

Как вести себя



во время теракта

В памятке использованы материалы МЧС России, советы психологов Е.Т. Тараненко, И.Гулых.

➤ Если ты идешь по улице, обращай внимание на подозрительные предметы:

- ❑ 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 или шнур;



Если ты идешь по улице, обращай внимание на подозрительные предметы:

- **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.**
- **не прикасайся к находке и отойди от нее как можно дальше.**



Если ты идешь по улице, обращай внимание на людей, ведущих себя подозрительно:

- ❑ они одеты не по сезону;
- ❑ стараются скрыть свое лицо;
- ❑ неуверенно ведут себя;
- ❑ сторонятся работников полиции.



➤ Ты попал в переделку

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. Не цепляйся ни за что руками: их могут сломать.



➤ Ты попал в переделку

Перепуганная толпа

□ Если есть возможность, застегнись. Ботинки на высоких каблуках или развязавшийся шнурок могут стоить тебе жизни.

□ Брось от себя сумку, зонтик и т.д.

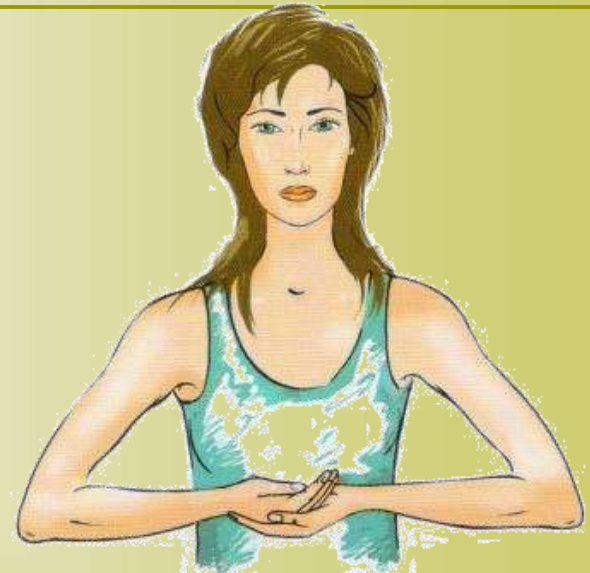
Если у тебя что-то упало, ни к коем случае не пытайся поднять.



Ты попал в переделку

Перепуганная толпа

- **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.**



Ты попал в переделку

Перепуганная толпа

- ❑ 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.

Ты попал в переделку

Взрыв на улице

- ❑ **Услышав взрыв, 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.**



Ты попал в переделку

Взрыв на улице

- ❑ Не старайся поднимать с земли раненого, если видно, что у него повреждены части тела.
- ❑ Если есть мобильный телефон – вызови спасателей и позвони своим близким, чтобы они не волновались.



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.**



➤ Ты попал в переделку

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 попал в переделку

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.



➤ Ты попал в переделку

В помещении начался пожар

- ❑ 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.

➤ Ты попал в переделку

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: скажи, что ты попал в беду, и четко объясни, где находишься.

