

ЗАХВАТ В ЗАЛОЖНИКИ

Если вы оказались в заложниках, знайте - вы не одни. Помните, опытные люди уже спешат к вам на помощь. Не пытайтесь убежать, вырваться самостоятельно, террористы могут отреагировать агрессивно. Постарайтесь успокоиться и ждите освобождения.

- 1) Настройтесь на долгое ожидание. Специалистам требуется время, чтобы освободить вас. Они не теряют ни минуты, должны всё предусмотреть.
- 2) Постарайтесь мысленно отвлечься от происходящего: вспоминайте содержание книг, художественных фильмов, мультфильмов, решайте в уме задачи. Если верите в Бога, молись.
- 3) Старайтесь не раздражать террористов: не кричите, не плачьте, не возмущайтесь. Не требуйте также немедленного освобождения - это невозможно.
- 4) Не вступайте в споры с террористами, выполняйте все их требования. Помните: это вынужденная мера, вы спасаете себя и окружающих.
- 5) Помните, что возможно вам придётся долгое время провести без воды и пищи. Экономьте свои силы.
- 6) Если в помещении душно, постарайтесь меньше двигаться, чтобы экономнее расходовать кислород.
- 7) Если воздуха достаточно, а по зданию передвигаться запрещают, делайте нехитрые физические упражнения - напрягайте и расслабляйте мышцы рук, ног, спины. Не делайте резких движений.
- 8) Помните, если заложник проводит много времени с террористами, ему может показаться, что они вместе, а весь мир - против них. Это очень опасная ошибка! Знайте, в любой ситуации террорист - это преступник, а заложник - его жертва! У них не может быть общих целей!

Телефоны экстренной помощи

<u>Вызов экстренных оперативных служб</u>	112, с мобильного тел. 112
<u>Пожарная охрана и спасатели</u>	01, с мобильного тел. 101
<u>Полиция</u>	02, с мобильного тел. 102
<u>МО МВД России «Благовещенский» - (дежурная часть)</u>	(8-4162) 49-08-70
<u>Скорая помощь</u>	03, с мобильного тел. 103
<u>УФСБ России по Амурской области</u>	(8-4162) 53-56-56
<u>ГУ МЧС России по Амур. обл.(дежурн. часть)</u>	(8-4162) 226-109
<u>Управление ГОЧС (оперативный дежурный)</u>	(8-4162) 778-112