и другое делает вас потенциальной жертвой. Следовательно, необходимо уметь различать опасности действительные и мнимые, правильно оценивать людей и контролировать себя. Наконец. Грустный совет, но психологически надо быть всегда готовым к применению насилия, что уже само по себе является эффективным средством защиты. Главное правило – понять, в какую ситуацию вы попали, насколько реальна угроза физического насилия, и можно ли ее избежать.

Ваше восприятие будет, прежде всего, зависеть от того, где вам угрожают. Например, если это ваша квартира, помните, что тот, кто угрожает, гораздо хуже ориентируется в обстановке, которая вам хорошо знакома. Если это помещение, в котором хозяином положения является угрожающий, само по себе незнание обстановки во многом может сковывать ваши действия. Экстремальная ситуация может по-разному восприниматься и на улице. В темное время суток любая угроза воспринимается серьезнее, чем днем.

Важна оценка количества людей, реально угрожающих вам. Характер взаимоотношений между ними может подсказать, кто в группе главный, впервые ли эти люди совершают нападение, или они действуют как слаженная преступная группа.

При непосредственном нападении следует принимать в расчет собственные физические возможности. Избегайте мгновенно реагировать на нападение насильственными действиями, особенно если преступники вооружены. В таком случае лучше не сопротивляться, хотя это и не кажется достойным выходом из ситуации. Практика показывает, что подвергшийся нападению имеет больше шансов выжить, если признает за преступником его превосходство.

Прежде, чем что-либо предпринимать, следует взвесить свои реальные возможности и возможные последствия. Постарайтесь не допустить паники. Для этого необходимо заставить себя некоторое время сохранять спокойствие, свободно и глубоко дышать. Если паника возникла на улице, и нет других угрожающих факторов, спокойно объясните ситуацию и выведите людей из опасного места.



### При захвате в заложники

К сожалению, никто из нас не защищен от ситуации, когда мы можем оказаться в заложниках у террористов. Но все же есть несколько универсальных правил.

Постарайтесь соблюдать спокойствие и не показывать своего страха. Не оказывайте террористам сопротивления, не пытайтесь вступать с ними в беседу, не стремитесь разжалобить их или отговорить от выполнения намеченного ими плана. Выполняйте их требования и не реагируйте на их действия в отношении других заложников.

Не нарушайте установленных террористами правил, чтобы не спровоцировать ухудшения условий вашего содержания. Не следует, например, пробовать связаться с родными, или правоохранительными органами. Если об этом станет известно вашим похитителям, они воспримут это как неподчинение и, как минимум, сделают режим вашего содержания более жестким.

Может наступить такой момент, когда забота о состоянии собственного духа и тела станет казаться вам бессмысленной. Тем не менее, в такой ситуации очень важно не забывать о личной гигиене, делать физические упражнения. Нельзя позволять себе сосредотачиваться на переживаниях. Способов отвлечься существует немало: попробуйте придумать себе какую-либо игру, вспоминать полузабытые стихотворения, анекдоты и т.п. Для верующих большим подспорьем является молитва.

Пребывание в заложниках наносит психическую травму даже весьма стойким людям. Освобожденных нередко тяготят чувство вины и стыда, утрата самоуважения, разного рода страхи. Помните, что это нормальная для бывших заложников реакция. Для возвращения к нормальной жизни требуется довольно длительный период.

Заложники обычно находятся в условиях резкого ограничения свободы перемещения и отсутствия средств связи. Они не располагают информацией о том, что происходит во внешнем мире, как развиваются события вокруг захвата. Это осложняет принятие решений. Если заложнику разрешили вступить в контакт с родными, следует успокоить близких и попросить приложить максимум усилий для освобождения. Также при разговоре с родственниками надо объяснить, если вы имеете такую информацию, каковы требования похитителей.

### **Рекомендации к действиям при захвате**

Когда происходит захват заложников следует помнить, что:

- только в момент захвата заложников есть реальная возможность скрыться с места происшествия;

- настройтесь психологически, что моментально вас не освободят, но помните, что освободят вас обязательно;
- ни в коем случае нельзя кричать, высказывать свое возмущение;
- если начался штурм, необходимо упасть на пол и закрыть голову руками, старайтесь при этом занять позицию подальше от окон и дверных проемов;
- держитесь подальше от террористов, потому что при штурме по ним будут стрелять снайперы;
- если вы получили ранение, главное – постараться остановить кровотечение, перевязав рану. Окажите помощь тому, кто рядом, но в более тяжелом положении;
- не следует брать в руки оружие, чтобы вас не перепутали с террористами;
- не старайтесь самостоятельно оказать сопротивление террористам;
- если на вас повесили бомбу, нужно без паники голосом или движением руки дать понять об этом сотрудникам спецслужб. Фиксируйте в памяти все события, которые сопровождают захват. Эта информация будет очень важна для правоохранительных органов.

### ***В заложниках ваш родственник***

Если вы узнали о захвате близкого человека, немедленно звоните в управление по борьбе с организованной преступностью ГУВД.

К освобождению заложников подходят очень серьезно. К операции привлекается милицейский спецназ - СОБР (специальный отряд быстрого реагирования) и сотрудники ФСБ (федеральная служба безопасности) с их уникальными техническими средствами. Предварительная подготовка длится от нескольких часов до нескольких дней. Это зависит от той скорости, с какой бандиты выдвигают свои требования, и от родственников жертвы - насколько быстро они обратятся в милицию и как поведут себя в дальнейшем. Дело осложняется, если родственники самостоятельно пытаются откупиться от бандитов или ведут "двойную игру".

Санкция за похищение людей достаточно суровая. Статья 126 прим. УК Российской Федерации предусматривает за захват и удержание людей в качестве заложника, соединенное с угрозой убийства, причинением телесных повреждений или дальнейшим удержанием этого лица в целях понуждения государства, международной организации, физического или юридического лица или группы лиц совершить или воздержаться от совершения какого-либо действия как условия освобождения заложника, наказание лишением свободы на срок до 15 лет.

Те же действия, если они не повлекли тяжких последствий, наказываются лишением свободы на срок от 5 до 15 лет с конфискацией имущества или без таковой. Кроме того, преступники должны помнить, что может быть принято решение и об их ликвидации в процессе освобождения заложников.

Если кого-либо из ваших близких захватили в качестве заложника и как условие его освобождения требуют совершения каких-то действий, прежде всего убедитесь, что он жив и невредим. Вряд ли вам представят возможность лично увидеться с захваченным, но поговорить с ним по телефону просто необходимо. При этом шантажисту следует твердо заявить, что ни о чем с ним вести переговоры не будете, пока не поговорите с заложником. Ведя разговор:

*во-первых*, убедитесь, что на другом конце провода действительно тот человек, о котором идет речь. Телефонная связь несовершенна, и не всегда можно опознать по голосу даже очень близкого человека, поэтому в разговоре постарайтесь получить информацию, которая убедит вас в том, что это действительно он;

*во-вторых*, ведите разговор таким образом, чтобы убедиться, что вы общаетесь с живым человеком, а не магнитофонной записью;

*в-третьих*, постарайтесь успокоить заложника, сказав, что вы предпримите все от вас зависящее, чтобы освободить его как можно быстрее;

*в-четвертых*, поинтересуйтесь, все ли у него в порядке, как с ним обращаются, не причинили ли какого-либо вреда;

*в-пятых*, убедите его в том, что лучше будет, если он не станет предпринимать каких-либо активных действий, чтобы не обострить ситуацию и не навредить себе;

*в-шестых*, ни в коем случае не пытайтесь даже косвенно выяснить, кто его захватил и где он находится. Такого рода любопытство может очень дорого стоить.

После этого можно выслушать шантажиста, его условия. Скорее всего, речь пойдет об определенной сумме денег в рублях или у.е. Независимо от того, есть ли у вас в наличии такая сумма или нет, постарайтесь попросить отсрочки в платеже, мотивируя тем, что в данный момент под рукой нет таких денег (за исключением ситуации, когда вам тут же говорят, что данная сумма денег лежит у вас в нижнем ящике письменного стола).

Если переговоры идут при личной встрече, попросите повторной встречи, если по телефону - повторного звонка. А за это время следует быстро решить, что делать: выполнить условия преступника, ни к кому за помощью не обращаясь, или все же прибегнуть к помощи правоохранительных органов или частной фирмы (имейте в виду, что в настоящее время не все фирмы, берущиеся за решение подобного рода задач, действительно могут их решать).

Как показывает мировой опыт, шантажирующий дает отсрочку на очень непродолжительное время, и уж если вы решились обратиться за помощью к профессионалам, то следует делать это сразу же, так как для разработки плана совместных действий и подготовки группы, специализирующейся на освобождении заложников, необходимо некоторое время.

Лучше всего сделать это немедленно, но по телефону, поскольку не надо исключать возможность установления наблюдения за вашими перемещениями с момента контакта с шантажистами. Будьте готовы к тому, что при повторном звонке вам могут уверенным голосом заявить, что абсолютно точно знают о том, что вы звонили в милицию и просили о помощи. При личной встрече такой вопрос тоже может быть задан, и здесь дело осложняется тем, что по телефону вас только слышат, а при личной встрече еще и видят. Нужно быть психологически готовым к таким вопросам. Тут для уверенности в себе может помочь то, что такого рода вопросы, совершенно однозначно, не что иное как попытка взять вас "на пушку". Хотя существует вероятность наличия у злоумышленников достоверной информации.

Если очередной разговор по телефону с человеком, захватившим вашего близкого в качестве заложника, будет происходить в присутствии сотрудников правоохранительных органов, постарайтесь заранее оговорить с ними схему и различные варианты разговора с преступником. Это исключит возможность задержек при ответах на вопросы, и на том конце провода не возникнет подозрения, что вы после каждого вопроса получаете от кого-то консультацию по поводу того, что и как ответить.

Нередко бывает, что шантажирующий требует любой ценой ускорить время обмена. В таком случае постарайтесь, не теряя самообладания, убедить его в том, что предпринимается все возможное, но по независящим от вас обстоятельствам вы пока не готовы дать то, чего от вас ждут. Главное, не забудьте напомнить этому человеку, что в благополучном исходе дела вы заинтересованы гораздо больше, чем он. Можете аргументировать невозможность добыть за такое время запрошенной суммы тем, что человек, у которого вы хотели получить деньги, в данный момент находится в командировке и вернется через несколько дней, но, даже не дожидаясь его возвращения, вы пытаетесь найти эти деньги по другим каналам. Вполне возможно, что пауза, которую вы выторгуете, позволит более качественно подготовить операцию по освобождению заложника, повысит гарантию его безопасности.

Когда будете договариваться о том, куда и в какое время принести то, что требует вымогатель, поставьте условие - это возможно только в том случае, если у вас будут гарантии, что заложнику ничего не угрожает. Либо это будет взаимобмен, либо прежде, чем передать деньги, вы получите информацию, что заложник в данный момент уже

находится в безопасном месте. Понятно, что на деле все гораздо сложнее, чем на словах, но ведь и похититель заинтересован в получении ваших денег. Конечно, инициатива принадлежит ему, но далеко не по всем вопросам следует идти у него на поводу. Чем тверже и разумнее будет ваша позиция, тем больше шансов на благоприятный исход операции. Не следует забывать, что как только вы выполните их требование, заложник перестанет быть нужным как приманка или, вернее, поводок для вас.

Освободившись, он становится обладателем определенной информации и из заложника может превратиться в свидетеля, причем весьма опасного.

Если вы доверились правоохранительным органам, строго следуйте их указаниям и тому плану, который они разработали. Знайте, что малейшее отклонение от первоначально разработанного плана по вашей вине, проявление ненужной инициативы может существенно затруднить или сделать невозможным освобождение заложника.

Если же вы решили действовать без посторонней помощи, обратите внимание на условия, на которых предполагается передача денег: будет ли это передача из рук в руки или вам предложат оставить их в определенном месте и в указанное время. Одно дело в достаточно людном месте и в светлое время суток, другое - вечером или ночью, да еще и в уединенном месте. Короче говоря, будьте готовы к разного рода неожиданностям.

Наличие при себе крупной суммы денег, да еще в уединенном месте, резко снижает степень вашей собственной безопасности, хотя, когда речь идет об освобождении близкого человека, вряд ли кто об этом будет задумываться. Можно предложить массу вариантов, как снизить угрозу лично для вас, но все равно очень многое будет зависеть только от вашего самообладания и смекалки. Помните главное: как только вы передали деньги, постарайтесь приложить максимум усилий для того, чтобы как можно скорее оказаться подальше от злоумышленников.

### ***Психология заложника***

Оказавшийся в заложниках человек сначала не может поверить в то, что это произошло. Случившееся кажется ему дурным сном, однако, несмотря на это, нужно сразу начинать строго придерживаться правил, которые позволят вам сохранить жизнь и здоровье – и свое, и чужое.

Во время захвата важно не потерять самообладание. У некоторых из ставших заложниками может возникнуть неуправляемая реакция протеста против совершаемого насилия. В таком случае человек бросается бежать, даже когда это бессмысленно, кидается на террористов, борется, пытается выхватить у боевиков оружие. Взбунтовавшегося заложника террористы, как правило, убивают, даже если не планировали убийств и рассчитывали только шантажировать власти.

После первого такого убийства ситуация меняется. Вина террористов перед законом возросла - они уже чувствуют себя обреченными и ожесточаются. В свою очередь заложники, увидев свою вполне вероятную участь, получают сильнейшую психическую травму. Их психику начинает разрушать ужас.

В случае, если вы уже захвачены, и возможность бежать, которая, как правило, есть только в первый момент, пропала, не нужно проявлять никакой активности. Террористы, как правило, находятся в состоянии сильнейшего стресса. Нередко многие из них впервые оказываются в такой ситуации, их нервная система перенапряжена, а психика работает на пределе. Они тоже боятся, и их страх выливается в агрессию.

Активное поведение заложников может напугать террористов, и в ответ они проявят жестокость. Чем меньше у них страха, тем меньше будет и агрессии. На каждое значительное движение, которое вы собираетесь произвести, следует просить разрешения. Если кто-то из заложников, даже из лучших побуждений, проявляет активность, его необходимо успокоить, удерживать, не давать кричать и ругаться.

С первых дней у заложников начинается процесс адаптации - приспособления к абсолютно ненормальным условиям существования. Однако дается это ценой психологических и телесных нарушений. Быстро притупляются острота ощущений и переживаний, таким образом, психика защищает себя. То, что возмущало или приводило в отчая-



ние, воспринимается, как обыденность. Главное при этом окончательно не утратить человеческий облик. Как удержаться? Многие эксперты отмечают, что те несчастные люди, с которыми в заложниках оказались их дети, как правило, оказываются избавлены от распада личности и потери человеческого лица.

По возможности не замыкайтесь в себе, постарайтесь присмотреться к другим людям, выяснить, не нужна ли кому-то помощь. Даже мелочь – понимающий взгляд, слово поддержки – будет способствовать тому, что между вами возникнет контакт. Если человек чувствует поддержку, и ему, и всем, кто рядом с ним, становится легче. Это первый шаг к вашему спасению. Обратите внимание на людей, которые впали в ступор: не пытайтесь вывести их из этого состояния - лучше, если будет возможность, накормить их, напоить, помочь устроиться поудобнее.

Тем не менее, заложникам, как правило, не удастся избежать апатии и агрессивности, возникающих у них довольно скоро. Если условия содержания суровы, то уже через несколько часов кто-то из заложников начинает злобно ругаться с соседями, иногда даже со своими близкими. Такая агрессия помогает снимать эмоциональное перенапряжение, но вместе с тем истощает человека.

Апатия - это тоже способ уйти от страха и отчаяния. Но и апатия нередко прерывается вспышками беспомощной агрессивности. Полностью этого не избежать.

Тем не менее, можно и необходимо избегать пробуждения садизма - стремления в «праведном гневе» наказать кого-либо слабого, глупого, заболевшего по своей вине, или делающего что-то не то, или не так.

Остерегайтесь присоединяться к проявлениям садизма своеобразных лидеров, которые могут выделиться из числа заложников – психологические последствия этого могут преследовать вас долгие годы.

Заложники иногда могут совершить еще одну серьезную ошибку. В сознании человека может возникнуть представление, что всё не столь ужасно, и надо только, с одной стороны, понять террористов, а с другой - слезами разбудить в них сочувствие. Однако это вредная иллюзия. Симпатии к террористам могут стать вашим первым шагом к предательству по отношению к другим заложникам и распаду личности. Не думайте, что хоть на минуту боевики при этом станут воспринимать вас как-то по-новому. Ситуация, в которой вы окажетесь, станет, по большому счету, еще более ужасной.

Постоянная угроза жизни и осознание своей беспомощности могут привести к развитию и других явлений. Может казаться, что вы слышите звуки вроде бы начавшегося штурма, голоса отсутствующих людей, видите нечто странное в темноте. Однако это не признак помешательства, а расстройство, которое пройдет не позже чем через две недели после освобождения.

### ***После освобождения***

Как отмечают специалисты, иногда не только люди, побывавшие в заложниках, но и свидетели террористических атак нуждаются в помощи психологов. Чтобы облегчить возвращение к нормальной жизни и первых и вторых, их родственникам и знакомым рекомендуется соблюдать следующие правила:

- нельзя делать вид, что ничего не произошло, но не следует и досаждать расспросами;
- не следует пытаться быстро переключить внимание пострадавшего на что-то другое. Человек должен отдавать себе отчет в том, что с ним действительно что-то случилось, должен выразить свою реакцию;
- даже если человек говорит, что он в полном порядке, это может означать, что неразрешенная психологическая проблема просто уходит вглубь и потом обязательно проявится снова;
- не мешайте человеку «выговориться». Не нужно его останавливать, даже если он снова и снова рассказывает свою историю по очереди всем членам семьи и знакомым;

- во время рассказа поощряйте выражение чувств. Если рассказчик начинает плакать - не останавливайте его, дайте выплакаться. При этом лучше обнять человека, дать ему физически почувствовать, что рядом с ним - близкие люди;
- мужчины в таких случаях часто выражают свою реакцию в виде гнева. Не мешайте выплеснуть этот гнев. В таком случае весьма полезно, если человек жестикулирует, топает, или бьет кулаками подушку;
- нельзя надолго оставлять пострадавшего одного, позволяя ему замыкаться в себе.

## **Безопасность на транспорте**

Отечественный и зарубежный опыт показывают, что общественный транспорт нередко подвергается атакам террористов. Чтобы избежать опасности или снизить возможный ущерб в случае теракта, необходимо следовать несложным правилам:

- нельзя спать во время движения транспортного средства;
- обращайте внимание на всех подозрительных лиц и на подозрительные предметы, об их обнаружении сообщайте водителю, дежурным по станции или милиционерам;
- не стойте у края платформы, подходите к дверям после остановки состава и выхода пассажиров, старайтесь сесть в вагоны в центре состава, они обычно меньше страдают от аварии, чем передние или задние;
- если произошел взрыв или пожар, закройте рот и нос платком и ложитесь на пол вагона или салона, чтобы не задохнуться;
- одевайтесь нейтрально, неброско, избегайте военных цветов одежды и формы, большого количества украшений;
- не разговаривайте на политические темы, не читайте порнографических, политических или религиозных публикаций, чтобы не стать оправданной мишенью для террористов;
- не употребляйте алкоголь;
- в случае захвата транспортного средства выполняйте все указания террористов, не смотрите им прямо в глаза;
- если вы чувствуете, что штурм неизбежен, старайтесь держаться подальше от окон, чтобы не мешать снайперам стрелять по террористам. При штурме главное лечь на пол и не шевелиться до завершения операции;
- ни в коем случае не подбирайте оружие, брошенное террористами в группа захвата может принять вас за одного из них.

## В самолете



К сожалению, несмотря на серьезные меры безопасности и контроля, террористам удается проникнуть на самолет. Если вы пользуетесь самолетом, надо помнить следующие общие правила безопасности:

- тщательно отбирайте авиакомпанию;
- лучше всего лететь экономическим классом, поскольку это более безопасно. Террористы обычно начинают захват самолета с салона 1 класса, и используют находящихся там пассажиров в качестве живого щита при штурме;
- сидеть лучше всего у окна, а не в проходе. В этом случае, другие кресла обеспечат вам защиту при штурме или в случае открытия стрельбы террористами, тогда как места в проходе легко простреливаются;
- лучше всего путешествовать прямыми рейсами, без промежуточных посадок;
- при промежуточных посадках всегда выходите из самолета, так как террористы иногда захватывают самолет именно во время таких стоянок;
- одевайтесь нейтрально, неброско, избегайте военных цветов одежды и формы;
- не разговаривайте на политические темы, не читайте порнографических, политических или религиозных публикаций, чтобы не стать оправданной мишенью для террористов;
- надевайте на себя как можно меньше ювелирных украшений;
- не употребляйте алкоголь.

В случае захвата самолета террористами, эксперты советуют выбрать тактику пассивного сопротивления, не рисковать. Чаще всего такое поведение притупляет внимание террористов, дает возможность выиграть время, а любая задержка идет на пользу заложникам. При захвате необходимо:

- выполнять все указания террористов, определив для себя, кто из них наиболее опасен, отдать все вещи, которые требуют террористы;
- не смотреть в глаза террористам;
- осмотреться в поисках наиболее укромного места, где можно укрыться в случае стрельбы;

- если с вами ребенок, постараться быть все время с ним рядом, устроить его как можно более удобно и безопасно;
- не повышать голоса, не делать резких движений;
- не пытаться оказывать сопротивление террористам, даже если вы уверены в успехе. В салоне может находиться их сообщник, который может взорвать бомбу;
- как можно меньше привлекать к себе внимание;
- не реагировать на провокационное и вызывающее поведение;
- прежде чем передвинуться или раскрыть сумку спросить разрешения;
- при стрельбе лечь на пол и укрыться за сиденьем, никуда не бежать;
- если у вас есть компрометирующие документы – спрятать их;
- держите под рукой фотографии родных и детей.

Главное, помните, нельзя впадать в панику. Думайте о спасении. Не теряйте веры в счастливый исход. Старайтесь занять себя – читать, или если вам разрешают – разговаривать с соседями. Некоторые захваты длятся по нескольку дней. Будьте спокойны, приготовьтесь к ожиданию. С террористами ведутся переговоры и вас освободят!

### **В поезде**



Основные требования к личной безопасности в поезде такие же, как для других транспортных средств. Но есть и некоторые особенности:

- покупая билеты, отдавайте предпочтение центральному вагону. В случае железнодорожной катастрофы, они страдают намного меньше, чем головные или хвостовые;
- выбирайте сидячие места против движения поезда;
- не засыпайте, если ваши попутчики вызывают у вас недоверие;
- не выключайте свет в купе;
- держите дверь купе закрытой;
- документы и бумажник держите в надежном месте, а портфель ближе к окну;
- особенное внимание уделяйте своим вещам на промежуточных остановках.

Если начался штурм, он происходит молниеносно. Но при штурме главное лечь на пол и не шевелиться до завершения операции. Спецназ забрасает салон световыми гранатами, и будет требовать лежать и не двигаться. Те, кто останется на ногах или с оружием в руках, рассматриваются спецназом как потенциальные террористы. Поэтому, повторим, главное - лечь на пол и не двигаться. Подчиняйтесь приказам штурмовой группы, не отвлекайте ее вопросами. Ни в коем случае не бросайтесь навстречу вашим спасителям. При освобождении выходите из самолета после соответствующего приказа, но как можно скорее. Помогите детям, женщинам, больным, раненым, но не теряйте времени на поиски своих вещей и одежды. Помните, что самолет может быть заминирован.

### **В автобусах**

Основные меры личной безопасности, которые необходимо соблюдать при передвижении на общественном наземном транспорте (автобусы, троллейбусы, трамваи) во многом схожи с теми мерами, которые надо применять, находясь в самолете:

- внимательно осмотрите салон, чтобы убедиться в отсутствии подозрительных предметов и личностей, а также запомните, где находятся экстренные выходы, огнетушитель;
- в общественном наземном транспорте лучше сидеть, таким образом, уменьшается вероятность поражения в случае взрыва, или при захвате автобуса террористами;
- одевайтесь нейтрально, неброско, избегайте военных цветов одежды и формы;
- не разговаривайте на политические темы, не читайте порнографических, политических или религиозных публикаций;
- надевайте на себя как можно меньше ювелирных украшений;
- имейте при себе мобильный телефон.

*В случае захвата автобуса, трамвая или троллейбуса террористами, эксперты советуют выбрать тактику пассивного сопротивления, не рисковать. При захвате необходимо:*

- выполнять все указания террористов, определив для себя, кто из них наиболее опасен, отдать все вещи, которые требуют террористы;
- не смотреть в глаза террористам;
- осмотреться в поисках наиболее укромного места, где можно укрыться в случае стрельбы;
- если с вами ребенок, постараться быть все время с ним рядом, устроить его как можно более удобно и безопасно;
- не повышать голоса, не делать резких движений;
- не пытаться оказать сопротивление террористам, даже если вы уверены в успехе. В салоне может находиться их сообщник, который может взорвать бомбу;
- как можно меньше привлекать к себе внимание;
- не реагировать на провокационное и вызывающее поведение;
- прежде чем передвинуться или раскрыть сумку, спросить разрешения;
- при начале стрельбы лечь на пол и укрыться за сиденьем, не бежать никуда;
- если у вас есть компрометирующие документы – спрятать их;
- держать под рукой фотографии родных и детей.

Штурм общественного наземного транспортного средства происходит намного быстрее, чем штурм самолета. Если вы чувствуете, что штурм неизбежен, старайтесь держаться подальше от окон, чтобы не мешать снайперам стрелять по террористам. При

штурме главное лечь на пол и не шевелиться до завершения операции. Подчиняйтесь приказам штурмовой группы, не отвлекайте ее вопросами. Ни в коем случае не бросайтесь навстречу вашим спасителям. При освобождении выходите из салона транспортного средства после соответствующего приказа, но как можно скорее. Помогите детям, женщинам, больным, раненым, но не теряйте времени на поиски своих вещей и одежды. Помните, что салон может быть заминирован.

При подготовке поездки особое внимание надо уделить истории, религиозным обрядам и географии вашего пункта назначения. В записную книжку выпишите телефоны консульства, посольства и местный телефон спасения.

### **При поездке за границу**

#### *В аэропортах и на вокзалах:*

- не занимайте мест у окон;
- стойте или сидите около колонн, стоек или других препятствий, которые могут служить укрытием в случае опасности;
- внимательно следите за своим багажом, чтобы никто не смог положить вам наркотики или взрывное устройство;
- если незнакомец попросит вас пронести какой-либо предмет на борт самолета, откажитесь и немедленно сообщите об этом службе безопасности;
- при взрыве или стрельбе падайте на пол.

#### *Если вы путешествуете самолетом:*

- лучше всего лететь экономическим классом, поскольку это более безопасно;
- сидеть лучше всего у окна, а не в проходе;
- путешествовать лучше прямыми рейсами, без промежуточных посадок;
- одевайтесь нейтрально, неброско, избегайте военных цветов одежды и формы;
- надевайте на себя как можно меньше ювелирных украшений;
- не употребляйте алкоголь;
- в случае захвата самолета террористами выполняйте все их указания, не смотрите в глаза террористам, не пытайтесь оказать им сопротивление, не впадайте в панику.

#### *Если вы путешествуете поездом:*

- покупая билеты, отдавайте предпочтение центральным вагонам. Выбирайте сидячие места против движения поезда;
- не засыпайте, если ваши попутчики вызывают у вас недоверие;
- держите дверь купе закрытой;
- документы и бумажник держите в надежном месте, а портфель ближе к окну.

## **Взрывы, пожары и завалы**

### **Если обнаружена бомба**

Злоумышленники стремятся разместить взрывные устройства в наиболее уязвимом месте, где действием взрыва может быть достигнут наибольший эффект.

К таким местам, как правило, относятся: автомашины, проходы в здания, рабочее место охраняемого лица, место уединения, место расположения любимых предметов, а

также различные предметы, используемые в качестве подарков: букеты цветов и т.п. Помня это, указанные места (объекты) следует держать в поле своего зрения, систематически осуществлять за ними контроль, проявлять осмотрительность.

Ни в коем случае нельзя принимать от неизвестных лиц подарки, посылки, букеты цветов и другие предметы, позволяющие укрыть взрывное устройство.

Взрывные устройства типа "бомба в письме" обычно имеют толщину 5-10 мм. Письмо имеет сходство (по вложению) с носовым платком или с карманным календарем, оно заметно тяжелее, чем предметы, указанные выше. При получении письма, схожего с описанными предметами, не вскрывать его, а вызвать специалистов и передать им для проверки.

Следует обращать внимание на "забытые" предметы: чемоданы, атташе-кейсы, зонтики, свертки, книги и т.п., в которых может быть подложено взрывное устройство. Указанные и иные предметы невыясненного происхождения не перемещать, не осматривать самостоятельно, а вызвать специалистов.

При обнаружении предметов, подозреваемых в принадлежности к взрывоопасным, следует соблюдать следующие меры безопасности:

- не курить;
- не пользоваться электрозажигалками и другими источниками огня или искровоспроизводящими предметами;
- не трогать руками и не касаться с помощью других предметов;
- не трясти, не бросать, не сгибать, не открывать;
- место обнаружения предмета немедленно покинуть, обеспечив охрану;
- оповестить окружение (сотрудников, членов семьи, других людей);
- незамедлительно сообщить о случившемся в правоохранительные органы или органы по делам ГОЧС по телефону;
- помните: внешний вид предмета может скрывать его настоящее назначение. В качестве камуфляжа для взрывных устройств используются обычные бытовые предметы: сумки, пакеты, свертки, коробки, игрушки и т.д;
- не подходить к взрывным устройствам и подозрительным предметам (должностным лицам организовать их оцепление) ближе расстояния, указанного в таблице.

### **Безопасное расстояние**

Рекомендуемые расстояния удаления и оцепления при обнаружении взрывного устройства или предмета похожего на взрывное устройство

ВУ или подозрительные предметы	Расстояние
Граната РГД-5	Не менее 50 м
Граната Ф-1	Не менее 200 м
Тропиловая шашка массой 200 гр	45 м
Тропиловая шашка массой 400 гр	55 м
Пивная банка 0,33 литра	60 м



Чемодан (кейс)	230 м
Дорожный чемодан	350 м
Автомобиль типа "Жигули"	460 м
Автомобиль типа "Волга"	580 м
Микроавтобус	920 м
Грузовая машина (фургон)	1240 м

### **Взрывчатые вещества**

Взрывчатые вещества (ВВ) - химические соединения или смеси, которые под воздействием определенных внешних воздействий способны взрываться.

*Взрыв* - процесс превращения взрывчатого вещества в большое количество сильно сжатых и нагретых газов, которые, расширяясь, производят разрушение. Отличие взрыва от обычного процесса горения только в скорости. По скорости, взрывы делятся на два типа: горение и детонация.

Так, порох взрывается горением, а тротил, гексоген, аммонит и подобные вещества взрываются детонацией. При детонации возникает ударная волна, которая движется со сверхзвуковой скоростью (7 тысяч метров в секунду).

Для того, чтобы произошел взрыв, необходимо внешнее воздействие. Оно бывает нескольких типов:

- механическое (удар, накол, трение);
- тепловое (искра, пламя, нагревание);
- Химическое (хим.реакция взаимодействия какого-либо вещества с ВВ)
- детонационное (взрыв рядом с ВВ другого ВВ).

Из всех ВВ наиболее опасны бризантные - именно ими снаряжают снаряды, мины, бомбы, фугасы. Есть еще иницирующие – типа ртути и метательные – типа пороха.

Самые мощные среди бризантных - гексоген, тэн, тетрил. Средней мощности - тротил, мелинит, пластит. Пониженной мощности – аммиачная селитра.

Бризантность – способность ВВ разрушать.

Мощность ВВ измеряется в тротиловом эквиваленте (мощность тротила условно принимается за единицу). ВВ повышенной мощности на 35% сильнее тротила, а ВВ пониженной мощности на 20-30% слабее тротила.

*Гексоген* - белый кристаллический порошок без вкуса и запаха. В воде не растворяется, токсичен. Свое название получил из-за внешнего вида структурной химической формулы.

*Тэн, (тетранитрат пентаэритрита)* - белый кристаллический порошок. Нерастворим в воде.

*Тетрил* – порошок из белых кристаллов, желтеющих на свету. Нерастворим в воде.

*Тротил* – твердое коричневатое вещество, приобретает любые формы. Чаще всего имеет форму брусков бурого цвета, похожих на хозяйственное мыло, иногда его делают похожим на картошку. Запах также немного напоминает хозяйственное мыло, но человек его чувствует с трудом.



*Мелинит* - твердое кристаллическое вещество желтого цвета, горькое на вкус, встречается в порошкообразном, прессованном и литом виде. Слабо растворяется в холодной воде, лучше растворяется в горячей воде. Сильно окрашивает кожу рук в желтый цвет.

*Пластит* - пластичное глинообразное вещество, не растворяется водой, слабо пахнет нефтью.

*Аммиачная селитра* - чаще всего порошкообразное вещество белого, серого, желтого цвета. Применяется в порошкообразном (не прессованном) виде. Растворяется водой. При повышенной влажности теряет взрывчатые свойства.

### **Если вы оказались в завале**



- не старайтесь самостоятельно выбраться;
- постарайтесь укрепить "потолок" находящимися рядом обломками мебели и здания;
- отодвиньте от себя острые предметы;
- если у вас есть мобильный телефон – позвоните спасателям по телефону "112" (если у вас телефон МТС), 030 (если у вас телефон МЕГАФОН), если у вас телефон марки "Моторола" следует набирать 004;
- закройте нос и рот носовым платком и одеждой, по возможности влажными;
- стучать с целью привлечения внимания спасателей лучше по трубам;
- кричите только тогда, когда услышали голоса спасателей – иначе есть риск задохнуться от пыли;
- ни в коем случае не разжигайте огонь.

### **Поведение при пожаре**

*Нередко при взрыве может возникнуть пожар, тогда следует:*

- пригнуться как можно ниже, стараясь выбраться из здания как можно быстрее;
- обмотать лицо влажными тряпками или одеждой, чтобы дышать через них;
- если в здании пожар, а перед вами закрытая дверь, предварительно потрогайте ручку тыльной стороной ладони. Если она не горячая, откройте дверь и проверьте, есть ли в соседнем помещении дым или огонь, после этого проходите. Если ручка двери или сама дверь горячая, никогда не открывайте ее;
- если вы не можете выбраться из здания, необходимо подать сигнал спасателям, кричать при этом следует только в крайнем случае, т.к. вы можете задохнуться от дыма. Лучше всего размахивать из окна каким-либо предметом или одеждой.

## Безопасность на производстве



Террористы могут выбрать для атаки крупный промышленный объект, поэтому руководителям предприятий и рядовым сотрудникам следует помнить несколько правил:

### ***При поступлении угрозы по телефону:***

- не оставлять без внимания ни одного подобного звонка, передать полученную информацию в правоохранительные органы, запомнив пол, возраст звонившего и особенности его речи;
- зафиксировать точное время начала разговора и его продолжительность;
- в ходе разговора постараться получить как можно больше информации.

### ***Действия предупредительного характера:***

- ужесточение пропускного режима при входе и въезде на территорию объекта;
- установка систем сигнализации, аудио и видеозаписи;
- осуществление ежедневных обходов территории объектов;
- периодическая комиссионная проверка складских помещений;
- тщательный подбор и проверка кадров;

- проведение регулярных инструктажей персонала о порядке действий при приеме телефонных сообщений с угрозами террористического характера.

### **Действия при захвате заложников**

- о сложившейся ситуации незамедлительно сообщить в правоохранительные органы;
- по своей инициативе не вступать в переговоры с террористами;
- принять меры к беспрепятственному проходу (проезду) на объект сотрудников правоохранительных органов, автомашин скорой медицинской помощи, МЧС России;
- оказать помощь сотрудникам МВД, ФСБ в получении интересующей их информации;
- при необходимости, выполнять требования преступников, если это не связано с причинением ущерба жизни и здоровью людей. Не противоречить преступникам, не рисковать жизнью окружающих и своей собственной;
- не допускать действий, которые могут спровоцировать нападающих к применению оружия и привести к человеческим жертвам.

Помните, что в соответствии с законодательством руководитель несет персональную ответственность за жизнь и здоровье своих сотрудников.

### **При обнаружении взрывного устройства**

- незамедлительно сообщить о случившемся в правоохранительные органы или органы по делам ГОЧС по телефону;
  - не трогать, не вскрывать и не перемещать находку. Запомнить время ее обнаружения. Помните: внешний вид предмета может скрывать его настоящее назначение. В качестве камуфляжа для взрывных устройств используются обычные бытовые предметы: сумки, пакеты, свертки, коробки, игрушки и т.д.;
  - не предпринимать самостоятельно никаких действий с предметами, подозрительными на взрывное устройство - это может привести к их взрыву, многочисленным жертвам и разрушениям!
  - не подходить к взрывным устройствам и подозрительным предметам (должностным лицам организовать их оцепление) ближе расстояния, указанного в вышеприведенной таблице (раздел "Взрывы, пожары, завалы");
  - обеспечить возможность беспрепятственного подъезда к месту обнаружения взрывных устройств автомашин правоохранительных органов, скорой помощи, органов управления по делам ГОЧС, служб эксплуатации;
  - обеспечить присутствие на работе лиц, обнаруживших находку, до прибытия оперативно - следственной группы и фиксацию их данных;
  - в случае необходимости принять решение и обеспечить эвакуацию людей, согласно имеющегося плана.

*Помните* - в соответствии с законодательством руководитель несет персональную ответственность за жизнь и здоровье своих сотрудников

### **Безопасность в школе**

В последнее время озабоченность по поводу безопасности школы серьезно возросла. Эта озабоченность связана не только с физическими факторами, но и психологические факторы также могут ассоциироваться с опасностью. В школе и прилегающих к ней территориях есть множество уязвимых мест, где вполне возможно скрытое запуги-

вание или устрашение детей. Опыт Екатеринбурга, где в качестве эксперимента в ряде школ была введена должность "заместителя директора по внутренней безопасности" можно оценить только положительно. И это сразу дало положительный эффект – количество правонарушений резко сократилось.

В соответствии со статьей 1 Закона Российской Федерации от 8 октября 1992 года №2446-ФЗ «О безопасности» «Безопасность – состояние защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внутренних и внешних угроз. К основным объектам безопасности относятся: личность – ее права и свободы; общество – его материальные и духовные ценности; государство – его конституционный строй, суверенитет и территориальная целостность».

Статья 2 того же закона определяет субъектов обеспечения безопасности: «... граждане, общественные и иные организации и объединения являются субъектами безопасности, обладают правами и обязанностями по участию в обеспечении безопасности в соответствии с законодательством Российской Федерации, законодательством республик в составе Российской Федерации, нормативными актами органов государственной власти и управления краев, областей, автономных округов, принятыми в пределах их компетенции в данной сфере». Такими нормативными актами, регулирующими введение в штатное расписание школ, участников эксперимента, должности заместителя директора школы по безопасности, могут являться: распоряжение главы Территориального Управления Выборгского административного района, приказ начальника Отдела образования ТУ и приказ директора школы.

Необходимость рассматривать подход к решению проблемы безопасности школы как системы адекватного реагирования на комплекс угроз, четко определена в статье 3 Закона: «Угроза безопасности – совокупность условий и факторов, создающих опасность жизненно важным интересам личности, общества и государства. Реальная и потенциальная угроза объектам безопасности, исходящая от внутренних и внешних источников опасности, определяет содержание деятельности по обеспечению внутренней и внешней безопасности».

Ответы на вопросы о том, как должна обеспечиваться комплексная безопасность школ, находятся прежде всего в статьях 4 и 9, где говорится, что: во-первых "...безопасность достигается проведением единой государственной политики в области обеспечения безопасности, системой мер адекватных угрозам жизненно важным интересам личности, общества и государства..."; во-вторых, основными функциями системы безопасности, создаваемой в школе, а именно:

- выявление и прогнозирование внутренних и внешних угроз жизненно важным интересам объектов безопасности;
- осуществление комплекса мер по предупреждению и нейтрализации выявленных угроз;
- создание и поддержание в готовности сил и средств обеспечения безопасности;
- управление силами и средствами обеспечения безопасности в повседневных условиях и при чрезвычайных ситуациях;
- осуществление системы мер по восстановлению нормального функционирования объектов безопасности, пострадавших в результате возникновения чрезвычайной ситуации..."

Исходя из методологии подхода законодателя к вопросу решения проблем безопасности личности, общества и государства, становится очевидным, что для достижения этих определенных законом целей функционирования комплексной системы безопасности в школе, заместитель директора школы по безопасности должен (с учетом фактического технического состояния школы, условий организации учебного и воспитательного процесса и других особенностей), решить пять главных задач:

1. Своевременно обнаружить угрозы и предупредить о них директора школы и других заинтересованных лиц и организации.

Это означает:

1.1. Своевременно обнаружить потенциальные и реальные угрозы комплексной безопасности школе: криминальные, природные, и техногенные угрозы безопасности:

а) Педагогическому коллективу, обучаемым, родителям учеников, посетителям школы и гражданам, проживающим в микрорайоне школы.

б) Финансам собственным, заемным и находящимся на хранении в школе, документальной и компьютерной информации, информации передаваемой по всем средствам связи;

в) Недвижимому и движимому имуществу школы и личному имуществу ее сотрудников и посетителей при их нахождении в школе;

г) Техническим системам и средствам обеспечения безопасности школы;

1.2. Своевременно проинформировать заинтересованных лиц и заинтересованные организации об этих угрозах (директора школы, пожарную часть, дежурных РУВД, МЧС, прокуратуры и ФСБ участкового милиционера, скорую помощь, руководителей частного охранного предприятия, охраняющего школу).

2. Затруднить (сдержать) реализацию возникших угроз.

2.1. Предупредить разрастание угрозы, сдержать ее распространение, продвижение к школе, персоналу, учащимся, к наиболее важным объектам. Например, при воздействии на школу техногенных угроз их сдерживание позволит увеличить запас времени на эвакуацию людей, ценностей и организацию подготовки к ликвидации угрозы.

3. Ликвидировать, нейтрализовать угрозы.

3.1. Самостоятельно или во взаимодействии с представителями правоохранительных органов, частных охранно-сыскных структур, пожарными и МЧС принять необходимые меры по ликвидации или нейтрализации возникших угроз.

4. Документировать процессы, относящиеся к важным событиям жизни школы в аспектах безопасности, в ходе своего повседневного функционирования, а также в случаях реализации угроз и мероприятий по противодействию этим угрозам.

Реализация данных задач обуславливает совершенствование системы комплексной безопасности школы и оказания помощи правоохранительным органам при расследовании происшествий.

Суммируя сказанное можно предположить, что в качестве одного из рабочих вариантов для обсуждения рабочей группы, может быть предложен следующий вариант квалификационной характеристики заместителя директора школы по безопасности.

2. Квалификационная характеристика заместителя директора школы по безопасности.

Основные задачи:

1. Своевременно обнаружить потенциальные и реальные угрозы комплексной безопасности школе: криминальные, природные, и техногенные угрозы безопасности:

а) Педагогическому коллективу, обучаемым, родителям учеников, посетителям школы и гражданам, проживающим в микрорайоне школы.

б) Финансам собственным, заемным и находящимся на хранении в школе, документальной и компьютерной информации, информации передаваемой по всем средствам связи;

г) Недвижимому и движимому имуществу школы и личному имуществу ее сотрудников и посетителей при их нахождении в школе;

д) Техническим системам и средствам обеспечения безопасности школы;



2. Своевременно проинформировать заинтересованных лиц и заинтересованные организации об этих угрозах (директора школы, пожарную часть, дежурных РУВД, МЧС, прокуратуры и ФСБ участкового милиционера, скорую помощь, руководителей частного охранного предприятия, охраняющего школу).

3. Предупредить разрастание угрозы, сдержать ее распространение, продвижение к школе, персоналу, учащимся, к наиболее важным ее объектам.

4. Самостоятельно или во взаимодействии с представителями правоохранительных органов, частных охранно-сыскных структур, пожарными и МЧС принять необходимые меры по ликвидации или нейтрализации возникших угроз.

5. Документировать процессы, относящиеся к важным событиям жизни школы в аспектах безопасности, в ходе своего повседневного функционирования, а также в случаях реализации угроз и мероприятий по противодействию этим угрозам.

*А вот некоторые рекомендации сотрудников Центра специального назначения ФСБ России, высказанные на встрече со школьниками и преподавательским составом школы "Ретро" Восточного административного округа г. Москвы 15.10.2004 года.*

*Что нужно сделать, если ты вдруг оказался в заложниках?*

*К сожалению никто из нас не защищен от ситуации, когда мы можем оказаться в заложниках у террористов. На данный момент подробных рекомендаций и требований к тому, как вести себя, если ты оказался в заложниках пока не разработано. Но общие рекомендации дать можно. В случае если вы оказались в заложниках необходимо обратить внимание на следующие моменты: Как показало развитие событий при захвате заложников в "Норд-Осте" и Беслане, только в этот момент есть реальная возможность скрыться с места происшествия. Наверное, это в основном относится ко взрослым людям, которые могут трезво оценивать обстановку вокруг себя. Если рядом нет террориста и нет возможности поражения, нельзя просто стоять на месте. Если есть такая возможность, необходимо убежать с места предполагаемого захвата. Нужно настроиться на то, что моментально вас никто не освободит. Нужно психологически настроить себя на длительное пребывание рядом с террористами. При этом необходимо твердо знать, что в конечном итоге вы обязательно будете освобождены.*

*Необходимо также помнить, что, находясь рядом с террористами, необходимо установить с ними общий психологический контакт. Не обязательно нужно с ними разговаривать. Но не в коем случае не нужно кричать, высказывать свое возмущение, громко плакать, потому что очень часто террористы находятся под воздействием наркотических средств и в целом очень возбуждены. Поэтому плач и крики действуют на них крайне негативно и вызывают в них лишнюю агрессию.*

*Необходимо настроить себя на то, что достаточно продолжительное время вы будете лишены пищи, воды и возможно движения. Поэтому нужно экономить силы. Если воздуха в помещении мало, необходимо меньше двигаться, чтобы экономнее расходовать кислород. Если вам запрещают передвигаться по зданию, необходимо делать нехитрые физические упражнения. Просто напрягать мышцы рук, ног, спины, то есть необходимо заставлять себя двигаться. Кроме этого необходимо заставлять работать свой головной мозг, чтобы не замкнуться в себе и не потерять психологический контроль. Вспоминайте содержание книг, решайте математические задачи, если кто-нибудь знает молитвы, может молиться.*

*Если вы поняли, что начался штурм, необходимо занять позицию подальше от окон и дверных проемов (при обстреле осколки стекла и строительных конструкций могут причинить дополнительные травмы). Также нужно держаться подальше от террористов, потому что при штурме по ним будут работать наши снайперы. Не нужно никакой личной бравады. Большинство людей не обладают специальной подготовкой, поэтому не нужно хватать оружие, чтобы вас не перепутали с террористами.*

*Если вы услышали хлопки разрывающихся светошумовых гранат, когда яркий свет бьет в глаза, звук ударяет по ушам или вы почувствовали резкий запах дыма, необходимо просто упасть на пол, закрыть глаза, ни в коем случае их не тереть, закрыть голову руками и ждать пока сотрудники специальных подразделений не выведут вас из здания.*

*Если вы оказались в заложниках, старайтесь фиксировать все события, которые сопровождают захват. Запомните о чем переговариваются террористы между собой, как выглядят, кто у них лидер, какие их планы, какое у них распределение ролей. Данная информация в дальнейшем будет очень важна для нас. Часто террористы пытаются скрыться, поэтому они переодеваются в одежду заложников, пытаясь сохранить свои жизни.*

## **Глава III. Обеспечение личной безопасности**

### **Если вам угрожают**

#### ***Поступление угрозы по телефону***

В настоящее время телефон является основным каналом поступления сообщений, содержащих информацию о заложенных взрывных устройствах, о захвате людей в заложники, вымогательстве и шантаже.

Как правило, фактор внезапности, возникающее паническое, а порой и шоковое состояние, да и сама полученная информация приводят к тому, что человек оказывается не в состоянии правильно отреагировать на звонок, оценить реальность угрозы и получить максимум сведений из разговора.

Звонки с угрозами могут поступить лично вам и содержать, например, требования выплатить значительную сумму денег.

Если на ваш телефон уже ранее поступали подобные звонки или у вас есть основания считать, что они могут поступить, в обязательном порядке установите на телефон автоматический определитель номера (АОН) и звукозаписывающее устройство.

При наличии АОНа сразу запишите определившийся номер телефона в тетрадь, что позволит избежать его случайной утраты.

При наличии звукозаписывающей аппаратуры сразу же извлеките кассету (мини-диск) с записью разговора и примите меры к ее сохранности. Обязательно установите на ее место другую кассету.

Помните, что без номера звонившего и фонограммы разговора у правоохранительных органов крайне мало материала для работы и отсутствует доказательная база для использования в суде.

При отсутствии звукозаписывающей аппаратуры и АОНа значительную помощь правоохранительным органам для предотвращения совершения преступлений и розыска преступников окажут следующие ваши действия:

- постарайтесь дословно запомнить разговор и зафиксировать его на бумаге;
- по ходу разговора отметьте пол и возраст звонившего, особенности его (ее) речи: голос (громкий или тихий, низкий или высокий), темп речи (быстрый или медленный), произношение (отчетливое, искаженное, с заиканием, шепелявое, с акцентом или диалектом), манера речи (развязная, с издевкой, с нецензурными выражениями);
- обязательно отметьте звуковой фон (шум автомашин или поездов, звук теле- или радиоаппаратуры, голоса, другое);
- отметьте характер звонка — городской или междугородный;
- обязательно зафиксируйте точное время начала разговора и его продолжительность.

Необходимо, если это возможно, в ходе разговора получить ответы на следующие вопросы:

- куда, кому, по какому телефону звонит этот человек?
- какие конкретные требования он (она) выдвигает?
- выдвигает требования он (она) лично, выступает в роли посредника или представляет какую-то группу лиц?
- на каких условиях он (она) или они согласны отказаться от задуманного?
- как и когда с ним (с ней) можно связаться?
- кому вы можете или должны сообщить об этом звонке?

Постарайтесь добиться от звонящего максимально возможного промежутка времени для принятия вами решений по «удовлетворению его требований» или совершения каких-либо иных действий.

*Не бойтесь запугиваний преступников*, по окончании разговора немедленно сообщите о нем в правоохранительные органы. Если есть опасения, что ваш телефон прослушивают преступники — перезвоните с другого номера. Практика показывает, что сокрытие факта подобных угроз значительно осложняет положение и способствует безнаказанному совершению преступления.

Кроме угроз, выдвигаемых по телефону лично вам, преступники могут использовать ваш номер телефона для сообщения информации, которую вы должны будете передать в правоохранительные органы. Например, на ваш телефон поступает звонок, в котором неизвестный сообщает, что ваш дом заминирован. При ведении разговора такого рода старайтесь следовать изложенным выше рекомендациям и получить максимально возможную информацию. По его окончании немедленно сообщите эту информацию в правоохранительные органы.

### **Угроза в письме**

Угрозы в письменной форме могут поступить к вам как по почте, так и в различного рода анонимных материалах (записках, надписях, информации на дискете и т.д.). После получения такого документа обращайтесь с ним максимально осторожно. Постарайтесь не оставлять на нем отпечатков своих пальцев.

*Не мните документ, не делайте на нем пометок.* По возможности уберите его в чистый плотно закрываемый полиэтиленовый пакет и поместите в отдельную жесткую папку.

Если документ поступил в конверте — его вскрытие производите только с левой или правой стороны, аккуратно отрезая кромки ножницами.

*Сохраняйте все:* сам документ с текстом, любые вложения, конверт и упаковку, — ничего не выбрасывайте.

Не расширяйте круг лиц, знакомых с содержанием документа.

Все это поможет правоохранительным органам при проведении последующих криминалистических исследований.

Прием от граждан анонимных материалов, содержащих различного рода угрозы и требования, оформляется их письменным заявлением или протоколом принятия устного заявления о получении или обнаружении таких материалов.

### **Оценка степени угрозы и агрессора**

Чтобы принять обоснованное решение насчет своих действий в экстремальной ситуации, необходимо также объективно оценить нападающего, его физическое, психическое и эмоциональное состояние. Если есть угроза нападения, или оно уже совершается, то в первую очередь необходимо оценить физические данные противника: рост, вес, телосложение, признаки того, что он проходил какую-то специальную подготовку.

Прежде всего, обратите внимание на то, как он стоит. Боксер, как правило, принимает открытую стойку, сжимает кулаки, нередко кулаком одной руки постукивает в от-



крытую ладонь другой (это поможет определить, левша он, или правша). Нередко у боксеров бывает характерная форма носа - результат неоднократных травм переносицы.

Борец стоит, несколько опустив плечи, с руками, свисающими вдоль туловища, иногда полусогнутыми. Пальцы рук при этом как бы готовы что-то схватить, ноги на ширине плеч или чуть шире. Движения у борца более плавные, чем у боксера. Каратист может непроизвольно принять одну из обычных для этого вида единоборства стоек, пальцы при этом не всегда сжаты в кулаки, а если сжаты, то гораздо плотнее, чем у боксеров.

Люди, имеющие специальную подготовку, как правило, заметно физически развиты, хорошо двигаются, все время смотрят на партнера, фиксируя малейшие изменения в его поведении.

Психическое состояние лиц, от которых исходит угроза нападения, можно разделить на три большие группы:

- психически нормальные люди без видимых отклонений в поведении;
- психически нормальные люди, но находящиеся в состоянии алкогольного или наркотического опьянения;
- люди с патологическими отклонениями в психике.

Важно понять, какова степень агрессивности нападающего, направлена ли она против вас лично или это агрессивность "общего" характера, т.е. направлена на вас как на объект, над которым ему поручено произвести насилие. Попробуйте оценить, вероятно ли физическое нападение, или вас пробуют "взять на испуг".

Большое значение имеет эмоциональное состояние противника - от этого зависит быстрота его действий, степень агрессивности, возможность вести с ним диалог и избежать нежелательных для вас последствий.

Иногда можно столкнуться с ситуацией, когда человек, угрожающий или нападающий на вас, сам испытывает страх. В таком случае, вероятнее всего, такого рода ситуация еще не стала для угрожающего привычной, и он сам точно не знает, чем для него может закончиться конфликт.

Страх, как правило, проявляется скованностью в движениях, наблюдается дрожание рук, ног, нижней челюсти. Глаза раскрыты широко, нередко расширены зрачки. Взгляд бегающий - не фиксируется на одном объекте. Происходит активное потение. Громкость голоса снижается, тембр, повышается. Могут происходить резкие изменения в темпе речи: паузы между слогами, словами, фразами. Часто эти "пустоты" заполняются междометьями, или ненормативной лексикой.

Состояние гнева может служить своеобразным индикатором агрессивности. Поза принимает угрожающий характер, человек будто готовится к броску. Мышцы напряжены. Выражение лица нахмуренное, глаза могут длительное время фиксироваться на источнике гнева. Резко повышается громкость голоса. Речь "сквозь зубы" часто перемежается матом. В сильном гневе даже люди нерусской национальности используют русскую нецензурную лексику. В гневе человек ощущает прилив силы, становится гораздо более энергичным и импульсивным в своем поведении. Особенность этого состояния в том, что человек испытывает потребность в физическом действии. Самоконтроль при этом снижен.

Презрение, в отличие от гнева, редко вызывает импульсивное поведение, но именно поэтому оно может быть более опасно. Голова поднята вверх, и даже если нападающий ниже вас ростом, создается впечатление, что он смотрит на вас сверху вниз. В позе, мимике, речи наблюдается превосходство. Особая опасность этого состояния в том, что, находясь в нем, человек может совершить любое действие против вас спокойно и хладнокровно. Как правило, действия таких людей расчетливы, но если что-то из задуманного не получается, то может появиться еще и эмоция гнева. Соединение этих двух эмоций воедино несет еще большую опасность.

Агрессивные действия могут также быть вызваны отвращением. Человек в этом состоянии выглядит так, будто ему в рот попало что-то отвратительное на вкус или он почувствовал крайне неприятный для него запах. Нос наморщивается, верхняя губа задирается наверх. Так же как и при презрении, возникает поза "отстраненности", но без выражения превосходства.

Алкоголь и наркотики приводят психику нападающего или угрожающего в состояние повышенного возбуждения, резко снижают уровень самоконтроля. Поэтому в экстремальных ситуациях важно определить, "принял" ли что-либо нападающий и, следовательно, чего можно от него ожидать.

Наиболее опасны легкая и средняя стадии алкогольного опьянения, вызывающие повышение агрессивности. Некоторые принимают алкоголь "для храбрости", преодолевая чувство страха, признаки которого вы, тем не менее сможете заметить. При алкогольном опьянении снижается критичность восприятия происходящего, человек с трудом воспринимает или вообще не воспринимает какую бы то ни было аргументацию. Движения активизируются и довольно быстро могут перейти в агрессивные. Как правило, физическому нападению сначала предшествует словесная агрессия, когда угрожающий вам человек начинает браниться, "заводя" сам себя, а затем переходит к прямому физическому нападению.

Человек, находящийся в состоянии наркотического опьянения, внешне выглядит практически нормально и тот, кто ни разу не видел людей в таком состоянии, может этого и не заметить. Наркотическое опьянение характеризуется, как правило, повышенной активностью в движениях. Легкая степень характерна следующими признаками: речь быстрая и чрезмерно живая, реакция на вопросы не совсем адекватная, иногда возникают приступы беспричинного смеха, в глазах - своеобразный "блеск".

У некоторых людей в этом состоянии уменьшается чувствительность к боли, практически отсутствует сознание ответственности за свои действия, чувство сопереживания. Наркотик действует на нападающего возбуждающе.

У хронического наркомана можно заметить следы уколов, мешки под глазами. Кстати, следует иметь в виду, что действие наркотика может быть достаточно кратковременным. Окончание его действия может вызвать у наркомана абстиненцию, следствием которой будет резкое ухудшение состояния: он может стать подавленным, злобным, еще более возбужденным и агрессивным. У него может возникнуть непреодолимое желание как можно скорее устранить препятствие на пути к получению очередной дозы. У некоторых наркоманов период "активизации" длится непродолжительное время, после которого может наступить резкая депрессия, когда они становятся неопасным и практически беспомощным. Но до наступления этого состояния они весьма и весьма опасны.

Лиц, страдающих психическим расстройством, условно можно разделить на четыре группы:

- больные шизофренией параноидального типа;
- больные, страдающие маниакально-депрессивным психозом;
- больные с "антисоциальным типом личности";
- больные с неадекватной личностью.

Если человек, угрожающий вам, относится к первой группе, то следует помнить, что эти люди практически утратили связь с реальностью, у них часто наблюдаются галлюцинации, а также мании либо величия, либо преследования. В первом случае человек считает себя наделенным особыми качествами, в силу которых он намного выше других. Во втором - что его преследуют за "особую миссию", "особый дар" и т.п.

Такой человек может считать вас "великим грешником", а свою миссию видит в том, чтобы избавить от вас мир. Обладая достаточно развитым интеллектом, такие люди хитры и вполне проницательны, и в определенных ситуациях могут быть весьма агрессивными.

Лица, страдающие манией преследования, обычно находятся в состоянии глубокой депрессии, теряют связь с реальным миром и часто считают себя недостойными

жить, но готовы и вас забрать с собой в мир иной. Их речь и движения чрезвычайно замедленны, для ответов на самые простые вопросы им необходимо 15 и более секунд. У них могут происходить спонтанные улучшения состояния, когда они могут вдруг совершенно успокоиться. Не радуйтесь раньше времени, поскольку, возможно, у такого человека просто созрело решение покончить с собой, а заодно и с вами.

Неадекватные или асоциальные лица - они не теряют связи с реальностью. Асоциальный тип - классический "манипулятор" или аферист. Один из наиболее важных симптомов данного расстройства - полное отсутствие у такого человека совести или чувства вины. Его способность относиться к тем, кому он угрожает, или на кого оказывает физическое воздействие, как к людям - весьма мала. Нередко он стремится к получению физических удовольствий, любит манипулировать другими людьми, умеет подать себя и на первых порах может сформировать о себе мнение как о приятном человеке. Этот тип весьма импульсивен и может добиваться немедленного удовлетворения своих требований.

Лица, которых можно отнести к "неадекватному" типу, не теряя связей с реальностью, мыслят незрело, хотя и могут осознавать последствия своих поступков. Они проявляют неадекватную реакцию на стресс, чувствуют себя неудачниками в жизни. Для них нередко нападение на случайного человека это возможность доказать кому-то что-то важное для них, а возможность физического столкновения может рассматриваться ими как одно из острых ощущений.

## Информация для родителей

### ***Ваши отношения с детьми***

Обеспечение безопасности семьи, а в особенности детей имеет очень важное значение. Именно через ежедневное общение со своим ребенком вы узнаете о проблемах и вопросах, которые волнуют его и, решая с ним его проблемы, помогаете ему научиться правильно вести себя в той или иной ситуации. Поэтому первое правило гласит: как можно чаще говорите с детьми, помогайте решать их, пусть даже пустяковые, по вашему мнению, проблемы.

Наблюдая за игрой ребенка, мы смотрим на себя со стороны. А значит, нам самим нужно быть предельно осторожными и внимательными, зная, что наше действие ребенок может воспроизвести с точностью до мельчайших деталей. Поэтому, сколько бы раз вы ни повторяли ребенку, что прежде чем открыть дверь, нужно узнать, кто за ней, он никогда не выполнит, если вы сами не будете четко это выполнять. Правило второе: если хотите научить ребенка правилам безопасности, прежде всего сами выполняйте их.

Самым лучшим способом обучения детей является собственный пример. Если вы всегда внимательны к своей собственной безопасности, то и ребенок будет повторять эти же действия. Любой мошенник или вор внимательно наблюдает за людьми и безошибочно выбирает себе жертву, и если вы приучили ребенка к внимательности, то шанс быть ограбленным снизится почти вдвое.

### ***Ребенок один в квартире***

С какого возраста можно оставлять ребенка одного? Это зависит от многих обстоятельств: возраст вашего ребенка, его самостоятельность, и насколько вы ему доверяете. Необходимо постепенно приучать ребенка оставаться одного.

Основными правилами, если ребенок остается один дома, должны быть:

- на видном месте напишите телефоны, по которым он может быстро связаться (ваша работа, мобильный, милиция, скорая помощь, пожарная охрана, соседи);
- постоянно повторяйте правила поведения, устраивайте маленькие экзамены, разбирайте ошибки;

- сами неукоснительно выполняйте правила по безопасности, будьте примером;
- выучите с ребенком, как его зовут, и как зовут его родителей, а также домашний адрес и телефон;
- уберите все предметы, которыми он может пораниться;
- проверьте, не оставили ли вы включенной воду или газ, выключили ли электронагревательные приборы;
- закройте окна и тщательно закройте входную дверь;
- уходя в вечернее время, не забудьте включить свет в комнатах, это отпугнет злоумышленников, и вашему ребенку не будет страшно одному;
- при расположении квартиры на первом этаже, зашторьте окна, а если кто-то стучится в окно, ваш ребенок, не подходя к нему, должен громко кричать: «Папа! Иди сюда»;
- при возвращении домой предупредите ребенка об этом по телефону или домофону. Позвонив в дверь, ребенок должен ее открывать только после того, как вы полностью назовете себя.

Не оставляйте на видных местах таблетки и другие лекарства. Уходя из дома, убирайте все колющие, режущие предметы и спички. Хранение оружия и боеприпасов в квартирах, домах должно быть на законном основании с соответствующим разрешением. Хранить его нужно в недоступном для детей месте, в сейфе, где хранятся ключи и код от сейфа должны знать только взрослые.

Научите ребенка правильно обращаться с телевизором, утюгом. Объясните, что лазить в розетки запрещено, а тем более засовывать в них посторонние предметы.

Постарайтесь доходчиво объяснить ребенку, что пока он находится у себя дома за закрытой дверью, он в относительной безопасности, но стоит лишь открыть дверь, как грань между ним и преступником стирается, он тут же становится легкой добычей, хотя бы потому, что не готов к нападению извне, следовательно, не может сориентироваться в сложившейся ситуации. Приведем лишь небольшой перечень ошибок, которые чаще всего допускают наши дети:

- они, не задумываясь над последствиями, открывают дверь, и даже если кто-то стоит на лестничной площадке, спокойно идут навстречу к незнакомцу;
- покидая квартиру, часто оставляют ее открытой, мол я быстро вернусь;
- беззаботно выбрасываю мусор или забирают почту, когда у них за спиной кто-то появился;
- садятся в лифт с незнакомыми людьми.

Дорогие родители, помните, что ваш ребенок не всегда может правильно оценить ситуацию, поэтому лучше, если он будет выполнять поручения под бдительным контролем с вашей стороны:

- прежде чем открыть дверь, посмотри в глазок, нет ли за дверью посторонних;
- если тебе не видно, но ты слышишь голоса, подожди, пока люди не уйдут с площадки;
- открыв дверь и выйдя из квартиры, не забудь закрыть за собой дверь на ключ, и тогда ты можешь быть уверен, что тебя при возвращении не будет ждать дома преступник;
- если ты вышел из квартиры и увидел подозрительных людей, вернись немедленно обратно;
- если незнакомец оказался у тебя за спиной, повернись к нему лицом. В случае попытки напасть на тебя будь готов обороняться. Для этого ты можешь использовать портфель, сумку, мусорное ведро, ключи, брелок и т.п. Нанеси нападающему неожиданный удар и затем убегай, крича: «Пожар» или «Горим»;

- не просматривай почту около ящика, поднимись домой и посмотри там;
- если незнакомец предлагает тебе подняться на лифте, откажись, сославшись, что ты еще задержишься или живешь на втором этаже и пойдешь пешком по лестнице;
- если незнакомец пытается зажать тебе рот, постарайся укусить его за руку, если же ты оказался с ним лицом к лицу кусай за нос.

### **Общение по телефону**

В настоящее время мало кто представляет общение без телефона. Нередко телефон из средства защиты превращается в «отмычку» преступников. Поэтому напомним вам основные правила пользования телефоном ребенком:

- поднимая трубку, не называй своего имени или имени звонящего, ты можешь ошибиться;
- никогда и никому не говори, что ты дома один;
- если просят назвать адрес, не называй, попроси перезвонить позже;
- договариваясь о встрече с друзьями, назначай ее на время, когда в квартире будет еще кто-то, кроме тебя;
- если тебя пытаются втянуть в непристойный разговор, положи трубку и сообщи обязательно родителям;
- приобретите телефон с автоматическим определителем номера для фиксации и проведения сотрудниками ЧОП « Вымпел - А» необходимой проверки абонентов подозрительных номеров.

### **Общение с посторонними**

Преступники очень часто используют доверчивость детей. Но отчасти в этом виноваты и мы. Ребенок, наблюдая за нами видит, как легко и просто мы разговариваем в общественном транспорте и общественных местах с незнакомыми людьми и повторяет наши действия. Как же научить ребенка осторожности. Прежде всего ему необходимо объяснить, что все люди, не являющиеся его родными, будут для него посторонними, даже если он этих людей часто видит у себя в доме.

- оставляя ребенку ключи от квартиры, не вешайте их ему на шею и не закрепляйте на поясе, оставьте их у соседей или родственников, живущих поблизости, или кладите во внутренний карман;
- приучите ребенка не доверять ключи от квартиры посторонним, которые представились вашими знакомыми. Ваш ребенок не должен приводить к себе домой незнакомых людей, даже если они сослались на вас. В крайней необходимости только с разрешения родителей;
- ваш ребенок никогда не должен уходить из учебного заведения (детского сада) с людьми, которых он не знает, даже если они сослались на вас;
- если Вы не сможете придти за ним в школу (детский сад), предупредите, кто его заберет, и покажите этого человека в лицо (или он должен знать человека в лицо);
- не забудьте предупредить воспитателя о том, кто придет за ребенком;
- попросите воспитателя связаться с вами, если за ребенком пришли посторонние люди, о которых вы его не предупреждали. После этого обязательно обратитесь в милицию;
- если вашего ребенка пытаются увести насильно, он должен привлечь к себе внимание людей, крича: «Это не мои родители! Я их не знаю!»;
- если ребенка доставили в милицию, он должен сообщить свой адрес, телефон родителей и свое имя.

## **Няня для ребенка**

Если вы решили воспользоваться услугами фирмы, готовой предоставить вашему ребенку няню, не ограничивайтесь поверхностным знакомством с фирмой по ее рекламным буклетам, рассказам сотрудников, или клиентов, которых как бы случайно назвали ее сотрудниками. Поговорите с другими родителями. Обратитесь за помощью по сбору необходимой для вас информации в ЧОП «Вымпел - А».

Нельзя брать за мерило качества и надежности цены предлагаемых услуг, они могут быть либо специально занижены или, наоборот, завышены.

При выборе частной няни руководствуйтесь рекомендациями людей, которым вы доверяете, лучше, если это будет не одна рекомендация, старайтесь выбирать няню не по возрасту, а по опыту работы с детьми. Остановив свой выбор на определенном человеке, постарайтесь навести о нем справки, кем он работал, чем занимался и какие были отзывы его сослуживцев (неофициальные). Вы можете попросить принести справки о состоянии здоровья, в том числе из кожно-венерического диспансера и психоневрологического диспансера. Если вы решили оставлять ребенка дома у няни, узнайте как можно больше о членах семьи и людях, которые бывают в их доме, при малейшем сомнении попросите няню приходить к вам в дом.

Приходящую няню необходимо ознакомить с требованиями безопасности, применяемыми вами, действием замков входных дверей и их особенностями, с правилами пользования различными приборами.

Попросите няню не приглашать к вам в дом посторонних людей, даже если они представляются вашими знакомыми. По приходу домой, поинтересуйтесь у няни, как прошел день, и были ли какие-либо сложности с ребенком. После ухода няни задайте тот же вопрос ребенку: чем занимались, как прошел день, доволен ли он своей новой няней.

Если ребенок высказывает неудовольствие, постарайтесь разобраться, чем оно вызвано, это легче всего сделать через игру, когда роль няни отдана вашему ребенку.

Если вы вдруг разуверились в надежности няни, поспешите как можно быстрее дать ей расчет, даже если заплатили ей вперед: никакие деньги не смогут заменить вам безопасность вашего ребенка.

## **Звонок в дверь**

Каждый из нас сталкивается с ситуацией, когда звонят в дверь, вы подходите и в дверной глазок видите незнакомых людей. Как поступить: тихо отойти или спросить, кто стоит за дверью, начать звать несуществующих членов семьи или затаиться?

Лучше всего в данной ситуации отойти от двери в сторону, вдруг преступники вооружены, и дверь вряд ли сможет защитить от пули, и громко спросить: «Кто?». Но если ребенок остался один дома, он ни в коем случае не должен открывать дверь и попросить людей придти позже. Сразу же после этого необходимо связаться с дежурным ЧОП «Вымпел - А» для получения необходимых консультаций и помощи, а также позвонить в милицию и соседям.

В случае если вы все же открыли дверь и преступники вошли в квартиру, теперь необходимо либо оказать решительное сопротивление, используя средства самообороны (если вы уверены в своих силах), либо подчиниться их требованиям. Старайтесь вести себя как можно спокойнее, не устраивайте истерик, четко выполняйте все указания непрошенных гостей. Лучше всего соберитесь всей семьей в одной комнате, детей возьмите на руки и успокойте их, не делайте резких движений, помните, что нападающие всегда боятся, а значит, нервы у них на пределе, и любое неосторожное движение может стоить жизни вам или ребенку. Несмотря ни на что не угрожайте нападающим, вы можете спровоцировать их на ненужные жертвы, поэтому сидите молча и постарайтесь как можно четче запомнить лица преступников. При первой же возможности, незаметно постарайтесь позвонить в милицию, в ЧОП «Вымпел - А» для оказания вам помощи.

## **Лифт**

Зачастую лифт воспринимается детьми как аттракцион, на котором можно покататься, и уж очень часто они забывают о мерах безопасности в нем, катаясь на крыше или открывая двери движущегося лифта. Как же быть, если вы не можете сами встретить или проводить ребенка?

Первым правилом должно быть: может ли ребенок самостоятельно подняться или спуститься на лифте, т.е. достает ли он до кнопки нужного этажа, и знает ли он правила безопасности в лифте, сможет ли он вызвать диспетчера, если лифт застрянет, или он почувствует запах паленой резины.

Если ребенок еще недостаточно самостоятелен, чтобы ездить одному в лифте, проведите его сами или просите пользоваться лестницей.

Ни в коем случае не разрешайте ребенку ездить в лифте с посторонними, даже если это ваши соседи.

Если, ожидая лифт, ребенок заметил приближение постороннего, он должен повернуться к нему лицом и приготовиться к отражению нападения.

Кабина лифта подошла, но у лифта стоят незнакомые люди: ребенок должен отказать от поездки под предлогом, что он что-то забыл взять дома или оставил на улице.

Ребенок ехал в лифте, когда в него вошел посторонний: ребенок должен выйти из кабины.

Если ребенок решил продолжать подниматься на лифте вместе с незнакомым, он должен стать лицом к вошедшему, заняв место рядом с дверью.

Если незнакомец начинает приставать, снимать одежду, не угрожай ему рассказать все родителям или милиции, не плачь, будь спокойным, постарайся вовлечь насильника в разговор.

Если насильник прижимает тебя к себе, не отталкивай его, обними и укуси за нос или губу, постарайся откусить их. Если незнакомец снял с себя штаны или расстегнул ширинку, резко ударь его в пах, нажимай на кнопку ближнего этажа и беги.

Если представилась возможность бежать, не собирай одежду или сумку, убегай в чем есть. Если с собой оказалась аэрозоль, направь струю в лицо насильнику.

## **Опасность со стороны родителей**

Мы много говорим об опасности, которая исходит от посторонних, но почти не говорим об опасности со стороны родителей. Мы иногда не задумываясь ставим под угрозу жизнь наших детей. Это и необдуманные долги, с которыми вы вряд ли сможете справиться, и разводы, и новые браки, и простое несоблюдение правил дорожного движения. С самого рождения родители должны воспитывать у ребенка доверительное отношение друг к другу. Учите его не бояться родителей и говорить им правду обо всех случаях в их жизни – это поможет в дальнейшем избежать многих проблем.

Если у вас имеются дома крупные сбережения денег, то желательно, чтобы о них не знали дети, так как в играх на улице или в квартире с друзьями (знакомыми) могут похвастаться об этом, что может привести к их краже.

Воспитывайте у детей честность, бережливость, умение жить по средствам. Когда дети просят у вас деньги, то пусть объяснят для чего они нужны. Если вы считаете просьбу не обоснованной, то постарайтесь доходчиво объяснить причину отказа. Обида со стороны ребенка может привести к тому, что он самостоятельно возьмет деньги, скрыв об этом, и это приведет к недоверию родителей и детей.

Если вы оказались в затруднительном финансовом положении, вам угрожают, скрываясь, не берите ребенка с собой, оставьте его в детском доме под другой фамилией или спрячьте его у надежных людей, так как он является вашим уязвимым местом.

## **Ребенок и улица**

Оставляя ребенка на улице, договоритесь с кем-то из соседей, гуляющих с детьми, присмотреть за ним. Выбирая место для игр, используйте места, удаленные от шоссе, или специально оборудованные площадки. Расскажите ребенку, как правильно приближаться к качелям или другим движущимся аттракционам.

Переходя дорогу, обязательно пользуйтесь переходами и соблюдайте правила безопасности на дороге. Если вы идете гулять с коляской, переходя через дорогу, будьте особенно внимательны, не перебегайте перед движущимся транспортом, ожидая сигнала светофора, не оставляйте коляску на проезжей части.

Не перевозите ребенка через дорогу на санках, возьмите его на руки или держите за руку. Не разрешайте ребенку прятаться за стоящей машиной или доставать из-под нее закатившийся мяч, пусть он обратится к вам за помощью.

Держать ребенка все время дома почти нереально, да и нельзя, ведь ему нужен свежий воздух, а самое главное, общение с друзьями – сверстниками. Поэтому вы встаете перед проблемой «ребенок и улица». Желанная свобода на улице порой играет злые шутки с нашими детьми. А это значит, что выходя на улицу, они должны быть еще более внимательны и осторожны.

Собирая ребенка гулять, не надевайте на него дорогих украшений, которые могут стать причиной нападения на него. Не вешайте ключи от квартиры ему на шею и не закрепляйте их на поясе брюк, сделайте для этой цели специальный кармашек.

Если вы отпустили ребенка гулять одного, присматривайте за ним из окна или договоритесь или договоритесь о совместном дежурстве с другими родителями во время прогулки ваших детей.

Заметив, что к ребенку подошел незнакомый человек, позовите ребенка домой и тут же спуститесь к нему сами. Выясните чего хочет незнакомец и сообщите об этом своему участковому инспектору милиции.

Гуляя с ребенком, старайтесь не делать ему немотивированных замечаний, которые могут вызвать протест ребенка и желание досадить вам. Выходя из квартиры, ваш ребенок должен посмотреть в глазок и, если на площадке неизвестные лица, дождаться их ухода или попросить вас проводить его на улицу. Запирайте дверь на все замки, не удовлетворяйтесь захлопнутой дверью. Уберите ключи в потайной кармашек.

Уходя из дома в отсутствие родителей, ребенок должен оставить записку, куда и с кем идет и когда будет дома, по возможности оставить телефон либо иной способ связи с ним. Если в обозначенное время придти домой нет возможности необходимо обязательно позвонить родителям и предупредить о задержке.

Ребенок не должен выбегать из подъезда, а открыв дверь необходимо осмотреться, нет ли поблизости транспорта, под колесами которого он может оказаться. Заметив друга на другой стороне улицы, не надо спешить ему на встречу, а необходимо помнить, что впереди проезжая часть.

Отпуская ребенка гулять, предупредите его о наиболее опасных местах во дворе (подвалы, чердаки, стоящие машины). Играя в прятки, не стоит прятаться за стоящей машиной, она может неожиданно поехать, не стоит заходить в подвал, там может поджидать свою жертву насильник, или собралась пьяная компания, или просто подвал могут закрыть.

Если ребенок неожиданно исчез со двора, предварительно постарайтесь узнать у тех с кем он вместе был, куда и с кем он пошел. Поговорите с соседями и знакомыми, возможно его видели в другом месте. Обратитесь за помощью в ЧОП «Вымпел - А». Сообщите о случившемся в дежурную часть отдела милиции по месту жительства и участковому инспектору.

Если ребенок любит кататься на велосипеде или роликовых коньках расскажите, где это можно делать и обязательно напомните основные правила безопасности. На первых таких прогулках необходимо присутствие родителей или старших до тех пор, пока ребенок не будет уверенно себя чувствовать.

Особое внимание требует общение ребенка с домашними животными. Злобные собаки должны быть ограждены от ребенка (находиться в вольере, другой комнате, в наморднике). На вид не злобные собаки могут так же причинить вред ребенку, если ребенок появился в семье позже, чем собака. Не разрешайте ребенку играть с чужими жи-



вотными, собаки часто реагируют агрессивно на чужих людей. Ребенок, играющий с животными, должен быть под постоянным вашим присмотром.

### **Места большого скопления людей**

Бывают случаи, когда мы принимаем решение пойти на массовое гуляние или перед праздничным днем сходить с ребенком в магазин или на рынок и вместе с ним выбрать подарок. Но как же сделать, чтобы праздник не омрачился поисками друг друга в толпе народа, переживаниями родителей и наказанием ребенка? Для этого необходимо подготовиться к нестандартной ситуации, ее нужно предвидеть. Вот некоторые рекомендации:

- собираетесь ли вы на праздник или просто отпускаете своего ребенка гулять, пришейте к его одежде метки, выполненные на хлопчатобумажной однотонной ткани печатной машинкой или вышитые ниткой с именем, фамилией, телефоном для связи и медикаментозными противопоказаниями;
- собираясь в места большого скопления народа, оденьте ребенка в яркую одежду, которую вам будет легче всего заметить. Выходя в места массового скопления народа, не забудьте взять с собой фотографии ребенка, наиболее полно отражающие его внешность;
- входя на площадь, рынок или в магазин, покажите ребенку, где вы с ним встретитесь, если потеряете друг друга. Не назначайте встречу у фонарных столбов или под часами, их может оказаться несколько. Помните, что не только вы держите ребенка за руку, но и он держит вас. Не разрешайте ребенку держать вас за полу, рукав или ручку сумки, ему так легче всего потерять вас. Подходя к прилавку или пробираясь к нужному для вас месту, старайтесь держать ребенка впереди себя;
- вы потеряли ребенка: оглянитесь по сторонам, громко окликните его по имени и фамилии, и если вы его не заметили, продвигайтесь к месту встречи, попутно показывая фотографии ребенка окружающим вас людям. Ребенок не должен реагировать ни на какие предложения пойти поискать родителей, он может попросить незнакомых, пристойного вида людей проводить его к месту встречи с родителями. Он также должен в любой ситуации не принимать от незнакомых людей угощения и игрушки;
- если вы заметили ребенка, не зовите его, постарайтесь не терять его из виду и начните продвигаться к нему. После того как вы нашли друг друга, не обрушивайтесь на ребенка, ругая его за неправильное поведение, лучше разберите с ним ошибки, которые были допущены. Проанализируйте, правильно или нет было выбрано место для встречи, и почему ребенок сразу не смог его найти.

*Ваш ребенок должен помнить, что его безопасность прежде всего зависит от него самого, как он ответит незнакомцу на его заманчивое предложение или как он поступит в той или иной ситуации, когда от правильного ответа или решения зависит его жизнь. А научить его эта наша с вами задача.*

### *Дополнительные рекомендации для родителей.*

- создайте собственный информационный банк данных на своего ребенка. Случаи похищений детей далеко не редкость в наше время, да и ребенок может просто заблудиться. Поэтому почаще фотографируйте своих детей особенно крупным планом и во весь рост. При возможности, постарайтесь заснять его на видеокассету, поскольку для розыска могут пригодиться любые характеристики (речевые, двигательные и пр.). Криминалисты рекомендуют также иметь дома т.н. "спасательную детскую банку" (стерильную посуду с законсервированным лоскутом старой детской рубашки - для консервации запаха, пряди детских волос в бумажном конверте и даже отпечатки пальцев). В трагических случаях подобная информация может оказать существенную помощь розыскным службам;

- не выпускайте детей на улице с дорогими вещами и ценностями (кассетные плееры, золотые украшения, броская и дорогая одежда могут оказаться чересчур притягательным объектом криминального посягательства).

- распространенная в некоторых школьных учреждениях и дворовых компаниях "трясучка" (требование под угрозой насилия карманных денег старшими подростками у малолеток, младших школьников) на языке уголовного права называется вымогательством. Именно безнаказанность таких правонарушителей впоследствии приводит к достаточно печальным результатам. Поэтому, если вы обнаружили, что ваш ребенок боится выходить из дома или пропускает занятия в школе, постарайтесь в доверительной беседе выяснить у него, не связано ли такое поведение с угрозами в его адрес. Объясните ему, что негативных последствий можно избежать, если не держать тайн от родителей. При этом о каждом случае вымогательства обязательно сообщите милиции;

- научите детей правильно запирать дверь квартиры снаружи и изнутри, а также научите его правильно носить ключи и карманные деньги. Внушите им, что никто и никогда не может прийти в дом от вашего имени с просьбой приютить на ночлег, отдать какую-то вещь или сумку и пр. Ребенок никогда не должен открывать дверь незнакомым лицам;

- в нашей системе воспитания доминирует положение о том, что взрослый всегда прав. Поэтому дабы уберечь ребенка от столкновения с маньяками, насильниками и прочими правонарушителями обучите детей:

- *общение с незнакомыми людьми ограничить только дружескими приветствиями. На все предложения незнакомых отвечать: "Нет!" - и немедленно уходить от них;*

- *не поддаваться на уговоры незнакомцев, даже если они знают или зовут ребенка по имени. Отнюдь не всех старших надо слушаться. Только родители, родственники или близкие друзья семьи имеют право на послушание. Если ребенок увидел преследующего его незнакомца, то при отсутствии близких, пусть, не стесняясь, подходит к прохожим, внушающим доверие, и просит защиты и помощи. Научить его этому - ваша задача;*

- *ни в коем случае и никуда не ходить с незнакомыми, будь это "взрослые" дяди или дворовая компания;*

- *не входить с незнакомым человеком в лифт;*

- *не садиться в машину к незнакомым лицам;*

- *никогда не принимать подарки от незнакомцев без разрешения родителей. Вообще, в английских и американских школах подобные ситуации проигрываются педагогами и детьми. В результате дети в состоянии безопасно уйти от контакта с незнакомцем. Учитывая, что курс валеологии в начальных школах у нас читается без должных пособий и методически слабо обеспечен, проиграйте эти ситуации с детьми дома сами;*

- *так, английские специалисты предлагают родителям игры-загадки с набором очков и формами поощрения детей, если они правильно решат поставленные задачи. Например, что ты сделаешь, если на улице незнакомый человек предложит, что покажет красивого щенка, кошечку? Что ты сделаешь, если незнакомец предложит тебе покататься в красивой машине? Что ты сделаешь, если кто-то предложит тебе пойти на работу к маме вместе с ним, а мама тебе об этом ничего не говорила и не звонила? Что ты сделаешь, если кто-то назовет тебя по имени на улице и скажет, что папа попал в аварию и вам вместе надо поехать к нему? Думается, что проведение такой игры и в наших семьях может сыграть положительную роль;*

- *не играть на улице с наступлением темноты и не гулять далеко от дома;*

- *избегать безлюдных мест, оврагов, пустырей, заброшенных домов, сараев, чердаков, подвалов;*

- *не отправляться одному в дальние поездки;*

- *что бы ни случилось, сразу же рассказать обо всем родителям или взрослым, которым доверяет ребенок.*

Обучая ребенка правилам безопасного поведения, ни в коем случае не пытайтесь его запугать. Этим вы не только не научите ребенка правильно вести себя в критической ситуации, но наоборот можете способствовать негативному развитию конфликта. Ведь неточные фразы, пугающие ребенка, не научат его правильному поведению в случае возможной опасности. Да и чрезмерное запугивание ребенка контактами с правонарушителями может угнетающе воздействовать на его психику и негативно сказаться на его будущем развитии. В силу этого ваша задача - научить ребенка быть осторожным, но отнюдь не превратить его в паникера и труса. При общении с детьми специалисты рекомендуют:

<i>Что не надо говорить...</i>	<i>Вместо этого скажите...</i>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Не разговаривай с незнакомыми людьми.</li> <li>2. Кругом полно психов.</li> <li>3. Тебя могут украсть.</li> <li>4. Детям гулять в парках очень опасно.</li> <li>5. В наши дни никому нельзя доверять.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. С незнакомыми людьми надо вести себя следующим образом...</li> <li>2. Большинство людей заслуживают доверия, но...</li> <li>3. С тобой ничего не случится, если...</li> <li>4. Если кто-нибудь подойдет к тебе...</li> <li>5. Ты можешь обратиться за помощью...</li> </ol>

- обязательно проинструктируйте учителей начальных классов и воспитателей детских дошкольных учреждений, чтобы они не отпускали ребенка домой с малознакомыми людьми без вашей письменной просьбы;
- научите своих детей защищаться. Ради личной безопасности ребенок может нарушать все правила и запреты. Ни в коем случае он не должен задумываться о последствиях применения приемов самообороны. Объясните, что если ребенок нанесет нападающему телесные повреждения, его только похвалят за это. Укажите ребенку наиболее уязвимые точки (пах, гортань, глазные яблоки), доступные для парализации преступных намерений злоумышленника и по-возможности обучите его правильному нанесению ударов в такие точки. Объясните также, куда ребенку надо бежать в случае опасности, к кому и как обращаться за помощью;

*В случае если ваш ребенок или близкий человек похищен и вас шантажируют:*

- прежде всего, убедитесь, что заложник жив и невредим. Уговорите шантажиста в необходимости поговорить с ребенком (близким человеком) по телефону, при этом постарайтесь, чтобы вам предоставили возможность пообщаться живьем а не с магнитофонной записью. При разговоре с заложником успокойте его, постарайтесь убедить его, что сделаете все возможное, чтобы освободить его поскорее. Убедите заложника в необходимости соблюдать все требования террориста, чтобы не повредить себе. Не пытайтесь выяснить местонахождение похитителей - это дело рук профессиональных посредников и может дорого обойтись заложнику;
- после разговора с заложником, выслушайте шантажиста. Проанализируйте его характеристики, оцените, насколько высока угроза и каковы требования шантажистов. В любом случае попытайтесь попросить отсрочки (договоритесь о повторной встрече, повторном звонке);
- если вы решили обратиться за помощью, действуйте незамедлительно. Спецслужбам потребуется значительное время на разработку и осуществление операции. Строго и четко, без всякой самодеятельности и личной инициативы выполняйте

требования профессионалов (это может касаться всего: от тактики разговоров при телефонном звонке, до тактики обмена заложника);

- если вы решили действовать самостоятельно, обязательно требуйте гарантий, что заложник останется целым и невредимым (взаимообмен, денежные средства, информация, ценности передаются только после получения свидетельства о том, что заложник доставлен в надежное место, находящееся под вашим контролем). В противном случае вполне возможна ситуация, при которой шантажисты после получения требуемого уничтожат заложника как ненужного свидетеля;

- при передаче требуемых ценностей будьте готовы к любым неожиданным ситуациям со стороны шантажистов. Во всяком случае постарайтесь немедленно исчезнуть и не оставаться в компании злоумышленников.

### ***Действия при прямой угрозе семье***

Если вы оказались в затруднительном финансовом положении, или при условии иных неразрешимых проблем, если вам угрожают, и приходится скрываться, не берите ребенка с собой. Оставьте его в детском доме под другой фамилией или спрячьте у надежных людей, так как он является вашим уязвимым местом.

Каждый из нас сталкивается с ситуацией, когда в дверной глазок вы видите незнакомых людей. Взрослым тоже надо помнить, что дверь в таком случае открывать нельзя. В случае, если преступники все же вошли в дом, необходимо либо оказать решительное сопротивление, используя средства самообороны, либо подчиниться их требованиям. Старайтесь вести себя как можно спокойнее, не устраивайте истерик, четко выполняйте все указания непрошенных гостей. Лучше всего собраться всей семьей в одной комнате, а детей взять на руки и успокоить их. Не делайте резких движений, помните, что любое неосторожное движение может стоить жизни вам или ребенку. Несмотря ни на что, не угрожайте нападающим. Вы можете спровоцировать их, поэтому сидите молча. Постарайтесь запомнить лица преступников. При возможности, незаметно постарайтесь позвонить в милицию.

В случае, если ваш ребенок похищен, и вас шантажируют, прежде всего, убедитесь, что заложник жив и невредим. Добейтесь разговора с ним, и убедитесь, что говорите не с магнитофонной записью. Постарайтесь успокоить ребенка, пообещайте, что сделаете все, чтобы скорее его освободить. Внимательно выслушайте шантажиста, оцените степень угрозы, и каковы требования шантажистов. Попытайтесь попросить отсрочки и договоритесь о повторной встрече или повторном звонке. Сразу обращайтесь к спецслужбам. Строго и четко, без всякой самодеятельности и личной инициативы выполняйте требования профессионалов.

## **Безопасность детям**

### ***Что такое терроризм?***

Терроризм – это одно из самых страшных преступлений. Бандиты совершают его, чтобы добиться своих злых целей. Для этого они нагнетают страх в обществе и совершают насилие над людьми. Все террористы – преступники, и после того, как они попадают в руки стражам правопорядка, их судят и сажают в тюрьмы.

Скорее всего, вам не придется столкнуться с этим страшным злом – терроризмом, но, к сожалению, угроза терактов существует, и лучше всего быть к ней готовыми. На этом сайте мы расскажем вам о том, что делать, если теракт все же произошел.

Прежде чем читать дальше, вам следует спросить разрешения у родителей или посоветоваться с учителями. А еще лучше, если вы будете смотреть сайт всей семьей или всем классом, чтобы можно было задавать вопросы родителям или учителям.

### ***Это не игра!***

Вы никогда не должны бояться, и это - главное.

Но вы всегда должны быть настороже. Нужно быть внимательным к тому, что происходит вокруг, замечать, все ли нормально.

Надо знать, где находятся выходы из здания, в котором вы находитесь.

Нельзя принимать пакеты, сумки, коробки и **ДАЖЕ ПОДАРКИ!** от посторонних людей.

Ни в коем случае нельзя трогать никаких предметов, оставленных на улице, в транспорте, в магазинах и общественных местах, даже если это игрушки, мобильные телефоны.

Надо знать, где находится ближайший травмпункт и поликлиника, на случай, если вы или кто-то из ваших родных или знакомых получил ранение или травму.

Всегда относитесь серьезно к просьбам покинуть здание (эвакуироваться), даже если вам говорят, что это – учения. Такие просьбы надо выполнять обязательно!

Если объявили эвакуацию, помните, что надо держаться подальше от окон, стеклянных дверей.

После того, как вас вывели из опасного места, следует все же спрятаться в ближайшем убежище. В чрезвычайных ситуациях следуйте указаниям родителей и старших.

Если все же бедствие произошло, не мешайте работе спасателей, милиционеров, врачей, пожарных.

### ***Там где много людей, не всегда безопаснее***

Мишенью для террористов чаще всего являются правительственные здания, аэропорты, крупные магазины, электростанции, школы, транспортные средства, места проведения массовых мероприятий. Поэтому, посещая такие места, нужно быть внимательным и обращать внимание на все подозрительное.

Помните, что террористические акты бывают нескольких видов: это захват заложников, угоны транспортных средств, взрывы, использование химического, биологического, ядерного оружия, угроза применения насилия.

### ***Особые вещи***

В вашей семье должен всегда храниться специальный набор предметов первой необходимости. В нем должна быть аптечка (набор лекарств, бинтов), запас свежей воды и долго хранящихся продуктов, радио, фонарик, новые батарейки. Все это должно быть компактно упаковано, лучше всего, в сумку, которую будет удобно нести.

Здесь вы и ваши родители можете прочитать, какие предметы должны находиться в этом наборе.

В случае бедствия он поможет и вам и вашим родителям. Вы сможете мгновенно эвакуироваться, имея с собой все необходимое. Помните, что набор предметов первой необходимости вашей семье, скорее всего, не понадобится, но лучше всегда быть готовым.

Помимо этого набора предметов первой необходимости, который должны собирать взрослые, вы также можете собрать свой, детский набор. Его можно положить в старый портфель или сумку. Главное, чтобы его было легко нести.

Мы предлагаем поместить в ваш детский набор следующие вещи:

- пару любимых книжек;
- карандаши, ручки, бумагу;
- ножницы и клей;
- маленькую игрушку, головоломки;
- фотографии семьи и любимых домашних животных.

### ***Семейный план***

Вашей семье следует разработать план эвакуации и встречи в случае теракта, чрезвычайной ситуации или стихийного бедствия. Надо, чтобы каждый член семьи знал, что ему делать и где встречаться с остальными родственниками. Этот план надо запомнить, чтобы не потеряться, если вдруг что-то произойдет, когда вы будете далеко от дома, например, вы находитесь в школе или играете у товарища, ваши родители на работе, а сестренка или брат в детском саду.

Составлять план необходимо всей семьей. Для этого нужно сесть и обсудить, какие происшествия могут случиться, что нужно сделать, чтобы быть к ним готовым, что делать, если начнется эвакуация из вашего здания или из вашего района. Необходимо договориться всей семьей о том, где встречаться после эвакуации. Надо знать, куда звонить для того, чтобы проверить, где находятся ваши родственники. Например, стоит запомнить телефонный номер дяди, тети или бабушки, которые живут в другом конце города. Тогда, если что-то случится, вам следует позвонить им и сказать, где вы находитесь, чтобы родственники могли легко вас найти.

Также полезно поговорить с соседями о том, как действовать в случае бедствия или теракта. Узнайте, нет ли среди них врачей, спасателей, милиционеров – это всегда может пригодиться.

### ***Если вы попали в заложники***

В этом случае надо помнить следующее:

Обычно возможность скрыться с места захвата есть только в первые минуты теракта. Если рядом с вами нет террористов, если вас никто не видит, и вы можете скрыться, нельзя стоять на месте, следует как можно скорее убежать с места захвата. Не пользуйтесь электрошокерами, газовыми баллончиками, потому что террористы – злые люди, которым ребенок и даже не подготовленный взрослый не смогут оказать сопротивления.

Если скрыться нельзя, то верьте – вас обязательно спасут и освободят. Но делают это не сразу. Поэтому надо настроиться на то, что какое-то время, возможно несколько дней, вы будете находиться вместе с террористами. Ни в коем случае не нужно кричать, высказывать свое возмущение, громко плакать, потому что террористы очень часто агрессивны и злы. Плач и крики только еще больше раздражают и озлобляют террористов.

Также надо быть готовыми к тому, что в течение довольно длительного времени, вам могут не давать есть и пить. Поэтому надо экономить силы. Особенно это важно, если в помещении будет мало воздуха. Если же вам запретят ходить по помещению, то надо делать простые физические упражнения: напрягать мышцы ног и рук, шевелить пальцами. Не делайте резких движений – это озлобляет террористов.

Никогда не впадайте в панику. Думайте о чем-нибудь хорошем, вспоминайте книги, решайте в уме математические задачи, молитесь. Слушайте и запоминайте, о чем разговаривают террористы, как они выглядят, но делайте это как можно более незаметно. И помните, что с террористами ведут переговоры и вас освободят!

Если вы поняли, что начался штурм, надо держаться как можно дальше от окон и дверей. Старайтесь найти укрытие и быть на максимально возможном расстоянии от террористов. Ни в коем случае не хватайтесь за брошенное террористами оружие! Если вы ранены – старайтесь как можно меньше двигаться – это уменьшит кровопотерю. Если террорист угрожает вам оружием, надо выполнить все его требования, потому что ваша главная задача – спасти свою жизнь. Если раздаются хлопки светозумовых гранат (когда яркий свет бьет в глаза, звук ударяет по ушам или вы почувствовали резкий запах дыма), надо упасть на пол, закрыть глаза, не тереть их, закрыть голову руками и ждать, пока спасатели не выведут вас из здания.

После освобождения надо обязательно сказать спасателям свои имя, фамилию, адрес, где вы живете.

### ***Если взорвалась бомба***

При угрозе взрыва главное правило: никогда не трогайте подозрительные предметы или оставленные кем-то вещи. Если вы увидели оставленную кем-то сумку, портфель, игрушку, мобильный телефон или другой предмет – даже не приближайтесь к нему, а сообщите о находке взрослым.

При взрыве обязательно надо упасть на пол.

Если в здании или в помещении, где вы находитесь, произошел взрыв, главное – сохранять спокойствие. Будьте уверены, что сможете выбраться. После того, как взрыв произошел, надо как можно скорее покинуть это здание и помещение. Ни в коем случае не задерживайтесь для того, чтобы собрать свои книги, игрушки, другие вещи или для того, чтобы позвонить. Если вокруг вас падают вещи, мебель, обломки, срочно спрячьтесь под партой, пока не прекратится падение вещей, затем быстро бегите из помещения. Ни в коем случае не пользуйтесь лифтом!

В случае возникновения пожара после взрыва, необходимо пригнуться как можно ниже или даже ползти, при этом стараясь выбраться из здания как можно быстрее. Обмотайте лицо влажными тряпками или одеждой, чтобы дышать через них.

Если в здании пожар, а перед вами закрытая дверь, прежде чем открывать ее, следует потрогать ручку тыльной стороной ладони. Если ручка не горячая, медленно откройте дверь и проверьте, есть ли в соседнем помещении дым или огонь, и не мешает ли вам что-либо выбраться. В случае, если в соседней комнате нет серьезной задымленности или огня, выбирайтесь, низко пригибаясь к полу. Если дым и огонь не дают вам пройти, обязательно закройте дверь и ищите другой выход из здания. Если ручка двери или сама дверь горячая, никогда не открывайте ее. В крайнем случае, выбираясь из здания можно воспользоваться окнами. Если вы не можете выбраться из здания, необходимо подать сигнал спасателям, что вам нужна помощь. Для этого можно размахивать из окна каким-либо предметом или одеждой.

### ***Если вы оказались в завале***

Не старайтесь самостоятельно выбраться. Осмотритесь, есть ли вокруг вас свободное место, в которое вы могли бы проползти. Если под рукой есть обломки стола или парты, надо постараться укрепить то, что над вами находится. Отодвиньте от себя острые предметы.

Если у вас есть мобильный телефон – позвоните спасателям "112" (если у вас телефон МТС), 030 (если у вас телефон МЕГАФОН), если у вас телефон марки "Моторола" следует набирать 004. После этого надо ждать. Закройте нос и рот носовым платком и одеждой. Стучите по трубе или стене, чтобы спасатели могли услышать, где вы находитесь. Кричите только тогда, когда услышали голоса спасателей и думаете, что они могут вас услышать.

Помните, что когда вы кричите, вы можете наглотаться пыли и даже задохнуться. Дышите глубоко и ровно; осмотрите и осторожно ощупайте себя. Если у вас есть жидкость – пейте как можно больше. Ни в коем случае не разжигайте огонь. Старайтесь сохранять спокойствие, думайте о чем-то хорошем и верьте, что спасатели помогут вам.

### ***Как быть с домашними животными?***

В случае бедствия или теракта, опасности подвергаетесь не только вы, но и ваши домашние любимцы. Если вам нужно срочно эвакуироваться, лучше всего взять животное с собой - не стоит оставлять его одного. Но при этом помните, что животных нельзя брать с собой в убежище. Если вы не можете взять животное с собой, убедитесь, что оно находится в наиболее безопасной точке квартиры, например, в ванной. Оставьте ему достаточно еды и воды. Не привязывайте животное.

### ***Важные советы***

Бедствие или теракт может произойти в любой момент, без предупреждения. Вам и вашим родителям может быть страшно. Вероятно, вам придется покинуть дом, и вы не сможете какое-то время ходить в школу, спать в своей любимой постели.

Но, дети, есть шесть советов, которые необходимо помнить, что бы ни произошло!

- бедствие не будет длиться очень долго, скоро все будет нормально;
- если вы долго не можете вернуться домой, найдите себе какое-нибудь занятие. Думайте о том, что на новом месте вы найдете новых друзей, и скоро все будет хорошо;
  - если вам страшно, попросите родителей или других взрослых помочь. Они объяснят, что происходит, и обязательно помогут. Не бойтесь задавать такие вопросы, как "как долго мы будем находиться в убежище", "когда мы снова пойдём в школу";
  - если вы будете запоминать или записывать, что вы чувствуете, или рисовать картинки про то, что с вами происходит, это может вам помочь. На нашем сайте вы можете посмотреть, что пишут дети, попавшие в бедствие, и какие рисунки они рисуют;
  - знайте, что если вы плачете, ничего плохого в этом нет. Но помните, что все обязательно наладится!
  - ваша помощь тоже может понадобится. Дети любого возраста могут помочь в бедствии: например, если вы находитесь в убежище, можете сидеть с другими детьми, мыть полы или готовить еду.

## **Заключение**

Кровопролитные теракты на нашей земле унесли не одну тысячу жизней. Страшные по своим последствиям Норд-Ост и Беслан потрясли весь мир. Это не забудется никогда. Мы все должны по-другому посмотреть на проблему терроризма. Терроризм жесток. Сегодня самые эффективные методы террора - насилие не в отношении представителей власти, а против мирных, незащищенных людей, которые оказываются наиболее незащищенными, попав в ситуацию теракта. Чаще всего они не знают, как себя вести при угрозе теракта или при свершившемся террористическом нападении. Настоящие рекомендации позволяют получить информацию, помогающую лучше ориентироваться в вопросах обеспечения личной безопасности.