|  |
| --- |
|  |
| **Общие правила безопасности  Помните! Мировой и отечественный опыт свидетельствует, что подготовиться заранее к террористическому акту невозможно, поэтому следует быть настороже всегда. Следует проявлять особую осторожность на многолюдных мероприятиях с ты­сячами участников, в популярных развлекательных заведениях, гипермаркетах, метро и остановках общественного транспорта. Обращайте внимание на подозрительных людей, предметы, на любые подо­зрительные мелочи. Сообщайте обо всем подозрительном сотрудникам право­охранительных органов. Не принимайте от незнакомцев пакеты и сумки, коляски, не оставляйте свой багаж без присмотра. Добейтесь, чтобы в семье была постоянная информация о местах пребыва­ния всех ее членов, заранее продуманный план действий в случае возникнове­ния чрезвычайных обстоятельств, у всех должны быть записаны номера теле­фонов, адреса электронной почты, по возможности, общих знакомых по работе и учебе, совместного времяпровождения. В случае крупного теракта или чрезвычайной ситуации следует ограничен­но пользоваться средствами связи. Не занимайте без надобности линии связи в переговорах по мобильному и обычному телефону. При массовом количестве звонков ни сервер, ни АТС не справятся с нагрузкой. В результате даже экстрен­ные службы будут недоступны. В случае эвакуации возьмите с собой набор предметов первой необходимо­сти и документы. Необходимо назначить место, где вы сможете встретиться с членами вашей семьи в экстренной ситуации, с учетом возможностей прибыть туда различными видами транспорта. Всегда узнавайте, где находятся резервные выходы из помещения. Постарайтесь добиться от эксплуатационной компании, чтобы в вашем доме были укреплены и опечатаны входы в подвалы и на чердаки, установлен домо­фон, освобождены лестничные клетки и коридоры от загромождающих пред­метов. При террористической угрозе 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, ящиков и коробок. Если произошел взрыв, возник пожар, никогда не пользуйтесь лифтом. Старайтесь оставаться спокойными, что бы ни произошло, помните, что па­ника может спровоцировать террористов и ускорить теракт, а также помешать правоохранительным органам предотвратить преступление или уменьшить его последствия.  Помните! Как правило, террористы действуют скрытно, стараясь не попадаться на гла­за ни правоохранительным органам, ни простым гражданам. Тем не менее и их деятельность вполне может показаться необычной или подозрительной. Если признаки странного поведения не находят естественного объяснения, немед­ленно сообщите об этом в милицию. Подозрительные признаки: · подозреваемый чересчур сильно волнуется и нервничает или же неадек­ватно реагирует на обращение к нему с простыми вопросами; · он проявляет признаки связей и скрытых контактов с другими людьми, обращаясь к ним с различными намеками и подозрительными движениями; · его внешний вид очень непривычен, не соответствует его облику, он одет не по сезону (например: одет в теплую куртку или длинный плащ, хотя на улице стоит жара); · он привлекает внимание тем, что в его одежде может быть замаскировано оружие и боеприпасы. Обращайте внимание: · на небольшие группы людей, собравшихся с определенной целью, воз­можно агрессивно настроенных; · на сдаваемые или снимаемые квартиры, подвалы, подсобные помещения, склады, вокруг которых наблюдается необоснованная активность; · на подозрительные телефонные разговоры; · на необычные связи какого-либо лица с регионами России, СНГ, мира, откуда распространяется терроризм. Будьте внимательны, постарайтесь запомнить приметы этих людей, отличи­тельные черты их лиц, одежду, имена, клички, возможные шрамы и татуировки, особенности речи и манеру поведения, тематику разговоров и т. д. Не пытайтесь их останавливать сами, иначе вы можете стать их первой жертвой. В случае, если вы заметили подозрительное, проявите настойчивость в про­яснении ситуации, при необходимости привлеките близких, знакомых и сосе­дей. Не бойтесь показаться излишне мнительным. Это элементарная бдитель­ность, принятая во всех развитых странах мира. Все это предпринимается только в целях вашей безопасности и безопасности окружающих.  Помните! Следует остерегаться людей с большими сумками, баулами и чемоданами, особенно, если они находятся в необычном месте (например, с баулом в кино­театре или на празднике). Старайтесь удалиться на максимальное расстояние от тех, кто ведет себя неадекватно, нервозно, испуганно, суетливо и, оглядываясь, проверяет что-то в одежде или в багаже. Если вы не можете удалиться от подозрительного человека, следите за ми­микой его лица. Специалисты сообщают, что смертник, готовящийся к теракту, обычно выглядит чрезвычайно сосредоточенно, губы плотно сжаты, либо мед­ленно двигаются, как будто читая молитву. Ни в коем случае не поднимайте забытые вещи: сумки, пакеты, мобильные телефоны, кошельки. В любом из них может быть мина-сюрприз. 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. Никогда не принимайте от незнакомых лиц никаких подарков, не берите вещи с просьбой передать их другому человеку.  Как поступать с неизвестными предметами 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 представителей правоохранительных органов (помните, что вы являетесь очень важным очевидцем).  Помните! Места массового скопления людей, толпа сами по себе таят потенциаль­ную опасность в случае паники. По этой причине террористы часто выбирают их для атак. 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: · готовясь посетить места, где может возникнуть давка, заранее побеспокой­тесь об удобной и устойчивой обуви. Босоножки, туфли и сапоги на высоких каблуках, тем более на шпильках, здесь будут неуместны; · выберите наиболее безопасное место. Оно должно быть как можно дальше от середины толпы, трибун, звуковых установок, мачт освещения, 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, застегнуть одежду на все пуговицы и молнии, согнуть их в локтях, плотно прижать к животу; · нельзя держать руки в карманах; · 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. Подниматься следует, не опираясь ладонями о землю; · не привлекайте к себе внимание провоцирующими высказываниями и выкрикиванием лозунгов; · не приближайтесь к агрессивно настроенным лицам и группам; · не вмешивайтесь в происходящие стычки; · постарайтесь покинуть толпу.  Помните! Сообщение об 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 пожилым и тяжело больным людям; · обязательно закройте входную дверь на замок — это защитит квартиру от возможного проникновения воров; · не допускайте паники, истерик и спешки; · возвращайтесь в покинутое помещение только после разрешения ответ­ственных лиц; · включайте газ и электроэнергию после соответствующего разрешения.  Первая помощь в случае ранения 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. 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 или куском материи. 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 на рану и крепко прижать рукой, держа так во 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. Для спасения жизни получившего ранение в голову необходима квалифицированная медицинская помощь.  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 повреждения­ми гортани и позвоночника, а также сонных артерий. 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 помещают в полусидячее положение. Надо учитывать, что остановка кровотечения затруднена.  Советы психолога Страх перед террористическим насилием чаще всего совершенно несоразмерен реальному риску подвергнуться нападению. В результате появляется постоянное чувство тревоги, которое может в соответствующий момент перерасти в ужас, а он проявится физической слабостью, неподвижностью или паническим бегством. Такое угнетенное состояние затрудняет поиск выхода из экстремальной си­туации, вызывает чувство безнадежности, ведет к отказу от активного сопротив­ления, и даже от борьбы за собственную жизнь. Проанализируйте свое поведение в экстремальной ситуации. Возможно, оно характеризуется одним из следующих признаков: · дезорганизация поведения может проявиться в неожиданной утрате ранее приобретенных навыков, которые, казалось, были доведены до автоматизма. Некоторые люди в обычных условиях проявляют чудеса владения различными приемами самообороны, но в экстремальной ситуации вдруг напрочь забывают о них; · торможение действий характеризуется тем, что экстремальная ситуация может вызывать состояние оцепенения; · повышение скорости выражается в мобилизации всех ресурсов организма на преодоление экстремальной ситуации. При этом наблюдается четкость вос­приятия и оценки происходящего, совершаются адекватные ситуации действия. Эта форма реагирования, конечно же, самая желательная, однако она появля­ется, как правило, только при наличии определенных навыков и специальной подготовки.  Чтобы действовать адекватно в экстремальной ситуации, постарайтесь по возможности следовать следующему плану действий: · прежде чем принимать какое-то решение, проанализируйте ситуацию, в которой вы оказались;" · попробуйте, насколько это будет возможно, оценить человека, противо­стоящего вам, обратив внимание на его физические и психические данные, его настроение и возможные особенности в поведении; · приведите себя в состояние, которое позволит вам не только действовать, но и думать; · определите тактику своего поведения в зависимости от всего объема по­ступившей к вам информации и ведите себя в соответствии с ней. Многие допускают одну из двух ошибок - переоценивают свои возможности либо сильно их занижают. И то и другое делает вас потенциальной жертвой. Сле­довательно, необходимо уметь различать опасности действительные и мнимые, правильно оценивать людей и контролировать себя. Наконец, грустный совет, но психологически надо быть всегда готовым к применению насилия, что уже само по себе является эффективным средством защиты. Главное правило — понять, в какую ситуацию вы попали, насколько реальна угроза физического насилия и можно ли ее избежать. Ваше восприятие будет, прежде всего, зависеть от того, где вам угрожают. На­пример, если это ваша квартира, помните, что тот, кто угрожает, гораздо хуже ориентируется в обстановке, которая вам хорошо знакома. Если это помещение, в котором хозяином положения является угрожающий, само по себе незнание обстановки во многом может сковывать ваши действия. Экстремальная ситуа­ция может по-разному восприниматься и на улице. В темное время суток любая угроза воспринимается серьезнее, чем днем. Важна оценка количества людей, реально угрожающих вам. Характер взаи­моотношений между ними может подсказать, кто в группе главный, впервые ли эти люди совершают нападение, или они действуют как слаженная преступная группа. При непосредственном нападении следует принимать в расчет собственные физические возможности. Избегайте мгновенно реагировать на нападение на­сильственными действиями, особенно если преступники вооружены. В таком случае лучше не сопротивляться, хотя это и не кажется достойным выходом из ситуации. Практика показывает, что подвергшийся нападению имеет больше шансов выжить, если признает за преступником его превосходство. Прежде чем что-либо предпринимать, следует взвесить свои реальные возможности и воз­можные последствия. Постарайтесь не допустить паники. Для этого необходимо заставить себя не­которое время сохранять спокойствие, свободно и глубоко дышать. Если паника возникла на улице, и нет других угрожающих факторов, спокойно объясните си­туацию и выведите людей из опасного места. Как вести себя при терактах  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. Постарайтесь соблюдать спокойствие и не показывать своего страха. Не оказывайте террористам сопротивления, не пытайтесь вступать с ними в беседу, не стремитесь разжалобить их или отговорить от выполнения намеченного ими плана. Выполняйте их требования и не реагируйте на их действия в отношении других заложников. Не нарушайте установленных террористами правил, чтобы не спровоциро­вать ухудшения условий вашего содержания. Не следует, например, пробовать связаться с родными или правоохранительными органами. Если об этом станет известно вашим похитителям, они воспримут это как неподчинение и, как ми­нимум, сделают режим вашего содержания более жестким. Если вы сотрудник правоохранительных органов не при исполнении обязан­ностей, военнослужащий, пенсионер названных организаций или ЧОПа, поста­райтесь незаметно для террористов надежно спрятать документы, избавиться от вещей, показывающих вашу принадлежность к этим структурам и постарайтесь не навлекать на себя каких-либо подозрений. Может наступить такой момент, когда забота о состоянии собственного духа и тела покажется вам бессмысленной. Тем не менее в такой ситуации очень важ­но не забывать о личной гигиене, делать физические упражнения. Не забывайте о том, что террористы, захватившие вас, в любом случае обречены, это они очень хорошо знают и страдают не меньше. Нельзя позволять себе сосредоточиваться на переживаниях. Способов отвлечься существует немало: пытайтесь придумать себе какую-либо игру, вспоминать полузабытые стихотворения, анекдоты и т. п. Для верующих большим подспорьем является молитва. Пребывание в заложниках наносит психическую травму даже весьма стой­ким людям. Освобожденных нередко тяготит чувство вины и стыда, утрата са­моуважения, разного рода страхи. Помните, что это нормальная реакция для бывших заложников. Для возвращения к нормальной жизни требуется довольно длительный период. Заложники обычно находятся в условиях резкого ограничения свободы пере­мещения и отсутствия средств связи. Они не располагают информацией о том, что происходит во внешнем мире, как развиваются события вокруг захвата. Это осложняет принятие решений. Если заложнику разрешили вступить в контакт с родными, следует успокоить близких и попросить приложить максимум усилий для освобождения, а также при разговоре с родственниками надо объяснить, если вы имеете такую информацию, каковы требования похитителей.  Следует помнить, что: · только в момент захвата заложников есть реальная возможность скрыться с места происшествия; · настройтесь психологически, что моментально вас не освободят, но пом­ните, что освободят вас обязательно; · ни в коем случае нельзя кричать, высказывать свое возмущение, тем более угрожать; · если начался штурм, необходимо упасть на пол и закрыть голову рука­ми, старайтесь при этом занять позицию подальше от окон и дверных проемов. Наиболее безопасными местами являются межоконные простенки, укрытия за массивной мебелью, сейфами, однако в этих местах будут искать укрытия и тер­рористы; · держитесь подальше от террористов, потому что при штурме по ним будут стрелять снайперы; · если вы получили ранение, главное — постараться остановить кровоте­чение, перевязав рану. Окажите помощь тому, кто рядом, но в более тяжелом положении; · не следует брать в руки оружие, чтобы вас не перепутали с террористами; · не старайтесь самостоятельно оказать сопротивление террористам; · если на вас повесили бомбу, нужно без паники голосом или движением руки дать понять об этом сотрудникам спецслужб; · фиксируйте в памяти все события, которые сопровождают захват. Эта ин­формация будет очень важна для правоохранительных органов.  После освобождения Как отмечают специалисты, иногда не только люди, побывавшие в залож­никах, но и свидетели террористических атак нуждаются в помощи психологов. Чтобы облегчить возвращение к нормальной жизни и первых и вторых, их род­ственникам и знакомым рекомендуется соблюдать следующие правила: · нельзя делать вид, что ничего не произошло, но не следует и досаждать расспросами; · не следует пытаться быстро переключить внимание пострадавшего на что-то другое. Человек должен отдавать себе отчет в том, что с ним действительно что-то случилось, должен выразить свою реакцию; · даже если человек говорит, что он в полном порядке, это может означать, что неразрешенная психологическая проблема просто уходит вглубь и потом обязательно проявится снова; · не мешайте человеку «выговориться». Не нужно его останавливать, даже если он снова и снова рассказывает свою историю по очереди всем членам семьи и знакомым; · во время рассказа поощряйте выражение чувств. Если рассказчик начина­ет плакать — не останавливайте его, дайте выплакаться. При этом лучше обнять человека, дать ему физически почувствовать, что рядом с ним близкие люди; · мужчины в таких случаях часто выражают свою реакцию в виде гнева. Не мешайте выплеснуть этот гнев. В таком случае весьма полезно, если человек же­стикулирует, топает, или бьет кулаками подушку, ругается; · нельзя надолго оставлять пострадавшего одного, позволяя ему замыкаться в себе.  Безопасность в транспорте  Общие рекомендации Отечественный и зарубежный опыт показывает, что общественный транс­порт нередко подвергается атакам террористов. Чтобы избежать опасности или снизить возможный ущерб в случае теракта, необходимо следовать несложным правилам: · ставьте в известность водителя, сотрудников милиции или дежурных по станции об обнаруженных подозрительных предметах или подозрительных лицах; · стать объектом нападения больше шансов у тех, кто слишком броско одет, носит большое количество украшений или одежду военного покроя и камуф­ляжных расцветок; · чтобы не сделать себя мишенью террористов-фанатиков, избегайте об­суждения политических дискуссий, демонстративного чтения религиозных или порнографических изданий; · в случае захвата транспортного средства старайтесь не привлекать к себе особого внимания террористов; · в случае штурма безопаснее всего лежать на полу, а если это невозможно, необходимо держаться подальше от окон; · любого, кто держит в руках оружие, антитеррористическая группа при­нимает за террориста. Не прикасайтесь к оружию или другому имуществу тер­рористов. По возможности постарайтесь не двигаться до полного завершения операции.  В самолете Несмотря на относительно высокую защищенность авиационного транс­порта, нередко воздушные суда оказываются захваченными террористами. Есть несколько общих правил, выполнение которых повысит безопасность вашего путешествия: · выбирая авиакомпанию, отдавайте предпочтение той, которая наилуч­шим образом обеспечивает безопасность пассажиров; · по возможности пользуйтесь прямыми рейсами, не предполагающими промежуточных посадок; · покидайте самолет при промежуточных посадках. Во время такой стоян­ки, как показывает опыт, террористы могут попытаться прорваться на борт; · старайтесь не привлекать к себе особого внимания: не читайте религиоз­ных, политических или эротических изданий, не обсуждайте соответствующие темы. Выбирайте неброскую одежду, не похожую цветом и кроем на военную, оставляйте на себе минимум украшений, избегайте употребления алкоголя.   Если самолет уже захвачен, помните, что любая пауза или затяжка времени играет в пользу заложников. Поэтому: · не пытайтесь оказать сопротивление — в самолете может оказаться сооб­щник террористов, который может привести в действие взрывное устройство; · выполняйте указания террористов, отдайте им вещи, которые они требуют; · не смотрите им в глаза, не реагируйте на их поведение, даже если оно ка­жется вам чрезмерно вызывающим. Старайтесь не привлекать к себе их внима­ние, особенно тех, которые кажутся наиболее опасными; · не реагируйте на провокационное и вызывающее поведение; · если у вас есть документы, представляющие интерес для террористов, спрячьте их; · не делайте резких движений, не повышайте голос. Если собираетесь пере­двинуться или достать что-либо из своей сумки или портфеля, спрашивайте раз­решения; · если начинается стрельба, ни в коем случае никуда не бегите, лягте на пол, укройтесь за сиденьем.  Штурм, как правило, происходит очень быстро. При этом важно не шеве­литься, лечь на пол и выполнять требования группы захвата. Не следует бро­саться навстречу спецназовцам — тех, кто в такой момент остается стоять или держит в руках предметы, похожие на оружие, спецназ воспринимает как тер­рористов. Покидать самолет можно только после соответствующего приказа, при этом не следует терять время на поиск одежды или личных вещей - террористы могут оставить после себя взрывное устройство.  В поезде и в метро Общие правила, которые помогут вам минимизировать опасность, следую­щие: · если есть возможность, лучше занимать места в вагонах в середине соста­ва, так как они в случае аварий страдают меньше остальных; · при обнаружении оставленных кем-то вещей, не трогайте их, а по­ставьте об этом в известность сотрудников милиции или метрополитена. В любом случае от подозрительных вещей лучше находиться на максимально далеком расстоянии. Кроме того, следует помнить, что в вагоне метро лучше стоять, чем сидеть, так как взрывные устройства могут быть спрятаны под сиденьями. В случае взрыва после террористического акта и остановки поезда в тоннеле необходимо пользоваться следующими правилами: · откройте дверь вагона, но ни в коем случае не пытайтесь сразу покинуть его. Это можно делать только после того, как будет отключен контактный рельс. О том, что напряжение отключено, и в каком направлении двигаться, должен сообщить машинист; · избегайте прикосновений к металлическим частям вагона. Если тоннель заполнен дымом, закройте рот и нос тканью и постарайтесь лечь на пол вагона. Это поможет вам не задохнуться; · если обстоятельства позволяют, дождитесь спасателей. В случае поездки в поезде общие принципы обеспечения безопасности те же, что и в метро, однако есть и ряд специфических особенностей: · старайтесь приобрести билеты в вагоны, находящиеся в середине состава; · при условии, что места в поезде сидячие, предпочтительны те, которые расположены против движения поезда; · если попутчики вызывают у вас недоверие, старайтесь не засыпать; · не выключайте свет в купе, дверь держите закрытой.  В автобусах Основные меры личной безопасности, которые необходимо соблюдать при передвижении на общественном наземном транспорте (автобусы, троллейбусы, трамваи) во многим схожи с теми мерами, которые надо применять, находясь в поезде или самолете. Есть, правда, и некоторые особенности: · внимательно осмотрите салон, чтобы убедиться в отсутствии подозритель­ных предметов и личностей, а также запомните, где находятся экстренные вы­ходы, огнетушитель; · штурм спецназом общественного наземного транспортного средства про­исходит намного быстрее, чем штурм самолета; · если вы чувствуете, что штурм неизбежен, старайтесь держаться подальше от окон, чтобы не мешать снайперам стрелять по террористам.  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. Ребенок никогда не выполнит требование, если вы сами не будете четко его выполнять. Если хотите научить ребенка правилам безопасно­сти, прежде всего, сами выполняйте их. Если вы намерены пойти на массовое мероприятие, на гуляния, на рынок или в супермаркет, нужно быть готовым к чрезвычайным ситуациям. Для этого надо надеть на ребенка яркую, заметную издалека одежду, целесообразно поло­жить в его карманы записку с указанием фамилии, адреса и телефон для связи, медикаментозными противопоказаниями. Возьмите с собой фотографии ребен­ка. Покажите ему приметное место, где вы с ним можете встретиться, если по­теряете друг друга. Не разрешайте ребенку держать вас за юбку, рукав или ручку сумки, держите его за руку сами.** |