

## Памятка 2. «Как себя вести во время теракта»

Ни в одном из учебников «Основ безопасной жизнедеятельности» не рассказывается о том, как быть, если ты стал заложником. Оно и понятно: авторам и в голову не могло прийти, что у нас будут мучить и убивать детей. Теперь нам приходится восполнить пробел в пособиях.

### 1. Если ты идешь по улице, обращай внимание на подозрительные предметы.

- Это могут быть:
  - ✓ неизвестный сверток или деталь, которая лежит в салоне машины или укреплена снаружи;
  - ✓ остатки различных материалов, которые в данном месте находиться не должны (мешки, свертки, пакеты, провода);
  - ✓ натянутая проволока, шнур;
  - ✓ свисающие провода или изоляционная лента;
  - ✓ бесхозные сумка, портфель, коробка.
- Заметив вещь без хозяина, обратись к работнику милиции или другому должностному лицу, свяжись с машинистом метро, водителем автобуса (троллейбуса, трамвая).
- Не прикасайся к находке, отойди от нее как можно дальше.
- обращай внимание на людей, ведущих себя подозрительно, особенно, если:
  - ✓ они одеты не по сезону,
  - ✓ стараются скрыть свое лицо,
- ✓ неуверенно ведут себя, сторонятся работников милиции.

### 2. Если ты попал в переделку

- Стрельба в помещении
  - ✓ падай на пол, прикрой голову руками.;
  - ✓ постарайся спрятаться за крепкими предметами, например, опрокинь стол и пристройся за его столешницей.
- Взрыв на улице
  - ✓ услышав разрыв, нужно упасть на землю, прикрыв голову руками;
  - ✓ если рядом есть пострадавшие, окажи первую помощь, остановить кровотечение можно, перетянув ремнем или чем-то другим, похожим на жгут, конечно, выше места ранения, не старайся поднимать с земли раненого, если видно, что у него повреждены части тела;
  - ✓ если есть мобильный телефон - вызови спасателей (тел. 112) и позвони своим близким, чтобы они не волновались.
- Взрыв в помещении

- ✓ старайся укрыться в том месте, где стены помещения могут быть более надежны;
- ✓ не прячься вблизи окон или других стеклянных предметов - осколками тебя может ранить.
- **Ты оказался заложником:**
  - ✓ не старайся заговорить с террористом, не выясняй, кто он такой и зачем взял заложников, вообще не делай ничего, что могло бы обострить ситуацию;
  - ✓ если есть возможность - не привлекая внимания, свяжись по мобильному телефону с близкими людьми и скажи, что ты попал в беду, и четко объясни, где находишься.
- **В помещении начался пожар:**
  - ✓ если пламя бушует за дверью, а ты оказался в помещении, расположенном на высоком этаже, не разбивай резко стекло - приток воздуха может «втянуть» огонь в комнату;
  - ✓ если огонь за дверью - постарайся заткнуть щели, чтобы дым не просочился в комнату;
  - ✓ если повалил дым, возьми тряпку (если ее нет под рукой - нужно оторвать кусок одежды), смочи ее и дыши через тряпку, если воды нет - тряпку можно смочить мочой;
  - ✓ если есть возможность выбраться из задымленного помещения, двигайся на четвереньках или ползком - внизу меньше дыма.
- **Перепуганная толпа:**
  - ✓ ни в коем случае не иди против толпы, если толпа тебя увлекла, старайся избежать ее центра и края - опасного соседства витрин, решеток, набережной;
  - ✓ уклоняйся от всего неподвижного на пути - столбов, тумб, стен, деревьев, иначе вас могут просто раздавить или размазать;
  - ✓ не цепляйся ни за что руками: их могут сломать.
  - ✓ если есть возможность, застегнись, ботинки на высоких каблуках или развязавшийся шнурок могут стоить тебе жизни;
  - ✓ брось от себя сумку, зонтик и т. д., если у тебя что-то упало, ни в коем случае не пытайся поднять;
  - ✓ защити диафрагму сцепленными в замок руками, сложив их на груди, еще один прием - упруго согнуть руки в локтях и прижать их к корпусу;
  - ✓ толчки сзади надо принимать на локти, диафрагму защищать напряжением рук;
  - ✓ главная задача в толпе - не упасть, но если ты все же упал, следует защитить голову руками и немедленно встать, что бывает сделать очень трудно;
  - ✓ с колен подняться в плотной толпе вряд ли удастся - тебя будут сбивать, поэтому одной ногой (полной подошвой) надо упереться в землю и резко встать, используя движение толпы.