

Если вы оказались в заложниках:

Не привлекайте внимание террористов, не конфликтуйте с похитителями. Не делайте резких движений. На каждое действие спрашивайте разрешение. Не выражайте открыто недовольство, воздержитесь от криков и стонов. Не реагируйте на провокационное или вызывающее поведение. Постарайтесь успокоиться, настройтесь на то, что испытания придется терпеть длительное время. Не смотрите в глаза террористам, но по возможности, постарайтесь запомнить их предметы (лица, одежду, оружие - все, что может помочь спецслужбам). Осторожно, не привлекая к себе внимания, осмотрите место, где вы оказались, отметьте для себя места возможного укрытия в случае стрельбы. Старайтесь держаться подальше от проемов дверей и окон.



**НЕ ПАДАЙТЕ ДУХОМ!
ЗНАЙТЕ, ЧТО СОТРУДНИКИ
СПЕЦСЛУЖБ ДЕЛАЮТ
ВСЕ ДЛЯ ВАШЕГО
СПАСЕНИЯ!**

Если начался штурм:

При наличии возможности постарайтесь спрятаться в ранее выбранном укрытии. Если такой возможности нет, лягте на пол лицом вниз, закройте голову руками и не двигайтесь. Даже если стрельба стихла, не вскакивайте, не бегите навстречу сотрудникам, освобождающим вас. Они ошибочно могут принять вас за нападающего. Ни в коем случае не хватайтесь за лежащее рядом с вами оружие. Поведение при пожаре: Пригнитесь, как можно ниже. Дышите через тряпку или одежду, по возможности, предварительно смочив их. Выбираясь из здания, прежде чем открыть находящуюся перед вами дверь, потрогайте ручку тыльной стороной ладони - если ручка или сама дверь горячая, не открывайте ее! Если вы не можете выбраться из горящего здания, постарайтесь подать сигнал спасателям, размахивая из окна каким-либо предметом или одеждой. Старайтесь не кричать, чтобы не задохнуться от дыма.



Поведение в толпе:

Если оказались в толпе, позвольте ей нести вас, но попытайтесь выбраться из нее. Глубоко вдохните и разведите согнутые в локтях руки чуть в стороны, чтобы грудная клетка не была сдавлена. Любыми способами пытайтесь удержаться на ногах. Двигаясь, поднимайте ноги как можно выше, ставьте ногу на полную стопу, не семените, не поднимайтесь на цыпочки. Если давка приняла угрожающий характер, немедленно освободитесь от любой ноши, прежде всего от сумки на длинном ремне или шарфа. Если вы упали, постарайтесь как можно быстрее встать на ноги. При этом не опирайтесь на руки (их отдавят, либо сломают). Если встать не удастся, свернитесь клубком, защитите голову предплечьями, а ладонями закройте затылок. Легче всего укрыться от толпы в углах зала или вблизи стен, но сложнее от туда добираться до выхода. При возникновении паники старайтесь сохранить спокойствие и способность трезво оценивать ситуацию.

