

# Памятка

## на случай теракта, чрезвычайной ситуации или стихийного бедствия

### Если вы попали в заложники

В этом случае надо помнить следующее:

Обычно скрыться с места, где появились террористы, собравшиеся захватить заложников, можно только в течение первых нескольких минут.

Если рядом с вами нет террористов, если вас никто не видит, нельзя стоять на месте. Если вы можете убежать, следует сделать это как можно скорее.

Не пытайтесь вырваться, пользуясь электрошокерами или газовыми баллончиками. Террористы – вооруженные и очень агрессивные люди, которым ребенок и даже многие взрослые не смогут оказать сопротивления.

Если скрыться нельзя, то верьте – вас обязательно спасут и освободят. Но сделают 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 все равно не откажутся от своих намерений. Плач и крики только еще больше раздражают и озлобляют террористов.

Надо быть готовыми и к тому, что в течение довольно длительного времени вам могут не давать есть и пить. Поэтому надо экономить силы. Особенно 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 тоже озлобляет террористов. Если террорист угрожает вам оружием, надо выполнить все его требования, потому что ваша главная задача – спасти свою жизнь.

Постарайтесь победить страх и испуг. Думайте о чем-нибудь хорошем, вспоминайте интересные 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 у вас есть раны, старайтесь как можно меньше двигаться – это уменьшит потерю крови.

Если вы поняли, что начался штурм, надо держаться как можно дальше от окон и дверей. Старайтесь найти укрытие и быть как можно дальше от террористов.

Если раздаются хлопки светозумовых гранат (когда яркий свет бьет в глаза, звук ударяет по ушам или вы чувствуете резкий запах), надо упасть на пол, закрыть глаза, ни в коем случае не тереть их, закрыть голову руками и ждать, пока спасатели не выведут вас из здания.

Ни в коем случае не хватайтесь за брошенное террористами оружие!

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

