

Муниципальное учреждение
Спортивная школа олимпийского резерва
Альберта Демченко



Утверждаю

Директор

МУ СПОР Альберта Демченко

М.И. Авачов

2022 г.

ИНСТРУКЦИЯ

**по организации антитеррористической безопасности и действий работников и
должностных лиц при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций**

1. Общие положения	3
2. Мероприятия при угрозе совершения террористических актов.....	3
2.1 Действия сотрудников при поступлении угрозы по телефону.....	3
2.2 Действия сотрудников при поступлении угрозы в письменной форме и обращении с анонимными материалами, содержащими угрозы террористического характера.....	5
3. Мероприятия при обнаружении подозрительных предметов.....	6
3.1 Действия сотрудников при обнаружении предмета с признаками взрывного устройства.....	6
3.2 Действия сотрудников при обнаружении взрывоопасного предмета.....	8
4. Действия сотрудников при захвате заложников.....	9
4.1 Общие действия сотрудников при захвате заложников.....	9
4.2 Действия руководства и сотрудников при захвате заложников.....	11
5. Действия сотрудников при обнаружении почтовых отправлений, подозрительных на химически и биологически опасные загрязнения.....	12
6. Действия руководства и сотрудников при возникновении пожара и чрезвычайных ситуаций.....	13
7. Правила безопасного поведения сотрудников при различных чрезвычайных ситуациях.....	14
7.1 При обнаружении подозрительного предмета.....	14
7.2 При авариях на коммунальных системах.....	14
7.3 При аварии с утечкой газа.....	15
7.4 Во время гололеда (гололедицы).....	15
7.5 Во время сильной жары, засухи.....	16
7.6 Во время грозы.....	16
7.7 В случае урагана, бури, штормового предупреждения.....	17
7.8 При завале.....	18
7.9 При пожаре.....	18
8 Психология поведения в чрезвычайных ситуациях.....	19
 <u>Приложение 1.</u> Список телефонов для оповещения при антитеррористической угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций	 21
 <u>Приложение 2.</u> Контрольный лист. Наблюдений при угрозе по телефону.....	 22
 <u>Приложение 3.</u> Рекомендуемые зоны эвакуации и оцепления при обнаружении взрывного устройства или подозрительного предмета, который может оказаться взрывным устройством.....	 23

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Настоящая инструкция разработана для муниципального учреждения спортивная школа олимпийского резерва Альберта Демченко (далее – Учреждение) и определяет порядок по организации антитеррористической безопасности и действий сотрудников при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций (далее – ЧС).

Данная инструкция является обязательной для исполнения всеми сотрудниками учреждения.

Все работники, независимо от занимаемой должности, обязаны четко знать и строго выполнять установленный порядок действий, не допускать действий, которые могут вызвать угрозу жизни и здоровья всех участников.

Срок действия настоящей инструкции не ограничен. Она действует до принятия новой инструкции.

2. МЕРОПРИЯТИЯ ПРИ УГРОЗЕ СОВЕРШЕНИЯ ТЕРРОРИСТИЧЕСКИХ АКТОВ

Сообщение об угрозе террористического акта может поступать несколькими способами. Чаще всего это делается по телефону. Нередко такие сообщения доводятся через третьих лиц. Иногда угроза излагается письменно или в записанном на плёнку виде.

Имеются две причины, по которым угроза доводится до избранного объекта:

- злоумышленник точно знает или предполагает, что взрывное устройство уже заложено или будет заложено, но не желает ненужных жертв и разрушений;
- злоумышленник заинтересован в том, чтобы посеять панику, которая дезорганизовала бы работу предприятия, учреждения, организации.

Директор, его заместитель с получением сообщения об угрозе совершения террористического акта (возникновении ЧС) обязан:

- оценить реальность угрозы для персонала и объекта в целом;
- уточнить у дежурного администратора сложившуюся на момент получения сообщения обстановку и возможное нахождение подозрительных лиц (предметов) на объекте или вблизи него;
- отдать распоряжение о немедленном доведении полученного сообщения до дежурных служб УМВД г.Дмитрова, УФСБ России, управление по делам ГО и ЧС;
- поставить задачу сотрудникам на ограничение доступа посторонних лиц на территорию объекта, обязать их немедленно докладывать при обнаружении подозрительных лиц (предметов) ему лично или дежурного администратора;
- организовать при необходимости немедленную эвакуацию персонала с угрожаемого участка (места) территории объекта, при невозможности определения конкретного участка (места) проведения террористического акта со всего объекта, при необходимости отдать

распоряжение на вывод из работы (остановку) основного технологического оборудования и эвакуации посетителей и сотрудников из объекта;

- осуществлять контроль доведения сообщения об угрозе совершения террористического акта до территориальных органов УМВД, УФСБ, ГУ МЧС;

- отдать распоряжение сотрудникам учреждения на пропуск спецподразделений УМВД, УФСБ, ГУ МЧС, сил и средств аварийно-спасательных служб Дмитровского района,

организацию встречи и сопровождения их по территории объекта к месту вероятного совершения террористического акта;

- отдать распоряжение о подготовке помещения или места для работы штаба антитеррористической операции, оповестить и собрать специалистов, способных быть проводниками или консультантами для прибывающих сотрудников правоохранительных органов, подготовить необходимую документацию (паспорт антитеррористической защищенности, паспорт безопасности и т.д.);

- до прибытия сил, планируемых для участия в аварийно-спасательных и других неотложных работах, приступить к проведению первоочередных мероприятий, направленных на обеспечение безопасности посетителей и сотрудников, в первую очередь обеспечить спасение и эвакуацию пострадавших.

- с прибытием группы УМВД доложить обстановку, передать управление ее руководителю и далее действовать по его указаниям.

2.1. ДЕЙСТВИЯ СОТРУДНИКОВ ПРИ ПОСТУПЛЕНИИ УГРОЗЫ ПО ТЕЛЕФОНУ

При получении информации об угрозе террористического акта по телефону ни в коем случае не бросайте трубку! Будьте спокойны, вежливы, не прерывайте говорящего, не вешайте трубку по окончании разговора. Спокойное реагирование при принятии сообщения об угрозе террористического акта позволит получить от террориста дополнительную информацию о месте закладки взрывного устройства, силе заряда, взрывном механизме. Человек, сообщаящий об угрозе террористического акта, является лучшим источником информации об этом взрывном устройстве.

Поэтому с ним целесообразно вести переговоры следующим способом:

1. Установить прочный контакт с анонимом:

1.1. Представиться (назвать своё имя, отчество и должность).

1.2. Немедленно включить звукозаписывающее устройство (если оно имеется).

После разговора сразу же извлечь кассету (мини диск) с записью разговора и принять меры к ее сохранности. Обязательно установить на ее место другую кассету (мини диск).

1.3. Записать определившийся номер с АОН (если он имеется) на бумаге, что позволит избежать его случайной утраты.

1.4. При отсутствии звукозаписывающей аппаратуры выполнить следующие действия:

- постараться дословно запомнить разговор и зафиксировать на бумаге;
- по ходу разговора отметьте пол и возраст звонившего, особенности его (ее) речи;
- голос (громкий или тихий, низкий или высокий);
- темп речи (быстрый или медленный);
- произношение (отчетливое, искаженное, с заиканием, шепелявое, с акцентом или диалектом);
- манера речи (развязная, с издевкой, с нецензурными выражениями, вежливая);

- обязательно отметьте звуковой фон (шум автомашин или железнодорожного транспорта, звук теле- или радиоаппаратуры, голоса, другое);

- отметить, звонивший спросил с кем разговаривает или сразу начал угрожать;

- обязательно зафиксировать точное время начала разговора и его продолжительность.

1.5. Попытаться успокоить говорящего.

1.6. Заверить, что его требования будут немедленно переданы руководству учреждения.

2. Выяснить требования анонима и получить информацию о характере угрозы:

2.1. Внимательно выслушать и под диктовку записать все требования.

2.2. Под любым предлогом предложить повторить свои требования.

2.3. Задать уточняющие вопросы о характере угрозы и времени ее реализации, стимулируя анонима рассказать как можно больше.

2.4. Если это возможно, в ходе разговора получить ответы на следующие вопросы:

- куда, кому, по какому телефону звонит этот человек?

- какие конкретные требования он (она) выдвигает?

- выдвигает он (она) лично, выступает в роли посредника или представляет какую-то группу лиц?

- на каких условиях он (она) или они согласны отказаться от задуманного?

- как и когда с ним (с ней) можно связаться?

- кому вы можете или должны сообщить об этом звонке?

2.5. Если в ходе разговора поступила угроза умышленного взрыва необходимо задать следующие вопросы (если это возможно):

- когда будет взрыв?

- где взрывное устройство находится сейчас?

- как оно выглядит?

- кто заложил взрывное устройство?

- откуда звоните?

- как вас зовут и где вы находитесь?

3. Выяснить мотивы действий анонима:

3.1. Задать вопрос о целях, которые преследует аноним, при этом ответ выслушивать внимательно, проявляя участие.

3.2. Предложить анониму другие пути реализации его интересов.

4. Постараться добиться от звонящего максимально возможного промежутка времени для принятия решения по «удовлетворению его требований» или совершения каких-либо действий.

5. В процессе выхода из контакта с анонимом следует повторить основные моменты беседы с ним, сказать, что его требования будут переданы руководству университета. Попытаться под любым благовидным предлогом убедить его (ее) повторить звонок.

6. По окончании разговора немедленно заполнить «Контрольный лист наблюдений при угрозе по телефону» (Приложение 2).

7. При имеющейся возможности по другому аппарату свяжитесь с дежурной частью полиции и ФСБ.

8. Сообщить о случившемся (Приложение 1):

- в правоохранительные органы по телефонам территориальных подразделений ФСБ и МВД России;

- директору и заместителю директора;

– Непосредственному руководителю.

9. Не сообщать об угрозе никому, кроме тех, кому необходимо об этом знать в соответствии с настоящей инструкцией (п.8.), чтобы не вызвать панику и исключить непрофессиональные действия.

Если сообщение об угрозе террористического акта было сделано письменно, то обязательно сохраните все материалы (конверт, упаковку). При этом необходимо сделать всё возможное, чтобы сохранить возможные улики (отпечатки пальцев, почерк или машинописный текст, сорт бумаги, почтовые штампы).

2.2. ДЕЙСТВИЯ СОТРУДНИКОВ ПРИ ПОСТУПЛЕНИИ УГРОЗЫ В ПИСЬМЕННОЙ ФОРМЕ И ОБРАЩЕНИИ С АНОНИМНЫМИ МАТЕРИАЛАМИ, СОДЕРЖАЩИМИ УГРОЗЫ ТЕРРОРИСТИЧЕСКОГО ХАРАКТЕРА

Угрозы в письменной форме могут поступить в учреждение, как по почте, так и в результате обнаружения различного рода анонимных материалов (записок, надписей, информации на дискете и т.д.).

После получения такого документа необходимо:

1. Обращаться с ним максимально осторожно. Убрать в чистый плотно закрываемый полиэтиленовый пакет и поместить в отдельную жесткую папку.

2. Постараться не оставлять на нем отпечатков своих пальцев.

3. Если документ поступил в конверте – его вскрытие производить только с левой или правой стороны, аккуратно отрезая кромки ножницами.

4. Сохранять всё: сам документ с текстом, любые вложения, конверт и упаковку – ничего не выбрасывать.

5. Никому не сообщать и никого не знакомить с содержанием документа.

6. О факте получения угрозы в письменной форме сообщить генеральному директору, заместителю генерального директора.

7. Подготовить сопроводительное письмо в правоохранительные органы, в котором указать конкретные признаки анонимных материалов (вид, количество, каким способом и на чем исполнены, с каких слов начинается и какими заканчивается текст, наличие подписи и т.п.), а также обстоятельства, связанные с их распространением, обнаружением или получением.

8. Анонимные материалы не должны сшиваться, склеиваться, на них запрещается делать надписи, подчеркивать или обводить отдельные места в тексте, писать резолюции и указания, также запрещается их мять и сгибать. При исполнении резолюции и других надписей на сопроводительных документах не должно оставаться давленных следов на анонимных материалах.

9. Регистрационный штамп проставляется только на сопроводительном письме.

10. Материалы, содержащие угрозы террористического характера с сопроводительным письмом передаются заместителю генерального директора (по безопасности).

В правоохранительные органы анонимные материалы отправляются с курьером.

3. МЕРОПРИЯТИЯ ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ ПОДОЗРИТЕЛЬНЫХ ПРЕДМЕТОВ

3.1. ДЕЙСТВИЯ СОТРУДНИКОВ ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ ПРЕДМЕТА С ПРИЗНАКАМИ ВЗРЫВНОГО УСТРОЙСТВА

Совершая террористические акты с применением взрывных устройств террористы, как правило, размещают их в сумках, ящиках, свертках, пакетах, мусорных контейнерах, в автомобилях. Во всех случаях террористы стремятся убить как можно больше людей или нанести наибольший материальный ущерб. Поэтому они выбирают места и время взрывов в момент наибольшего скопления людей.

Обнаружить наличие взрывоопасного предмета можно по следующим признакам:

– бесхозные предметы или предметы не характерны для окружающей обстановки;

- наличие в конструкции штатных боеприпасов (граната, мины, снаряд, тротилловая пашка и т.п.);
- элементы, остатки материалов, не характерные для данного предмета или места его обнаружения;
- признаки горения;
- звук работы часового механизма, подозрительные звуки, щелчки, механическое жужжание, другие звуки;
- запах горючих веществ;
- характерный запах миндаля или другой необычный запах;
- наличие у предмета устройства, напоминающего радиоантенну;
- наличие на обнаруженном предмете проводов, веревок, изоляционной ленты;
- натянутая проволока, шнур, веревка

Причинами, служащими поводом для опасения являются:

- нахождение подозрительных лиц до обнаружения этого предмета;
- угрозы лично, по телефону или в почтовых отправлениях.

В целях уменьшения вероятности появления взрывоопасных предметов на территории и их своевременного обнаружения необходимо:

- ежедневно обходить территорию и осматривать ее на предмет своевременного выявления взрывных устройств, оставленных без присмотра вещей, сумок, пакетов, коробок или других подозрительных предметов;
- не допускать складирование строительных материалов, мусора на территории;
- вести наблюдение за посторонними и посетителями с целью выявления необоснованной заинтересованности в режиме работы и охраны учреждения, изучения его конструктивных особенностей.

В случае обнаружения подозрительного предмета, похожего или имеющего признаки взрывного устройства, необходимо:

1. Не трогать, не подходить, не передвигать обнаруженный подозрительный предмет!

Не курить!

Категорически запрещается:

- наносить удары (ударять по корпусу, а также один боеприпас о другой);
- прикасаться, поднимать, переносить или перекачивать с места на место;
- закапывать в землю или бросать в водоем;
- предпринимать попытки и разборки или распиливание;
- бросать в костер или разводить огонь вблизи него;

2. Запретить, кому бы то ни было пользоваться средствами радиосвязи, в том числе и мобильными телефонами, пультами дистанционного управления сигнализацией автомобилей и другими радиоэлектронными устройствами вблизи данного предмета

3. Незамедлительно сообщить об обнаружении подозрительного предмета работнику службы охраны.

4. Сообщить о случившемся (Приложение 1):

- в правоохранительные органы по телефонам территориальных подразделений ФСБ и МВД России;
- директору и заместителю директора;
- Непосредственному руководителю.

5. Зафиксировать время и место обнаружения взрывоопасного предмета.

6. Освободить от людей опасную зону в радиусе не менее 100м (Приложение 3).

7. Обеспечить охрану подозрительного предмета и опасной зоны силами сотрудников охранного предприятия.

8. При охране подозрительного предмета расположить оцепление по возможности за предметами, обеспечивающими защиту (угол здания, колонна, толстое дерево и т.п.) и вести наблюдение.

9. Обеспечить возможность беспрепятственного подъезда к месту обнаружения подозрительного предмета, автомашин правоохранительных органов, скорой медицинской помощи, пожарной охраны, сотрудников МЧС, служб эксплуатации.

10. Обеспечить присутствие лиц, обнаруживших находку, до прибытия оперативно-следственной группы и фиксацию их установочных данных.

11. По прибытии представителей правоохранительных органов, указать место расположения подозрительного предмета, время и обстоятельство его обнаружения. Быть готовым описать внешний вид предмета, похожего на взрывное устройство.

12. Далее действовать по указанию представителей правоохранительных органов.

13. Получив указание заместителя генерального директора или представителей правоохранительных органов, приступить к эвакуации людей согласно имеющемуся плану.

Категорически запрещается самостоятельно предпринимать каких-либо действия со взрывными устройствами или подозрительными предметами – это может привести к взрыву, многочисленным жертвам и разрушениям!

3.2. ДЕЙСТВИЯ СОТРУДНИКОВ ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ ВЗРЫВООПАСНОГО ПРЕДМЕТА

Об опасности взрыва можно судить по следующим признакам:

- наличие неизвестного свертка или какой-либо детали в машине, на лестнице, в квартире и т. д.;
- натянутая проволока, шнур;
- провода или изолирующая лента, свисающая из-под машины;
- чужая сумка, портфель, коробка, какой-либо предмет, обнаруженный в машине, у дверей квартиры, в подъезде.

Заметив взрывоопасный предмет (самодельное взрывное устройство, гранату, снаряд, бомбу и т.п.), не подходите близко к нему, немедленно сообщите о находке в полицию, не позволяйте случайным людям прикасаться к опасному предмету и обезвреживать его.

Совершая поездки в общественном транспорте (особенно в поезде) обращайте внимание на оставленные сумки, портфели, свертки и другие бесхозные предметы, в которых могут находиться самодельные взрывные устройства. Немедленно сообщите об этом водителю, машинисту поезда, любому работнику полиции. Не открывайте их, не трогайте руками, предупредите стоящих рядом людей о возможной опасности.

Категорически запрещается:

- пользоваться незнакомыми предметами, найденными на месте работы;
- сдвигать с места, перекачивать взрывоопасные предметы с места на место, брать в руки;
- ударять один боеприпас о другой или бить любыми предметами по корпусу и взрывателю;
- поднимать, переносить, класть в карманы, портфели, сумки и т.п.;
- помещать боеприпасы в костер или разводить огонь над ними;

- собирать, и сдавать боеприпасы в качестве металлолома;
- закапывать в землю или бросать их в водоемы;
- наступать или наезжать на боеприпасы;
- обрывать или тянуть отходящие от предметов проволочки или провода, предпринимать попытки их обезвредить.

Заходя в подъезд дома, обращайтесь внимание на посторонних людей и незнакомые предметы. Как правило, взрывное устройство в здании закладывается в подвалах, первых этажах, около мусоропроводов, под лестницами.

4. ДЕЙСТВИЯ СОТРУДНИКОВ ПРИ ЗАХВАТЕ ЗАЛОЖНИКОВ

4.1. ОБЩИЕ ДЕЙСТВИЯ СОТРУДНИКОВ ПРИ ЗАХВАТЕ ЗАЛОЖНИКОВ

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:

- По возможности скорее возьмите себя в руки, успокойтесь и не паникуйте.
- Если Вас связали или закрыли глаза, попытайтесь расслабиться, дышите глубже.
- Подготовьтесь физически, морально и эмоционально к возможному суровому испытанию. При этом помните, что большинство случаев захвата людей в качестве заложников завершалось в среднем через 4,5-5 ч, в 95% случаев заложники оставались в живых. Будьте уверены, что полиция и другие спецслужбы уже предпринимают профессиональные меры для Вашего освобождения.
- Не пытайтесь бежать, если нет полной уверенности в успехе побега.
- Запомните как можно больше информации о террористах. Целесообразно установить их количество, степень вооруженности, составить максимально полный словесный портрет, обратив внимание на характерные особенности внешности, телосложения, акцента и тематики разговоров, темперамента, манер поведения и др. Подробная информация поможет, впоследствии правоохрательным органам в установлении личностей террористов. По различным признакам постарайтесь определить место своего нахождения (заточения).
- По возможности расположитесь подальше от окон, дверей и самих похитителей, т. е. местах большей безопасности в случае, если спецподразделения предпримут активные меры (штурм помещения, огонь снайперов на поражение преступников и др.).
- В случае штурма здания рекомендуется лечь на пол лицом вниз, сложив руки на затылке.
- Не возмущайтесь, если при штурме и захвате с Вами могут поначалу (до установления Вашей личности) поступить несколько некорректно, как с вероятным преступником. Вас могут обыскать, заковать в наручники, связать, нанести эмоциональную или физическую травму, подвергнуть допросу. Отнеситесь с пониманием к тому, что в подобных ситуациях такие действия штурмующих (до окончательной идентификации всех лиц и выявления истинных преступников) оправданы.

Взаимоотношения с похитителями:

- Не оказывайте агрессивного сопротивления, не делайте резких и угрожающих движений, не провоцируйте террористов на необдуманные действия.
- По возможности избегайте прямого зрительного контакта с похитителями.
- С самого начала (особенно первые полчаса) выполняйте все приказы и распоряжения похитителей.
- Займите позицию пассивного сотрудничества. Разговаривайте спокойным голосом. Избегайте выражений презрения, вызывающего враждебного тона и поведения, которые могут вызвать гнев захватчиков.
- Ведите себя спокойно, сохраняйте при этом чувство собственного достоинства. Не высказывайте категоричных отказов, но не бойтесь обращаться со спокойными просьбами о том, в чем остро нуждаетесь.
- При наличии у Вас проблем со здоровьем, которые в данной ситуации сильного стрессового состояния могут проявиться, заявите об этом в спокойной форме захватившим Вас людям. Постепенно, с учетом складывающейся обстановки, можно повышать уровень просьб, связанных с улучшением вашего комфорта.

При длительном нахождении в положении заложника:

- Не допускайте возникновения чувства жалости, смятения и замешательства. Мысленно подготовьте себя к будущим испытаниям. Сохраняйте умственную активность.
- Избегайте возникновения чувства отчаяния, используйте для этого внутренние ресурсы самоубеждения.
- Думайте и вспоминайте о приятных вещах. Помните, что шансы на освобождение со временем возрастают. Будьте, уверены, что сейчас делается все возможное для Вашего скорейшего освобождения.
- Постоянно находите себе какое-либо занятие (физические упражнения, чтение, жизненные воспоминания и т.д.). Установите суточный график физической и интеллектуальной деятельности, выполняйте дела в строгом методическом порядке.
- Для поддержания сил ешьте все, что дают, даже если пища не нравится и не вызывает аппетита. Отдайте себе отчет в том, что потеря аппетита, и веса являются нормальными явлением в подобной экстремальной ситуации.

Поведение на допросе:

- На вопросы отвечайте кратко. Более свободно и пространно разговаривайте на несущественные общие темы, но будьте осторожны, когда затрагиваются важные государственные или личные вопросы.
- Внимательно контролируйте свое поведение и ответы. Не допускайте заявлений, которые сейчас или в последующем могут повредить Вам или другим людям.
- Оставайтесь вежливым, тактичным при любых обстоятельствах. Контролируйте свое настроение.
- Будьте осторожны, в отношении разыгрывания "синдрома Стокгольма"; не принимайте сторону похитителей, не выражайте активно им свои симпатии и приверженность их идеалам.
- В случае принуждения выразить поддержку требованиям террористов (письменно, в звуко- или видеозаписи) укажите, что они исходят от похитителей. Избегайте призывов и заявлений от своего имени.
- После освобождения не делайте скоропалительные заявления до момента, когда Вы будете полностью контролировать себя, восстановите мысли, ознакомьтесь с

информацией официальных и других источников. 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.

4.2. ДЕЙСТВИЯ РУКОВОДСТВА И СОТРУДНИКОВ ПРИ ЗАХВАТЕ ЗАЛОЖНИКОВ

Любой человек по стечению обстоятельств может оказаться заложником у преступников. При этом они, преступники, могут добиваться достижения политических целей, получения выкупа и т.п. Во всех случаях жизнь становится предметом торга для террористов.

Для сотрудников и посетителей:

1. Помнить: ваша цель – остаться в живых.
2. Не пререкайтесь с террористами, выполнять их требования.
3. На все действия спрашивать разрешения у бандитов.
4. При возможности и только без риска для себя сообщите о захвате заложников в правоохранительные органы и о сложившейся ситуации.
5. При необходимости выполнять требования преступников, если это не связано с причинением ущерба жизни и здоровью людей, не спорьте с террористами.
6. Не допускать действий, которые могут спровоцировать нападающих к применению оружия и привести к человеческим жертвам.
7. Переносить лишения, оскорбления и унижения, не смотреть в глаза преступникам, не вести себя вызывающе.
8. При необходимости совершить то или иное действие (сесть, встать, попить, сходить в туалет), спрашивайте разрешение.
9. Если вы ранены, то постарайтесь не двигаться. Этим вы сократите потерю крови.
10. Помните: ваша цель — остаться в живых.
11. 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.д.
12. Помните, что, получив сообщение о вашем захвате, спецслужбы уже начали действовать и предпримут все необходимое для вашего освобождения.
13. Во время проведения спецслужбами операции по вашему освобождению неукоснительно соблюдайте следующие требования:
 - 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.

Для руководителей, персонала и посетителей не попавших в число заложников:

1. При захвате заложников необходимо незамедлительно сообщить в правоохранительные органы о сложившейся ситуации.

2. В ситуации, когда проявились признаки угрозы захвата в заложники вас, постарайтесь избежать попадания в их число. С этой целью немедленно покиньте опасную зону или спрячьтесь.
3. Спрятавшись, дождитесь ухода террористов и при первой возможности покиньте убежище. Исключением являются ситуации, когда вы оказались в поле зрения террористов или когда высока вероятность встречи с ними.
4. Не вступайте в переговоры с террористами по собственной инициативе.
5. Организуйте эвакуацию из опасного района сотрудников и посетителей.
6. Запоминайте время, место, все приметы и условия совершения теракта.
7. Примите меры к беспрепятственному проходу (проезду) на объект сотрудников правоохранительных органов, МЧС, автомашин скорой медицинской помощи.
8. По прибытии сотрудников спецподразделений ФСБ и МВД окажите помощь в получении интересующей их информации.

5. ДЕЙСТВИЯ СОТРУДНИКОВ ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ ПОЧТОВЫХ ОТПРАВЛЕНИЙ, ПОДОЗРИТЕЛЬНЫХ НА ХИМИЧЕСКИ И БИОЛОГИЧЕСКИ ОПАСНЫЕ ЗАГРЯЗНЕНИЯ

Подозрение на химически или биологически опасное загрязнение конвертов, пакетов, посылок и других почтовых отправлений могут вызвать:

- наличие в почтовых отправлениях при переворачивании звука или шороха пересыпающегося порошка;
- тщательная заделка или заклейка почтового отправления, в том числе скотчем, шпагатом;
- необычные исходящие от них запахи, порошкообразные вещества, содержащиеся внутри, подтекание маслянистых жидкостей;
- смещение центра тяжести письма или бандероли при переворачивании;
- наличие самодельного конверта;
- почтовые отправления из других государств, без обратного адреса, с неточно указанным адресатом;
- необычные по весу или размеру пакеты или бандероли;
- неизвестен оттиск календарного штемпеля отправителя;
- неожиданная для Вас корреспонденция, имеющая отметку «лично», «конфиденциально».

Особое внимание необходимо обращать на подобные почтовые отправления, предназначенные для средств массовой информации, органов власти, известных политических и общественных деятелей.

В случае обнаружения подозрительных в этом отношении предметов, полученных по почте, необходимо:

- не предпринимать самостоятельно дальнейших действий по вскрытию и осмотру содержимого;
- осторожно уложить предмет с помощью пинцета, резиновых перчаток в целлофановый пакет, пластиковый контейнер или стеклянную банку с крышкой (в зависимости от его размеров и формы);

- немедленно сообщить о данном факте дежурному МВД по телефону 102;
- выключить все средства вентиляции, закрыть окна, фрамуги;
- до прибытия сотрудников полиции организовать недоступность других лиц к обнаруженному предмету;
- вместе с другими работниками покинуть помещение, в котором находится подозрительное почтовое отправление;
- провести простейшую санитарную обработку открытых участков тела с применением мыла и моющих средств, сменить рабочую (специальную) одежду, строго соблюдать правила гигиены;
- составить список лиц, имевших контакт с подозрительным предметом, с указанием их адреса, домашнего телефона для последующей передачи руководителю объекта.

Прибывшие сотрудники полиции и Роспотребнадзора:

- изымают подозрительный предмет, используя средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи (противогаз или респиратор, резиновые перчатки);
- дополнительно упаковывают его в пластиковый контейнер;
- пишут направление на исследование в лабораторию (санитарно-химическую, бактериологическую или особо опасных инфекций в зависимости от находки);
- о факте обнаружения, изъятии и предпринимаемых действиях сообщают дежурному ФСБ, МЧС, Роспотребнадзора;
- сопровождают предмет на автомобиле до лаборатории и передают его на исследование.

Дальнейшие действия зависят от результатов лабораторных исследований изъятых подозрительных предметов.

6. ДЕЙСТВИЯ РУКОВОДСТВА И СОТРУДНИКОВ ПРИ ВОЗНИКНОВЕНИИ ПОЖАРА И ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ

1. Сообщить о возникновении пожара (ЧС) в пожарную охрану, администрации, сотрудникам и посетителям.
2. Прекратить все работы в помещениях предприятия за исключением мероприятий, связанных с ликвидацией пожара (ЧС).
3. Организовать вывод сотрудников и посетителей, не принимающих участие в тушении пожара, в безопасное место.
4. Следить за соблюдением требований техники безопасности людьми, принимающими участие в тушении пожара.
5. В случае возникновения угрозы гибели людей немедленно, до приезда пожарной охраны, организовать их спасение, используя все имеющиеся силы и средства.
6. Принять меры к отключению электроэнергии, организовать мероприятия по предотвращению распространения огня и задымлению помещений.
7. Одновременно с тушением пожара организовать по возможности эвакуацию материальных ценностей.
8. Организовать встречу подразделений пожарной охраны, скорой помощи, оказать помощь в выборе кратчайшего пути к очагу загорания, сообщить сведения, способствующие скорейшей ликвидации пожара.

9. Оказывать содействие пожарной охране при тушении пожара.
10. Выполнять предписания, постановления и иные законные требования должностных лиц пожарной охраны.

7. ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ СОТРУДНИКОВ ПРИ РАЗЛИЧНЫХ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

7.1. ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ ПОДОЗРИТЕЛЬНОГО ПРЕДМЕТА

При обнаружении подозрительных предметов, следует соблюдать следующие меры безопасности:

- Не курить.
 - Не пользоваться электрозажигалками и другими источниками огня или искровоспроизводящими предметами.
 - Не трогать руками и не касаться с помощью других предметов.
 - Не трясти, не бросать, не сгибать, не открывать.
 - Место обнаружения предмета немедленно покинуть, обеспечив охрану.
 - Оповестить окружение (сотрудников, членов семьи, других людей).
 - Незамедлительно сообщить о случившемся в правоохранительные органы.
 - Помните: внешний вид предмета может скрывать его настоящее назначение. В качестве камуфляжа для взрывных устройств используются обычные бытовые предметы: сумки, пакеты, свертки, коробки, игрушки и т.д.
 - Не подходить к взрывным устройствам и подозрительным предметам ближе расстояния, указанного в таблице.
- Если взрыв все же произошел, необходимо:
- Упасть на пол, закрыв голову руками и поджав под себя ноги
 - Как можно скорее покинуть это здание и помещение
 - Ни в коем случае не пользоваться лифтом

7.2. ПРИ АВАРИЯХ НА КОММУНАЛЬНЫХ СИСТЕМАХ

Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения населения: электроэнергетических, канализационных, водопроводных и тепловых – редко сопровождаются гибелью людей, однако они создают существенные трудности жизнедеятельности, особенно в холодное время года.

Аварии на электроэнергетических системах могут привести к длительным перерывам в электроснабжении потребителей, а также поражению людей электрическим током.

Аварии на канализационных системах способствуют массовому выбросу загрязняющих веществ и ухудшению санитарно-эпидемиологической обстановки.

Аварии на тепловых сетях в зимнее время года приводят к невозможности проживания населения в неотапливаемых помещениях и его вынужденной эвакуации.

Необходимо выполнить следующее:

- сообщить о любой аварии на коммунальных системах диспетчеру организации (вызвать аварийную службу), руководителю отдела, генеральному директору;
- при скачках напряжения в электрической сети или его отключении немедленно обесточить все электробытовые приборы, выдернуть вилки из розеток, чтобы

во время вашего отсутствия при внезапном включении электричества не произошел пожар;

- не приближаться ближе 5-8 м к оборванным или провисшим проводам и не прикасаться к ним;
- если токонесущий провод оборвался и упал вблизи, выходить из зоны поражения током следует мелкими шажками или прыжками (держа ступни ног вместе), чтобы избежать поражения шаговым напряжением;
- при исчезновении в водопроводной системе воды закрыть все открытые до этого краны;
- для употребления использовать имеющуюся в продаже питьевую воду;
- в случае отключения центрального отопления для обогрева помещения использовать электрообогреватели только заводского изготовления (не самодельные). В противном случае высока вероятность пожара или выхода из строя системы электроснабжения;
- для сохранения в помещении тепла заклеить щели в окнах;
- надеть теплую одежду и принять профилактические лекарственные препараты от простуды;
- при прорыве трубопроводов центрального отопления отключить электробытовые приборы (по возможности, отключить электроснабжение помещения на распределительном щите), сообщить руководителю подразделения, собрать необходимые документы, которые могут прийти в негодность от контакта с водой, и выйти из помещения до прибытия работников аварийной службы.

7.3. ПРИ АВАРИИ С УТЕЧКОЙ ГАЗА

Почувствовав в помещении (здании) запах газа, немедленно поставить в известность диспетчера организации и руководителя.

При этом не курить, не зажигать спичек, не включать и не выключать свет и электроприборы: искра может воспламенить накопившийся в помещении газ и вызвать взрыв.

Проветрить помещение, открыв все двери и окна.

Покинуть помещение и не заходить в него – до исчезновения запаха газа.

При появлении у окружающих признаков отравления газом вынести их на свежий воздух и положить так, чтобы голова находилась выше ног. Сообщить в медсанчасть организации или вызвать «скорую помощь».

7.4. ВО ВРЕМЯ ГОЛОЛЕДА (ГОЛОЛЕДИЦЫ)

Гололед – это слой плотного льда, образовавшийся на поверхности земли, тротуарах, проезжей части улицы и предметах (деревья, провода и т.д.) при намерзании переохлажденного дождя и мороси (тумана). Наблюдается при температуре воздуха ниже 0° С. Корка намерзшего льда может достигать нескольких сантиметров.

Гололедица – это тонкий слой льда на поверхности земли, образующийся после оттепели или дождя в результате резкого похолодания.

Если в прогнозе погоды дается сообщение о гололеде или гололедице, принять меры для снижения вероятности получения травмы:

- подготовить нескользящую обувь, прикрепить на каблуки металлические набойки или поролон, а на сухую подошву наклеить лейкопластырь. Изоляционную ленту или влагостойкую наждачную бумагу;
- передвигаться осторожно, не торопясь, наступая на всю подошву. При этом ноги должны быть слегка расслаблены, руки свободны;
- перемещаться по тротуарам, посыпанным песком;
- поскользнувшись, присесть, чтобы снизить высоту падения. В момент падения постараться сгруппироваться и, перекатившись, смягчить удар.

Обледенение проводов зачастую сопровождается их обрывом. В этом случае особое внимание следует обращать на провода линий электропередачи, контактных сетей электротранспорта. Увидев оборванные провода, сообщить об этом руководству.

При получении травмы обращаться в медсанчасть или пункт неотложной медицинской помощи.

7.5. ВО ВРЕМЯ СИЛЬНОЙ ЖАРЫ, ЗАСУХИ

Сильная жара характеризуется превышением среднеплюсовой температуры окружающего воздуха на 10 и более градусов в течение нескольких дней.

Засуха – продолжительный и значительный недостаток осадков, чаще при повышенной температуре и пониженной влажности воздуха.

Опасность заключается в перегревании организма человека, т.е. угрозе повышения температуры его тела выше 37,1⁰ С.

Критическое состояние наступает при длительном и (или) сильном перегревании, способном привести к тепловому удару и нарушению сердечной деятельности. Симптомами перегревания являются: покраснения кожи, сухость слизистых оболочек, сильная жажда. Возможна потеря сознания. Остановка сердца и дыхания.

Для снижения угрозы теплового удара запастись дополнительными емкостями с водой.

Передвигаться не спеша, стараться чаще находиться в тени.

Приготовить электробытовые приборы (вентиляторы, кондиционеры).

Носить светлую воздухопроницаемую одежду (желательно из хлопка), головной убор. Помнить: обожженная кожа перестает выделять пот и охлаждаться.

Не употреблять пиво и другие алкогольные напитки: это приводит к ухудшению общего состояния организма.

Посоветоваться с врачом: требуется ли дополнительное употребление соли во время жары.

При тепловом поражении перейти в тень, на ветер или принять душ, медленно выпить много воды. Постараться охладить свое тело, чтобы избежать теплового удара.

В случае потери сознания кем-либо из окружающих провести реанимационные мероприятия (сделать непрямой массаж сердца и искусственное дыхание).

Помнить: во время засухи возрастает вероятность пожаров.

7.6. ВО ВРЕМЯ ГРОЗЫ

Молния – это гигантский электрический искровой разряд. Сопровождается ослепительной вспышкой и громом.

Температура разряда молнии доходит до 300 000 градусов. Дерево при ударе молнии раскалывается и может загореться вследствие внутреннего взрыва из-за мгновенного испарения всей влаги древесины.

Прямое попадание молнии в человека, как правило, заканчивается летальным исходом.

Разряд электричества проходит по пути наименьшего сопротивления. Следовательно, молния поразит в первую очередь высокий предмет: мачту, дерево и т.п.

Для снижения опасности поражения молнией объектов промышленности, зданий и сооружений устраивается молниезащита в виде заземленных металлических мачт и натянутых высоко над сооружениями объекта проводами.

Молния опасна, когда вслед за вспышкой следует раскат грома. В этом случае принять меры предосторожности: закрыть окна, двери, дымоходы и вентиляционные отверстия.

Во время грозы не подходить близко к электропроводке, молниеотводу, водостокам с крыш, антенне, не стоять рядом с окном. По возможности выключить электробытовые приборы.

Находясь на открытой площадке, укрыться на участке с низкорослой растительностью; не укрываться вблизи высоких деревьев. Спуститься с возвышенного места в низину.

На открытой площадке, при отсутствии укрытия (здания), не ложиться на землю, подставляя электрическому току все свое тело, сесть на корточки, обхватив руками ноги.

Во время грозы немедленно прекратить наружные работы. Металлические предметы (инструмент, приспособления, механизмы и т.д.) положить в сторону, отойти от них на расстояние 20-30 метров.

Находясь во время грозы в автомобиле, не покидать его. Закрыть окна и опустить антенну радиоприемника.

7.7. В СЛУЧАЕ УРАГАНА, БУРИ, ШТОРМОВОГО ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ

Ураган – это атмосферный вихрь больших размеров со скоростью ветра до 120 км/ч, а в приземном слое – до 200 км/ч.

Буря – длительный, очень сильный ветер со скоростью более 20 м/с. Наблюдается при прохождении циклона и сопровождается сильным волнением на море и разрушениями на суше.

Смерч – атмосферный вихрь, возникающий в грозовом облаке и распространяющийся вниз, часто до поверхности Земли в виде темного облачного рукава или хобота диаметром в десятки и сотни метров. Существует недолго, перемещаясь вместе с облаком.

Опасность для людей при особо опасных природных явлениях заключается в разрушении дорожных и мостовых покрытий, сооружений, воздушных линий электропередачи и связи, наземных трубопроводов, а также в поражении людей обломками сооружений, осколками стекол, летящими с большой скоростью. Люди также могут погибнуть и получить травмы в случае полного разрушения зданий.

При пыльных бурях опасны скопления пыли («черные бури») на полях, дорогах и в населенных пунктах, а также загрязнение воды.

Основными признаками возникновения ураганов, бурь и смерчей являются: усиление скорости ветра и резкое падение атмосферного давления; ливневые дожди и штормовой нагон воды; бурное выпадение грунтовой пыли.

После получения сигнала о штормовом предупреждении:

- закрыть окна в помещениях;
- освободить подоконники от посторонних предметов;
- перейти из легких построек в прочные здания или сооружения;
- находясь в здании, отойти от окон и занять безопасное место возле стен внутренних помещений, в коридоре.

В темное время суток при отсутствии электроэнергии использовать автономные фонари, лампы, свечи.

Находясь во время урагана, бури или смерча на открытой местности или улицах населенного пункта:

- держаться как можно дальше от легких построек, зданий, мостов, эстакад, линий электропередачи, матч, деревьев, наружных рекламных щитов;
- для защиты от летящих обломков и осколков стекол использовать листы фанеры, картонные и пластмассовые ящики, доски и другие подручные средства;
- не заходить в поврежденные здания: они могут обрушиться при новых порывах ветра. Укрываться на дне дорожного кювета, в ямах, рвах, узких оврагах, плотно прижимаясь к земле, закрыв голову одеждой или ветками деревьев;
- не оставаться в автомобиле, выйти из него и укрыться, как указано выше.

При пыльной буре закрыть лицо марлевой повязкой, платком куском ткани, а глаза – очками.

7.8. ПРИ ЗАВАЛЕ

При завале, следует соблюдать следующие меры безопасности:

- Не старайтесь самостоятельно выбраться.
- Настройтесь на то, что спасатели Вас спасут
- Отодвиньте от себя острые предметы.
- Если у вас есть мобильный телефон - позвоните спасателям по телефону "112".
- Закройте нос и рот носовым платком и одеждой, по возможности намоченными.
- Стучите с целью привлечения внимания спасателей, лучше по трубам.
- Если Вы находитесь глубоко под обломками здания, перемещайте влево-вправо любой металлический предмет (кольцо, ключи и т.п.) для обнаружения Вас эхопеленгатором.
- Кричите только тогда, когда слышали голоса спасателей - иначе есть риск задохнуться от пыли.
- Если пространство около Вас относительно свободно, не зажигайте зажигалки. Берегите кислород.
- Ни в коем случае не разжигайте огонь.
- Если у вас есть вода, пейте как можно больше.
- Продвигайтесь осторожно, стараясь не вызвать нового обвала, ориентируйтесь по движению воздуха, поступающего снаружи.
- Если у Вас есть возможность, то с помощью подручных предметов (доски, кирпича и т.п.) укрепите потолок от обрушения и ждите помощи.

7.9. ПРИ ПОЖАРЕ

При пожаре, следует соблюдать следующие меры безопасности:

- Пригнуться как можно ниже, стараясь выбраться из здания как можно быстрее.
- Обмотать лицо влажными тряпками или одеждой, чтобы дышать через них.
- Если в здании пожар, а перед вами закрытая дверь, предварительно потрогайте ручку тыльной стороной ладони. Если она не горячая, откройте дверь и проверьте, есть ли в соседнем помещении дым или огонь, после этого проходите. Если ручка двери или сама дверь горячая, никогда не открывайте ее.
- Если вы не можете выбраться из здания, необходимо подать сигнал спасателям, кричать при этом следует только в крайнем случае, т.к. вы можете задохнуться от дыма. Лучше всего размахивать из окна каким-либо предметом или одеждой.

8. ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ СОТРУДНИКОВ НА ВОДЕ

8.1. НА РЕКЕ И ВОДОЁМЕ

По правилам безопасности на реке и водоёме:

- Не стойте и не играйте в тех местах, откуда можно упасть в воду.
- Не заходите на глубокое место, если не умеете плавать или плаваете плохо.
- Не умеете плавать – не купайтесь на глубоком месте, не надейтесь на надувной матрац или иные плав. средства – они могут выскользнуть из-под Вас и вы утонете.
- Не заплывайте далеко, можно устать и не доплыть до берега.
- Ни в коем случае не ныряйте в незнакомых местах. Неизвестно, что там может оказаться на дне. На мели можно удариться головой о дно или какой-либо предмет.
- Никогда не играйте в игры с удержанием «противника» под водой - он может захлебнуться.
- Не пытайтесь плавать на самодельных плотках или других плавательных средствах. Они могут не выдержать Вашего веса или перевернуться.
- Раскачивание лодки, хождение по ней или перегибание через борт очень опасны, так как лодка от этого может перевернуться.
- Не отплывайте далеко от берега и не переплывайте водоем на спор. Почувствовав усталость, сразу плывите к берегу.
- Не подплывайте к дебаркадерам, баржам, судам – может затянуть под днище.
- Не зная брода, не переходите речку. Можно попасть в яму.
- Если в воде у Вас начало сводить ногу - не паникуй, постарайся посильней потянуть рукой на себя за большой палец ступню сведенной ноги.
- Увидев тонущего человека - зовите на помощь взрослых, не стесняйтесь громко кричать, привлекая внимание окружающих. Осмотрись – нет ли под рукой спасательных средств. Ими может стать все, что плавает на воде и что Вы сможете

добросить до тонущего. Если это возможно, попробуйте дотянуться до тонущего рукой, толстой веревкой.

- При купании входите в воду быстро и во время купания не стойте без движения. Почувствовав озноб, быстро выходите из воды.

- Не купайтесь сразу после приема пищи и большой физической нагрузки (игра в футбол, бег и т. д.). Перерыв между приемами пищи и купанием должен быть не менее 45-50 минут.

- В холодную погоду, чтобы согреться, сделайте несколько легких физических упражнений.

- Не купайтесь больше 30 минут; если вода холодная, достаточно точно 5-6 минут.

- При ушных заболеваниях не прыгайте в воду головой вниз.

- Не оставайтесь при нырянии долго под водой.

- Выйдя из воды, вытрите насухо и сразу оденьтесь.

Запрещается:

- Входить в воду разгоряченным (потным).
- Заплывать за установленные знаки (ограждения участка, отведенного для купания).

- Подплывать близко к моторным лодкам, баржам.

- Купаться при высокой волне.

- Прыгать с вышки, если вблизи от нее находятся другие пловцы.

- Толкать товарища с вышки или с берега.

8.2. ПРИ КУПАНИИ В БАССЕЙНЕ

Основные правила безопасности при купании в бассейне:

- Не купайтесь в бассейне босиком. Надевайте резиновые тапочки, чтобы не поранить ноги о возможные сколы бетона, плиточной облицовки и чтобы не было скользко.

- Не ныряйте в неустановленных местах, там может быть мелко и можно удариться головой о дно и получить тяжелую травму.

- Не прыгайте с вышек без специальной подготовки инструктором по плаванию. Можно повредить позвоночник или получить шок при попадании сильной струи воды через нос в дыхательные пути.

- Будьте осторожны при выходе из бассейна – можно легко поскользнуться и упасть.

8.3. ЗИМОЙ НА ЛЬДУ

Основные правила поведения зимой на льду:

- Не рисковать! Если лед трескается и прогибается, остановиться немедленно и сойти со льда.

- Удостовериться в прочности льда. Спросить разрешения перехода у взрослых.

- Передвигаться по льду на расстоянии друг от друга, внимательно смотреть перед собой за состоянием льда.

- Взять в руки шест, лыжи. Снять рюкзак или надеть его свободнее на одно плечо.
 - Играть только на окрепшем льду, подальше от незамерзшей реки или полыньи.
- Запомни: можно переходить по льду, если он толще 5 см; кататься на коньках по льду, который толще 10 см.

Запрещается:

- Выходить одному на неокрепший лед.
- Собираться группой на небольшом участке льда.
- Проверять прочность льда ударами ног, клюшками.
- Переходить водоем по неокрепшему льду друг за другом на небольшом расстоянии.
- Идти по льду, засунув руки в карманы. Нести за спиной прочно надетый рюкзак.

9. БЕЗОПАСНОСТЬ В ТРАНСПОРТЕ

Отечественный и зарубежный опыт показывают, 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 полиции 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 воспринимает за террориста. Не прикасайтесь к оружию, или другому имуществу террористов. По возможности постарайтесь не двигаться до полного завершения операции.

9.1. 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.
- Если кто-то оказался на рельсах, и требуется помощь других пассажиров, то один человек должен направиться к выходу из тоннеля, чтобы подавать сигналы

машинисту поезда, размахивая яркой тканью, еще двое должны срочно поставить в известность о случившемся сотрудников метрополитена.

- Если находящийся на рельсах в состоянии быстро выбраться на платформу, не задевая контактный рельс, ему следует оказать в этом помощь. Если это невозможно, пострадавшему необходимо порекомендовать немедленно добраться до конца станции, лечь там между рельсами и оставаться в таком положении до отхода поезда

- Если вы обнаружили оставленные кем-то вещи, не трогайте их, а поставьте об этом в известность сотрудников полиции или метрополитена. В любом случае, от подозрительных вещей лучше находиться на максимально далеком расстоянии. Кроме этого, следует помнить, что в вагоне метро лучше стоять, чем сидеть, так как взрывные устройства могут быть спрятаны под сиденьями.

Если в результате террористического акта произошел взрыв, и поезд остановился 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.

Если вас ожидает поездка 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.

9.2. В АВТОБУСАХ

Основные меры личной безопасности, которые необходимо соблюдать при передвижении на общественном наземном транспорте (автобусы, троллейбусы, трамваи) во многом схожи с теми мерами, которые надо применять, находясь в 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 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

10. ПСИХОЛОГИЯ ПОВЕДЕНИЯ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

Особые условия, в которых может оказаться человек, как правило, вызывают у него психологическую и эмоциональную напряжённость. Как следствие, у одних это сопровождается мобилизацией внутренних жизненных ресурсов; у других - снижение или даже срывом работоспособности, ухудшением здоровья, физиологическими и психологическими стрессовыми явлениями. Зависит это от индивидуальных особенностей организма, условий труда и воспитания, осведомлённости о происходящих событиях и понимания степени опасности.

Во всех трудных ситуациях решающую роль играет моральная закалка и психическое состояние человека. Они определяют готовность к осозанным, уверенным и расчётливым действиям в любых критических моментах.

Психологическая готовность.

Стихийные бедствия, крупные аварии и катастрофы, их трагические последствия вызывают у людей большую эмоциональную возбуждённость, требуют высокой морально - психологической стойкости, выдержки и решительности, готовности оказать помощь пострадавшим, спасти гибнущие материальные ценности.

Тяжёлая картина разрушений и опустошений, непосредственная угроза жизни отрицательно воздействуют на психику человека. В некоторых случаях могут нарушить процесс нормального мышления, ослабить или полностью исключить контроль над собой, что приводит к неоправданным и непредсказуемым действиям.

Как правило, преодолению страха способствует, прежде всего, чувство личной ответственности, осознание значимости дела, которое делают. Опасность и риск для здоровья, важность выполняемых работ - всё это поднимает значимость совершаемого в собственных глазах и во мнении общества в целом.

У неподготовленных психологически, не закалённых людей появляется чувство страха и стремление убежать из опасного места, у других - психологический шок, сопровождаемый оцепенением мышц. В этот момент нарушается процесс нормального мышления, ослабевает или полностью теряется контроль сознания над чувствами и волей. Нервные процессы (возбуждение или торможение) проявляются по-разному. Например, у некоторых расширяются зрачки - говорят, "у страха глаза велики", нарушается дыхание, начинается сердцебиение "сердце готово вырваться из груди", спазмы периферических кровеносных сосудов - "побелел как мел", появляется холодный пот, слабеют мышцы - "опустились руки или колени подогнулись", меняется тембр голоса, а иногда теряется дар речи. Известны даже случаи смерти при внезапном страхе от резкого нарушения работы сердечно-сосудистой системы.

Такое состояние бывает довольно продолжительным - от нескольких часов до нескольких суток. При ликвидации последствий землетрясений и аварий приходится иногда наблюдать людей, которые находятся в состоянии душевной подавленности, могут длительное время бесцельно бродить по развалинам.

Неожиданность возникновения опасности, незнание характера и возможных последствий стихийного бедствия или аварии, правил поведения в этой обстановке, отсутствие опыта и навыков в борьбе со стихией, слабая морально-психологическая подготовка - все это причины такого поведения людей.

Что делать, как поступить, чтобы избежать такого подавленного состояния людей?

Во-первых, надо учитывать, что человек, перенесший тяжелую психическую травму, гораздо быстрее восстанавливает душевное равновесие, если его привлечь к какой-либо физической работе и не одного, а в составе группы.

Во-вторых, чтобы ослабить негативное воздействие на человека, нужны постоянная подготовка к действиям в чрезвычайных ситуациях, формирование психической устойчивости, воспитание воли. Вот почему основным содержанием психологической подготовки является выработка и закрепление необходимых психологических качеств.

В-третьих, особое значение приобретает подготовка коллективов - всех труженников предприятий, организаций и учреждений к повышению стойкости, к психологическим нагрузкам, развитию выносливости, самообладания, неуклонному стремлений к выполнению поставленных задач, развитию взаимовыручки и взаимодействия.

Надо помнить, что уровень психологической подготовки людей - один из важнейших факторов. Малейшая растерянность и проявление страха, особенно в самом начале аварии или катастрофы, в момент развития стихийного бедствия могут привести к тяжёлым, а порой и к непоправимым последствиям. В первую очередь это относится к должностным лицам, обязанным немедленно принять меры, мобилизующие коллектив, показывая при этом личную дисциплинированность и выдержку.

Список телефонов для оповещения при антитеррористической угрозе

<u>Директор</u> Авачов Михаил Иванович	8 (985) 773-59-44
МЧС	101
УВД	102
Скорая	103 8(496) 223-14-48
Единый номер экстренных служб	112
<u>Дежурная часть УМВД России по Дмитровскому городскому округу</u>	02; 8(496) 223-34-02 8(496) 223-34-55 8(495) 993-94-02
<u>Дежурный ФСБ г. Дмитров</u>	8(496) 227-31-69 8(495) 993-80-29
ГО и ЧС (круглосуточно)	8(496) 227-35-32
ОВО Дежурная часть	8(496) 227-42-80
Аварийная газовая служба	04; 8(496) 223-44-07 8(496) 227-32-14 8(495) 993-92-14
Пожарная служба	01; 8(496) 223-18-89 8(903) 108-40-50
Аварийная служба МОСЭНЕРГО	8(496) 223-55-29 8(496) 227-33-03
Аварийная служба г. Дмитрова	8(496) 223-44-44

Контрольный лист

Наблюдений при угрозе по телефону

Соберите, как можно больше информации – пусть звонящий говорит дольше.

Включите звукозаписывающее устройство, если оно имеется.

1. Время и дата получения сообщения: _____
2. Точная формулировка угрозы _____

3. Если звонящий угрожает взрывом задать следующие вопросы:
 - 3.1. Когда будет взрыв? _____

 - 3.2. Где взрывное устройство находится сейчас? _____

 - 3.3. Каков тип и размер взрывного устройства? _____

 - 3.4. Как оно выглядит? _____

 - 3.5. Кто заложил взрывное устройство? _____

 - 3.6. Откуда звоните? _____

 - 3.7. Как Вас зовут, и где Вы находитесь? _____

4. Пол: мужчина, женщина (нужное подчеркнуть)
5. Примерный возраст: подросток, молодой, средний, пожилой (нужное подчеркнуть)
6. Речь: темп _____
произношение _____
манера речи _____
наличие акцента, диалекта _____
наличие дефектов речи _____
присутствие попыток изменения тембра _____
7. Голос: тихий, громкий, низкий, высокий (нужное подчеркнуть)
8. Звуковой фон: шум машин, железнодорожного транспорта, авиационных двигателей, звук теле или радиоаппаратуры, голоса, другое _____
9. Время, когда звонивший повесил трубку _____
10. Немедленно сообщить о звонке
Генеральному директору
Начальнику по безопасности
УФСБ
УВД
11. Ваше имя отчество фамилия, местонахождение, телефон _____

12. Говорили ли Вы кому-нибудь о полученной угрозе помимо лиц указанных в пункте 10

Контрольный лист наблюдений иметь на каждом рабочем месте не менее чем в трех экземплярах

**Рекомендуемые зоны эвакуации и оцепления при обнаружении
взрывного устройства или подозрительного предмета, который может
оказаться взрывным устройством**

1. Граната РГД-5	не менее 50 метров
2. Граната Ф-1	не менее 200 метров
3. Тротиловая шашка массой 200гр.	45 метров
4. Тротиловая шашка массой 400гр.	55 метров
5. Пивная банка 0,33 литра	60 метров
6. Мина МОН-50	85 метров
7. Чемодан (кейс)	230 метров
8. Дорожный чемодан	350 метров
9. Автомобиль типа «Жигули»	460 метров
10. Автомобиль типа «Волга».....	580 метров
11. Микроавтобус	920 метров
12. Грузовая машина (фургон)	1240 метров