

применению оружия и привести к человеческим жертвам. Переносите лишения, оскорбления и унижения. Не смотрите в глаза преступникам, не ведите себя вызывающе;

- при необходимости выполняйте требования преступников, не противоречьте им, не рискуйте жизнью окружающих и своей собственной; - старайтесь не допускать истерик и паники; - на совершение любых действий (сесть, встать, попить, сходить в туалет) спрашивайте разрешение.

- если вы ранены, постарайтесь не двигаться, этим вы сократите потерю крови.

3. Действия если вас захватили в заложники:

Не поддавайтесь панике.

Ведите себя достойно - переносите заключение без слёз, жалоб и причитаний. Даже охранники, если они, конечно, не совсем потеряли человеческий облик, будут испытывать к вам уважение.

Спросите у охранников, можно вам читать, писать, пользоваться средствами личной гигиены и т.д.

Если вам дали возможность говорить по телефону с родственниками, держите себя в руках. Не плачьте, не кричите, говорите коротко по существу.

Обязательно ведите счет времени, отмечая с помощью спичек, камешков или черточек на стене прошедшие дни.

Постарайтесь вступить в эмоциональный контакт с бандитами, которые вас охраняют, иногда бывает и так, что им строжайше запрещено отвечать на вопросы заложников. Тогда разговаривайте как бы самим с собой, читайте стихи или вполголоса пойте.

Постоянно тренируйте память. Вспоминая, например исторические даты, фамилии одноклассников, номера телефонов коллег по работе или учебы ит.д.

Не давайте ослабнуть сознанию. Если есть возможность, обязательно соблюдайте правила личной гигиены. Человек, который перестает чистить каждый день зубы бриться, очень быстро опускается аморально.

Насколько позволяют силы и пространство помещения, занимайтесь физическими упражнениями.

Никогда не теряйте надежду на благополучный исход.

4. Действия заложников во время операции спецслужб по их освобождению (штурма):

- внимательно слушайте и выполняйте все указания группы захвата, не проявляйте никакой инициативы. Не пытайтесь разоружить преступников;

- займите положение лежа на полу лицом вниз, закройте голову руками и не двигайтесь до окончания операции. Во время работы группы захвата нельзя бежать, подбегать к освободителям или стоять в то время, когда прозвучала команда всем лечь на пол. Помните, что террористы, как правило, не отличаются от вас одеждой, а нервы у бойцов на пределе. Не вызывайте огонь на себя;

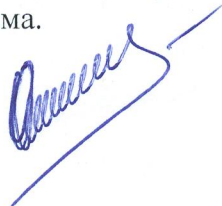
- если вы услышали хлопки разрывающихся свето-шумовых гранат, когда яркий свет бьет в глаза, звук ударяет по ушам или вы почувствовали резкий запах дыма, необходимо просто упасть на пол, закрыть глаза, ни в коем случае их не тереть, закрыть голову руками и ждать пока сотрудники специальных подразделений не выведут вас из здания;

- не покидайте то помещение (транспортное средство), где вас держали в заложниках до наступления приказа со стороны спецслужб,

- не суетитесь, при освобождении выходите как можно скорее, не тратьте время для поиска вещей - помещение (транспортное средство) ещё может взорваться или загореться;

- вам надо обязательно объявиться. Связаться с сотрудниками специальных служб, которые проводили операцию по освобождению. Они помогут вам передать имеющуюся у вас информацию по назначению и в дальнейшей пройти курс медицинской реабилитации. Люди, бывшие в заложниках, испытывают последствия посттравматического синдрома. Помощь специалистов для таких людей просто необходима.

Зам.директора по АХР



В.А. Засекан