**ПАМЯТКА**

**населению муниципального образования**

***ЕСЛИ ТЫ ОКАЗАЛСЯ ЗАЛОЖНИКОМ У ТЕРРОРИСТОВ***

* Главное - сохраняй чувство самообладания и не поддавайся панике.
* Не предпринимай действий, которые могут спровоцировать применение оружия - резких перемещений, угрожающих жестов, сговора с другими заложниками, попытки бегства, игнорирования требований террористов. Не вступай с террористами в переговоры по собственной инициативе.
* Постарайся определить своё местонахождение и запомнить как можно больше информации о террористах.
* Периодически обращайся к террористам с личными просьбами и жалобами на здоровье.
* Старайся располагаться подальше от окон, дверей и самих террористов.
* Постоянно отвлекай свои мысли от безысходности, найди себе какое-либо занятие - физические упражнения, чтение, воспоминания о приятных событиях в жизни.
* Не доводи себя до истощения, принимай предлагаемую пищу, даже если она не совсем по вкусу.
* Не теряй веру в спасение, постоянно думай о том, что помощь обязательно придет.