



## ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В МЕСТАХ С МАССОВЫМ СКОПЛЕНИЕМ ЛЮДЕЙ, НА МАССОВЫХ МЕРОПРИЯТИЯХ, В ТОЛПЕ

Террористы часто выбирают для атак места массового скопления народа (кинотеатры, общественный транспорт, школы, торговые центры, церкви, вокзалы и аэропорты, крупные праздничные мероприятия).

Помимо собственно поражающего фактора террористического акта, люди гибнут и получают травмы в результате давки, возникшей вследствие паники.

Сама по себе толпа в принципе не очень опасна, но любая угроза способна моментально изменить ситуацию, она моментально становится паникующей и агрессивной.

Поэтому необходимо помнить следующие правила поведения в толпе:

1. Толпа – место повышенной опасности. Проявляете благоразумие и по возможности не присоединяйтесь к ней.
  2. Если вы все же в толпе, то при возникновении паники старайтесь сохранить спокойствие и способность трезво оценивать ситуацию. Вам хватит десятка секунд, чтобы осмотреться и найти безопасный путь к спасению.
  3. Перед попыткой выбраться из толпы, а еще лучше до того, как вы в нее попадете, застегните верхнюю одежду и все карманы, заправьте шарф под куртку, уберите капюшон, зашнуруйте ботинки. Спрячьте все, чем вы можете за что-либо зацепиться или за что вас могут схватить.
  4. Оказавшись в толпе, придерживайтесь общего направления, забирая чуть-чуть в сторону по направлению к выходу, если он есть.
  5. Не идите против потока людей, это бессмысленная затея, вас затопчут.
  6. Не расталкивайте людей, им самим некуда подвинуться.
  7. Постарайтесь, чтобы вас ни оттолкнули к центру, где давят со всех сторон, и выбраться откуда будет очень тяжело. Также надо быть не на самом краю, где вам грозит быть прижатым к стене или забору.
  8. Если вы не один — а, например, с ребенком, женой, девушкой, приятелем — возникает неприятная перспектива быть оторванными друг от друга. Никакие «дай мне руку» здесь не помогут.
    - Маленького ребенка — на руки. Если он достаточно взрослый — в позицию «запасной парашют»: сажаем на грудь, пусть руками обхватит вас за шею, а ногами за талию.
    - Взрослого человека прижимаем к спине, одной рукой он держит вас за пряжку ремня или одежду в районе живота, вы одной рукой контролируете и усиливаете этот захват.
    - Равноправие при выходе из толпы отменяется, один ведет, второй следует за ним, прижимаясь вплотную.
1. В толпе две главные опасности — быть задавленным или затоптанным.
  2. Глубоко вдохните и разведите согнутые в локтях руки чуть в стороны, чтобы грудная клетка не была сдавлена и старайтесь сильно не выдыхать. Также можно взять себя левой рукой за правый лацкан (или наоборот, это не принципиально) и выставить локоть вперед. Теперь



перед вашей грудной клеткой образовалось десять сантиметров свободного пространства, можно спокойно вздохнуть и искать способы поскорее убраться отсюда.

3. Стремитесь оказаться подальше от высоких и крупных людей, людей с громоздкими предметами и большими сумками. В случае их падения на вас, без посторонней помощи выбраться уже не удастся.

4. Любыми способами старайтесь удержаться на ногах.

5. Никогда не держите руки в карманах.

6. Двигаясь, поднимайте ноги как можно выше, ставьте ногу на полную стопу, не семените, не поднимайтесь на цыпочки.

7. Если давка приняла угрожающий характер, НЕМЕДЛЕННО, не раздумывая, освободитесь от любой ноши, прежде всего от сумки на длинном ремне и шарфа.

8. Если что-то уронили, ни в коем случае не наклоняйтесь, чтобы поднять. Ваша жизнь дороже упавшей вещи.

9. Если Вы упали, постарайтесь как можно быстрее подняться на ноги. При этом не опирайтесь на руки (их отдавят либо сломают). Старайтесь хоть на мгновение встать на подошвы или на носки. Обретя опору, не мешкайте и «выныривайте», резко оттолкнувшись от земли ногами.

10. Если встать не удастся, свернитесь клубком, защищайте голову предплечьями рук, а ладонями прикройте затылок. Но долго так пролежать не получится, поэтому надо вставать.

11. Попад в переполненное людьми помещение, заранее определите, какие места при возникновении экстремальной ситуации наиболее опасны:

- проходы между секторами на стадионе;
- стеклянные двери и перегородки в концертных залах и торговых центрах;
- выходы из любых помещений и зданий всегда уже чем проходы;
- любые узкие проходы вообще.

1. Обратите внимание на запасные и аварийные выходы, мысленно проделайте путь к ним, после чего начинайте движение.

2. В помещении в некоторых случаях легче всего укрыться от толпы в углах зала или вблизи стен, но при этом добираться до выхода оттуда будет сложнее.

### **КАК ВЕСТИ СЕБЯ ВО ВРЕМЯ ВООРУЖЕННОГО НАПАДЕНИЯ В ШКОЛЕ/ВУЗЕ/ССУЗЕ?**

Полностью исключить вероятность вооруженного нападения невозможно — это может случиться в школе, вузе, в клубе и даже на улице. Оказавшись в такой ситуации, самое важное — не поддаваться панике. Что делать дальше?

#### **Не привлекать внимание**

Быстро принять, что подросток, который пустил в ход оружие в школе (или в другом учреждении) пришел убить других и, возможно, себя. Ему нечего терять, поэтому нужно воспринимать его как человека, который в данный момент лишен инстинкта самосохранения, самоконтроля и здравого смысла. Приятельские отношения или даже дружба больше не имеют значения. Не нужно пытаться образумить нападающего, пытаться с ним договориться и вообще

вступать в разговоры. В такой ситуации перед вами «чужой» опасный человек — не нужно к нему обращаться, смотреть в глаза, спорить и вообще хоть как-то провоцировать. Важно оставаться незаметным, не делать резких движений, выполнять требования нападающего и по возможности держаться как можно ниже — сесть или лечь на пол.

### **Действовать в одиночку**

Подростки подвержены стадному чувству и в чрезвычайной ситуации часто ориентируются на лидеров или действуют по принципу «как все». Однако сбежать или укрыться в первые секунды получается в основном у быстро думающих одиночек. Идеи вроде «давайте все вместе побежим» или «давайте мы будем сопротивляться» увеличивают шансы оказаться в числе пострадавших. Если группа подростков начнет совершать резкие движения, нападающий наверняка применит оружие.

### **Оценить обстановку и выбрать тактику**

В ситуации вооруженного нападения очень легко впасть в ступор, однако медлить нельзя. Счет идет на секунды. Вопреки страху ребенок должен собраться и понять, как лучше действовать: бежать, прятаться или бороться.

Если у нападающего огнестрельное оружие, то первое, что надо сделать, — присесть или лечь на пол. Так ребенок окажется ниже линии огня при беспорядочной стрельбе. Затем нужно оценить шансы покинуть помещение. Если выход рядом — держать нападающего в поле зрения и ползти к двери. Если нападающий окажется спиной к ребенку или его что-то отвлечет, можно добежать до выхода, пригнувшись или по зигзагообразной траектории. Если сбежать не получается, нужно попытаться спрятаться или забаррикадироваться — под столом или партой, у шкафа или между стеллажами. Задача ребенка — не привлекать внимания нападающего и не сидеть в простреливаемой зоне — у окон, дверей, посередине помещения, где в случае штурма можно пострадать в том числе от пули спецназа.

Если ребенок находится в одном помещении со стрелком — это самый непредсказуемый вариант. Попытка бежать может закончиться плохо. Нападать на стрелка имеет смысл только в том случае, если уже есть жертвы и ребенок может стать следующей. Тогда можно заговорить с нападающим спокойным голосом и резко броситься ему под ноги или на него, постаравшись задрать его руку с оружием максимально высоко. Но это самый крайний случай. Если нападающий — правша и ребенок все-таки решился бежать, пусть бежит влево.

Если у нападающего холодное оружие, то многое зависит от расстояния между ним, ребенком и выходом. Если выход ближе, стоит рискнуть и выбежать. Если нет, лучше искать другие решения.

### **В случае пожара использовать повязку на лицо**

Если нападающий устраивает поджог, нужно держаться как можно ниже, дышать неглубоко и через одежду. Если получится — сделать любое подобие повязки на лицо. Для этого подойдет майка, шарф, колготки, даже носок. Если есть жидкость, ткань надо намочить (помните, что моча — гораздо лучший фильтр, чем обычная вода). Если ребенок почувствует запах дыма, газа, любой странный запах или услышит кашель других, не теряя ни секунды, ему следует использовать повязку — это поможет оставаться в сознании и спастись.

### Не игнорировать поведение одноклассников (однокурсников)

Нужно быть внимательным к словам и поведению знакомых и одноклассников (однокурсников). Мысли о самоубийстве и даже о расправе могут приходить в голову многим подросткам, однако если кто-то в окружении ребенка говорит об этом регулярно, даже в шуточной форме, и при этом ведет себя неадекватно и озлобленно, не стоит идти на конфликт — нужно рассказать об этом родителям, учителям/преподавателям и друзьям. Это может предотвратить возможную трагедию.

### Не участвовать в травле

Мир подростков жесток. Дети склонны объединяться против кого-то одного, и буллинг остается серьезной проблемой как в российских, так и в зарубежных учреждениях.

Однако издеваться над кем-то недопустимо. Подумайте о чувствах того, кто оказывается в позиции жертвы, и о том, что довести до отчаяния можно практически любого.

### КАК ВЕСТИ СЕБЯ ПРИ ПОХИЩЕНИИ И СТАВ ЗАЛОЖНИКОМ ТЕРРОРИСТОВ?

Рекомендации сотрудников Центра специального назначения ФСБ России.

#### При захвате:

Как показало развитие событий при захвате заложников в "Норд-Осте" и Беслане, только в этот момент есть реальная возможность скрыться с места происшествия. Наверное, это в основном относится ко взрослым людям, которые могут трезво оценивать обстановку вокруг себя. Если рядом нет террориста и нет возможности поражения, нельзя просто стоять на месте. Если есть такая возможность, необходимо убежать с места предполагаемого захвата.

#### Если вы вдруг оказались захваченными:

Нужно настроиться на то, что моментально вас никто не освободит. Нужно психологически настроить себя на длительное пребывание рядом с террористами. При этом необходимо твердо знать, что в конечном итоге вы обязательно будете освобождены. Необходимо также помнить, что **для сотрудников спецназа на первом месте стоит жизнь заложников, а не их собственная жизнь**. Находясь рядом с террористами, необходимо установить с ними общий психологический контакт. Не обязательно нужно с ними разговаривать. Но не в коем случае не нужно кричать, высказывать свое возмущение, громко плакать, потому что очень часто террористы находятся под воздействием наркотических средств и в целом очень возбуждены. Поэтому плач и крики действуют на них крайне негативно и вызывают в них лишнюю агрессию. Необходимо настроить себя на то, что достаточно продолжительное время вы будете лишены пищи, воды и возможно движения. Поэтому нужно экономить силы. Если воздуха в помещении мало, необходимо меньше двигаться, чтобы экономнее расходовать кислород. Если вам запрещают передвигаться по зданию, необходимо делать нехитрые физические упражнения. Просто напрягать мышцы рук, ног, спины, то есть необходимо заставлять себя двигаться. Кроме этого необходимо заставлять работать свой головной мозг, чтобы не замкнуться в себе и не потерять психологический контроль. Вспоминайте содержание книг, решайте математические задачи, если кто-нибудь знает молитвы, может молиться. **При этом**

необходимо твердо знать, что с террористами ведутся переговоры и, в конечном итоге, вы обязательно будете освобождены.

#### **Во время штурма:**

Если вы поняли, что начался штурм, необходимо занять позицию подальше от окон и дверных проемов (при обстреле осколки стекла и строительных конструкций могут причинить дополнительные травмы). Также нужно держаться подальше от террористов, потому что при штурме по ним будут работать снайперы. Не нужно никакой личной бравады. 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, 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.

Если вы оказались в заложниках, старайтесь фиксировать все события, которые сопровождают захват. Запомните, о чем переговариваются террористы между собой, как выглядят, кто у них лидер, какие их планы, какое у них распределение ролей. Данная информация в дальнейшем будет очень важна для нас. Часто террористы пытаются скрыться, поэтому они передеваются в одежду заложников, пытаются сохранить свои жизни.

#### **КАК ВЕСТИ СЕБЯ, ЕСЛИ РЯДОМ ПРОИСХОДИТ ВЗРЫВ?**

При взрыве или начале стрельбы следует немедленно падать на землю, лучше под прикрытие (бордюр, торговую палатку и т. п.), напоминают в МЧС. Для большей безопасности накройте голову руками (при этом положении воздействие ударной волны уменьшается в несколько раз). Также следует держаться подальше от высоких зданий, стеклянных витрин, окон или транспортных средств.

Чтобы укрыться от осколков, также необходимо лечь или спрятаться за каким-то укрытием. Ни в коем случае не пытайтесь спрятаться за пластиковыми, деревянными или стеклянными укрытиями, рекламными щитами и другими хрупкими конструкциями.

#### **Что делать, если произошел взрыв в помещении?**

Услышав взрыв или обнаружив, что здание теряет свою устойчивость, следует незамедлительно покинуть его, не поддаваясь панике. При неизбежности взрыва опять же необходимо быстро лечь на пол и прикрыть голову руками. Наиболее безопасными местами в здании при взрыве считаются места соединения несущих конструкций (пола и стены) и дверные проемы в несущих стенах. В случае взрыва прятаться не стоит в лифте, на лестничных маршах, под нависшими строительными конструкциями, подвесными потолками и антресолями. Также опасно находиться под перекрытиями с большими трещинами или рядом с застекленными поверхностями (окна, лоджии, зеркала, шкафы, стеклянные двери).

Как напоминают в МЧС, в случае чрезвычайной ситуации техногенного характера, покидая помещение, спускаться следует по лестнице, а не на лифте.

Все задымленные места нужно проходить быстро, задержав дыхание, защитив нос и рот влажной плотной тканью. В сильно задымленном помещении нужно передвигаться ползком или пригнувшись, так как внизу чистый воздух сохраняется дольше.

Если лестница задымлена, необходимо открыть находящиеся на лестничной клетке окна либо выбить стекла, чтобы выпустить дым и обеспечить приток свежего воздуха, а двери помещений, откуда проникает на лестницу дым, плотно прикрыть. Не пытайтесь выйти через задымленный коридор или лестницу: дым очень токсичен, кроме того, горячие газы могут обжечь легкие.

В случае невозможности покинуть здание рекомендуется выйти на балкон или подойти к окну и подавать сигналы о помощи, предварительно нужно как можно сильнее уплотнить дверь, через которую возможно проникновение дыма, мокрой тканью.

В случае сильного задымления эвакуацию выполняют по балконам, наружным стационарным, приставным и выдвижным лестницам. Спускаться по водопроводным трубам и стоякам, а также с помощью связанных простыней можно лишь в исключительных случаях. Недопустимо также прыгать из окон здания начиная с третьего этажа, т. к. неизбежны травмы.

В разрушенном или поврежденном помещении из-за опасности взрыва скопившихся газов нельзя пользоваться открытым пламенем (спичками, свечами, факелами и т. п.). Продвигаться следует осторожно, не прикасаясь к поврежденным конструкциям и оголившимся проводам.

Что делать в случае химической аварии?

Взрывы могут происходить на заводах или хранилищах, где хранятся химические вещества. В случае нарушения технологических процессов на производстве, повреждения трубопроводов, емкостей, хранилищ, транспортных средств, приводящих к выбросу аварийных химически опасных веществ (АХОВ), первым делом следует закрыть окна и отключить электробытовые приборы. Для защиты органов дыхания следует использовать ватно-марлевую повязку либо подручные изделия из ткани, смоченные в воде, 2-5% растворе пищевой соды (для защиты от хлора), 2% растворе лимонной или уксусной кислоты (для защиты от аммиака).

Выходить из зоны химического заражения следует в сторону, перпендикулярную направлению ветра. При невозможности покинуть зону техногенной аварии необходимо плотно закрыть двери, окна, вентиляционные отверстия и дымоходы, щели в них заклеить бумагой или скотчем. Нельзя укрываться на первых этажах зданий, в подвалах и полуподвалах.

При подозрении на возникшее вследствие взрыва поражение химически опасными веществами следует исключить любые физические нагрузки, принять обильное питье (молоко, чай) и незамедлительно обратиться к врачу. От употребления водопроводной воды следует воздержаться до официального заключения о ее безопасности. Все капли неизвестных веществ на коже, одежде, обуви и средствах индивидуальной защиты следует снять тампоном из бумаги, ветоши или носовым платком.

После выхода из зараженной зоны нужно снять верхнюю одежду и оставить ее на улице, принять душ (пройти санитарную обработку), тщательно промыть глаза и прополоскать рот.

Зараженную одежду выстирать (если это невозможно, утилизировать) и провести тщательную влажную уборку помещения.