

## Памятка

*Обязанности граждан в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.*

*В Законе г. Москвы «О защите населения и территорий города от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» №46 от 5.11.97г. (статья 20) прописаны обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций.*

Граждане обязаны:

- соблюдать законы и нормативные правовые акты Российской Федерации и города Москвы в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций;
- знать и соблюдать правила безопасности в быту и трудовой деятельности, не допускать нарушений производственной и технологической дисциплины, требований экологической безопасности;
- изучать основные способы защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций, приемы оказания первой медицинской помощи пострадавшим, правила пользования коллективными и индивидуальными средствами защиты;
- выполнять правила поведения при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций;
- при необходимости оказывать содействие в проведении аварийно-спасательных и других неотложных работ.

## Памятка

### Как предотвратить пожар в квартире

Очень часто пожар происходит из-за неправильного пользования электроприборами, газовыми плитами, плачевным состоянием электропроводки, а также неправильным хранением легковоспламеняющихся веществ.

Что нужно делать, чтобы избежать пожара.

1. Иметь в квартире порошковый огнетушитель.
2. Обязательно закрывать перед сном внутренние двери, чтобы в случае возгорания затруднить распространение огня.
3. Регулярно проверять наружную проводку и розетки.
4. Перед тем как воспользоваться только что приобретенными подержанными газовыми или электрическими обогревателями (плитами), показать их газовщику или электрику.
5. Не сушить белье над газовой плитой.

6. Не оставляйте детей одних при зажженном камине или любом другом устройстве для обогрева помещения или приготовления пищи.
7. Хранить легковоспламеняющиеся вещества в подсобных помещениях.
8. Аккуратно тушить спички и сигареты.
9. Не пытайтесь разогревать лаки и краски на газовой плите.
10. Не следует пользоваться самодельными елочными гирляндами.
11. Правильно пользоваться электроприборами и газовыми плитами. Не включать два мощных прибора в одну розетку.
12. Не оставлять включенные электроприборы без присмотра на длительное время.

### **Памятка Правила пользования газовыми плитами**

-Газовые плиты всегда нужно устанавливать и эксплуатировать согласно требованиям, оговоренным в инструкции;

- Осуществлять установку, производить ремонт и обслуживание должен только специалист;

-После приобретения новой (или подержанной) плиты ее обязательно должен проверить газовщик;

-Перед тем как включить плиту в первый раз, обязательно ознакомьтесь с инструкцией;

-Раз в 1,5- 2 года производить техосмотр;

-При малейшей неполадке вызывайте газовщика;

-Время от времени проветривайте квартиру;

-Установите над плитой электрическую вытяжку.

Почувствовав запах газа, немедленно перекройте его подачу к плите. Исключите доступ в это помещение любого огня: не курите, не зажигайте спички, не включайте свет и электроприборы.

Откройте все двери и окна, чтобы основательно проветрить всю квартиру, а не только это помещение.

Если запах газа не исчезнет, срочно вызывайте аварийную газовую службу по телефону 04, который работает круглосуточно. Лучше это сделать от соседей.

## **Памятка населению по противодействию терроризму**

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.

Наведите порядок в собственном доме: установите железную дверь с домофоном в подъезде, ежедневно проверяйте закрытие подвалов, чердаков и технических зданий.

Организуите соседей на дежурство вблизи дома и оказание помощи правоохранительным органам в охране общественного порядка.

Не делайте вид, что ничего не замечаете при опасном поведении попутчиков в транспорте! Вы имеете полное право защищать свой временный дом.

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

Обнаружение подозрительного предмета в неподходящем (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 манипулировать ими. Самодельные взрыватели бывают сверхчувствительны и изощрённо хитроумны.

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

Расскажите своим детям о взрывных устройствах.

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

Не приближайтесь и не прикасайтесь к подозрительному предмету.

При обнаружении предмета похожего на взрывоопасный позвоните по телефону «02»

## **Памятка Безопасность на улице**

*Чтобы избежать неприятных ситуаций, следуйте следующим советам:*

- Избегайте прогулок в безлюдных местах и в темное время суток;
- Если над вами грубо насмеются в толпе стоящих подростков, не поддавайтесь провокации, не отвечайте.
- Не соглашайтесь на то, чтобы вас подвозили незнакомые люди.
- Если вы ловите машину, чтобы добраться до нужного вам места, не садитесь в частные машины, особенно если там уже сидят люди, ждите такси.
- Если вы ловите машину в темное суток, предварительно снимите с себя все украшения и надежно спрячьте в сумочку или внутренний карман пальто или куртки.
- Будьте внимательны и избегайте подворотен и темных углов.
- Садясь в пустой автобус или трамвай, занимайте место ближе к водителю.

- Если незнакомый водитель просит вас показать ему какую-то улицу или дом, не садитесь к нему в машину, а объясните на словах.
- Если вы сняли деньги со счета, то уберите их понадежнее, желательно не в сумку, а во внутренний карман.
- Находясь в толпе, крепко придерживайте сумку, чтобы ее не вырвали и не разрезали.
- Если вы идете по шоссе, держитесь той стороны, где транспорт будет двигаться вам навстречу: так вас не смогут затащить во внезапно притормозившую за спиной машину.
- Сумочку с деньгами лучше держать в левой руке или на левом плече, чтобы поравнявшийся с вами злоумышленник- мотоциклист не смог ее выхватить и скрыться, прибавив газу.
- Ключи храните в кармане, а не в сумочке- тогда в случае ее похищения вы сможете попасть в свою квартиру. Тем более, если в сумке лежат документы, по которым вор сможет узнать ваш адрес.
- Если вы оказались на улице во время перестрелки, сразу же ложитесь на землю и ползите к ближайшему укрытию.

### **Памятка** ***Укус пчелы и осы***

Особенно опасны такие укусы для людей, испытывающих аллергию на яд этих насекомых. От удушья вследствие отека гортани и легких может наступить смертельный исход в течение первых часов и даже минут после укуса несколькими насекомыми.

Признаки отравления: сильный отек лица, иногда всего тела, удушье, потеря сознания и рвота.

Первая помощь:

1. Немедленно вызвать «скорую помощь».
2. До ее приезда побыстрее удалить жало пчелы из кожи ( оса жала не оставляет), прижав его ногтями больших пальцев и стараясь не касаться сумочки с ядом, чтобы не выдавит его еще больше; лучше действовать пинцетом.
3. После этого приложить к ране холодный компресс или помазать ее антигистаминовой мазью.
4. Уложить человека на спину так, чтобы его ноги были выше головы ( под них можно положить подушку, свернутое пальто и т.п.).
5. Облегчите ему дыхание ( расстегнуть пояс, ворот) и повернуть лицо пострадавшего немного набок ( на случай рвоты).

6. Накрыть пострадавшего одеялом.
7. Не давать ему ни пить, ни есть, ни курить.
8. В случае потери сознания или начала рвотной реакции перевернуть его на грудь и уложить в позу, удобную для дыхания.
9. Положите на рану разрезанный пополам свежий помидор, который облегчит боль.
10. Также уменьшить боль можно, приложив к месту укуса холодный камень.

### **Памятка**

#### ***Что делать при укусе змеи***

При змеином укусе яд может быстро распространиться по организму, если не оказать первую помощь или оказать ее неправильно.

Признаки отравления: Место укуса очень быстро отекает. Опухоль может охватить все конечности и перейти на туловище. В первые 20-40 минут пострадавший испытывает шоковое состояние. Появляется бледность, головокружение, тошнота, может быть рвота, частый и слабый пульс, падение артериального давления, периодическая потеря сознания.

Первая помощь:

1. Немедленно уложить пострадавшего и обеспечить ему полный покой, так любое движение усиливает кровообращение, а значит, и проникновение яда в организм.
2. Выдавите часть яда с кровью. Отсасывать кровь ртом не рекомендуется, так как нет никакой гарантии, что во рту нет трещин. Выдавливать кровь можно при помощи стеклянной банки, предварительно разрезав (крест-накрест) ранку вглубь примерно на один сантиметр.
3. Продезинфицировать ранку любым имеющимся под рукой дезинфекционным средством (йод, спирт).
4. Наложить на пораженное место стерильную повязку, которую по мере отека конечности следует ослаблять.
5. Дать пострадавшему попить и как можно скорее доставить его в лечебное учреждение.
6. Если вы заметили, что пострадавший впал в шок, попытайтесь вывести его из этого состояния. Если он перестает дышать, начинайте делать ему искусственное дыхание.
7. Если пострадавший теряет сознание, но дыхание его не прерывается, переверните его на грудь и уложите в позу, безопасную для дыхания.

Категорически запрещается:

1. Накладывать на пораженную конечность жгут.
2. Разрезать, прижигать и вообще травмировать ранки от укуса.
3. Давать пострадавшему спиртное. При употреблении спиртного нервная система реагирует на яд еще сильнее, к тому же его после этого труднее вывести.

## **Памятка**

### **Как обезопасить себя от бродячих животных**

Что делать, если на вас готова напасть собака?

1. Остановитесь и твердо (с максимальной четкостью и громкостью) отдайте несколько команд: «Стоять!», «Сидеть!», «Лежать!». Если даже животное не знакомо с этими командами, то оно будет сбито с толку. По крайней мере вы выиграете еще немного времени.
2. Ни в коем случае не показывайте страха!
3. Не поднимая высоко руки, бросьте в сторону животного какой-нибудь предмет.
4. Если под руками есть какие-то подручные средства (зонтик, сумка, камни или палка), то приготовьтесь защищаться ими.
5. Если вы видите, что собака домашняя или когда-то была таковой, то повернитесь к ней лицом и, если нет другого выхода, бросьтесь ей навстречу. Собак натаскивают на убегающего человека, а потому, не ожидая от вас подобных действий, нападающая собака скорее всего отскочит в сторону.
6. В первую очередь защищайте горло и лицо. Для этого нужно прижать подбородок к горлу и выставить вперед руку (хорошо, если в ней будет сумка, палка и т.д.).
7. Если есть возможность, обмотайте руку какой-нибудь одеждой (пиджакм, пальто, курткой) и постарайтесь спровоцировать собаку на укус. Это поможет вам, сконцентрировавшись, с силой ударить ее по верхней челюсти.
8. Если собака сбита с ног. В этом случае следует упасть на живот, закрыто руками шею и отбиваться ногами. Болевые точки у собак - нос, язык и паховая область.

## **Памятка**

### **при обнаружении подозрительных веществ в почтовых отправлениях**

В случае обнаружения подозрительных емкостей, содержащих неизвестные вещества (в порошкообразном, жидком или аэрозольном состоянии), рекомендуется:

- не пытаться самостоятельно вскрыть емкость, контейнер и др.;
  - по возможности не брать в руки подозрительное письмо или бандероль;
  - сообщить об этом факте территориальным органам Госсанэпиднадзора, МЧС;
  - убедиться, что поврежденная или подозрительная почта отделена от других писем и бандеролей, а ближайшая к ней поверхность ограничена;
- в тех случаях, когда в помещении, где обнаружена подозрительная корреспонденция и при этом нарушена целостность упаковки, имеется система вентиляции, предпринять меры, исключающие возможность попадания неизвестного вещества в вентиляционную систему здания;

- до приезда специалистов поместить подозрительные емкости и контактировавшие с ними предметы в герметичную тару (стеклянный сосуд с плотно прилегающей крышкой или в многослойные пластиковые пакеты), при этом следует пользоваться подручными средствами индивидуальной защиты кожи (резиновые перчатки, полиэтиленовые пакеты), дыхательных путей (респиратор, марлевая повязка);

- до приезда специалистов герметично закрытую тару хранить в недоступном для детей и домашних животных месте;

- составить список всех лиц, кто непосредственно контактировал с подозрительной корреспонденцией (их адреса, телефоны);

- лицам, контактировавшим с подозрительной корреспонденцией, неукоснительно выполнить мероприятия личной гигиены (вымыть руки с мылом, по возможности принять душ) и рекомендации медицинских работников по предупреждению заболевания.

*Всероссийский центр мониторинга и прогнозирования ЧС России.  
Тел. 449-90-13.*

### **Памятка Помощь утопающему**

Самые простые правила безопасного поведения на водах:

1. Не купаться и не нырять в незнакомых местах;
2. Не заплывать за буйки;
3. Не выплывать на судовой ход и не приближаться к судам;
4. Не устраивать игр в воде, связанных с захватами;
5. Не плавать на надувных матрасах или камерах;
6. Не купаться в нетрезвом виде...

Нарушения этих правил остаются главной причиной гибели людей на воде. Что делать, если на ваших глазах тонет человек?

Прежде всего, дать себе секунду на размышление. Нет ли рядом спасательного средства? Им может быть все, что увеличит плавучесть человека и что вы в состоянии до него добросить. Спасательный круг можно бросить на 20-25 метров, конец Александрова- чуть дальше. Нет ли лодки? Можно ли позвать кого-то еще на помощь? Ободрив криком потерпевшего, вы идете на помощь.

Коротко техника спасения выглядит так. *Подплыв к утопающему, надо поднырнуть под него и, взяв сзади одним из приемов захвата (классический – за волосы), транспортировать к берегу. В случае, если утопающему удалось схватить вас за руки, шею или ноги, освобождайтесь и немедленно ныряйте- инстинкт самосохранения заставит потерпевшего вас отпустить.*

Если человек уже погрузился в воду, не бросайте попыток найти его в глубине, а затем вернуть к жизни. Это можно сделать, если утонувший был в воде около 6 минут.

## Памятка

### Как защитить от поражения электрическим током

Поражение электрическим током происходит:  
при одновременном касании двух оголенных проводов электропроводки;  
- при касании одного оголенного провода, если человек в мокрой, стоит на влажной земле, в луже и т.п.

Ваши действия:

- Полностью отключите электричество в помещении, выньте шнур из розетки.
- Если это невозможно сделать, то обезопасьте себя от действий электрического тока, встав на изолирующий материал (резиновый коврик, сухую доску, толстый слой бумаги). Вытащите пострадавшего из зоны поражения каким-либо непроводящим электрический предметом (сухой деревянной шваброй, доской, стулом, с помощью петли, сделанной из веревки, полотенца, шарфа и т.п.).
- Оттащите пострадавшего в безопасное место.
- Если ток еще действует на пострадавшего, надо встать на сухую деревянную доску или сверток сухой одежды, обернуть руки сухой тканью и, взявшись за сухие отстающие части одежды, оттащить пораженного от провода или при помощи сухой деревянной палки, сухой веревки оттянуть провод от него.
- После этого, если потерпевший потерял сознание, нужно расстегнуть у него воротник, пояс, лифчик и уложить его так, чтобы голова была ниже туловища, а ноги выше.
- Дайте пострадавшему понюхать ватку с нашатырным спиртом.
- Вызовите скорую помощь.
- До ее приезда приведите пострадавшего в чувство, если он находится без сознания.
- При остановке дыхания немедленно начинайте делать искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.

## ПАМЯТКА

### Как не поддаться панике

Паника является важным фактором опасности. Это психологическое состояние, вызванное угрожающим воздействием внешних условий, характеризуется чувством острого страха, который охватывает человека или многих людей, а также непреодолимым, неконтролируемым стремлением избежать опасной ситуации.

В переводе с греческого паника означает «безотчетный ужас». Часто бывает так, что люди, потеряв контроль над собой, мешают не только собственному спасению, но и спасению других людей.

Как сохранить присутствие духа и помочь успокоиться другим.



1. Прежде всего необходимо четко представлять, что нужно делать при возникновении той или иной экстремальной ситуации.
2. Гармонизировать состояние поможет простая психотехника: на несколько минут сконцентрируйте внимание на собственном дыхании, при этом постарайтесь полностью расслабиться; пусть ни одна мысль, ни одно желание не отвлечет вас от этой процедуры; слушайте, наблюдайте только за своим дыханием.
3. При необходимости объясните другим людям, что нужно делать и как себя вести.
4. Пресекайте драку в дверях.
5. Останавливайте тех, кто собирается прыгать с балконов и окон, находящихся выше первого этажа, а также через застекленные окна.6. Если вы находитесь на затопляемой территории, в спасательную лодку или катер переходите по одному, не толкая. Не теряйте контроль над детьми.

## ПАМЯТКА НАСЕЛЕНИЮ

по

действиям в условиях возможного химического заражения

### ЗНАЙТЕ

Какой химически опасный объект расположен в районе Вашего проживания?

Какие опасные химические вещества он использует?

Какие способы защиты от них наиболее эффективны?

### ПОРАЖАЮЩИЕ ФАКТОРЫ

При аварии на химически опасном объекте могут действовать несколько поражающих факторов (пожары, взрывы, химическое заражение местности и воздуха и др.), а за пределами объекта- заражение окружающей среды.

Наиболее часто на территории России применяются хлор, аммиак и их производные соединения.

При отравлении ХЛОРОМ наблюдается: резкая боль в груди, резь в глазах, слезотечение, одышка, сухой кашель, рвота, нарушение координации движений и появление пузырей на коже.

Признаки отравления АММИАКОМ: учащение сердцебиения и пульса, возбуждение, возможны судорги, удушье, резь в глазах, слезотечение, насморк, кашель, покраснение и зуд кожи.

### МЕРЫ ЗАЩИТЫ

При оповещении населения местными органами управления по делам ГОЧС о химической аварии осуществляется сиренами, прерывистыми гудками предприятий и транспортных средств. Это означает сигнал «Внимание всем!». Услышав его, немедленно включите громкоговоритель, радио- или телевизор, прослушайте сообщение.

При опасности отравления необходимо: быстро выйти из района заражения в направлении, перпендикулярном движению зараженного облака; подняться на верхние этажи зданий (при заражении хлором); герметизировать помещения; использовать противогазы всех типов, при их отсутствии- ватно- марлевые повязки, смоченные водой или лучше 2-5% растворами питьевой соды (от хлора), уксусной или лимонной кислоты (от аммиака).

Если отсутствуют средства индивидуальной защиты и выйти из района аварии невозможно, оставайтесь в помещении, включите радиоточку, ждите сообщений органов управления по делам ГО и ЧС. Плотнo закройте окна и двери, дымоходы, вентиляционные отдушины (люки). Входные двери зашторьте, используя одеяла и любые плотные ткани. Заклейте щели в окнах и стыки рам пленкой, лейкопластырем или обычной бумагой.

#### ПОМНИТЕ

Надежная герметизация жилища значительно уменьшает возможность проникновения опасных химических веществ в помещение.

Покидая квартиру, выключите источники электроэнергии, возьмите с собой личные документы, необходимые вещи, наденьте противогаз или ватно-марлевую повязку, накидку или плащ, резиновые сапоги.

После выхода из зараженного района обязательны санитарная обработка людей и дегазация (обеззараживание) средств индивидуальной защиты и одежды. При подозрении на поражение опасными химическими веществами исключите любые физические нагрузки, примите обильное теплое питье (чай, молоко и т.д.) и обратитесь к медицинскому работнику.

#### ПАМЯТКА НАСЕЛЕНИЮ

по действиям в условиях возможного биологического заражения

#### ЗНАЙТЕ

В результате применения бактериологического оружия возможны массовые заболевания особо опасными инфекционными болезнями людей (чума, холера, натуральная оспа, сибирская язва) и животных (чума крупного рогатого скота, ящур, сап, сибирская язва и др.), а также поражение сельскохозяйственных культур на больших площадях.

В целях предупреждения распространения биологического заражения и ликвидации возникшего очага заражения проводится комплекс изоляционно-ограничительных мероприятий.

#### ВОЗБУДИТЕЛИ ИНФЕКЦИЙ

Возбудителями инфекционных заболеваний являются болезнетворные микроорганизмы (бактерии, риккетсии, вирусы, грибки) и вырабатываемые некоторыми из них яды (токсины). Они могут попасть в организм человека при работе с зараженными животными, загрязненными предметами – через раны и трещины на руках, при употреблении в пищу зараженных продуктов питания и воды, недостаточно обработанных термически, воздушно-капельным путем при вдыхании.

#### МЕРЫ ЗАЩИТЫ

От бактериологического оружия защищают убежища и противорадиационные укрытия, оборудованные фильтровентиляционными установками, средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи, а также специальные средства противозидемической защиты: предохранительные прививки, сыворотки, антибиотики.

#### ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ

Нельзя без специального разрешения покидать местожительство. Без крайней необходимости не выходите из дома, избегайте места большого скопления людей.

Дважды в сутки измеряйте температуру себе и членам семьи. Если она повысилась и вы плохо себя чувствуете, изолируйтесь от окружающих в отдельной комнате или отгородитесь ширмой. Срочно сообщите о заболевании в медицинское учреждение.

Если вы не можете сами установить характер болезни, действуйте так, как следует действовать при инфекционных заболеваниях.

Обязательно проводите ежедневную влажную уборку помещения с использованием дезинфицирующих растворов. Мусор сжигайте.

Уничтожайте грызунов и насекомых- возможных переносчиков заболеваний.

Строго соблюдайте правила личной и общественной гигиены. Тщательно, особенно перед приемом пищи, мойте руки с мылом.

Воду используйте из проверенных источников и пейте только кипяченую.

Сырые овощи и фрукты после мытья обдавайте кипятком.

При общении с больным надевайте халат, косынку и ватно- марлевую повязку. Выделите больному отдельную постель, полотенце и посуду. Регулярно их стирайте и мойте.

При госпитализации больного проведите в квартире дезинфекцию; постельное белье и посуду прокипятите в течение 15 мин. в 2% растворе соды или замочите на 2 часа в 2% растворе дезинфицирующего средства. Затем посуду обмойте горячей водой, белье прогладьте, комнату проветрите.

## ПАМЯТКА НАСЕЛЕНИЮ

### ОСТОРОЖНО - СИБИРСКАЯ ЯЗВА

Существуют три формы этой болезни: легочная, кишечная и кожная. Первые две встречаются крайне редко, но именно они - самые страшные: обычно заболевание этими формами сибирской язвы заканчивается смертью.

### СИБИРСКОЙ ЯЗВОЙ МОЖНО ЗАРАЗИТЬСЯ

При работе с зараженными животными, загрязненными предметами - через раны и трещины на руках.

При употреблении в пищу зараженного мяса и воды, недостаточно обработанных термически.

Воздушно- капельным путем при вдыхании бацилл.

Возбудитель инфекции может находиться в воде, а сохраняется в почве, иногда более ста лет.

### СИМТОМЫ БОЛЕЗНИ

При кожной форме сибирской язвы на месте, куда попала инфекция, сначала появляется зуд кожи, возникает гнойное пятно, которое потом начинает пузыриться, через 2-6 дня превращается в язву, покрывающуюся черным струпом. При этом у больного повышается температура, болит голова, ломит тело. Осложнением при отсутствии специфического лечения является септицемия.

При легочной форме сибирской язвы первые признаки похожи на грипп: повышается температура, человека сильно знобит, начинает обильно выделяться мокрота из груди. Через 3-5 дней развивается острая легочная недостаточность, которая приводит к шоку и смерти.

При кишечной форме сибирской язвы начинаются сильные боли в животе, рвота, жидкий стул с кровью.

Инкубационный период сибирской язвы - от 2-х до 7-ми дней.

### МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ

При первых же признаках болезни надо обращаться к врачу, который определит курс лечения.

Для лечения сибирской язвы успешно применяется пенициллин, тетрациклин, левомицетин и другие антибиотики.

В России против сибирской язвы создана специальная вакцина.

## МЕРЫ ЗАЩИТЫ

Использование индивидуальных средств защиты (резиновые перчатки, плащи, противочумные костюмы, противогазы всех типов); изоляция больных людей, животных и зараженных предметов; сообщение о выявленных заболевших в органы управления по ГО и ЧС и органы санэпиднадзора.

## ПАМЯТКА

### О мерах профилактики « атипичной пневмонии»

#### Синдром острого респираторного заболевания

«Атипичная пневмония» - острое инфекционное заболевание. Возбудителем инфекции является вирус, относящийся к группе коронавирусов.

Случаи заболевания «атипичной пневмонии» начали регистрироваться в странах Юго- Восточной Азии с ноября 2002 года.

По данным Всемирной организации здравоохранения случаи «атипичной пневмонии» получили распространение в странах Юго- Восточной Азии: Китай, Гонконг, Сингапур, Тайвань. В остальных странах регистрируются единичные случаи завоза инфекции, в том числе зарегистрированы в странах Европы, Америки, Южной Африки.

#### ОСНОВНЫЕ СИМПТОМЫ ЗАБОЛЕВАНИЯ

«Атипичная пневмония» характеризуется острым началом, появляется озноб, высокая температура (свыше 38 градусов), головная боль, першение в горле. Больной испытывает недомогание, боли в мышцах. В дальнейшем общее состояние ухудшается, нарастает слабость, развивается воспаление легких (пневмония), которое протекает в виде сухого кашля, затрудненного и учащенного дыхания. Могут наблюдаться и другие симптомы - тошнота, рвота, диарея.

Скрытый (инкубационный) период заболевания составляет от 2 до 10 дней, в среднем 3-5 дней.

Инфекция передается воздушно- капельным путем, как правило, при близком контакте с больным. Наибольшему риску заражения подвергаются медицинские работники и другие лица, оказывающие помощь больным.

В случае возникновения первых признаков заболевания у лиц, находящихся в поездке или возвратившихся из стран Юго-Восточной Азии, необходимо немедленно обратиться за медицинской помощью: вызвать участкового врача на дом или бригаду скорой помощи по «03».

До прихода врача изолировать больного в отдельную комнату. Ухаживать за больным следует в защитной маске (4-х слойная марлевая повязка) очках и резиновых перчатках. Обрабатывать руки дезинфицирующими средствами.

Эффективных специфических лекарственных средств против «атипичной пневмонии» пока не найдено, основу лечения составляет противовирусные препараты и симптоматическая терапия. Вакцина против данного заболевания не разработана.

## ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ

Для профилактики заболевания рекомендуется регулярные проветривания рабочих и жилых помещений, влажная уборка, соблюдение правил личной гигиены, закаливание, применение общеукрепляющих средств и витаминов.

В целях предупреждения заражения «атипичной пневмонией», Министерство здравоохранения Российской Федерации не рекомендует российским гражданам без острой необходимости выезжать в страны Юго-Восточной Азии, особенно в Китайскую Народную Республику (провинции Гуандун, Шанси, Пекин, Сычуань, Хунань, Гуанси, Гонконг).

При выезде, в случае необходимости, в указанные страны рекомендуется, использовать защитные маски и воздержаться от посещения мест массового скопления населения.

### Памятка

#### *Поведение в толпе*

Террористы часто выбирают для атак места массового скопления народа. Помимо собственно поражающего фактора террористического акта, люди гибнут и получают травмы еще и в результате давки, возникшей вследствие паники. Поэтому необходимо помнить следующие правила поведения в толпе:

- Выберите наиболее безопасное место. Оно должно быть как можно дальше от середины толпы, трибун, мусорных контейнеров, ящиков, оставленных пакетов и сумок, стеклянных витрин, заборов и оград;
- В случае возникновения паники обязательно снимите с себя галстук, шарф;
- При давке надо освободить руки от всех предметов, согнуть их в локтях, застегнуть одежду на все пуговицы;
- Нельзя хвататься за деревья, столбы, ограду;
- Надо стараться всеми силами удержаться на ногах;
- В случае падения необходимо свернуться клубком на боку, резко подтянуть ноги, и постараться подняться по ходу движения толпы;
- Не привлекайте к себе внимание провоцирующими высказываниями и выкрикиванием лозунгов;
- Не приближайтесь к агрессивно настроенным лицам и группам лиц;
- Не вмешивайтесь в происходящие стычки;
- Постарайтесь покинуть толпу.

## ПАМЯТКА

### *Общие правила безопасности*

Для мирных граждан, оказавшихся вольно или невольно в экстремальной ситуации, существуют определенные, основанные на мировом опыте правила поведения. Каждый, кто следует им, не только сохраняет собственную жизнь, но и помогает сохранить чужие.

К террористическому акту невозможно подготовиться заранее, поэтому следует быть настороже всегда. Следует проявлять особую осторожность на многолюдных мероприятиях с тысячами участников, в популярных развлекательных заведениях, гипермаркетах.

- Обращайте внимание на подозрительных людей, предметы, на любые подозрительные мелочи. Сообщайте обо всем подозрительном сотрудникам правоохранительных органов;
- Никогда не принимайте от незнакомцев пакеты и сумки, не оставляйте свой багаж без присмотра;
- У семьи должен быть план действий в чрезвычайных обстоятельствах, у всех членов семьи должны быть записаны номера телефонов, адреса электронной почты;
- Необходимо назначить место, где вы сможете встретиться с членами вашей семьи в экстренной ситуации;
- В случае эвакуации возьмите с собой набор предметов первой необходимости и документы;
- Всегда узнавайте, где находятся резервные выходы из помещения;
- В доме необходимо укрепить и опечатать входы в подвалы и на чердаки, установить домофон, освободить лестничные клетки и коридоры от загромождающих предметов;
- Нужно организовать дежурство жильцов вашего дома, которые будут регулярно обходить здание, наблюдая, все ли в порядке, обращая особое внимание на появление незнакомых лиц и автомобилей, разгрузку мешков и ящиков;
- Если произошел взрыв, пожар, землетрясение, никогда не пользуйтесь лифтом;
- Старайтесь не поддаваться панике, чтобы ни произошло, помните, что паника может спровоцировать террористов и ускорить теракт, а также помешать властям предотвратить преступление или уменьшить его последствия.

## Памятка

### *по действиям при экстренной эвакуации*

Сообщение об экстренной эвакуации может поступить не только в случае обнаружения взрывного устройства и ликвидации последствий совершенного террористического акта, но и при пожаре, стихийном бедствии и т.п.

\*Получив сообщение от представителей властей или правоохранительных органов о начале эвакуации, соблюдайте спокойствие и четко выполняйте их команды;

\*Если вы находитесь в квартире, выполните следующие действия:

- возьмите личные документы, деньги и ценности;
- отключите электричество, воду и газ;
- окажите помощь в эвакуации пожилых и тяжело больных людей;
- обязательно закройте входную дверь на замок - это защитит квартиру от возможного проникновения мародеров.

Не допускайте паники, истерик и спешки. Помещение покидайте организованно.

Возвращайтесь в покинутое помещение только после разрешения ответственных лиц.

Помните, что от согласованности и четкости ваших действий будет зависеть жизнь и здоровье многих людей.

## ПАМЯТКА

### *Информация для родителей*

Самым лучшим способом обучения детей всегда был собственный пример. Если вы внимательны к собственной безопасности, то и ребенок будет повторять те же действия. Прежде чем открыть дверь, нужно узнать, кто за ней находится, ведь ребенок никогда не выполнит это требование, если вы сами не будете четко это выполнять. Если хотите научить ребенка правилам безопасности, прежде всего, сами выполняйте их.

### *Правила безопасности в квартире*

- Надо написать на видном месте телефон, по которому он может быстро связаться с вами или службами срочной помощи (ваша работа, мобильный, милиция, скорая помощь, пожарная охрана, соседи).

- Выучите с ребенком его имя, фамилию, имя родителей, домашний адрес и телефон;
- Уберите все предметы, которыми он может пораниться;
- Проверьте, не оставили ли вы включенными воду, газ, электронагревательные приборы;
- Не оставляйте на видных местах лекарства;
- Уходя в вечернее время, не забудьте включить свет в комнатах, это отпугнет злоумышленников, а вашему ребенку не будет страшно находиться дома одному;
- Если квартира находится на первом этаже, то лучше зашторить окна, а если кто-то стучится в окно, то надо научить ребенка, не подходя к нему, громко кричать: «Папа! Иди сюда».
- При возвращении домой предупредите ребенка об этом по телефону или домофону. Ребенок должен открывать дверь только после того, как вы назовете себя;
- Уходя из дома, убирайте все колющие, режущие предметы и спички. Хранить оружие и боеприпасы, если они находятся в доме на легальных основаниях, нужно в недоступном для детей месте, в сейфе, код к которому должны знать только взрослые;
- Научите ребенка правильно обращаться с электроприборами;
- Объясните детям, что никто и никогда не может прийти в дом от вашего имени с просьбой приютить на ночлег, отдать какую-то вещь или сумку;
- Постоянно следует повторять правила поведения. Устраивайте маленькие экзамены, разбирайте ошибки его поведения.

Постарайтесь доходчиво объяснить ребенку, что, находясь дома за закрытой дверью, он может чувствовать себя в относительной безопасности, но как только он ее откроет, грань между ним и преступником стирается, и он может стать легкой добычей.

Научите ребенка правильно общаться по телефону. Нередко телефон из средства защиты превращается в «отмычку» для преступников. Ребенку нельзя называть своего имени при телефонном разговоре с посторонними. Ребенок не должен никогда говорить, что находится дома один. Также он не должен называть адрес квартиры. Надо научить ребенка, что если его пытаются втянуть в неприличный разговор, он должен положить трубку и сообщить родителям.

## П А М Я Т К А

по безопасности в городе

- Избегайте прогулок в одиночестве в малолюдных местах;
- Откажитесь, по возможности, от ночных передвижений, в крайнем случае, воспользуйтесь такси;
- Если к вам грубо обращаются по поводу якобы допущенной ошибки, делают вас объектом насмешек, не отвечайте и не поддавайтесь на провокации;
- Старайтесь предвидеть и избегать неприятные ситуации;
- Не останавливайте, по возможности, машины автостопом не соглашайтесь на то, чтобы вас подвозили незнакомые люди, неважно – мужчины или женщины;
- Никогда не показывайте деньги или драгоценности, их надо держать во внутреннем кармане, в надежном месте;
- Не нагружайте себя свертками и пакетами, лучше всегда иметь свободу движений на тот случай, если возникает необходимость защищаться;



- Если кто-либо мешает вам передвигаться и вы не можете освободиться, обратитесь к милиционеру, войдите в бар или магазин, позвоните в звонок на любой входной двери;
- В незнакомом городе передвигайтесь с картой, которая позволит сэкономить время; по той же причине побольше обращайтесь к разным людям, когда вы ищите какой-нибудь адрес, потому что единственный ответ может быть неправильным;
- Не показывайте слишком ясно, что вы турист; прогуливайтесь с местной газетой под мышкой, курите местные сигареты, смешивайтесь с местными жителями;
- Будьте внимательны к подворотням и плохо освещенным углам, стараясь по возможности их избегать;
- Если какой-нибудь автомобилист спрашивает совета, дайте его быстро и четко или извинитесь, что вы не знаете этого места, но не вызывайтесь сопровождать незнакомого человека;
- Избегайте садиться в пустой автобус, а если вам все таки приходится делать это, садитесь ближе к водителю.

## ПАМЯТКА

### Как вести себя при пожаре

Основные правила поведения при пожаре.

- Обнаружив пожар, постарайтесь трезво оценить ситуацию, свои силы и найти себе помощников.
- Прежде всего, вызывайте пожарную охрану по телефону 01.
- В рискованных ситуациях не теряйте время и силы на спасение имущества. Главное – любым способом спасайте себя и других людей, попавших в беду.
- Позаботьтесь о спасении детей и престарелых.
- Надо обязательно послать кого-нибудь навстречу пожарным подразделениям, чтобы дать им необходимую информацию (точный адрес, кратчайший путь, что горит, есть ли там люди).

Если пожар в подъезде.

- Ни за что не выходите из квартиры на лестничную клетку подъезда, поскольку дым очень токсичен, а горячий воздух может обжечь легкие.
- Прежде всего позвоните по телефону 01.
- Уплотните свою входную дверь мокрой тканью, чтобы в квартиру не проникал дым.
- Если вы случайно оказались в задымленном подъезде, не пугайтесь: двигайтесь к выходу, держась за стены, как можно ниже пригибаясь полу. При этом старайтесь дольше задерживать дыхание, а еще лучше - защитите нос и рот

платком, шарфом. Ни в коем случае не пользуйтесь лифтом, так как его в любое время могут отключить.

- Поскольку огонь и дым распространяются снизу вверх, особенно осторожными должны быть жители верхних этажей.

## ПАМЯТКА

### Если пожар в квартире

- Если у вас или у ваших соседей случился пожар, сразу же вызывайте пожарную охрану. При отсутствии у вас телефона сигнал о бедствии можно подать из окна или с балкона.
- По возможности покиньте квартиру через входную дверь.
- Очень важно при этом не забыть плотно закрыть за собой дверь горящей комнаты; это не даст распространиться огню по всей квартире.
- Если путь к входной двери отрезан огнем и дымом, выходите на балкон. Балконную дверь обязательно закройте за собой и просите о помощи. Если горит человек
- Если на вас загорелась одежда, не вздумайте бежать- пламя разгорится еще сильнее.
- Надо остановиться и нырнуть в любую лужу или сугроб. Если таковых рядом нет, падайте на землю и катайтесь, пока не собьете пламя.
- Не пытайтесь снимать одежду с обожженных участков тела до обращения к врачу.

### Помощь при ожогах

- Первым делом подставьте обожженное место под струю холодной воды.
- Когда боль утихнет, наложите чистую сухую повязку. Ни в коем случае не смазывайте ожог ни жиром, ни спиртом, ни маслом, ни кремом.
- До приезда врача дайте пострадавшему любое обезболивающее средство, напоите теплым чаем и укройте потеплее.
- При шоке срочно дайте 20 капель настойки валерианы. При серьезных ожогах главная помощь пострадавшему- завернуть его в чистую ткань и отправить в травмпункт.

### **Что нужно делать, если вы оказались в заложниках. Рекомендации ФСБ России.**

Обнаружение подозрительного предмета, который может оказаться взрывным устройством

В последнее время часто отмечаются случаи обнаружения гражданами подозрительных предметов, которые могут оказаться взрывными устройствами. Подобные предметы обнаруживают в транспорте, на лестничных площадках, около дверей квартир, в учреждениях и общественных местах. Как вести себя при их обнаружении? Какие действия предпринять?

Если обнаруженный предмет не должен, по вашему мнению, находиться в этом месте, не оставляйте этот факт без внимания !!!

Если вы обнаружили забытую или бесхозную вещь в общественном транспорте, опросите людей, находящихся рядом. Постарайтесь установить, чья она и кто ее мог оставить. Если хозяин не установлен, немедленно сообщите о находке водителю (машинисту).

Если вы обнаружили неизвестный предмет в подъезде своего дома, опросите соседей, возможно, он принадлежит им. Если владелец не установлен - немедленно сообщите о находке в ваше отделение милиции.

Если вы обнаружили неизвестный предмет в учреждении, немедленно сообщите о находке администрации или охране.

Во всех перечисленных случаях :

- не трогайте, не передвигайте, не вскрывайте обнаруженный предмет;
- зафиксируйте время обнаружения предмета;
- постарайтесь сделать все возможное, чтобы люди отошли как можно дальше от находки;
- обязательно дождитесь прибытия оперативно-следственной группы (помните, что вы являетесь очень важным очевидцем);

Помните : внешний вид предмета может скрывать его настоящее назначение. В качестве камуфляжа для взрывных устройств используются самые обычные бытовые предметы: сумки, пакеты, коробки, игрушки и т.п.

Родители! Вы отвечаете за жизнь и здоровье ваших детей. Разъясните детям, что любой предмет найденный на улице или в подъезде, может представлять опасность.

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

Получение информации об эвакуации

Сообщение об эвакуации может поступить не только в случае обнаружения взрывного устройства и ликвидации последствий террористического акта, но и при пожаре, стихийном бедствии и т.п.

Получив сообщение от представителей властей или правоохранительных органов о начале эвакуации, соблюдайте спокойствие и четко выполняйте их команды.

Если вы находитесь в квартире, выполните следующие действия :

- Возьмите личные документы, деньги, ценности;
- Отключите электричество, воду и газ;

- Окажите помощь в эвакуации пожилых и тяжело больных людей;
- Обязательно закройте входную дверь на замок – это защитит квартиру от возможного проникновения мародеров.

Не допускайте паники, истерики и спешки. Помещение покидайте организованно. Возвращайтесь в покинутое помещение только после разрешения ответственных лиц.

Помните, что от согласованности и четкости ваших действий будет зависеть жизнь и здоровье многих людей.

#### Поведение в толпе

- Избегайте больших скоплений людей.
- Не присоединяйтесь к толпе, как бы ни хотелось посмотреть на происходящие события.
- Если оказались в толпе, позвольте ей нести Вас, но попытайтесь выбраться из неё.
- Глубоко вдохните и разведите согнутые в локтях руки чуть в стороны, чтобы грудная клетка не была сдавлена.
- Стремитесь оказаться подальше от высоких и крупных людей, людей с громоздкими предметами и большими сумками.
- Любыми способами старайтесь удержаться на ногах.
- Не держите руки в карманах.
- Двигаясь, поднимайте ноги как можно выше, ставьте ногу на полную стопу, не семените, не поднимайтесь на цыпочки.
- Если давка приняла угрожающий характер, немедленно, не раздумывая, освободитесь от любой ноши, прежде всего от сумки на длинном ремне и шарфа.
- Если что-то уронили, ни в коем случае не наклоняйтесь, чтобы поднять.
- Если Вы упали, постарайтесь как можно быстрее подняться на ноги. При этом не опирайтесь на руки (их отдавят либо сломают). Старайтесь хоть на мгновение встать на подошвы или на носки. Обретя опору, "выныривайте", резко оттолкнувшись от земли ногами.
- Если встать не удастся, свернитесь клубком, защитите голову предплечьями, а ладонями прикройте затылок.
- Попав в переполненное людьми помещение, заранее определите, какие места при возникновении экстремальной ситуации наиболее опасны (проходы между секторами на стадионе, стеклянные двери и перегородки в концертных залах и т.п.), обратите внимание на запасные и аварийные выходы, мысленно проделайте путь к ним.
- Легче всего укрыться от толпы в углах зала или вблизи стен, но сложнее оттуда добираться до выхода.
- При возникновении паники старайтесь сохранить спокойствие и способность трезво оценивать ситуацию.

Не присоединяйтесь к митингующим "ради интереса". Сначала узнайте, санкционирован ли митинг, за что агитируют выступающие люди. Не вступайте в незарегистрированные организации. Участие в мероприятиях таких организаций может повлечь уголовное наказание.

Во время массовых беспорядков постарайтесь не попасть в толпу, как участников, так и зрителей. Вы можете попасть под действия бойцов спецподразделений.

## Захват в заложники

Любой человек по стечению обстоятельств может оказаться заложником у преступников. При этом преступники могут добиваться достижения политических целей, получения выкупа и т.п. Во всех случаях ваша жизнь становится предметом торга для террористов. Захват может произойти в транспорте, в учреждении, на улице, в квартире.

Если вы оказались в заложниках, рекомендуем придерживаться следующих правил поведения :

- неожиданное движение или шум могут повлечь жестокий отпор со стороны террористов. Не допускайте действий, которые могут спровоцировать террористов к применению оружия и привести к человеческим жертвам;
- будьте готовы к применению террористами повязок на глаза, кляпов, наручников или веревок
- переносите лишения, оскорбления и унижения, не смотрите преступникам в глаза (для нервного человека это сигнал к агрессии), не ведите себя вызывающе;
- не пытайтесь оказывать сопротивление, не проявляйте ненужного героизма, пытайтесь разоружить бандита или прорваться к выходу или окну;
- 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;
- при необходимости выполняйте требования преступников, не противоречьте им, не рискуйте жизнью окружающих и своей собственной, старайтесь не допускать истерики и паники;
- в случае когда необходима медицинская помощь, говорите спокойно и кратко, не нервнируя бандитов, ничего не предпринимайте, пока не получите разрешения.

Помните, Ваша цель - остаться в живых

Будьте внимательны, постарайтесь запомнить приметы преступников, отличительные черты их лиц, одежду, имена, клички, возможные шрамы и татуировки, особенности речи и манеры поведения, тематику разговоров и т.п.

Помните, что получив сообщение о вашем захвате, спецслужбы уже начали действовать и предпримут все необходимое для вашего освобождения.

- лежите на полу лицом вниз, голову закройте руками и не двигайтесь;
- ни в коем случае не бегите навстречу сотрудникам спецслужб или от них, так как они могут принять вас за преступника;
- если есть возможность, держитесь подальше от проемов дверей и окон.

Если Вас захватили в качестве заложника, помните, что Ваше собственное поведение может повлиять на обращение с Вами.

- Сохраняйте спокойствие и самообладание. Определите, что происходит
- Решение оказать сопротивление или отказаться от этого должно быть взвешенным и соответствовать опасности превосходящих сил террористов.
- Не сопротивляйтесь. Это может повлечь еще большую жестокость.
- Будьте настороже. Сосредоточьте Ваше внимание на звуках, движениях и т.п.
- Займитесь умственными упражнениями.
- Будьте готовы к "спартанским" условиям жизни:
  - неадекватной пище и условиям проживания;
  - неадекватным туалетным удобствам.

- Если есть возможность, обязательно соблюдайте правила личной гигиены.
- При наличии проблем со здоровьем, убедитесь, что Вы взяли с собой необходимые лекарства, сообщите охранникам о проблемах со здоровьем, при необходимости просите об оказании медицинской помощи или предоставлении лекарств.
- Будьте готовы объяснить наличие у Вас каких-либо документов, номеров телефонов и т.п.
- Не давайте ослабнуть своему сознанию. Разработайте программу возможных упражнений (как умственных, так и физических). Постоянно тренируйте память: вспоминайте исторические даты, фамилии знакомых людей, номера телефонов и т.п. Насколько позволяют силы и пространство помещения занимайтесь физическими упражнениями.
- Спросите у охранников, можно ли читать, писать, пользоваться средствами личной гигиены и т.п.
- Если Вам дали возможность поговорить с родственниками по телефону, держите себя в руках, не плачьте, не кричите, говорите коротко и по существу. Попробуйте установить контакт с охранниками. Объясните 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.
- Если вы оказались запертыми в каком-либо помещении, то постарайтесь привлечь чье-либо внимание. Для этого разбейте оконное стекло и позовите на помощь, при наличии спичек подожгите бумагу и поднесите ближе к пожарному датчику и т.п.
- Никогда не теряйте надежду на благополучный исход. Помните, чем больше времени пройдет, тем больше у Вас шансов на спасение

#### Использование авиатранспорта

- По возможности старайтесь занять места у окна в хвосте самолета.
- Сократите до минимума время прохождения регистрации.
- Размещайтесь ближе к каким-либо укрытиям и выходу.
- Изучите соседних пассажиров, обратите внимание на их поведение.
- Обсудите с членами семьи действия в стандартной ситуации по захвату самолета.
- Старайтесь не посещать торговые точки и пункты питания, находящиеся вне зоны безопасности аэропорта.
- Немедленно сообщайте экипажу самолета или персоналу зоны безопасности о неостребованном багаже или подозрительных действиях.

#### В случае нападения на аэропорт:

- Используйте любое доступное укрытие.
- Падайте даже в грязь, не бегите.
- Закройте голову и отвернитесь от стороны атаки.
- Не помогайте силам безопасности, если полностью не уверены в эффективности подобных действий.

#### При захвате самолета террористами

Представьте возможные сценарии захвата и Ваше возможное поведение при этом. Ни при каких обстоятельствах не поддавайтесь панике, не вскакивайте, оставайтесь сидеть в кресле. Не вступайте в пререкания с террористами, не провоцируйте их на применение

оружия, при отсутствии специальной подготовки не пытайтесь самостоятельно обезвредить террористов, удержите от этого Ваших соседей.

- Смиритесь с унижениями и оскорблениями, которым Вас могут подвергнуть террористы.
- Не обсуждайте с пассажирами принадлежность террористов.
- Избегайте всего, что может привлечь к Вам внимание.
- Если среди пассажиров имеются плачущие дети или больные стонущие люди, не выражайте своего недовольства, держите себя в руках. Любая вспышка негативных эмоций может взорвать и без того накалённую обстановку.
- Не употребляйте спиртные напитки.
- Чтобы ни случилось, не пытайтесь заступиться за членов экипажа. Ваше вмешательство может только осложнить ситуацию.
- Никогда не возмущайтесь действиями пилотов. Экипаж всегда прав. Приказ бортпроводника - закон для пассажира.
- Не верьте террористам. Они могут говорить всё, что угодно, но преследуют только свои интересы.
- Ведите себя достойно. Думайте не только о себе, но и о других пассажирах.
- Если Вы увидели, что кто-то из членов экипажа покинул самолет, ни в коем случае не привлекайте к этому факту внимание других пассажиров. Действия экипажа могут заметить террористы.
- По возможности будьте готовы к моменту начала спецоперации по освобождению самолета, если по косвенным признакам почувствовали, что переговоры с ними не дали результата.
- Если будет предпринята спасательная операция, постарайтесь принять такое положение, чтобы террористы не смогли Вас схватить и использовать в качестве живого щита: падайте вниз, либо спрячьтесь за спинкой кресла, обхватив голову руками и оставайтесь там, пока Вам не разрешат подняться.

Замечание: Силы безопасности могут принять за террориста любого, кто движется.

- Покидайте самолет как можно быстрее. Не останавливайтесь, чтобы отыскать личные вещи.
- Будьте готовы к тому, что Вам предстоит отвечать на вопросы следователей, и заранее припомните детали произошедшего. Это поможет следствию и сэкономит Ваше собственное время.

Действия при угрозе совершения террористического акта

- Всегда контролируйте ситуацию вокруг себя, особенно когда находитесь на объектах транспорта, культурно-развлекательных, спортивных и торговых центрах.
- При обнаружении забытых вещей, не трогая их, сообщите об этом водителю, сотрудникам объекта, службы безопасности, органов милиции. Не пытайтесь заглянуть внутрь подозрительного пакета, коробки, иного предмета.
- Не подбирайте бесхозных вещей, как бы привлекательно они не выглядели. В них могут быть закамуфлированы взрывные устройства (в банках из-под пива, сотовых телефонах и т.п.). Не пинайте на улице предметы, лежащие на земле.
- Если вдруг началась активизация сил безопасности и правоохранительных органов, не проявляйте любопытства, идите в другую сторону, но не бегом, чтобы Вас не приняли за противника.
- При взрыве или начале стрельбы немедленно падайте на землю, лучше под прикрытие (бордюр, торговую палатку, машину и т.п.). Для большей безопасности накройте голову руками.

Случайно узнав о готовящемся теракте, немедленно сообщите об этом в правоохранительные органы.

Если вам стало известно о готовящемся или совершенном преступлении, немедленно сообщите об этом в органы ФСБ или МВД.