

Памятка поведения 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, следуя которым можно избежать ошибок и сохранить свою жизнь.

Если Вы оказались в заложниках, рекомендуем придерживаться следующих **правил поведения**:

- не пытайтесь убежать, вырваться самостоятельно - террористы могут отреагировать агрессивно. Постарайтесь успокоиться и ждите освобождения;
- не пытайтесь оказывать сопротивление, не проявляйте ненужного героизма, пытайтесь разоружить бандита или прорваться к выходу, окну;
- настройтесь на долгое ожидание, специалистам требуется время, чтобы освободить Вас;
- постарайтесь мысленно отвлечься от происходящего: вспоминайте содержание книг, художественных фильмов, мультфильмов, решайте в уме задачи, а если веришь в Бога, молись;
- старайтесь не раздражать террористов: не кричите, не плачьте, не возмущайтесь, а также не требуйте немедленного освобождения - это невозможно;
- не вступайте в споры с террористами, выполняйте все их требования. Помните: это вынужденная мера, ты спасаешь себя и окружающих;
- возможно, Вам придётся долгое время провести без воды и пищи - экономьте свои силы;
- если в помещении душно, постарайтесь меньше двигаться, чтобы экономнее расходовать кислород;
- если воздуха достаточно, а по зданию передвигаться запрещают, делайте нехитрые физические упражнения - напрягайте и расслабляйте мышцы рук, ног, спины; не делайте резких движений;
- будьте готовы к применению террористами повязок на глаза, кляпов, наручников или веревок;
- не смотрите преступникам в глаза (для нервного человека это сигнал к агрессии), не ведите себя вызывающе;
- если Вас заставляют выйти из помещения, говоря, что Вы взяты в заложники, не сопротивляйтесь;
- если с Вами находятся дети, найдите для них безопасное место, постарайтесь закрыть их от случайных пуль, по возможности находитесь рядом с ними;
- в случае необходимости медицинской помощи, говорите спокойно и кратко, не нервирова бандитов, ничего не предпринимайте, пока не получите разрешения;

- по возможности соблюдайте правила личной гигиены;
- будьте готовы объяснить наличие у Вас каких-либо документов, номеров телефонов и т.п.;
- не давайте ослабнуть своему сознанию: разработайте программу возможных упражнений (умственных, физических) и постоянно тренируйте память: вспоминайте исторические даты, фамилии знакомых людей, номера телефонов и т.п.;
- при предоставленной возможности поговорить с родственниками по телефону, держите себя в руках, не плачьте, не кричите, говорите коротко и по существу. Попробуйте установить контакт с охранниками, объяснив им, что Вы тоже человек; покажите им фотографии членов вашей семьи; не старайтесь обмануть их. Если охранники на контакт не идут, разговаривайте как бы сами с собой, читайте вполголоса стихи или пойте;
- обязательно ведите счет времени, отмечая с помощью спичек, камешков или черточек на стене прошедшие дни;
- не обсуждайте с кем-либо принадлежность (национальную, религиозную и др.) террористов;
- не верьте террористам, так как они могут говорить всё, что угодно, но преследуют только свои интересы.

Помни: если заложник проводит много времени с террористами, ему может показаться, что они вместе, а весь мир - против них. Это очень опасная ошибка! **Знай:** в любой ситуации террорист - это преступник, а заложник - его жертва! У них не может быть общих целей!

При освобождении (штурме) заложников:

- после начала штурма старайся держаться подальше от террористов;
- по возможности, спрячься подальше от окон и дверных проёмов;
- при применении свето-шумовых гранат необходимо: упасть на пол, при возможности, накрыть лицо какой-нибудь влажной тканью, для облегчения дыхания.

Помни: для бойцов спецназа главное - жизнь заложников, а не их собственная жизнь и они сделают всё возможное, чтобы освободить людей без потерь.

После освобождения: не спешите сразу уйти домой, так как сначала надо связаться с сотрудниками специальных служб и врачами. Врачи помогут Вам выйти из шока и, если нужно, по их совету Вы получите необходимое лечение.

В ситуации, когда проявились признаки угрозы захвата заложников, постарайтесь избежать попадания в их число. Немедленно покиньте опасную зону или спрячьтесь. Спрятавшись, дождитесь ухода террористов и при первой возможности покиньте убежище и удалитесь.

Исключением являются ситуации, когда Вы оказались в поле зрения террористов или высока вероятность встречи с ними.

Заметив направляющуюся к вам вооруженную или подозрительную группу людей, немедленно бегите. Если скрыться от преступников не удалось, и вы оказались в заложниках,

При захвате заложников следует помнить, что только в сам момент захвата есть реальная возможность скрыться с места происшествия. Если этого сделать не удалось, настройтесь психологически, что моментально вас не освободят, но это непременно произойдет.

Если началась операция по вашему освобождению (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 в ходе операции по ним могут стрелять снайперы. Также возможны подрывы стен, дверей, окон, возгорания и задымления, поэтому необходимо определить для себя места возможного укрытия от поражающих элементов, заранее снять с себя всю синтетическую одежду, так как она увеличивает вероятность получения ожогов. Целесообразно также снять ремни, ремешки от сумочек и спрятать их в карманах - эти предметы в случае необходимости можно использовать, как кровоостанавливающее средство.

Не следует брать в руки оружие, чтобы вас не перепутали с террористами. Если рядом с вами или непосредственно на вас установлено взрывное устройство, по возможности, голосом или движением руки дайте понять об этом сотрудникам спецслужб, которые могут приблизиться к вам в ходе спецоперации. Фиксируйте в памяти все события, которые сопровождают захват. Эта информация будет очень важна для правоохранительных органов.