

## Пам'ятка

### ЯКЩО ВИ СТАЛИ ЗАРУЧНИКАМИ: ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ

Захоплення в заручники може відбутися в будь-якому місці (установі, закладі, громадських місцях, транспорті, квартирі та на вулиці тощо). У такому випадку пам'ятайте, що ваше життя ставатиме предметом торгу і саме ваша поведінка може вплинути на ставлення терористів до вас.

#### **У разі захоплення вас терористами як заручника:**

- по можливості якомога швидше опануйте себе;
- За необхідності виконуйте розпорядження терористів, особливо протягом перших 30-60 хвилин після нападу. Не вступайте з ними в суперечку, терпите образи та приниження;
- не реагуйте на провокаційну чи зухвалу поведінку бандитів, продовжуйте спокійно сидіти, не ставлячи зайвих питань;
- не провокуйте своїми вчинками терористів на насильницькі дії (уникайте різких рухів, шуму, тощо). Говоріть спокійним голосом, уникайте викличного, ворожого тону;
- не привертайте до себе увагу висловлюваннями щодо політичних або релігійних подій;
- будьте готові до застосування терористами пов'язок на очі, кляпів, наручників чи мотузок;
- будьте готові до „спартанських” умов життя: неякісної їжі та неприйнятних умов проживання;
- віддайте особисті речі, які вимагають терористи;
- не реагуйте на провокаційні дії терористів, не дивіться їм в очі;
- не вживайте алкоголь;
- для підтримання сил їжте все, що вам дають, виконуйте доступні фізичні вправи;
- якщо вас поранено, старайтеся не рухатися, так ви зменшите втрату крові;
- надавайте допомогу і психологічну підтримку дітям, людям похилого віку, травмованим та пораненим;
- запитуйте дозвіл на вчинення будь-яких дій (сісти, встати, попити, вийти в туалет);
- за можливості дотримуйтеся вимог особистої гігієни;
- не давайте ослабнути своїй свідомості;
- якщо вам надали можливість поговорити з родичами по телефону, тримайте себе в руках, не плачте, не кричіть, говоріть коротко й по суті;
- якщо вас змушують вийти із приміщення, не пручайтеся;
- намагайтеся запам'ятати все, що бачите та чуєте під час захоплення: імена, прізвиська, особливі прикмети тощо;

- під час штурму спецпідрозділами правоохоронних органів приміщення, в якому вас утримують, негайно ляжте на підлогу обличчям униз або сховайтеся за сидінням, якомога далі від вікон і дверей. У жодному разі не біжіть назустріч співробітникам правоохоронних органів або від них, тому що вони можуть прийняти вас за злочинця;
- ні в якому разі не беріть до рук зброю, кинуту терористами, інакше вас можуть прийняти за одного з них;
- може трапитися, що вимоги до вас терориста і представника влади або поліцейського будуть діаметрально протилежні – робіть так, як вимагає бандит.

Будь-яка людина за збігом обставин може виявитися заручником терористів. Тому вище перераховані заходи щодо збереження життя і здоров'я потрібно вивчити заздалегідь.