

## **Правила и порядок поведения населения при угрозе террористического акта:**

1. В целях предупреждения проведения террористических актов реальное состояние среды вашего систематического обитания, для чего потребуйте от ответственных лиц организовать обход с жильцами (работниками) дома вашего проживания (работы). Знание реального проектного состояния объектов вашего систематического обитания необходимо для предотвращения возможности проведения теракта.

Изучите, какие помещения, узлы, агрегаты установлены (построены) в здании или вблизи его и по всему периметру. Кем они обслуживаются (заняты). Кто несет ответственность за их эксплуатацию и содержание. Телефоны съемщиков и владельцев помещений и оборудования, телефоны вышестоящих организаций. Внимательно изучите подъезд и этаж обитания. Изберите старшего по дому, подъезду, этажу. Изучите места возможного заложения взрывных устройств, складирования взрывоопасных веществ или создания взрывоопасных воздушных или сыпучих смесей. Знайте в лицо работников коммунальной службы, обслуживающей ваш дом.

2. Не оставляйте без внимания появление у дома и проявляющих к нему интерес посторонних лиц, не имеющих к нему функциональной принадлежности, их стремление обследовать, расспросить сведения о местах, подходящих для заложения (складирования) зарядов (взрывчатых веществ).

Особое внимание обратите на постановку на стоянку возле незнакомых, безнадзорных автомобилей, загруженных или закрытых контейнеров и других подозрительных предметов.

3. При угрозе проведения теракта:

если есть возможность, отправьтесь с детьми и престарелыми на несколько дней на дачу, в деревню, к родственникам или друзьям;

обезопасьте свое жилище, уберите пожароопасные предметы - старые запасы красок, растворителей, лаков, бензина и т.п.;

уберите с окон горшки с цветами (поставьте их на пол);

уберите все предметы, стоящие на шкафах, сервантах, полках и т.п.;

проверьте, плотно ли у вас закреплены полки и навесные картины (предметы);

задерните шторы на окнах - это защитит вас от повреждений осколками стекла;

сложите в сумку необходимые вам документы, не громоздкие носильные вещи, деньги. Держите включенной локальную (квартирную) систему оповещения и взаимной информации.

4. Если вы обнаружили взрывоопасный предмет:

не подходите близко к нему;  
немедленно сообщите о находке в милицию;  
не позволяйте случайным людям прикасаться к подозрительному предмету, пытаться его обезвредить, проверить.

Меры защиты при проведении террористических актов:

1. Постарайтесь успокоиться и уточнить обстановку.
  2. В разрушенном или поврежденном помещении из-за опасности взрыва скопившихся газов нельзя пользоваться открытым пламенем (спичками, зажигалкой, свечами, факелами и т.д.).
  3. Продвигайтесь осторожно, не трогайте поврежденные конструкции или оголившиеся провода.
  4. При задымлении защитите органы дыхания смоченным платком (лоскутом ткани, полотенцем).
  5. Включите локальную (квартирную) систему оповещения и проверьте возможность взаимного общения (теле-, радио-, телефонной связью, голосом).
  6. В случае срочной эвакуации возьмите личные документы, не громоздкие и самые необходимые носильные вещи, деньги, ценности. Изолируйте квартиру (закройте все окна и двери). Оповестите соседей об эвакуации. Помогите престарелым и инвалидам покинуть помещение. Возьмите на учет лиц, оставшихся в помещении. Сообщите о случившемся по телефону в соответствующую службу по месту жительства. Входную дверь плотно прикройте, не закрывая на замок.
- При невозможности эвакуации из помещения необходимо применять меры, чтобы о вас знали, выйти на балкон или открыть окно и взывать о помощи.
- С выходом из дома отойти на безопасное расстояние от него и не предпринимать самостоятельных решений об отъезде с места происшествия.
7. Действуйте в строгом соответствии с указаниями должностных лиц.

Программа подготовки различных категорий населения к действиям в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени предусматривает приобретение знаний и навыков, необходимых каждому, чтобы реально оценивать опасности и угрозы, уверенно ориентироваться и действовать в чрезвычайных ситуациях и преодолевать их, владеть средствами защиты, способами оказания само- и взаимопомощи.

Наряду с приобретением таких знаний и навыков первостепенное значение имеет психологическая готовность к действиям в реальных чрезвычайных ситуациях.

Особые условия, в которых может оказаться человек, как правило, вызывает у него психологическую и эмоциональную напряженность. Как следствие, у одних это сопровождается мобилизацией внутренних жизненных ресурсов, у других - снижением или даже срывом работоспособности, ухудшением здоровья, физиологическими и психологическими стрессовыми явлениями. Зависит это от индивидуальных особенностей организма, условий труда и воспитания, осведомленности о происходящих событиях и понимания степени опасности, способов и средств преодоления и ликвидации ЧС. Во всех трудных ситуациях решающую роль играет моральная закалка и психическое состояние человека. Они определяют готовность к осознанным, уверенным и расчетливым действиям в критических моментах.

Тяжелая картина разрушений и опустошений, непосредственная угроза жизни отрицательно воздействует 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.

От морально-психологической устойчивости бойцов частей и подразделений и формирований ГО зависит в немалой степени, с каким качеством, в какие сроки будут проведены спасательные работы.

Опыт ликвидации аварий говорит, что экстремальные ситуации могут побуждать человека на такие дела и поступки, на которые он не решился бы в обычных условиях.

У неподготовленных психологически, не закаленных людей появляется чувство страха и стремления убежать из опасного места, у других - психологический шок, сопровождаемый оцепенением мышц. В этот момент нарушается процесс нормального мышления, ослабевают или полностью теряется контроль сознания над чувствами и волей. Известно даже случаи смерти при внезапном сильном страхе от резкого нарушения работы сердечно-сосудистой системы.

Что делать, как поступить, чтобы преодолеть страх и избежать подавленного состояния людей в чрезвычайных ситуациях.

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 экстремальных условиях, 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 тружеников предприятий, организаций и учреждений к повышению стойкости, к психологическим нагрузкам, развитию выносливости, самообладания, неуклонному стремлению к выполнению поставленных задач, развитию взаимовыручки и взаимодействия. Такую подготовку надо проводить дифференцированно с учетом предназначения каждого формирования и той обстановки, с которой может столкнуться конкретный коллектив. И делать это надо на учениях и тренировках.

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 тяжелым, а порой и непоправимым последствиям. В первую очередь это относится к должностным лицам, обязанным немедленно принять меры, мобилизующие коллектив, показывая при этом личную дисциплинированность и выдержку. Именно неверие в свои силы, в силы и возможности коллектива парализует волю.

Предупредить панику.

Паника - это чувство страха, охватившее группу людей, которое затем передается окружающим и перерастает в неуправляемый процесс. У людей резко повышается эмоциональность восприятия происходящего, снижается ответственность за свои поступки. Человек не может разумно оценивать свое поведение и правильно осмыслить сложившуюся обстановку.

Появлению паники способствует отсутствие своевременной и достоверной информации. Этот недостаток сразу же восполняется слухами, кривотолками и рассказами "очевидцев".

К возникновению страха и паники может привести и отсутствие организованности и порядка, ослабление руководства, потеря управления, недоверие между людьми, плохие взаимоотношения, разобщенность коллектива.

Чтобы предупредить панику, надо с самого начала чрезвычайной ситуации рассказать людям всю правду о том, что случилось.

Информация должна периодически повторяться, наращиваться. Необходимо не только рассказывать о ходе спасательных работ и давать разъяснения, а обязательно обращаться к ним с просьбами, вовлекать их в общее дело ликвидации последствий стихийного бедствия или аварии. Каждый человек должен чувствовать себя причастным к этим важным событиям. Постараться переключить внимание людей с действий "лидера" паникеров на человека, трезво мыслящего, обладающего хладнокровием. Здесь должны найти место властные и громкие команды людей с волевым характером. Надо всех незамедлительно вовлечь в борьбу с опасностью. Обычно, когда проходит первое чувство страха, у большинства людей в такой ситуации наблюдается повышенная активность, стремление как бы загладить свою вину. Это и следует использовать для привлечения всех к спасательным работам, поручив каждому конкретный участок.

И еще одно важное обстоятельство - это постоянное общение руководителей всех рангов местной администрации, депутатов и других известных и уважаемых людей с населением того района, города, где произошла ЧС.