

ПАМЯТКА

по мерам безопасности и противодействию терроризму

Обращайте внимание на подозрительных людей, предметы, на любые подозрительные мелочи.

Сообщайте обо всем подозрительном сотрудникам правоохранительных органов. Особенно остерегайтесь людей, одетых явно не по сезону (если вы видите летом человека, одетого в плащ или толстую куртку - будьте внимательны - под такой одеждой террористы чаще всего прячут бомбы, лучше всего держаться от него подальше и обратить на него внимание сотрудников правоохранительных органов).

Остерегайтесь людей с большими сумками и чемоданами, особенно, если они находятся в месте, не подходящем для такой поклажи.

Будьте внимательны, постарайтесь запомнить приметы подозрительных людей, отличительные черты их лиц, одежду, имена, клички, возможные шрамы и татуировки, особенности речи и манеры поведения и т.д., не пытайтесь их останавливать сами – вы можете стать их первой жертвой.

Старайтесь удалиться на максимальное расстояние от тех, кто ведет себя неадекватно, нервозно, испуганно, оглядываясь, проверяя что-то в одежде или в багаже. Если вы не можете удалиться от подозрительного человека, следите за мимикой его лица (специалисты утверждают, что преступник, готовящийся к теракту, обычно выглядит чрезвычайно сосредоточено, губы плотно сжаты, либо медленно двигаются, как будто читая молитву).

Никогда не принимайте от незнакомцев пакеты и сумки, не оставляйте свои сумки без присмотра.

Ознакомьтесь с планом эвакуации, узнайте, где находятся резервные выходы из здания.

Если произошел взрыв, пожар, вы слышите сильный шум и крики – немедленно приступайте к эвакуации. Предупредите об этом соседей, возьмите с собой документы и деньги. Помещение покидайте организованно. Возвращайтесь в покинутое помещение только после разрешения ответственных лиц.

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

Старайтесь не поддаваться панике, что бы ни произошло.

ДЕЙСТВИЯ ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ ВЗРЫВООПАСНОГО ПРЕДМЕТА

Обнаружив подозрительную вещь в общественном транспорте, опросите пассажиров. Если хозяин не установлен, немедленно сообщите об этом водителю. Обнаружив бесхозный предмет в подъезде своего дома, опросите соседей. Если владелец не установлен, немедленно сообщите об этом отделение милиции. Обнаружив признаки установки взрывного устройства в учреждении, немедленно сообщите о находке администрации.

Не подходите к подозрительному предмету, не трогайте, не вскрывайте и не передвигайте его. Запомните время обнаружения подозрительного предмета, Предупредите людей, чтобы они отошли как можно дальше от опасной находки, Обязательно дождитесь специалистов, так как вы являетесь самым важным очевидцем

Помните! Для маскировки взрывных устройств чаще всего используются обычные бытовые предметы: сумки, пакеты, свертки, коробки, портфели, игрушки. Не предпринимайте самостоятельно никаких действий с подозрительными предметами - это может привести к многочисленным жертвам и разрушениям!

Если вы сотрудник организации, то незамедлительно оповестите начальника службы ГОиЧС, начальника ОГБУЗ «ПАБ» (если представляется возможным).

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ПРИ ВЗРЫВЕ

Если после взрыва в здании вы находитесь в состоянии и можете передвигаться, помогите тем людям, кому это необходимо. Сообщите о случившемся по телефонам «01», «02», «03». Покидать здание следует только в случае начавшегося пожара или угрозы обрушения конструкций. Как действовать, если вы попали после взрыва в завал.

Если есть возможность выбраться Осмотритесь, нет ли проемов, лазов, проемов. Осторожно выбирайтесь из завала, не вызывая нового. Выйдите на открытое место. Зарегистрируйтесь в штабе

Если нет возможности выбраться Постарайтесь укрепить завал (установите подпорки под конструкцию над вами). Постарайтесь перевернуться на живот, уберите острые, твердые и колющие предметы, укройтесь. Голосом и стуком привлекайте внимание спасателей.

Если получена травма (ранение) Оцените травму. Окажите себе посильную помощь.

Если тяжелым предметом придавило какую-либо часть тела, массируйте ее для поддержания циркуляции крови. Голосом и стуком привлекайте внимание спасателей. Подавать голосом в стуком сигналы спасателям лучше в «минуты тишины», когда приостанавливается работа спасательной техники и оборудования.

ДЕЙСТВИЯ ПРИ СТРЕЛЬБЕ (ОБСТРЕЛЕ)

Человека, случайно попавшего под обстрел, обычно охватывает паника и страх. Как правило, он не знает, что делать. У него появляется непреодолимое желание убежать от опасности. В таких ситуациях нельзя мешкать, а сразу предпринять определенные действия.

В ПОМЕЩЕНИИ (ОФИСЕ, КВАРТИРЕ) Ни в коем случае не подходите к окнам, так как опасность прямого попадания пули будет достаточно высока. Укройтесь в помещении, которое не имеет окон (ванная, туалет, холл). Это поможет вам уберечься от рикошета, так как пуля, залетевшая в окно или другой проем, может срикошетить от кирпичных и бетонных стен не один раз.

НА УЛИЦЕ Несмотря на то, что сразу же ложитесь и замрите. Осмотритесь, чтобы найти укрытие (канаву, бетонную урну, угол здания, подземный переход, бордюрный камень). Осторожно, лучше ползком переместитесь за Укрытие. Учтите, что неосторожным передвижением вы можете вызвать огонь, так как стреляющие могут принять вас за противника

Во всех случаях Если после перестрелки возникла необходимость оказать помощь раненым, громко предупредите их об этом. Иначе, находящиеся в шоковом состоянии люди могут продолжить стрельбу.

ДЕЙСТВИЯ ПРИ ПОСТУПЛЕНИИ УГРОЗЫ ПО ТЕЛЕФОНУ

Если у вас есть автоматический определитель номера, сразу же запишите определившийся номер телефона

При наличии звукозаписывающей аппаратуры запишите разговор, извлеките кассету (при наличии) и примите меры для сохранности записи. Если разговор записан на цифровой носитель – спрячьте его.

При отсутствии звукозаписывающей аппаратуры постарайтесь дословно запомнить разговор и немедленно запишите его на бумаге

По ходу разговора запоминайте такие детали, как пол и примерный возраст звонившего, особенности его речи (голос: громкий, тихий, низкий, высокий и т.д., речь: быстрая, медленная, внятная, невнятная, с заиканием, шепелявая, с акцентом или диалектом, с нецензурными выражениями, развязная и т.п.), звуковой фон (шум автодорог и или железнодорожного транспорта, звук телевизора или радио, другие голоса и т.д.)

По возможности во время разговора постарайтесь получить ответы на следующие вопросы:

- Кому, куда и по какому телефону звонят?
- Что от вас требуют и кто выдвигает эти требования?
- Когда и каким образом можно связаться со звонившим?
- Кому вы можете или должны сообщить о разговоре?

Зафиксируйте точное время начала и окончания разговора

Не бойтесь запугивания, по окончании разговора немедленно сообщите о нем в правоохранительные органы.

В ходе разговора постарайтесь склонить собеседника к тому, чтобы вам дали как можно больше времени для принятия решения или совершения каких-либо действий

Если вы сотрудник организации, то незамедлительно оповестите начальника службы ГОиЧС, начальника ОГБУЗ «ПАБ» (если представляется возможным).

ДЕЙСТВИЯ ЗАЛОЖНИКОВ ВО ВРЕМЯ ОПЕРАЦИИ СПЕЦСЛУЖБ ПО ИХ ОСВОБОЖДЕНИЮ

Займите положение лежа на полу лицом вниз, закройте голову руками и не двигайтесь до окончания операции

Если во время операции используется газ, защитите органы дыхания простейшими средствами защиты (шарфами, платками, косынками). Их необходимо сложить в несколько раз и смочить водой или другой жидкостью

Отнеситесь с пониманием, если во время штурма сотрудники спецслужб поступят с вами не совсем корректно до окончания идентификации всех лиц и выявления истинных преступников

После освобождения не допускайте скоропалительных заявлений, сначала успокойтесь, восстановите свои мысли и ознакомьтесь с информацией официальных источников

Ни при каких обстоятельствах во время операции по освобождению не бегите навстречу сотрудникам спецслужб или от них, так как в этом случае они могут принять вас за террориста!

ДЕЙСТВИЯ ПРИ ЗАХВАТЕ В ЗАЛОЖНИКИ

Захват, как правило, осуществляется внезапно и быстро в любом месте: на улице, в транспорте, в доме, в учреждении, на производственном предприятии. Чаще всего захват заложников происходит в транспорте. В связи с этим во время путешествия одевайтесь скромно и неброско. Не берите с собой материалы политической, религиозной, военного характера и по возможности документы, подтверждающие ваш социальный статус.

- Как можно быстрее возьмите себя в руки, не паникуйте, помните: **ваша цель - остаться в живых.**
- Если нет **полной** уверенности в успехе, не пытайтесь бежать.
- Располагайтесь подальше от окон, дверей и преступников (места рядом с ними наиболее опасны при проведении спецслужбами операции по освобождению).
- Если вы ранены, постарайтесь меньше двигаться, этим можно сократить потерю крови.
- В первые часы после захвата не высказывайте категорических отказов преступникам, не противоречьте им, позже не бойтесь обращаться к ним с просьбами о том, в чем нуждаетесь, постепенно повышая их уровень, **если террористы находятся в состоянии наркотического или алкогольного опьянения, по возможности ограничьте с ними любые контакты.**
- На совершение любых действий (сесть, встать, сходить в туалет, попить, поесть) без разрешения, спрашивайте разрешение, без раздумий и сопротивления отдавайте свои вещи, если этого требует террористы.
- При обращении с преступниками избегайте презрительного, вызывающего тона и поведения, которые могут вызвать гнев террористов и привести к человеческим жертвам.
- По возможности не допускайте прямого зрительного контакта с террористами, разговаривайте с ними спокойно, на вопросы отвечайте кратко.
- Если вас допрашивают, многословно и свободно разговаривайте только на второстепенные темы, соблюдайте осторожность в том случае, если затрагиваются важные государственные и личные вопросы, контролируйте те свои ответы, которые в последующем могут повредить вам и другим людям.
- Для поддержания сил ешьте все, что вам предлагают, даже ту пищу, которая категорически не нравится.
- Соблюдайте личную гигиену и чистоту, насколько позволяет ситуация.
- Наблюдайте за преступниками и постарайтесь запомнить, как можно больше информации о террористах (их количество, вооружение, имена, клички, приметы, особенности речи и манеры поведения, телосложения, тематику разговоров).

ДЕЙСТВИЯ ПРИ ПОЛУЧЕНИИ ПОДОЗРИТЕЛЬНОГО ПИСЬМА (БАНДЕРОЛИ, ПОСЫЛКИ)

Надо соблюдать осторожность с теми посланиями, которых вы не ждали, с незнакомым обратным адресом или вовсе без него. Подозрительными также являются слишком объемные, с неровными краями, самодельные и неаккуратно заклеенные конверты

Для письма, содержащего пластичное взрывчатое вещество, характерна необычная толщина (более 3 мм). Достаточно большой вес (не менее 50 г) и упругость.

На конверте могут быть пятна и проколы, Возможен специфический запах

Получателя должны насторожить надписи на корреспонденции «Вскрыть лично», «Лично в руки» и т.д., свидетельствующие о настойчивом желании отправителя вручить письмо конкретному лицу.

Особую осторожность надо соблюдать при получении писем, содержащий **белый порошок**.

ПОРЯДОК ДЕЙСТВИЙ ПРИ ПОЛУЧЕНИИ ПИСЬМА С БЕЛЫМ ПОРОШКОМ

Положите письмо на лист бумаги

Смочите любым бытовым моющим средством другой лист бумаги и накройте им письмо

Тщательно вымойте руки с мылом

Прополощите носоглотку мыльным раствором

Сообщите о получении письма в местное отделение милиции

Во всех случаях, получив подозрительную корреспонденцию, необходимо хорошенько проветрить помещение и сразу сообщить правоохранительным органам.

Если письмо получено в учреждении, необходимо срочно сообщить администрации, охране, или медицинскому персоналу.

Если вы сотрудник организации, то незамедлительно оповестите начальника службы ГОиЧС, начальника ОГБУЗ «ПАБ» (если представляется возможным).

Психологическая подготовленность человека к действиям в опасных и экстремальных ситуациях

Неподготовленный в психологическом плане человек, столкнувшись с реальной угрозой для жизни, перестает правильно оценивать ситуацию. Он думает, что опасность гораздо больше, чем есть на самом деле, и начинает представлять себе самые жуткие картины своего будущего.

В чрезвычайной обстановке важно, чтобы человек был в состоянии:

- принимать быстрые решения
- уметь импровизировать
- постоянно и непрерывно контролировать самого себя
- уметь различать опасности
- уметь распознать людей

- быть самостоятельным и независимым
- когда потребуется, быть твердым и решительным, но уметь подчиняться, если это необходимо
- определять и знать свои возможности и не падать духом
- в любой ситуации не сдаваться а пытаться найти выход

Каким же образом должен подготовить себя человек к тому, чтобы помочь себе выжить в опасной или экстремальной ситуации?

1. развивать у себя установку на выживание, т.е. на готовность к спокойным и целенаправленным действиям:
 - осознание («Я понимаю, где я оказался и что со мной происходит»)
 - оценка («Я не растеряюсь и не испугаюсь»)
 - поведение («Я вспоминаю все, что знаю и чему меня учили. Я буду терпеливым, внимательным и «наблюдательным»)
1. уметь анализировать свои поступки и действия, ошибки и промахи, чтобы в будущем их не повторять.
2. развивать и укреплять свои волевые качества (уверенность, настойчивость, целеустремленность, умение противостоять трудностям и преодолевать их).
3. научиться побеждать свой страх, заставить себя спокойно рассуждать и поставить перед собой цель - выжить во что бы то ни стало.

Чтобы побороть свой страх, необходимо:

- внимательно осмотреться, найти удобное положение, позволяющее расслабиться и успокоиться
- дышать глубоко и спокойно
- сосредоточившись на ближайших делах, размышлять и планировать свои дальнейшие действия.

ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ

В случае, если вы получили ранение, постарайтесь сами себе перевязать рану платком, полотенцем, шарфом, куском ткани. Остановите кровотечение прижатием вены к костному выступу или наложите давящую повязку, используя для этого ремень, платок, косынку, полосу прочной ткани. Окажите помощь тому, кто рядом с вами, но в более тяжелом положении.

Раны бывают резаные, колотые, огнестрельные, ожоговые, укушенные. Как правило, при ранении отмечается различной интенсивности кровотечение. Поэтому, оказывая первую помощь, следует остановить кровотечение.

При артериальном кровотечении кровь яркая, алая, выплескивается из артерии фонтаном. В случае сильного кровотечения на кисти или предплечье, необходимо максимально согнуть локтевой сустав; при кровотечении на стопе и голени – согнуть ногу в коленном суставе. При артериальном кровотечении на бедре – наложить жгут (закрутку) на ногу ниже паха; на плече – жгут чуть ниже плечевого сустава. При венозном кровотечении кровь истекает равномерной струей темного или почти черного цвета. Для остановки этого кровотечения достаточно максимально поднять конечность и наложить тугую повязку.

После остановки кровотечения края раны надо смазать раствором йода или зеленкой, прикрыть рану марлевой салфеткой или чистой тряпицей и наложить повязку бинтом, куском материи или поясом.

Боль при ранении может привести к шоковому состоянию пострадавшего. В этом случае, помимо остановки кровотечения необходимо: положить или усадить пострадавшего так, чтобы его руки и ноги были несколько приподняты; использовать обезболивающие средства; закутать пострадавшего, чтобы обеспечить максимальное тепло.

При оказании первой помощи в случаях ранения категорически нельзя: промывать рану, извлекать любые инородные тела, класть в рану вату, смоченную йодом.

В экстренных случаях можно просто взять кусок относительно чистой материи (носовой платок, кусок рубашки и т.д.), положить его в рану и крепко прижать рукой, держа так все время транспортировки в лечебное учреждение.

На небольшие ожоговые раны следует накладывать трехслойную повязку, если возможно, смоченную раствором фурацилина. Повязку необходимо прибинтовать к пораженному месту. Она присохнет, но отрывать ее нельзя, она будет сама отходить от раны по мере заживания.

При ранении в голову пострадавшего укладывают горизонтально, обеспечивают покой. Надо учитывать, что ранению в голову обычно сопутствует сотрясение мозга. Рану головы (исключая ранения лица) лучше не трогать. В случае получения ранения в лицо следует зажать рану стерильным тампоном, салфеткой или платком. При ранениях позвоночника пострадавшего необходимо обездвижить и уложить. После этого пострадавшего не следует трогать до прибытия медиков. В случае остановки дыхания и сердца пострадавшему нужно произвести непрямой массаж сердца и искусственное дыхание. Самостоятельная транспортировка такого раненого не рекомендуется.

Чрезвычайно опасны ранения в шею. Они могут осложняться повреждением гортани и повреждениями позвоночника, а также сонных артерий. В первом случае пострадавшего иммобилизуют, а во втором незамедлительно производят остановку кровотечения. Смерть от кровопотери при ранении сонной артерии может наступить в течение 10-12 секунд. Поэтому артерию пережимают пальцами, а рану немедленно туго тампонируют стерильным бинтом. Транспортировка такого пострадавшего должна осуществляться как можно более осторожно.

При ранениях в грудь и живот, для предотвращения попадания воздуха в плевральную и брюшную полости необходимо наложить на рану воздухонепроницаемую повязку - марлевую салфетку, обмазанную борной мазью или вазелином, кусок полиэтилена; в крайнем случае, плотно зажать рану ладонью. Пострадавшего усаживают в полусидячее положение. Надо учитывать, что остановка кровотечения затруднена.

ТЕЛЕФОНЫ СЛУЖБ ЭКСТРЕННОГО РЕАГИРОВАНИЯ Г.ТОМСКА

ЕДИНАЯ СЛУЖБА СПАСЕНИЯ - 01, 101

ДЕЖУРНАЯ ЧАСТЬ УВД по г. Томску - 02, 102

СКОРАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ - 03, 103

МКУ "Оперативно-дежурная служба г.Томска" - 005

ГИБДД - 66-44-22, 66-44-24

ПОИСКОВО-СПАСАТЕЛЬНАЯ СЛУЖБА - 003, 76-00-46

ГУ МЧС ПО ТО - 51-10-11

ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ ФСБ - 43-37-30

БЮРО РЕГИСТРАЦИИ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЕВ - 41-33-41

ГОРСЕТИ - 99-99-08

ТОМСКВОДОКАНАЛ - 90-50-90

СПТС ТФ ОАО ТКК-11(Магистральные сети) - 72-00-38

ГАЗОВАЯ СЛУЖБА - 04, 040

Санитарная милиция - 46-92-13

ОДС администрации Ленинского района - 51-76-90

Администрация Томской области - 51-05-05

ПРИЕМ РАЗБИТЫХ ГРАДУСНИКОВ (Елизаровых, 49) - 22-72-14

Подготовлено с использованием материалов Томского Центра Антиспид

УР по ГО и ЧС Петровой Л.И.