Памятка населению
по предупреждению актов терроризма

Будьте наблюдательны! Только вы способны своевременно обнаружить предметы и людей, посторонних в вашем подъезде, дворе, улице.

Будьте бдительны! Обращайте внимание на поведение окружающих, наличие бесхозных и не соответствующих обстановке предметов.

Обеспечьте безопасность собственного дома: установите железную дверь с домофоном в подъезде, ежедневно проверяйте закрытие подвалов, чердаков и технических помещений.

Не делайте вид, что ничего не замечаете при опасном поведении попутчиков в транспорте! Вы имеете полное право на безопасность перемещения в транспорте.

Никогда не принимайте на хранение или для передачи другому лицу предметы, даже самые безопасные.

Обнаружение подозрительного предмета в безлюдном месте не должно ослабить вашу осторожность. Злоумышленник мог попросту бросить его, испугавшись чего-либо.

Даже если у вас имеется личный опыт общения со взрывчатыми веществами, не пытайтесь прикасаться к ним. Самодельные взрыватели бывают сверхчувствительными и изощрённо хитроумными.

Не приближайтесь, а тем более, не прикасайтесь к подозрительному предмету, это может стоить вам жизни.

Научите своих детей мерам безопасности: не разговаривать на улице, не садиться в машины и не открывать дверь незнакомым людям, не подбирать бесхозные игрушки, не прикасаться к находкам и т.п.

Памятка населению
при обнаружении подозрительных лиц

Признаки, свидетельствующие о планировании или подготовке акта терроризма:

1. неоднократное появление подозрительных лиц в окружении здания, где вы работаете **(часто посещаете),** или во дворе дома, проведение фото и видеосъемки, а также записей в блокнот;
2. попытки избежать встречи с сотрудниками правоохранительных органов и уклониться от камер видеонаблюдения **(опустил голову, отвернулся, прикрыл лицо);**
3. проникновение в подвалы и на чердаки зданий лиц, которые не имеют отношения к их техническому обслуживанию;
4. необоснованное вступление незнакомцев в контакт с охранниками и обслуживающим персоналом административных и жилых зданий, выведывание у них сведений о режиме работы, мерах по обеспечению безопасности и т.д.;
5. поиск посторонними лицами людей, готовых за солидное вознаграждение выполнить малозначимую работу **(передача пакета, свертка, посылки).**

<u>В случае обнаружения подозрительных лиц необходимо выполнить следующие действия:</u>

1. Не принимать самостоятельных попыток к задержанию;
2. Незамедлительно сообщить о них в правоохранительные органы;
3. Не привлекая внимания, зафиксировать количество лиц, точные приметы внешности, одежды и имеющихся при них предметов, марки и номера используемых автомобилей, направление движения.

Памятка населению
при обнаружении подозрительных предметов

Знайте: 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.п.

Признаки, свидетельствующие о взрывоопасности обнаруженного предмета:

1. наличие неизвестного свертка или какого-либо предмета у машины, на лестнице, в квартире и т.д.;
2. чужая сумка, портфель, коробка, какой-либо предмет; необычное размещение обнаруженного предмета у машины, дверей квартиры, в подъезде;
3. натянутая проволока, шнур, видимые снаружи предметов провода, источники питания или изолирующая лента;
4. шумы из обнаруженного подозрительного предмета (характерный звук, часового механизма, низкочастотные шумы).

Если Вы обнаружили подозрительный предмет, не оставляйте этот факт без внимания:

1. **в общественном транспорте:**

- опросите людей, находящихся рядом и постарайтесь установить принадлежность предмета (сумки и т.д.) или кто мог его оставить;

- если хозяин не установлен, немедленно сообщите о находке водителю или кондуктору.

2. **в подъезде своего дома:**

- опросите соседей, возможно, предмет принадлежит им. Если владелец не установлен немедленно сообщите о находке в правоохранительные органы (тел.102, 112).

3) на улице, парке и т.д.:

- осмотритесь вокруг, если есть возможность, попытайтесь, установить хозяина. Если он не установлен, немедленно сообщите о находке в правоохранительные органы (тел.102, 112);

- постарайтесь оградить или на удаленном расстоянии не допустить посторонних к предмету. По прибытию сотрудников правоохранительных органов передайте информацию о времени обнаружения предмета.

4) в учреждении, организации:

- немедленно сообщите о находке сотруднику охраны или администрации объекта.

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

Категорически запрещается:

- вскрывать, сдвигать с места, поднимать, переносить предмет, брать в руки;

- класть предмет в карманы, портфель, сумку и т.п.;

- закапывать в землю или бросать их в водоемы;

- обрывать или тянуть отходящие от предметов проволоку или провода, предпринимать попытки их обезвредить;

- пользоваться обнаруженными незнакомыми предметами;

- пользоваться в непосредственной близости от предмета радио- и электроаппаратурой, сотовыми телефонами.

Памятка населению,
оказавшемуся в зоне взрыва либо под обломками конструкций зданий в результате срабатывания взрывного устройства

Если Вы оказались в зоне взрыва:

остаетесь в сознании и в состоянии двигаться, то в первую очередь, должны передвигаться туда, где нет дыма и огня.

Если Вы не пострадали при взрыве, а рядом имеются пострадавшие:

оцените их состояние: есть ли пульс, находится ли человек в сознании. Ни в коем случае не пытайтесь привести его в чувство с помощью нашатыря. Потеря сознания – это защитная реакция организма на внешнее воздействие. Тщательно прощупайте его кости, при отсутствии у пострадавшего переломов уложите его на бок. В положении на спине он может захлебнуться рвотными массами, на животе – задохнуться. При артериальном кровотечении (кровь алая, бьет фонтаном) рану нужно как можно быстрее заткнуть хотя бы пальцем, а потом перевязать ремнем, веревкой, поясом место выше раны.

Если Вы находитесь под обломками конструкций здания
постарайтесь успокоится. Дышите глубоко и ровно. Настройтесь на то, что спасатели Вас спасут. Голосом и стуком привлекайте внимание людей. Если Вы находитесь глубоко под обломками здания, перемещайте влево - вправо любой металлический предмет (кольцо, ключи и т.п.) для обнаружения Вас эхопеленгатором.
В замкнутом пространстве не зажигайте огонь. Берегите кислород.
Продвигайтесь осторожно, стараясь не вызвать нового обвала, ориентируйтесь по движению воздуха, поступающего снаружи. Если у Вас есть возможность, с помощью подручных предметов (доски, кирпичи и т.п.) укрепите потолок от обрушения и ждите помощи. При сильной жажде положите в рот небольшой камешек и сосите его, дыша носом.

Памятка населению
по действиям в случае захвата в заложники

Каждый конкретный случай взятия заложников своеобразен и отличается от других.

Вместе с тем, **если Вы оказались в заложниках:**

1. по возможности скорее возьмите себя в руки, успокойтесь и не паникуйте;
2. если Вас связали или закрыли глаза, попытайтесь расслабиться, дышите глубже;
3. подготовьтесь физически, морально и эмоционально к возможному суровому испытанию. При этом помните, что большинство случаев захвата людей, заложники оставались в живых. Будьте уверены, что специальные и правоохранительные органы уже предпринимают профессиональные меры для Вашего освобождения;
4. не пытайтесь бежать, если нет полной уверенности в успехе побега;
5. запомните как можно больше информации о террористах. Целесообразно установить их количество, степень вооружения, составить максимально полный словесный портрет, обратив внимание на характерные особенности внешности, телосложения, акцента и тематики разговоров, темперамента, манер поведения и др. Подробная информация поможет впоследствии в установлении личностей террористов;
6. по различным признакам постарайтесь определить место своего нахождения (заточения);
7. по возможности расположитесь подальше от окон, дверей и самих похитителей, т.е. в местах большей безопасности в случае, если будут предприняты активные меры по Вашему освобождению (штурм помещения, огонь снайперов на поражение преступников и др.);
8. в случае штурма здания рекомендуется лечь на пол лицом вниз, сложив руки на затылке;
9. не возмущайтесь, если при штурме и захвате с Вами могут поначалу (до установления Вашей личности) поступить несколько некорректно, как с вероятным преступником. Вас могут обыскать, заковать в наручники, связать, нанести эмоциональную или физическую травму, подвергнуть допросу. Отнеситесь с пониманием к тому, что в подобных ситуациях такие действия штурмующих (до окончательной идентификации всех лиц и выявления истинных преступников) оправданы.

Взаимоотношения с похитителями:

1. не оказывайте агрессивного сопротивления, не делайте резких и угрожающих движений, не провоцируйте террористов на необдуманные действия;
2. по возможности избегайте прямого зрительного контакта с похитителями;
3. самого начала (особенно первые полчаса) выполняйте все приказы и распоряжения похитителей;
4. займите позицию пассивного сотрудничества. Разговаривайте спокойным голосом. Избегайте выражений презрения, вызывающего враждебного тона и поведения, которые могут вызвать гнев захватчиков;
5. ведите себя спокойно, сохраняйте при этом чувство собственного достоинства. Не высказывайте категоричных отказов, но не бойтесь обращаться со спокойными просьбами о том, в чем остро нуждаетесь;

6. при наличии у Вас проблем со здоровьем, которые в ситуации сильного стресса могут проявиться, заявите об этом в спокойной форме захватившим Вас людям. Постепенно, с учетом складывающейся обстановки, можно повышать уровень просьб, связанных с улучшением вашего комфорта.

При длительном нахождении в положении заложника:

1. не допускайте возникновения чувства жалости, смятения и замешательства. Мысленно подготовьте себя к будущим испытаниям. Сохраняйте умственную активность;
2. избегайте возникновения чувства отчаяния, используйте для этого внутренние ресурсы самоубеждения;
3. думайте и вспоминайте о приятных вещах. Помните, что шансы на освобождение со временем возрастают. Будьте уверены, что сейчас делается все возможное для Вашего скорейшего освобождения;
4. постоянно находите себе какое-либо занятие (физические упражнения, чтение, жизненные воспоминания и т.д.). Установите суточный график физической и интеллектуальной деятельности, выполняйте дела в строгом методическом порядке;
5. для поддержания сил ешьте все, что дают, даже если пища не нравится и не вызывает аппетита. Отдайте себе отчет в том, что потеря аппетита и веса являются нормальными явлением в подобной экстремальной ситуации.

Сохранение психологической устойчивости:

одно из важнейших условий спасения заложника. Здесь хороши любые приемы и методы, отвлекающие от неприятных ощущений и переживаний, позволяющие сохранить ясность мыслей, адекватную оценку ситуации. Полезно усвоить следующие правила:

1. делайте доступные в данных условиях физические упражнения, как минимум, напрягайте и расслабляйте поочередно все мышцы тела;
2. очень полезно во всех отношениях практиковать аутотренинг и медитацию, они помогут держать свою психику под контролем;
3. вспоминайте про себя прочитанные книги, стихи, песни, последовательно обдумывайте различные отвлеченные проблемы (решайте математические задачи, вспоминайте иностранные слова и т.д.). Ваш ум должен работать;
4. если есть такая возможность, читайте все, что окажется под рукой, даже если текст совершенно вам не интересен. Можно также писать, несмотря на то, что написанное будет отбираться. Важен сам процесс, помогающий сохранить рассудок;
5. старайтесь относиться к происходящему с Вами как бы со стороны, не принимая случившееся близко к сердцу, до конца надейтесь на благополучный исход. Страх, депрессия и апатия - три Ваших главных врага, все они - внутри Вас.

Памятка по действиям населения
при получении информации об эвакуации

Если информация о начале эвакуации застала Вас дома:

1) оденьтесь по погоде, возьмите документы, деньги, ценности;

2) отключите электричество, газ, воду, погасите в печи (камине) огонь;

3) окажите помощь в эвакуации пожилым и тяжелобольным людям;

4) закройте входную дверь на замок;

5) отойдите от здания и выполняйте команды эвакуатора, возвращайтесь в покинутое помещение только после разрешения ответственных лиц.

Если информация об эвакуации застала Вас на рабочем месте:

1) без спешки и паники уберите рабочие документы в сейф или закрывающийся на ключ ящик стола;

2) возьмите с собой личные вещи, документы, ценности;

3) выключите оргтехнику, электроприборы, свет;

4) закройте дверь на ключ и двигайтесь маршрутами, обозначенными в схемах эвакуации;

5) отойдите от здания и выполняйте команды руководителя эвакуацией.

Насколько опасны домашние электроприборы? Иногда они таят в себе угрозы, о которых вы вообще не догадываетесь.

1
Рассадники бактерий

Такие приборы, как кофеварка и кондиционер, могут превращаться в биологическое оружие, если за ними надлежащим образом не следить. У неаккуратных пользователей эти устройства превращаются в настоящие рассадники бактерий. В кондиционере тепло, влажно и много пыли, что способствует размножению опасных микроорганизмов — например, возбудителей пневмонии. То же самое касается кофеварки: влага и осадок, остающиеся в ней — прекрасная среда для развития плесневых грибков.

2
Бомбы отложенного действия

Любой достаточно возрастной прибор с литий-ионной батареей может стать причиной ожогов или пожара в доме. Когда ресурс аккумулятора близится к концу, слой изолятора между катодом и анодом может истончаться, что приводит к короткому замыканию и воспламенению. Это касается не только смартфонов Samsung и вообще не только смартфонов. Угрозой может быть, например, электронная книга.

3
Порабощенные молнии

Ударить током может любой домашний электроприбор. Но стиральная машина, пожалуй, таит наибольшую опасность в этом плане. Она работает с водой, а вода, как известно — отличный проводник электричества. Если в изоляции устройства случится пробой, вы можете получить разряд тока не только при непосредственном контакте с машиной. Угрозу смертельного удара будут таить в себе трубопроводы, краны в ванной и даже небольшая лужица на полу.

4
Портативные излучатели

О том, что стоит подальше держаться от работающей микроволновки, уже знают все. Но и другие приборы могут нанести вам серьезный вред своим электромагнитным излучением. Например, тот же прикроватный торшер с энергосберегающей лампой.

Все дело в ультрафиолетовом излучении, которое они генерируют. Хотя оно и не настолько мощное, но если вы каждый вечер по паре часов проводите при свете такой лампы, суммарная доза облучения будет велика. Это может привести к раку кожи, вызвать катаракту и спровоцировать развитие неспецифических болезней.