

ПРАВИЛА АНТИТЕРРОРИСТИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

- Обращать внимание на подозрительных людей, бесхозные вещи. Сообщать обо всём, вызывающем подозрение, сотрудникам школы, службе охраны, правоохранительным органам.



- Не принимать от незнакомых людей пакеты и сумки, не оставлять багаж без присмотра.

- Вам и членам семьи должны быть известны: план действий и место встречи в чрезвычайных ситуациях; номера телефонов, адреса электронной почты близких и родственников.



- В случае эвакуации взять с собой предметы первой необходимости и документы.

- Знать резервные выходы из помещения.



- Обращать внимание на прилегающую территорию.
- В случае взрыва не пользоваться лифтом.
- Не поддаваться панике.
- По возможности дожидаться спасателей.

Антитеррористическая
безопасность

НАУЧИТЕСЬ следовать правилам!
ПОМНИТЕ: ваша безопасность
зависит от вас!

ПАМЯТКА ПО АНТИТЕРРОРУ

СПОСОБЫ ДЕЙСТВИЯ ТЕРРОРИСТОВ:

- ВЗРЫВЫ В ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ
- ЗАХВАТ ЗАЛОЖНИКОВ
- ПОХИЩЕНИЯ ЛЮДЕЙ
- ДИВЕРСИИ
- ПОДЖОГИ

МЕСТА ЗАКЛАДКИ:

- БЕСХОЗНЫЕ ГАРАЖИ, КОНТЕЙНЕРЫ, АВТОМОБИЛИ, НАХОДЯЩИЕСЯ В ЖИЛЫХ МАССИВАХ
- ЗДАНИЯ, СООРУЖЕНИЯ, УЧАСТКИ ДОРОГ В МЕСТАХ ПРЕБЫВАНИЯ ЛЮДЕЙ

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ ОПАСНЫХ ПРЕДМЕТОВ:

- НЕ ТРОГАЙТЕ БЕСХОЗНЫЕ ВЕЩИ И НЕИЗВЕСТНЫХ ПРЕДМЕТЫ
- ПРЕДУПРЕДИТЕ О ВОЗМОЖНОЙ УГРОЗЕ ОКРУЖАЮЩИХ
- ОТОЙДИТЕ НА БЕЗОПАСНОЕ РАССТОЯНИЕ
- СРОЧНО СООБЩИТЬ В ПРАВООХРАНИТЕЛЬНЫЕ ОРГАНЫ

Информационный буклет подготовлен на основании рекомендаций по правилам личной безопасности
Национального антитеррористического комитета России - <http://nac.gov.ru/>

ПАМЯТКА ДЛЯ ДЕТЕЙ

ВАЖНО ЗНАТЬ

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.

При обнаружении взрывоопасного предмета или предмета, похожего на него необходимо:

- Немедленно сообщить об опасной находке взрослым и в правоохранительные органы по телефону «112»;
- Запомнить место и время обнаружения;
- Постараться сделать все возможное, чтобы люди отошли как можно дальше от находки.

Категорически запрещается:

- прикасаться, трогать или перемещать подозрительный предмет и другие предметы, находящиеся с ними в контакте с места на место;
- наносить удары (ударять по корпусу, а также один боеприпас о другой);
- закапывать в землю или бросать в водоём;
- пользоваться электро-, радиоаппаратурой, телефонами и другими гаджетами вблизи обнаруженного предмета;
- предпринимать попытки к разборке найденного подозрительного предмета;
- бросать в костёр или разводить огонь вблизи него.

ВНИМАНИЕ, ТЕРРОРИЗМ!

ПРИ УГРОЗЕ ТЕРРАКТА



ПРИ СОВЕРШЕНИИ ТЕРРАКТА



ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ ВЗРЫВНОГО УСТРОЙСТВА



В СЛУЧАЕ ЗАХВАТА В ЗАЛОЖНИКИ

-
- ☐ НЕ ПАНИКОВАТЬ. РАЗГОВАРИВАТЬ СПОКОЙНЫМ ГОЛОСОМ
 - ☐ НЕ ОКАЗЫВАТЬ СОПРОТИВЛЕНИЕ, НЕ ПРИВЛЕКАТЬ ВНИМАНИЕ
 - ☐ НЕ ВЫСКАЗЫВАТЬ НЕНАВИСТЬ К ТЕРРОРИСТАМ, ВЫПОЛНЯТЬ ИХ УКАЗАНИЯ
 - ☐ ЕСЛИ НЕТ УВЕРЕННОСТИ В УСПЕХЕ ПОБЕГА, НЕ ПЫТАЙТЕСЬ БЕЖАТЬ
 - ☐ СОХРАНЯТЬ УМСТВЕННУЮ И ФИЗИЧЕСКУЮ АКТИВНОСТЬ, НЕ ПРЕНЕБРЕГАТЬ ПИЩЕЙ
 - ☐ ЖЕЛАТЕЛЬНО ЗАЯВИТЬ О ПЛОХОМ САМОЧУВСТВИИ, ЗАПОМНИТЬ БОЛЬШЕ ИНФОРМАЦИИ О ТЕРРОРИСТАХ
 - ☐ РАСПОЛАГАТЬСЯ КАК МОЖНО ДАЛЬШЕ ОТ ТЕРРОРИСТОВ, ОКОН И ДВЕРЕЙ ПОМЕЩЕНИЯ
 - ☐ ПРИ ШТУРМЕ ЛЕЖЬ НА ПОЛ ЛИЦОМ ВНИЗ, СЛОЖИВ РУКИ НА ЗАТЫЛКЕ
-
- © 2008 г. Издательство «Просвещение»



ПАМЯТКА ПО АНТИТЕРРОРУ



ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ ВЗРЫВООПАСНОГО ПРЕДМЕТА

Если вы обнаружили самодельное взрывное устройство, гранату снаряд, и т. п.:

- не подходите близко и не позволяйте другим людям прикасаться к предмету;
- немедленно сообщите о находке в полицию **02, 112, 020** с мобильного;
- не трогайте, не вскрывайте и не перемещайте находку;
- запомните все подробности связанные с моментом обнаружения предмета;
- дождитесь прибытия оперативных служб.

Признаками взрывного устройства могут быть:

- натянута проволока, шнур и т. д.;
- провода или изоляционная лента неизвестного назначения;
- бесхозный предмет обнаруженный в машине, в подъезде, у дверей квартиры, в общественном транспорте, в местах скопления людей.



ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ПРИ ЗАХВАТЕ И УДЕРЖАНИИ ЗАЛОЖНИКОВ

- беспрекословно выполнять требования террористов если они не несут угрозы вашей жизни и здоровью.
- Постарайтесь отвлечься от неприятных мыслей.
- Осмотрите место, где вы находитесь, отметьте пути отступления укрытия.
- Старайтесь не выделяться в группе заложников.
- Если вам необходимо встать, перейти на другое место, спрашивайте разрешения.
- Старайтесь занять себя: читать, писать и т.д.
- Не употребляйте алкоголь.
- Отдайте личные вещи, которые требуют террористы.
- При стрельбе ложитесь на пол или укройтесь, но не куда не бегите.
- При силовом методе освобождения заложников, четко выполняйте все распоряжения представителей спецслужб.

Немедленно сообщите о поступившей угрозе в правоохранительные органы. Только так можно предупредить террористический акт!

02

112

020

ПРИ ЭВАКУАЦИИ В СЛУЧАЕ УГРОЗЫ ТЕРРОРИСТИЧЕСКОГО АКТА

Получив извещение о начале эвакуации, каждый гражданин обязан собрать все необходимые документы и вещи.

На одежде и белье детей дошкольного возраста желательно сделать вышивку с указанием фамилии, имени, отчества ребенка, года рождения, места постоянного жительства.

Уходя из квартиры, необходимо выключить все осветительные и нагревательные приборы, закрыть краны водопроводной и газовой сети, окна и форточки.

Эвакуируемые не имеют права самостоятельно без разрешения местных органов власти выбирать пункты и место эвакуации. Все эвакуируемые должны оказывать друг другу помощь.

ЕСЛИ ВЫ СТАЛИ СВИДЕТЕЛЕМ ТЕРРОРИСТИЧЕСКОГО АКТА (ВЗРЫВА)

- Немедленно сообщите о находке в полицию **02, 112, 020** с мобильного;
- Успокойтесь и успокойте людей находящихся рядом;
- Передвигайтесь осторожно не трогайте поврежденные конструкции;
- Находясь внутри помещения не пользуйтесь открытым огнем;
- По возможности окажите помощь пострадавшим;
- Беспрекословно выполняйте указания сотрудников спецслужб и спасателей.

АНТИТЕРРОР

Общие правила безопасности:

- 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.
- Всегда узнавайте, где находятся резервные выходы из помещения.
- В доме надо укрепить и опечатать входы в подвалы и на чердаки, установить домофон, освободить лестничные клетки и коридоры от загромождающих предметов.
- 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.

Эвакуация:

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, 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.

Если обнаружен подозрительный предмет:

- Не подходите к обнаруженному предмету, не трогайте его руками и не подпускайте к нему других.
- Исключите использование радиосвязи, мобильных телефонов, других радиосредств, способных вызвать срабатывание радио-взрывателя.
- Дождитесь прибытия представителей правоохранительных органов.
- Укажите место нахождения подозрительного предмета.

При обнаружении подозрительных предметов немедленно сообщите в дежурные службы МВД, ФСБ, МЧС.

Телефоны дежурных служб территориальных органов:

- Единая служба спасения – 01,112
- Единая дежурно-диспетчерская служба – 8-846-57-2-20-58
- Скорая помощь - 03

Внимание!

Обезвреживание обнаруженных взрывоопасных предметов производится только специалистами МВД, ФСБ, МЧС.

**АНТИ
ТЕРРОР**

ПАМЯТКА

ПО ОБЕСПЕЧЕНИЮ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ВОЗНИКНОВЕНИИ ОБЩЕСТВЕННЫХ БЕСПОРЯДКОВ И УГРОЗЕ ЗАХВАТА ЗАЛОЖНИКОВ

В целях личной безопасности, безопасности других людей при возникновении общественных беспорядков и угрозе захвата заложников необходимо немедленно сообщить о беспорядке по телефонам



02

112

Если Вы захвачены преступниками заложником:

- **не подвергайте себя излишнему риску и ограничьте всякие контакты с преступниками, особенно если они находятся в состоянии алкогольного или наркотического опьянения;**
- **будьте покладисты, спокойны и, по возможности, миролюбивы. Внимательно следите за поведением преступников и их намерениями;**
- **при первой же возможности постарайтесь сообщить о своем местонахождении родным или в полицию;**
- **не падайте духом и в случае удобной и безопасной возможности спасайтесь бегством; во время освобождения группой захвата лучше всего лечь на пол подальше от окон и дверей или укрыться (спрятаться).**

Чтобы уменьшить риск похищения следует придерживаться следующих мер предосторожности:

- **хорошо знать район, где Вы проживаете, его уединенные участки;**
- **выбирать маршрут для движения, проходящий через оживленные и хорошо освещенные улицы;**
- **идя по маршруту, стараться держаться на расстоянии от подъездов и подворотов, а также от незнакомых людей, выглядящих подозрительно;**
- **если чувствуете, что кто-то преследует Вас, не стесняйтесь повернуться и проверить свои подозрения. В том случае если эти подозрения подтвердились, меняйте направление, темп ходьбы или спасайтесь бегством;**
- **не садитесь к незнакомым и мало знакомым людям в автомобиль;**
- **если Вы подверглись нападению с целью похищения, поднимите как можно больше шума, чтобы привлечь внимание окружающих и постарайтесь отбиться от нападающих.**



В рамках реализации долгосрочной целевой программы «Профилактика терроризма и экстремизма в городе Нижневартовске на 2012-2014 г.г.»



ПАМЯТКА УЧАЩИМСЯ ШКОЛЫ



**В ЦЕЛЯХ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ
ТЕРРОРИСТИЧЕСКИХ АКТОВ
УЧАЩИМСЯ РЕКОМЕНДУЕТСЯ СОБЛЮДАТЬ
СЛЕДУЮЩИЕ ПРАВИЛА**

- 1. НЕ ТРОГАЙ НЕИЗВЕСТНЫЕ ТЕБЕ ПРЕДМЕТЫ**
- 2. ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ НЕИЗВЕСТНЫХ
ПРЕДМЕТОВ, ПОДОЗРИТЕЛЬНЫХ ВЕЩЕЙ
НЕМЕДЛЕННО СООБЩИ
ЛЮБОМУ ВЗРОСЛОМУ СОТРУДНИКУ ШКОЛЫ
ИЛИ ВЗРОСЛОМУ ЧЕЛОВЕКУ.**
- 3. НЕ ВЫПОЛНЯЙ ПРОСЬБЫ НЕЗНАКОМЫХ ЛИЦ.**
- 4. НЕ ПРИНИМАЙ ПОДАРКОВ ОТ
НЕЗНАКОМЫХ ЛЮДЕЙ.**
- 5. НЕ СОГЛАШАЙСЯ ПЕРЕДАТЬ
КАКИЕ ЛИБО ВЕЩИ ДРУГОМУ ЧЕЛОВЕКУ
ОТ НЕЗНАКОМЫХ ЛИЦ.**
- 6. НЕ САДИСЬ В МАШИНУ, ЛИФТ
С НЕЗНАКОМЫМИ ЛЮДЬМИ.**
- 7. НЕ СООБЩАЙ О СЕБЕ, СВОИХ РОДСТВЕННИКАХ
НИКАКИХ СВЕДЕНИЙ НЕЗНАКОМЫМ ЛИЦАМ,
В ТОМ ЧИСЛЕ ПО ТЕЛЕФОНУ.**



АНТИТЕРРОР

памятка по безопасности

«Если ты обнаружил подозрительный (взрывоопасный) предмет»

Признаками взрывоопасных предметов могут быть:

- бесхозная сумка, портфель, коробка, сверток, какой-либо предмет, обнаруженный в школе, в подъезде, у дверей квартиры, под лестницей, в машине и общественном транспорте;
- натянутая проволока или шнур;
- провода или изолирующая лента, свисающие под машиной.

Запомните, что в качестве прикрытия, маскировки для взрывных устройств используют обычные бытовые предметы: сумки, пакеты, свертки, коробки, игрушки и т. п.

Во всех перечисленных случаях необходимо:

- не трогать, не вскрывать, не перекладывать находку;
- отойти на безопасное расстояние;
- сообщить о находке учителю, родителям, сотруднику полиции, водителю, кондуктору, охраннику магазина.

Заходя в подъезд дома, всегда обращай внимание на бесхозные предметы. Не трогай их!!! Сообщи о них в полицию!!!



АНТИТЕРРОР

памятка по безопасности

«Если ты дома один»

1. Попроси своих друзей и знакомых, чтобы они предупреждали тебя о своем визите по телефону.
2. Если звонят в вашу квартиру, не спеши открывать дверь, сначала посмотри в глазок и спроси, кто это (независимо от того, один ты дома или с близкими).
3. На ответ «Я» дверь не открывай, попроси человека назваться.
4. Если он представляется знакомым твоих родных, которых в данный момент нет дома, не открывая двери, попроси его прийти в другой раз и позвони родителям.
5. Если человек называет незнакомую тебе фамилию, говоря, что ему дали этот адрес, не открывая двери, объясни ему, что неправильно записал нужный ему адрес и позвони родителям.
6. Если незнакомец представился работником ЖКХ, почты или другого учреждения сферы коммунальных услуг, попроси его назвать фамилию и причину прихода, затем позвони родителям и выполни их указания.
7. Если пришедший представился сотрудником отдела внутренних дел (полиции), не открывая двери, попроси прийти его в другое время, когда родители будут дома, и сообщи им.
8. Если незнакомец попросил воспользоваться телефоном для вызова полиции или «скорой помощи», не спеши открывать дверь; уточнив, что необходимо сделать, сам вызови нужную службу.
9. Если на лестничной площадке собралась компания, распивающая спиртные напитки и мешающая твоему отдыху, не вступай с ней в конфликт, а вызови полицию.
10. Вынося мусорное ведро или отправляясь за газетой, посмотри сначала в глазок, нет ли посторонних лиц вблизи твоей квартиры; выходя, запри дверь.
11. В дверях квартиры не оставляй записки о том, куда и на сколько ты ушел.

Дом будет твоей крепостью, если ты сам будешь заботиться о своей безопасности.



ТЕРРОРИЗМ

УГРОЗА ОБЩЕСТВУ

Захват заложников.

Перестрелка.

ЕСЛИ ВЫ ОКАЗАЛИСЬ В ЗАЛОЖНИКАХ:

НЕ ОКАЗЫВАЙТЕ СОПРОТИВЛЕНИЯ. ВЫПОЛНЯЙТЕ ВСЕ ТРЕБОВАНИЯ ПРЕСТУПНИКОВ. НЕ ВОЗРАЖАЙТЕ ИМ. НЕ ДОПУСКАЙТЕ ИСТЕРИКИ И ПАНИКИ. НЕ РИСКУЙТЕ СВОЕЙ ЖИЗНЬЮ И ЖИЗНЬЮ ОКРУЖАЮЩИХ. НЕ РЕАГИРУЙТЕ НА УНИЖЕНИЯ И ОСКОРБЛЕНИЯ. НЕ ВЕДИТЕ СЕБЯ ВЫЗЫВАЮЩЕ. НЕ ДОПУСКАЙТЕ ДЕЙСТВИЙ, КОТОРЫЕ МОГУТ СПРОВОЦИРОВАТЬ НАПАДАЮЩИХ К ПРИМЕНЕНИЮ НАСИЛИЯ И ОРУЖИЯ. СТАРАЙТЕСЬ НЕ ПРИВЛЕКАТЬ К СЕБЕ ВНИМАНИЯ. НЕ РАЗМАХИВАЙТЕ РУКАМИ И НЕ ПЫТАЙТЕСЬ БЕЖАТЬ. ПРЕЖДЕ ЧЕМ ЧТО-ЛИБО СДЕЛАТЬ, СПРОСИТЕ РАЗРЕШЕНИЯ. ЕСЛИ ВЫ РАНЕНЫ, ПОСТАРАЙТЕСЬ НЕ ДВИГАТЬСЯ. ЗАПОМНИТЕ КАК МОЖНО БОЛЬШЕ О ТЕРРОРИСТАХ, ИХ ЧИСЛО, ВНЕШНИЙ ВИД, ПРИМЕТЫ, ОСОБЕННОСТИ ПОВЕДЕНИЯ. ОСМОТРИТЕСЬ И ВЫБЕРИТЕ МЕСТА ВОЗМОЖНОГО УКРЫТИЯ ПРИ ШТУРМЕ.



**ПРИ ВАШЕМ ОСВОБОЖДЕНИИ ЛЕЖИТЕ НА ПОЛУ ЛИЦОМ ВНИЗ
(В ТРАНСПОРТЕ МЕЖДУ КРЕСЛАМИ).**

ПО ВОЗМОЖНОСТИ ДЕРЖИТЕСЬ ПОДАЛЬШЕ ОТ ОКОН И ДВЕРЕЙ.

**НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ НЕ ВЫБЕГАЙТЕ НАВСТРЕЧУ
СПЕЦСЛУЖБАМ ИЛИ ОТ НИХ. ВАС МОГУТ ПРИНЯТЬ ЗА ПРЕСТУПНИКОВ.**

НЕ ДЕРЖИТЕ НИЧЕГО В РУКАХ. СЛОЖИТЕ РУКИ НА ЗАТЫЛКЕ.

**О НАЧАЛЕ ШТУРМА МОГУТ СВИДЕТЕЛЬСТВОВАТЬ РЕЗКИЙ ШУМ
(СИРЕНА, ВЗРЫВ, ХЛОПОК) ИЛИ ЗАТЯНУВШАЯСЯ ПАУЗА В ХОДЕ ПЕРЕГОВОРОВ.**

ЕСЛИ ВЫ СТАЛИ СВИДЕТЕЛЕМ ПЕРЕСТРЕЛКИ:



ЕСЛИ ВЫ СЛУЧАЙНО ОКАЗАЛИСЬ ПРИ ПЕРЕСТРЕЛКЕ НА УЛИЦЕ СРАЗУ ЛЯГТЕ И ОСМОТРИТЕСЬ. ВЫБЕРЕТЕ БЛИЖАЙШЕЕ УКРЫТИЕ (БЕТОННЫЙ СТОЛБ, ПАМЯТНИК, ПОДЗЕМНЫЙ ПЕРЕХОД, КАНАВУ, БОРДЮР, ПОДЪЕЗД, ВЫСТУП ЗДАНИЯ) И ПРОБЕРИТЕСЬ К НЕМУ, НЕ ПОДНИМАЯСЬ В ПОЛНЫЙ РОСТ. НЕ ПОКИДАЙТЕ УКРЫТИЯ ДО ОКОНЧАНИЯ ПЕРЕСТРЕЛКИ. ПРИМИТЕ МЕРЫ ПО СПАСЕНИЮ ДЕТЕЙ. ПО ВОЗМОЖНОСТИ СООБЩИТЕ О ПРОИСХОДЯЩЕМ В ПОЛИЦИЮ. ЕСЛИ ВЫ РАНЕНЫ, НЕ ДВИГАЙТЕСЬ, ЭТИМ ВЫ ПРЕДОТВРАТИТЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНУЮ ПОТЕРЮ КРОВИ.

**ЗАВЕДОМО ЛОЖНОЕ СООБЩЕНИЕ ОБ АКТЕ ТЕРРОРИЗМА, В СООТВЕТСТВИИ СО СТ. 207 УК РФ,
НАКАЗЫВАЕТСЯ ШТРАФОМ В РАЗМЕРЕ ДО 200 000 РУБЛЕЙ ИЛИ В РАЗМЕРЕ
ЗАРАБОТНОЙ ПЛАТЫ ИЛИ ИНОГО ДОХОДА ОСУЖДЕННОГО ЗА ПЕРИОД ДО 18 МЕСЯЦЕВ,**

**ЛИБО ОБЯЗАТЕЛЬНЫМИ РАБОТАМИ НА СРОК ОТ 180 ДО 240 ЧАСОВ,
ЛИБО ИСПРАВИТЕЛЬНЫМИ РАБОТАМИ НА СРОК ОТ 1 ГОДА ДО 2 ЛЕТ,**

**ЛИБО АРЕСТОМ НА СРОК ОТ 3 ДО 6 МЕСЯЦЕВ,
ЛИБО ЛИШЕНИЕМ СВОБОДЫ НА СРОК ДО 3 ЛЕТ.**



БЕЗОПАСНОСТЬ АНТИТЕРРОРИСТИЧЕСКАЯ

ЕСЛИ ОКАЗАЛСЯ В ЗАЛОЖНИКАХ:

-  **Не паникуй!**
-  **Не провоцируй нападающих, не води себя вызывающе!**
-  **Терпи лишения, не смотри в глаза преступнику!**
-  **Выполняй требования преступников, не противоречь им, не рискуй своей жизнью и жизнью окружающих!**
-  **Будь внимателен, постарайся запомнить приметы преступников!**



Телефон службы спасения:

112



При получении информации о готовящемся террористическом акте **НЕОБХОДИМО** немедленно сообщить об имеющейся информации по телефонам

02

112

- При этом сообщить: время, место, обстоятельства получения информации, кто передал информацию о готовящемся террористическом акте и, по возможности, дословное ее содержание.
- Немедленно принять меры к эвакуации людей из зоны предполагаемого террористического акта, оцеплению опасной зоны, недопущению в нее людей и транспорта.
- По прибытии сотрудников полиции и специальных служб действовать в соответствии с указаниями ответственного руководителя.

ПАМЯТКА

по обеспечению безопасности при угрозе совершения террористического акта
Категорически ЗАПРЕЩАЕТСЯ:



- Передавать ложную, искаженную информацию о готовящемся террористическом акте.
- Обследовать зону предполагаемого террористического акта с целью обнаружения подозрительных предметов.
- Пользоваться электро радио- аппаратурой, переговорными устройствами вблизи зоны оцепления.



КАК ПОЗВОНИТЬ В ЭКСТРЕННЫЕ СЛУЖБЫ:

112

единый номер вызова экстренных оперативных служб для приема сообщений о пожарах и чрезвычайных ситуациях

01 или 101

пожарная часть

02 или 102

полиция

03 или 103

скорая помощь

04 или 104

газовая служба

Любой человек должен правильно ориентироваться в вопросах обеспечения личной безопасности в условиях угрозы террористических проявлений, четко действовать в экстремальных и чрезвычайных ситуациях, точно представлять свое поведение при угрозе теракта или при совершённом террористическом нападении, психологически быть готовым к самозащите.



6+

ФГОС



ЗНАЙ И СОБЛЮДАЙ ЭТИ ПРАВИЛА!

ПАМЯТКА УЧЕНИКУ

ПО АНТИТЕРРОРИСТИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ



ИЮНЬ-868
ООО ТД «Учитель-Канц»
400079, Волгоград, ул. Кирова, 143,
тел.: 894421 42-25-56,
эл. адрес: manager@uchitel-izd.ru
info@uchitel-izd.ru
Отпечатано
в ООО «Типография «Политграфист»
410031, г. Саратов, ул. Болотная, 28,
Заказ № 1064
Товар сертифицирован не подлежит
В оформлении использованы материалы сайта
http://ru.terrorphoto.com
© Оформление. ООО ТД «Учитель-Канц»

При обнаружении подозрительных предметов, следует соблюдать следующие меры безопасности:

1. Не трогать, не подходить, не передвигать обнаруженный подозрительный предмет! Не курить, воздерживаться от использования средств радиосвязи, в том числе и мобильных, вблизи данного предмета.

2. Немедленно сообщить об обнаружении подозрительного предмета в правоохранительные органы по телефонам: 01 или 02.

3. Запомнить время и место обнаружения. Быть готовым описать внешний вид предмета, похожего на взрывное устройство.

4. Попросить людей покинуть опасную зону в радиусе не менее 100 метров от предмета.

5. Дождаться прибытия представителей правоохранительных органов, указать

место расположения подозрительного предмета, время и обстоятельства его обнаружения, не подходя к нему ближе чем на 100 метров.

6. Действовать по указанию представителей правоохранительных органов.

7. Не сообщать об угрозе взрыва никому, кроме оперативных служб, чтобы не создавать панику.



TO

- не стой у окна, даже если оно закрыто занавеской
- не поднимайся выше уровня подоконника
- не входи в комнату, со стороны которой слышны выстрелы
- позвони по телефону **02**
- не подходи ни к окну, ни к дверям, если будут звать и говорить, что это милиция
- позвони родителям и сообщи им о выстрелах



ТЕРРОРИЗМ

112.02

ИЗОПЕНТ



..... Рекомендуемые зоны (в метрах) эвакуации
и оцепления при обнаружении взрывного устройства
или подозрительного предмета:



Lower Body Exercise Instructions:

- **Barbell Squat:** Stand with feet shoulder-width apart, toes slightly out. Lift the barbell from the floor with your hands, keeping your back straight and core engaged. Lower the barbell by bending your knees and hips, going down until your thighs are parallel to the floor. Push back up to the starting position.
- **Deadlift:** Stand with feet hip-width apart, toes under your hips. Bend at the hips and knees to pick up the barbell from the floor. Keep your back straight and lift the barbell by extending your hips and knees. Lower the barbell back to the floor by reversing the motion.
- **Front Squat:** Similar to the barbell squat, but the barbell is held in front of your chest, resting on your shoulders. This exercise emphasizes the quadriceps and core.
- **Back Squat:** Similar to the barbell squat, but the barbell is held behind your back, resting on your shoulders. This exercise emphasizes the glutes and hamstrings.
- **Leg Press:** Lie on your back with your feet flat on the floor, hip-width apart. Push your feet forward and up against the resistance of the barbell, which is resting on your thighs. Lower the barbell by bending your knees, then push back up to the starting position.
- **Glute Bridge:** Lie on your back with your knees bent and feet flat on the floor. Lift your hips up towards the ceiling, squeezing your glutes at the top. Lower your hips back to the floor.
- **Single-Leg Squat:** Stand on one leg, with the other leg extended forward. Lower your body by bending the knee of the standing leg. Push back up to the starting position.

Cardio and Core Exercises:

- **Cardio:** Incorporate cardiovascular exercises like running, cycling, or swimming to improve overall fitness and burn calories.
- **Core Exercises:** Strengthen your core muscles with exercises like planks, sit-ups, and Russian twists. A strong core is essential for stability and performance in all other exercises.

Additional Tips:

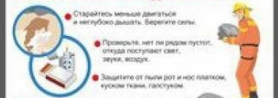
- **Warm-up:** Always warm up before your workout with light cardio and dynamic stretching to prevent injuries.
- **Form:** Focus on proper form throughout all exercises to maximize effectiveness and avoid injury.
- **Rest:** Allow your muscles to rest and recover between workouts. Aim for at least one full day of rest per week.
- **Hydration:** Stay hydrated throughout the day and during your workout.
- **Progression:** Gradually increase the weight or intensity of your exercises as you become stronger.

Conclusion:

By following this comprehensive workout plan, you will build a strong, lean physique and improve your overall health. Consistency is key, so stick to the routine and track your progress. Remember, a healthy lifestyle includes not only exercise but also a balanced diet and adequate sleep.

Если вы оказались под завалом:

Если вы оказались под завалом:



- Не пользуйтесь спичками, зажигалкой. Может возникнуть пожароопасная смесь.
- Не пытайтесь выбраться самостоятельно. Подчиняйтесь указаниям спасателей.
- Не ешьте ничего, до экстренной помощи.

Если произошел взрыв



- [illegible]

Если позвонили или прислали письмо с угрозой:

- Запомните точное соотношение размеров.

- Обратите внимание на маршрут реки, особенности течения, характерные пороги и обгоны.
 - Постарайтесь уловить звуковой фон.
 - Не игнорируйте возможность на маршруте АТС для возможного опоздания лодки.
- Наибольшую СРОЧНОСТЬ придает звуку болтовни, происходящей в трансформаторном здании.
- При улове тарелки действует в соответствии с принятой сигнализацией.



.... ПОДОЗРИТЕЛЬНЫЕ ПРЕДМЕТЫ....



- Оснащение помещений на месте общего пользования после утраты в результате пожара, взрыва, затопления и других чрезвычайных происшествий**
- Обеспечение эвакуации из места возгорания различными видами устройств:
- лестницы
 - подвалы
 - газопроводы
 - открытые эстакады
- Использование различных приспособлений для движения:
-
- The diagram illustrates a multi-story building with several red arrows indicating evacuation paths. These paths lead to different types of structures: a staircase, a basement, a gas pipeline, and an open bridge. A small car is shown driving on one of the lower-level roads.



ОСВОБОЖДЕНИЕ ЗАЛОЖНИКОВ

Правила поведения во время штурма.

Если вы поняли, что **начался штурм**, необходимо:

- **занять позицию** подальше от окон и дверных проемов (осколки стекла и строительных конструкций могут причинить дополнительные **травмы**);
- нужно **держаться подальше от террористов**, потому что при штурме по ним будут стрелять снайперы;
- **не нужно никакой личной бравადы**; большинство людей не обладают специальной подготовкой, поэтому **не нужно хватать оружие**, чтобы вас не перепутали с террористами;
- если вы **услышали хлопки разрывающихся свето-шумовых гранат** (при этом яркий свет бьет в глаза, звук «ударяет» по ушам) или **почувствовали резкий запах дыма**, необходимо просто **упасть на пол, закрыть глаза**, ни в коем случае их не тереть. Необходимо **закрыть голову руками и ждать пока сотрудники специальных подразделений не выведут вас из здания**;
- Ни в коем случае **нельзя бежать навстречу работникам спецслужб** или от них, так как **вас могут принять за преступников**.
- После освобождения **будьте готовы дать показания оперативно-следственной группе**.



ПАМЯТКА

противодействия терроризму

Обнаружение подозрительного предмета

- Если вы обнаружили забытую или бесхозную вещь, опросите людей, находящихся рядом. Если хозяин не установлен, немедленно сообщите о находке в полицию, не трогайте, не вскрывайте и не передвигайте находку;
- зафиксируйте время обнаружения находки;
- постарайтесь сделать так, чтобы люди отошли как можно дальше от опасной находки;
- обязательно дождитесь прибытия оперативно-следственной группы;
- не предпринимайте самостоятельно никаких действий с подозрительными предметами.



Захват в заложники

- Основное правило: не допускайте действий, которые могут спровоцировать нападающих к применению оружия и привести к человеческим жертвам.
- Переносите лишения, оскорбления и унижения, не ведите себя вызывающе.
- При необходимости выполняйте требования преступников, не противоречьте им, не рискуйте жизнью окружающих и своей собственной, старайтесь не допускать истерики и паники.
- Помните, что, получив сообщение о вашем захвате, спецслужбы уже начали действовать и примут все необходимые действия по вашему освобождению.
- Во время проведения спецслужбами операции по вашему освобождению лежите на полу лицом вниз, голову закройте руками и не двигайтесь.

Оказание первой помощи при ДТП

- Убедитесь в наличии пульса на сонной артерии.
- Быстро поверните пострадавшего на живот.
- Очистите с помощью платка или салфетки ротовую полость.
- При кровотечении наложите кровоостанавливающие жгуты, на раны – стерильные повязки.
- При подозрении на переломы костей конечностей – наложите шины.
- Вызовите «Скорую помощь».

Недопустимо!

Оставлять пострадавшего в состоянии комы лежать на спине, подкладывать под голову подушку, переносить или перетаскивать пострадавшего.

ПРОТИВОДЕЙСТВИЕ ТЕРРОРУ



**НЕМЕДЛЕННО
СООБЩИ
О НАХОДКЕ**



ЕДИНАЯ СЛУЖБА СПАСЕНИЯ - 112

**ПОЛИЦИЯ:
с городского 02
с мобильного
102**



ПРАВИЛА ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ



МЕСТА, ГДЕ МОГУТ БЫТЬ УСТАНОВЛЕНЫ ВЗРЫВНЫЕ УСТРОЙСТВА



ТЕРРОРИЗМ УГРОЗА ОБЩЕСТВУ

Действия населения при угрозе теракта.

ПРИ УГРОЗЕ ТЕРАКТА НЕОБХОДИМО ПОДГОТОВИТЬСЯ К ЭКСТРЕННОЙ ЭВАКУАЦИИ. ДЛЯ ЭТОГО НАДО:



ВЗЯТЬ ДОКУМЕНТЫ, ДЕНЬГИ, ЦЕННОСТИ,
САМЫЕ НЕОБХОДИМЫЕ ВЕЩИ И ТЕПЛУЮ ОДЕЖДУ;
ОТКЛЮЧИТЬ ВОДУ, ГАЗ, ЭЛЕКТРИЧЕСТВО;
ЗАКРЫТЬ ВСЕ ОКНА И ДВЕРИ;
ОПОВЕСТИТЬ СОСЕДЕЙ ОБ ЭВАКУАЦИИ;
ПОМОЧЬ ДЕТЯМ, ИНВАЛИДАМ И ПРЕСТАРЕЛЫМ
ПОКИНУТЬ ПОМЕЩЕНИЕ.

ОБЯЗАННОСТИ ДОЛЖНОСТНЫХ ЛИЦ ПРИ ВОЗНИКНОВЕНИИ УГРОЗЫ ТЕРРОРИСТИЧЕСКОГО АКТА:

- СРОЧНО ПРОВЕРИТЬ ГОТОВНОСТЬ СРЕДСТВ ОПОВЕЩЕНИЯ
- ПРОИНФОРМИРОВАТЬ НАСЕЛЕНИЕ О ВОЗНИКНОВЕНИИ ЧС
- УТОЧНИТЬ ПЛАН ЭВАКУАЦИИ РАБОЧИХ И СЛУЖАЩИХ (ЖИТЕЛЕЙ ДОМА) НА СЛУЧАЙ ЧС
- ПРОВЕРИТЬ МЕСТА ПАРКОВКИ АВТОМОБИЛЕЙ (НЕТ ЛИ ЧУЖИХ, БЕСХОЗНЫХ, ПОДОЗРИТЕЛЬНЫХ)
- УДАЛИТЬ КОНТЕЙНЕРЫ ДЛЯ МУСОРА ОТ ЗДАНИЙ И СООРУЖЕНИЙ
- ОРГАНИЗОВАТЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНУЮ ОХРАНУ ПРЕДПРИЯТИЙ, УЧРЕЖДЕНИЙ, ОРГАНИЗАЦИЙ, ДЕЖУРСТВО ЖИТЕЛЕЙ.



ПРИ СОВЕРШЕНИИ ТЕРРОРИСТИЧЕСКОГО АКТА НЕМЕДЛЕННО:

- ПРОИНФОРМИРУЙТЕ ДЕЖУРНЫЕ СЛУЖБЫ МВД, ФСБ, МЧС
- ПРИМИТЕ МЕРЫ ПО СПАСЕНИЮ ПОСТРАДАВШИХ, ОКАЗАНИЮ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ
- НЕ ДОПУСКАЙТЕ ПОСТОРОННИХ К МЕСТУ ЧС
- ОРГАНИЗУЙТЕ ВСТРЕЧУ СОТРУДНИКОВ ПОЛИЦИИ, ФСБ, ПОЖАРНОЙ ОХРАНЫ, СКОРОЙ ПОМОЩИ, СПАСАТЕЛЬНЫХ ПОДРАЗДЕЛЕНИЙ МЧС

ТЕЛЕФОНЫ ДЛЯ ЭКСТРЕННОГО РЕАГИРОВАНИЯ:



ПОЛИЦИЯ	02
ПОЖАРНАЯ СЛУЖБА	01
СКОРАЯ ПОМОЩЬ	03
ГАЗОВАЯ СЛУЖБА	04



ДЕЖУРНЫЙ БЛИЖАЙШЕГО ОТДЕЛЕНИЯ ПОЛИЦИИ	8(863) 545-74-00
ДЕЖУРНЫЙ ПО ОТДЕЛУ ФСБ	8(863) 240-49-90; 251-53-74
ДЕЖУРНЫЙ ПО УПРАВЛЕНИЮ ГО И ЧС	112; 5-88-67; 5-88-69
ДЕЖУРНЫЙ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА (РАЙОНА)	112; 5-85-03