

Незалежна медіа-профспілка України

***ДОВІДНИК БЕЗПЕКИ ЖУРНАЛІСТІВ***

***Самоохоронник у гарячих точках та при  
громадянських заворушеннях***

Рівне -2007

Для підготовки Довідника використані матеріали Міжнародної Федерації Журналістів (IFJ)

Упорядник – **Жанна Клемпуш**, Рівненський ресурсний центр для журналістів

Редактор – **Сергій Штурхецький**, Рівненська обласна організація ВПС “Незалежна медіа-профспілка України”

Рецензенти:

прокурор Рівненської області, державний радник юстиції II рангу **Олексій Баганець**,  
начальник управління СБУ в Рівненській області, полковник юстиції **Юрій Крапівін**,  
завідувач травматологічного відділення Рівненської ЦМЛІ **Валентин Нарсія**

*Не для продажу. Наклад - 5 000 прим.*

Видання здійснено за сприяння  
**Громадянського руху**  
**«НАРОДНА САМОБОРОНА»**

Незалежна медіа-профспілка України

***ДОВІДНИК БЕЗПЕКИ ЖУРНАЛІСТІВ***  
***Самоохоронник у гарячих точках та при***  
***громадянських заворушеннях***

Рівне, 2007

## Зміст

### **Важливість безпеки**

Безпека – це позитивна якість, це частина того, що робота буде виконана добре, швидко і відповідально. Хороший журналіст удосконалює своє розуміння безпеки, так само як він удосконалює навички проведення інтерв'ю і журналістського розслідування. Безпека – це необхідність думати наперед, бути підготовленим, спостерігати за тим, що відбувається. Хороший водій “читає” дорогу, а швидкий водій “читає” спідометр. Хороший журналіст чутливий до того, що відбувається навколо. Уважний журналіст завжди контролює свої дії, а відчайдушний журналіст не контролює їх.

Робота журналіста полягає в тому, щоб розповісти ту історію, яка не повинна була стати історією. Журналіст, що піддає себе небезпеці заради отримання сенсаційного

матеріалу, не є хорошим журналістом. Професійна журналістика полягає в гарантуванні безпеки. Журналісти, які дотримуються думки “смерть або слава”, зазвичай переслідують славу, вони не замислюються над тим, що можуть отримати смертельні поранення. Іноді такий ризик може бути даремним. Знаходитися ближче до подій не завжди означає отримати кращий репортаж.

Чи варто жертвувати життям заради однієї історії або фотографії? Навіть найкращі історії або фотографії мають цінність тільки тоді, коли їх прочитають або побачать. Журналіст, який отримав поранення або був убитий, не зможе опублікувати історію або надати знімки. Живий журналіст набагато ефективніший, ніж мертвий. І до тих пір, поки не можуть гарантувати його безпеку і звести ризик до нуля, журналіст сам повинен піклуватися про свою безпеку.

## **ЯК УНИКНУТИ НЕБЕЗПЕКИ**

## Загальне

Жодна історія (репортаж) не варта вашого життя. Ви набагато важливіші, ніж ваш сюжет. Якщо потрапили в зону високого ризику, поспішіть піти звідти.

Будьте обережні, коли ведете репортаж з двох боків конфлікту. Перетинати зону вогню дуже небезпечно. Будьте неупереджені. Ви – професіонал, а не просто учасник.

Не робіть очевидних записів на публіці. Ніколи не використовуйте мікрофон або записник без дозволу. Спочатку дізнайтеся історію від людей в усній формі. Якщо вона здасться вам безглуздою, то принаймні у вас щось буде.

Не показуйте інтересу до військового устаткування. Ніколи не малюйте карти військових баз або розташувань у своєму блокноті. Зберігайте всі деталі в голові.

Завдання у віддалених від влади і медичної допомоги місцях представляють найбільший ризик.

Пам'ятайте: безвідповідальні й неперевірені дії ставлять під загрозу не тільки вас, але й негативно позначаються на ваших колегах.

### **Знайте ваше призначення**

Зберіть якомога більше інформації про ту країну, куди ви вирушаєте – історія, люди, культура, традиції, звичаї. Дізнайтеся, хто кого ненавидить і чому.

Не довіряйте всьому, що написано про ваше призначення в інших публікаціях.

Не приймайте все на віру. В усьому світі існує тенденція: що було загальноприйнятою мудрістю ще вчора, сьогодні вже може виявитися неправдою. Саме у цьому полягає майстерність підготовки актуальних новин.

Знайдіть чинні закони, які обмежують свободу руху і право брати інтерв'ю, робити фотографії, знімати фільми.

Вивчіть мову, щоб могли почуватися впевнено і могли спілкуватися з місцевими жителями. Час і гроші, витрачені на вивчення мови в хорошій школі, не пропадуть дарма. Якщо ж у

вас мало часу або грошей, то вам допоможуть книги з основними фразами і касети.

Тепер ви впевнені, що зможете чітко пояснити, що ви журналіст? Знаєте, як просити про медичну допомогу або телефонувати?

Для додаткової інформації про ситуацію в тій чи іншій країні звертайтеся в Міжнародну федерацію журналістів.

### **До того, як вийти з помешкання**

Перевірте детально всі заплановані заходи, які організовані для преси.

Перевірте, чи застраховані ви на випадок поранення або смерті.

Отримайте лист від вашої редакції, який підтверджуватиме вашу особу. Залиште вдома всі документи, які можуть містити критику політики і релігії тієї країни, куди ви прямуєте.

Необхідно перед завданням пройти тренінг з надання першої допомоги.

### **Поки перебуваєте на завданні**

Повідомляйте своїх колег і редакторів про своє місцезнаходження, куди збираєтеся їхати і коли плануєте повернутися назад. Робіть те ж саме на місці, повідомляйте про себе місцевих людей, яким довіряєте. Будьте завжди в центрі подій, дізнайтеся від влади або людей, коли і звідки вони чекають неприємностей.

Коли почнеться вогонь, не піддавайте себе ризику. Станьте біля стіни і опустіть голову вниз. Не піднімайте голови, поки не переконаєтеся, що перебуваєте в безпеці.

Робіть все так, як би вам наказував військовий офіцер. Не сперечайтесь.

Будьте ввічливі. Ніщо не замінить вам ввічливості на завданнях. Люди ставитимуться до вас із великою повагою, якщо будете ввічливими. Це допоможе уникнути неприємних моментів.

Зважуйте ризики проти можливих вигод, щоб не потрапити у важку ситуацію. Дуже часто ви можете підготувати прекрасний репортаж, перебуваючи навіть на відстані.

Перш ніж звертатися до влади та солдатів, постарайтеся самі визначити рівень ризику і можливі шляхи оборони.

### **Що одягти і що взяти з собою**

Завжди носіть із собою теку з документами, що засвідчують вашу особу, включаючи міжнародну прес-карту.

Майте при собі готівку. Вона може творити дива.

Одягайтеся відповідно. Часто вам необхідно буде злитися з натовпом. Але іноді безпечніше бути поміченим. Ніколи не носіть із собою пістолет або іншу зброю. Не вдягайте одяг зеленого кольору або щось, що нагадує одяг солдата.

Не беріть із собою таких речей, як бінокль або устаткування з антеною. Вас можуть звинуватити в шпигунстві.

Будьте обережні з будь-якими предметами, що нагадують зброю.

Не зберігайте військові документи, одяг або устаткування як сувеніри.

Поводьтеся скромно. Носіть із собою короткохвильове радіо для того, щоб бути в курсі подій.

Майте при собі білий прапор.

Беріть із собою мінімум обладнання – маючи при собі важкі речі, ви можете потрапити в скрутне становище. Будьте уважні з обладнанням. Неуважність може призвести до того, що втратите або зіпсуєте ваші касети або записи.

Ви можете опинитися в такій ситуації, коли жодний засіб зв'язку не буде доступний. Тому треба мати при собі супутниковий телефон з послугами факсу, електронної пошти й Інтернету.

Завжди носіть із собою аптечку.

### **Ваші права**

Свобода слова є “стрижнем” Всесвітньої Декларації прав людини, прийнятої й проголошеної Генеральною Асамблеєю Об'єднаних Націй 10 грудня 1948 року.

Журналісти, де б вони не працювали, знаходяться під захистом цієї Декларації, яка

завжди доречно для тих, хто намагається розповісти правду, перебуваючи в зоні ризику. Стаття 3 гласить: «Кожен має право на життя, свободу і безпеку».

Стаття 9: «Ніхто не повинен піддаватися арешту, затриманню або вигнанню».

І стаття 19, яка дала назву Міжнародній організації зі свободи преси, свідчить: «Кожна людина має право на вільне вираження думки: це право включає право висловлювати думки, інформацію та ідеї через будь-які ЗМІ».

### **Перш ніж йти на виконання завдання, необхідно:**

#### **А) Переконатися у своїй фізичній придатності для виконання завдання**

В цьому випадку необхідно, щоб кожен журналіст був чесний із самим собою. Чи достатньо ви здорові, щоб піти на це завдання?

#### **Б) Перевірити і поліпшити свої знання про дану місцевість**

Що ви знаєте про політичну і соціальну обстановку в даному регіоні? Хто головні

“гравці”? Яке їхнє ставлення до ЗМІ в цілому і до вас зокрема? Чи були випадки жорстокого поводження щодо журналістів з боку політичних груп, залучених у конфлікт? Які дозволи і від кого ви повинні отримати?

Інформація про ситуацію і людей дуже важлива. Деякі журналісти використовують зарозумілий тон спілкування. Можливо, це пов'язано з тим, що вони хочуть прикрити свою невпевненість зарозумілістю, виявляючи нетерплячість при отриманні інформації. Адже журналіст і оператор, які ставляться до людей з повагою, можуть отримати більше інформації й можуть розраховувати на співпрацю з місцевими жителями.

### **В) Визначити порядок підтримання зв'язку зі своїм офісом**

У вас можуть виникнути проблеми із зв'язком з вашим офісом і керівництвом, поки будете перебувати в зоні виконання завдання. Важливо, щоб між вами й офісом підтримувався постійний зв'язок. Пам'ятайте також про те, що ви перебуваєте на лінії ризику, якщо про ваше місцезнаходження не

знає ваше керівництво. У таких випадках необхідно мати посередника, який повідомлятиме про ваше місцезнаходження і пересування.

Узгоджуйте час, коли телефонуватимете в офіс. Ті люди, які чекають вашого репортажу, не можуть мати повного уявлення про те, скільки часу займе збір матеріалу, тому треба повідомляти, на якому етапі знаходиться ваша праця.

### **Г) Посвідчення представника преси**

Посвідчення представника преси ідентифікує вас і містить вашу фотографію. Воно надається вашою організацією, професійною спілкою або працедавцем. Сила посвідчення полягає в тому, що воно визначає і показує вашу приналежність до певної медіа-групи або організації. Становище і репутація вашої організації також можуть відіграти важливу роль.

### **Д) Соціальний захист**

Що буде у випадку, якщо з вами щось станеться? Чи застраховані ви і що буде з вашою сім'єю? Найнегайніша допомога – це

медична. Але реабілітаційний період може тривати довго, а ви при цьому не працюєте. В такому випадку необхідно бути впевненим у тому, що ваша сім'я – під захистом. Страхування і медичне забезпечення повинні застосовуватися як до штатних, так і позаштатних працівників організації.

Деякі медіа-організації отримують матеріали від місцевих журналістів, платячи їм при цьому набагато менше. Це відбувається тому, що вони не забезпечують їх медичною і соціальною страховкою. Ця “дешева” і “низька” практика буде усунена тоді, коли питання про безпеку, страхування місцевих журналістів будуть підняті на рівні профспілок і законів.

## **ПОВСТАННЯ І ГРОМАДЯНСЬКІ ЗАВОРУШЕННЯ**

Повстання, стихійні громадянські заворушення, демонстрації, що проводяться у вашому місті, можуть бути небезпечнішими, ніж відрядження в зону бойових дій. Деякі

події розгортаються настільки непередбачувано, що небезпека непомітна, і ситуація може загостритися з немислимою швидкістю. Навіть невойовничо налаштований натовп людей може стати загрозою, якщо люди налякані або розсерджені. Мирні демонстрації можуть швидко перерости в небезпечні народні заворушення.

Якщо це етнічний конфлікт, журналістам варто знати безпечні й небезпечні райони, а також рамки небезпечної та безпечної поведінки. Терористичні акції часто включають цивільні об'єкти, а в деяких країнах цими об'єктами можуть стати ЗМІ і журналісти. Командам операторів, репортерів і фотографів, котрі висвітлюють терористичні акти, необхідно знати про ризик, пов'язаний з вторинними атаками.

Мета журналістів та ж, що і в зонах бойових дій, – зробити хороший репортаж з мінімумом ризику для себе. Ті ж принципи – все планувати наперед і тримати під контролем. Найсерйозніша небезпека, з якою можуть

зіткнутися працівники ЗМІ, які перебувають у ситуації, коли не володіють інформацією про небезпечні й безпечні райони, - це опинитися самим на місці об'єктів. Журналісти можуть наразитися на подвійну небезпеку, якщо їхні організації, з погляду учасників громадянських заворушень, займають позицію однієї чи іншої ворогуючої сторони. Журналісти або команди ЗМІ можуть зняти бейджики або значки, що представляють їх як представників тих чи інших телевізійних компаній.

Служби безпеки і поліція часто скаржаться на те, що присутність камери провокує і загострює повстання, і тому вони намагаються не допустити зйомок. Журналісти можуть стати об'єктами для поліції і повстанців, якщо останні вважають, що зйомка сюжету може охарактеризувати їх як своєрідних злочинців. Особливо великому ризику піддаються фотографи і оператори, оскільки повстанці можуть повірити в те, що плівка потрапить згодом до рук поліції.

Для того, щоб стати частиною сюжету, люди, які знаходяться серед натовпу і не хочуть, щоб їх впізнали, можуть одягти в'язані маски або мотоциклетні шоломи. Спецпідрозділи поліції або спецслужби, навчені для розгону повстань і маніфестацій, також одягають спеціальні маски і можуть прибрати свої номерні знаки, що дозволяють згодом їх впізнати. Є докази тому, коли люди, які розуміють, що не можуть бути впізнані, перестають нести якусь відповідальність за свої дії і, що ймовірніше, починають вдаватися до насильства.

Агресивні настрої натовпу можуть призвести до застосування сили. В деяких випадках силові заходи можуть бути вжиті поліцією з метою розгону маніфестантів. Обидві сторони не стануть давати ніяких попереджень. Служби безпеки в таких випадках можуть оперативно застосувати свій бойовий арсенал, починаючи від поліцейських палиць і щитів і доходячи до використання сльозогінного газу, гумових куль і навіть справжніх вогнепальних патронів. Якщо ви опинилися серед величезного натовпу людей, у вас можуть

виникнути труднощі при спробі повернутися до своїх колег і дістатися до безпечного місця.

### **Обдумайте наперед**

Якщо ви працюєте над раніше запланованим сюжетом, постарайтеся заздалегідь продумати моменти, пов'язані з пересуванням маніфестантів і точками їхніх зіткнень, а також вашими діями щодо безпеки. Знімальні групи повинні оглянути місце можливої події наперед для того, щоб вибрати найбільш оптимальну позицію для огляду і продумати альтернативні шляхи виходу. Якщо є необхідність, то варто довідатися про місця проживання тих чи інших релігійних та етнічних груп людей. Ці відомості можуть вплинути на розробку вашого маршруту при пересуванні на цій території:

- Якщо учасники вашої групи опиняться один від одного відрізаними, потрібно наперед домовитися про місце зустрічі й встановлений час. Спробуйте також мати при собі мобільні засоби зв'язку.

- Майте при собі посвідчення журналіста. Проте якщо відчуваєте, що це загрожує вашій безпеці, не пред'являйте його.
- Наперед поставте свій телефон у режим набору екстремального номера на випадок необхідності.
- При можливому використанні сльозогінного газу постарайтеся знаходитися проти вітру і прикрити обличчя мокрим рушником і вмиватися. Такі citrusові фрукти, як лайм або лимон, вичавлені й розбризкані в межах цієї території, допоможуть нейтралізувати дії отруйних речовин.
- Також необхідно мати при собі вогнегасник – на той випадок, якщо на вас потрапить запальна суміш “коктейлю Молотова”.
- У випадках застосування сльозогінного газу постарайтеся вберегти очі. Використання окулярів для плавання або окулярів, застосовуваних у промисловості, буде достатнім.
- Якщо передбачається застосування вогнепальної зброї, одягайте той же захисний одяг, що і в зонах військових дій.

- Тримайте при собі аптечку і ознайомтеся з її застосуванням.
- Вдягайте одяг з натурального волокна. Він зашкодить швидкому загорянню, ніж одяг із синтетики. Переконайтеся, що у вас довгі рукави і високий комір і ви одягнені в довгі брюки. Це якоюсь мірою захистить ваше тіло від дії отруйних речовин, що містяться в сльозогінному газі.
- Візьміть із собою невелику сумку або рюкзак з їжею, водою і речами, щоб протриматися впродовж доби. Це на той випадок, якщо заворушення затягнуться і не буде можливості повернутися.

### **Вибір позиції**

Продумайте, яким чином краще встановити камеру і зосередити журналістів, щоб мати хороший огляд події. Має бути достатньо місця, щоб змінювати позицію. Якщо ви знімаєте на камеру, то було б непогано знаходитися серед цих людей і бути ближче до того, що відбувається. Якщо ж ви репортер, який не займається зйомкою, немає

необхідності знаходитися серед натовпу до тих пір, поки все виразно чуто і видно. Ви можете взяти інтерв'ю в учасників події до або після, а в даний момент вам краще мати повний огляд того, що відбувається.

### **У момент події**

Якщо ви частина команди, працюйте спільно. Залишайтеся або йдіть разом. Піти краще небагато раніше, ніж надто пізно. Якщо ви працюєте поодиночі, переконайтеся, що маєте при собі засіб зв'язку і можете зв'язатися з тією людиною, яка зможе допомогти. Налаштуйте ваш телефон так, щоб набір останнього номера став сигналом про допомогу.

Постарайтеся зберегти в пам'яті карту всіх основних виходів, найбільш відомих місць дислокації, місце розташування служб безпеки, найближчі місця надання медичної допомоги, не забудьте переконатися в їхній наявності.

На той випадок, якщо у вас захочуть конфіскувати плівку, тримайте при собі одну

із старих і непотрібних. Намагайтеся заховати записаний матеріал, як тільки витягнете плівку з камери. Користуючись цифровим фотоапаратом, майте при собі фальшивий диск, який можна було б віддати, якщо вас примусять. У ситуаціях підвищеного ризику, об'єднайтеся на якийсь час з іншим журналістом, щоб мати можливість один за одним наглядати. Можливо, ви суперники, проте – колеги.

Якщо працюєте поодиноці – кореспондент ви чи фотограф, постарайтеся залишатися частиною натовпу і не дати цим людям зосередити на вас свою увагу. Ви можете наразитися на небезпеку, навіть якщо натовп не налаштований вороже.

### **Коли все закінчено**

Складіть звіт – для того, щоб подібні помилки не повторити наступного разу.

Забезпечте недоторканність вашому матеріалу. Які закони у вашій країні щодо конфіскації відеоматеріалу службами безпеки? Ви повинні чітко знати рамки

законності дій журналіста, перебуваючи на території регіону або держави, де працюєте. Яка політика вашої організації в цьому регіоні? Якщо немає ніякої можливості забезпечити підготовлений матеріал у межах цієї країни, то чи можливий варіант зберігання матеріалу про громадські заворушення за її межами?

Запам'ятайте, що ваші можливості безпечно виконати свою роботу залежать від наступного: чи має поліція доступ до ваших матеріалів після завершення демонстрації або громадянських заворушень. Ви наразитеся на велику небезпеку, якщо люди, котрі беруть участь у мітингу, визнають вас за тих, хто збирає докази.

Не ризикуйте без вагомих підстав тільки через те, щоб отримати фотографії, які вже, можливо, були опубліковані.

### **Терористичні акти**

У більшості випадків журналісти піддаються погрозам терористичних акцій в тому ж ступені, що й населення. Проте перебування

на місці вбивства або бомбових ударів може виявитися небезпечним саме по собі. Ситуація може скластися так, що поліція і спецслужби будуть атаковані після прибуття на місце події. Всі, хто бере участь у цих подіях, включаючи бригаду швидкої допомоги і журналістів, також підпадають під загрозу.

Переконайтеся, що знаєте про неодноразовий напад. Одна подія може замаскувати іншу таким чином, що спецслужби (і журналісти) можуть підпасти під вторинний напад після того, як зібралися на місці першого нещасного випадку. Журналісти наражаються на ще більшу небезпеку, якщо їм дозволено виконувати свою роботу одночасно з поліцією.

## **ВИКРАДАННЯ, ЗАХОПЛЕННЯ В ЗАРУЧНИКИ**

### **I ПЕРЕСЛІДУВАННЯ ЖУРНАЛІСТІВ**

Захоплення заручників до цих пір залишається рідкісною і травмуючою подією. В більшості випадків викрадання недовгочасні й

продовжуються лише впродовж кількох годин. Більшості людей, які потрапили в заручники, вдається залишитися в живих. Захоплення в заручники – залякуюча і вкрай небезпечна справа, ви втрачаєте контроль над собою і своїм майбутнім. Якщо ви опинитеся в заручниках, фізично з вами можуть зробити все, що завгодно. Близько 80% заручників залишаються неушкодженими. Будучи заручником, ви граєте мізерну роль у ході ведення переговорів, іншим доводиться домовлятися про ваше благополучне звільнення.

У цьому розділі звертаємо особливу увагу на те, що може зробити журналіст, щоб зменшити ризик стати заручником і збільшити свої шанси на виживання, якщо все ж таки опиниться в подібній ситуації.

Ось деякі поради про те, як зберегти надію і відчуття власної гідності, якщо вас затримали озброєні сили або поліція; про те, які події неодноразово відбуваються в країнах, де свобода преси відособлена і часто зовсім відсутня.

## **Навіщо беруть у заручники**

### *Політична вигода*

Викрадення журналіста високого класу або того, хто працює на серйозну телевізійну компанію, може привернути увагу широкої громадськості. Викрадачі, можливо, мають намір вимагати звільнення ув'язнених, котрі з ними в одній справі.

### *Економічна вигода*

Викрадачі можуть взяти журналіста, який працює на таку організацію або належить до такої сім'ї, які, на думку викрадачів, зможуть виплатити велику суму грошей, щоб забезпечити їхнє безпечне звільнення.

### *Помста*

Вас уособлюють з країною або групою, яка є ворожою для викрадачів. Переговори про ваше звільнення – можливо, не те, про що вони думають.

### *Гарантія безпеки*

Вас тримають на період проведення переговорів або в період напруженої ситуації з

метою забезпечити викрадачам безперешкодний виїзд з даної території.

*Помилково*

Вас взяли в заручники помилково, прийнявши за іншу особу, або ваші викрадачі прийняли вас за представника однієї з перелічених вище категорій.

### **Оцінюючи ризик**

Захоплення заручників часто є системою. Чи є місце вашого перебування районом, де захоплення заручників неодноразово повторюється, стаючи звичною справою? Чи траплялися раніше тут випадки захоплення журналістів у заручники?

Вам треба запитати себе або порадитися з іншими про те, який ризик (високий чи середній) стати потенційним заручником. Ви наражаєтеся на велику небезпеку, якщо працюєте на добре відому телевізійну організацію або маєте відношення до уряду, який дуже не до вподоби потенційним викрадачам.

Виконуючи ризиковане доручення, погляньте на ситуацію очима викрадачів. Можливо, ваша організація ніяк не пов'язана з політикою уряду і не володіє великими фінансовими коштами, але чи знають про це потенційні викрадачі? Багато людей намагаються “вбити глашатая” і звинуватити засоби масової інформації за ті події, які їм не до душі. Певний журналіст може виявитися жертвою через зроблений репортаж, але це трапляється не так часто. В більшості випадків журналіста утримують для того, щоб повідомити свої вимоги.

### **Скорочення ризику**

Якщо ви потрапите в цю групу ризику, то продумайте, наскільки легко для викрадача було б узяти вас у заручники. Зазвичай викрадачі вибирають найбільш доступну мету. Їм потрібен час, щоб дізнатися необхідну інформацію, вони намагаються визначити період подій або ситуацій, коли ви найуразливіші. Вони стежитимуть за вашим помешканням, готелем або місцем роботи.

Чим більш передбачувано ви починаєте поводитися, тим більшим стає ризик. Виходьте з будинку в різний час і добирайтеся до місця, міняючи маршрут. Спробуйте не використовувати найбільш звичний маршрут, не забувайте, що в даний момент ви у великій небезпеці. Якщо винаймаєте житло, перевірте наявність системи безпеки. Ви в більшій безпеці, коли працюєте в команді. Ви піддаєтеся більшому ризику, якщо працюєте і виїжджаєте у відрядження поодиночі.

Природа роботи журналістів така, що вони не можуть захистити себе від відвідин небезпечних місць і від інтерв'ю з людьми, вороже налаштованими проти телевізійних компаній, на які працюють журналісти. Вам потрібно тверезо оцінити ризик перед будь-яким подібним завданням, вживши необхідних заходів безпеки. Коли домовляєтеся про зустріч, не дзвоніть з телефону у вашому номері в готелі. Користуйтеся власним мобільним або стільниковим телефоном, громадськими телефонними автоматами, вибраними

навмання. Пам'ятайте, всі засоби електрозв'язку можуть прослуховуватися.

Якщо ви їдете у власному автомобілі, переконайтеся, що всі двері закриті. Ви вразливі в тих містах, де доводиться зупинятися на світлофорах, або в сільських місцевостях, де вимушені зупинятися через контрольно-пропускні пункти або дорожні аварії. Аварія на дорозі може бути пасткою. Якщо ви не можете продовжити рух, зупиніться подалі від місця події й оцініть ситуацію, спробуйте знайти спосіб непомітно проїхати.

Якщо ви призначили зустріч у тому місці, щодо якого у вас з'явилися сумніви щодо безпеки, переконайтеся, що це було зроблено за вашою ініціативою. Вибирайте навмання такі громадські місця, наприклад, кафе і столики, які знаходяться в оточенні тих столиків, що вже зайняті іншими людьми. Поставтеся з особливою підозрою до змін щодо зустрічей, зроблених в останні хвилини, особливо в тих випадках, коли у вас немає часу і можливості висловити свою незгоду.

## **У процесі викрадення**

Викрадання зазвичай відбувається раптово. Ви повинні швидко зміркувати, що відбувається, і швидко діяти. Якщо викрадач озброєний, у вас немає шансів на опір. Якщо ж викрадач незброєний, ви можете здійснити галас і кричати з метою звернення на себе уваги. Деякі люди можуть вдавати, що перебувають у непритомному стані. Це допомагає ускладнити дії викрадача, коли він намагається помістити вас в автомобіль. Під час раптового викрадання викрадачі роблять ставку на те, що їхня жертва буде приведена в сум'яття, захоплена зненацька. Крики збільшують рівень адреналіну, і це допоможе вам чинити опір. Безумовно, є ризик, але це не зменшить вам загрозу, якщо ви все ж таки опинитеся в заручниках.

## **Викрадення, що ґрунтується на присиплянні пильності**

Викрадання не завжди є раптовим і насильницьким актом, де очевидно, що вас

відвезли проти вашої волі. Багато викрадень іншого плану, коли використовується фізіологія журналіста, здатна загнути його в пастку.

У таких ситуаціях журналістам пропонують бажане інтерв'ю і гарантії безпеки при зустрічі, наприклад, з лідером партизанського руху або розшукуваним поліцією. Зустріч супроводжується виникненням різноманітних труднощів і передбачає безліч змін для гарантування безпеки. Журналіст почувається в безпеці до тих пір, поки знаходиться разом із посередником, якому довіряють і від якого отримали гарантії безпеки. Потім посередник передає журналістів до “дружніх рук”, даючи правдоподібні пояснення. Вони міняють авто і журналіст опиняється в товаристві незнайомих людей в незнайомому місці, про розташування якого можуть тільки здогадуватися. Репортери втрачають повний контроль над ситуацією, і те, чи опиняться вони заручниками або благополучно повернуться, одержавши матеріал, головним чином залежить тепер від ступеня везіння.

Ніхто не може прийняти рішення за вас – ви повинні зважити бажання отримати інтерв'ю і можливий ризик. Журналіст, який не ризикує, продовжуватиме виконувати одноманітну роботу, отримуючи те інтерв'ю, яке намірявся одержати. Проте безглуздо продовжувати роботу, будучи повністю впевненим, що цього не трапиться.

Вам необхідно враховувати наступне:

*Попереднє інтерв'ю людини, з якою ви збираєтеся зустрітися*

Чи давала ця людина інтерв'ю раніше? Чи дотримує вона свого слова? Кому зазвичай вона дає інтерв'ю? Якщо ця людина або група зазвичай не роблять заяв, тоді чому вони дадуть інтерв'ю зараз і саме вам? Причиною для хвилювань послужив би той факт, якби вас вибрали для надання інтерв'ю без очевидних на те причин. Не дозвольте вашому бажанню приспати вашу пильність. Це не той випадок, коли рішення приймається самостійно.

*Впевненість у посереднику і сфера його впливу*

Чи є ваш зв'язковий тим, кого ви знаєте вже багато років, або це хтось, з ким ви познайомилися тиждень тому? Раптова дружба не дає жодних гарантій безпеки. Ваш новий друг може виявитися пов'язаним з потенційними викрадачами, поліцією або спецслужбами. Якщо ви все ж таки йому довіряєте, подумайте, чи має він безпосередній вплив на того, в кого буде взят інтерв'ю?

*Наскільки легко буде вас відшукати*

Хто знає про те, з ким і куди ви прямуєте? Що буде зроблено, якщо ви не повернетесь або не зателефонуєте впродовж встановленого проміжку часу? Чи зможуть вони знайти ваш слід?

Викрадачі діють у межах тих районів, які вони досконало знають і де відчують себе в безпеці. Причиною є можливість спокійно перевозити заручників, без ризику бути виявленими.

Якщо все ж таки ви зважилися на виконання ризикованого доручення, залиште точну інформацію про те, куди ви поїхали (пішли).

Погоджуйте певні кодові слова, які можете використовувати по телефону, щоб запевнити інших у вашій безпеці, погоджуйте час, коли пора починати ваші пошуки. Кодовими мають бути слова, які ви вставляєте в розмову, щоб переконати у вашій безпеці або ж натякнути про загрозу. Якщо ви будете викрадені, найімовірніше, вам доведеться читати текст, складений викрадачами і вам не вдасться вставити кодові слова.

Якщо ви використовуєте допомогу посередника, наперед обговоріть зі своїми колегами ті умови, на які не підете. Визначте ті підстави, згідно з якими спробуєте скасувати зустріч і повернутися. Таке, наприклад, може трапитися, якщо ваш посередник спробує вийти з авто. Звісно, може статися так, що вам не вдасться змінити хід подій, тому будьте готові до того, що доведеться втікати і застосувати елемент раптовості.

**Залишитися живим**

Якщо вам вже доводилося бувати в заручниках, ви будете налякані й не впевнені в тому, чи вдасться уціліти в наступну хвилину, годину, день.

Нагадуйте собі, що багато людей виживали в подібній ситуації й благополучно поверталися. Досвід тих, кому вдалося вижити, побувавши в заручниках, передбачає деякі моменти, пригадавши які, ви зможете збільшити свої шанси на виживання і протриматися в період вашого утримання.

Ви втратили фізичний контроль, але не втрачайте контроль над своїми думками. Вам потрібно підготуватися витримати період розумового і фізичного стресу, і щоб це пережити, потрібно позитивно сприймати дійсність. Постарайтеся не виявляти свої емоції настільки довго, наскільки це можливо. Спрямуйте свої роздуми на те, як діяти далі. Варто дотримуватися наступних вказівок, незалежно від того, протримають вас протягом короткого або тривалого проміжку часу.

- Не дозволяйте своїм викрадачам поводитися нелюдяно. Постарайтеся зав'язати стосунки. Якщо це вдасться, ви, можливо, зможете уникнути фізичного насильства. Спробуйте зробити так, щоб вони побачили у вас людину. Розкажіть про свою сім'ю. Якщо вони не забрали ваші особисті речі, дістаньте фотографії своєї сім'ї.

- Робіть все, що вам велять. Постарайтеся бути ввічливим і не чиніть опір вашим викрадачам, особливо в критичних ситуаціях.

- З іншого боку, не намагайтеся їм потурати. Навіть якщо їм співчуваєте, ви знаходитесь не на їхньому боці. Ви – полонений. Якщо є можливість поговорити з викрадачами, постарайтеся донести до них, що ви – цивільна особа, що журналістам відведена важлива роль переконатися в тому, що всі сторони конфлікту однаково висвітлені.

- Вам невідомо, як довго триватиме ваше перебування як заручника, тому поведіться так, якби воно тривало протягом довгого часу. Щонайшвидше постарайтеся звикнути до цієї

атмосфери. Не дозволяйте собі забитися в куток і вийти з психічної рівноваги.

- Використовуйте будь-які способи для релаксації організму. Плануйте, чим займатиметеся після повернення додому. Думайте про свята в оточенні сім'ї і друзів. Напишіть подумки листа. Спробуйте пригадати уривки віршів.

- Якщо вас утримують більше одного або двох днів, спробуйте попросити про дрібні поблажки. Попросіть надати кращі умови, наприклад, не тримати в ланцюгах, дати мило, щоб можна було вмиватися, дозволити написати листа дочці, помістити всіх заручників разом. Ні за яких умов не чиніть опору, але при певних обставинах залишайтеся наполегливими в рамках дозволеного. Перетворіть це на щоденне прохання. Якщо це прохання не примушує їх йти на ризик, вони можуть погодитися. Якщо вам вдасться добитися цієї маленької поблажки, вважайте, що виграли інтелектуальний бій.

- Якщо вас тримають одного і поводяться жорстоко, постарайтеся в думках скористатися своєю самотою. Якщо ви людина релігійна, поговоріть із Богом, помоліться. Якщо ні, уявіть, що розмовляєте з коханою або просто близькою людиною. Попросіть у них поради. Розкажіть їм про те, як збираєтеся це пережити.

- Не вірте обіцянкам про ваше швидке звільнення. Якщо відбуваються переговори, то вони можуть затягнутися. Ваші викрадачі, можливо, схильні до помилкового оптимізму або просто з вами граються. Поводьтеся так, ніби збираєтеся залишатися в заручниках тривалий час. Це допоможе вам підтримати самодисципліну і пом'якшити розчарування. Руйнування надій – найшвидший спосіб зламати волю.

### **Втеча?**

Чи варто втікати? Якщо викрадачі достатньо компетентні, вони докладуть максимум зусиль для вашої охорони. Будь-яка спроба втекти приречена на провал, якщо немає, звісно,

якихось зовнішніх джерел або ж вдало використаний елемент раптовості. Питання про втечу повністю залежить від вашого фізичного й емоційного стану, а також обставин. Якщо вас тримають у полоні й ви в непоганій фізичній формі, постарайтеся бути наготові, чекаючи слушної нагоди. Проте наслідки невдалої втечі можуть посилити ваше і без того жахливе становище. З іншого боку, якщо відчуваєте, що життя в небезпеці, тоді нічого втрачати. Ознаками, що ви в небезпеці, можуть стати:

- Звільнення полонених, які працюють на інші компанії, але про ваше звільнення немає мови;
- Ваші охоронці змінили до вас ставлення, почавши поводитися жорстокіше;
- Ваші викрадачі перестали вас годувати і звертати увагу на погіршення вашого фізичного стану.

Люди втікали з полону в той час, коли увага їхніх викрадачів була відвернута чимось іншим, можливо, на них напали. Якщо вас кілька чоловік, вкрай важливо, щоб усі були згодні з умовами втечі. Якщо все ж таки

вирішили, що загрожує неминуча небезпека і треба зробити спробу, то вам доведеться зібрати всю силу волі і всю свою енергію, щоб боротися до кінця. Пам'ятайте, що ви перебували в обмеженому просторі якийсь час, вам складніше втікати і ваша витривалість буде набагато нижчою. Якщо пощастить втекти, то головна мета швидше дістатися до найближчого громадського місця, де багато людей, і здійснити якомога більший галас, або сховатися і поступово вибиратися. Це залежить від того, наскільки безпечно знаходитися на околицях того місця, де вас тримали.

### **Мета – журналіст**

Журналіст може стати жертвою під гарячу руку. Мета подібних дій може бути різною: викрасти матеріал або змусити журналіста замовкнути, налякати або навіть і вбити. Зловмисниками можуть бути партизанські або терористичні угруповання. Дуже часто воєнізовані формування здійснюють напади на журналістів. Нерідко сам факт існування

терористичної загрози використовується як привід, щоб усмирити журналістів і виправдатися при фактах нападу, здійсненого на них. Дуже часто війна проти тероризму перетворюється на війну проти свободи слова. Небезпека, яка виникає в певних країнах, може змінюватися залежно від політичного і суспільного клімату. Деколи різниця між військовою битвою і громадянськими заворушеннями майже непомітна.

Багато журналістів стають жертвами нападів або вбивств через свої статті, в яких викриваються злочини та корупція.

В Україні один з найбільш відомих злочинів так і залишився нерозкритим. 31-річний журналіст Георгій Гонгадзе, видавець Інтернет-журналу «Українська Правда», зник 16 вересня 2000 року. Його обезглавлене тіло було знайдене неподалік від передмістя Києва. Гонгадзе проводив розслідування за фактами корупції в самій серцевині українського уряду. Аудіозапис, переданий пізніше колишнім охоронцем президента України Леоніда Кучми, ясно вказував на причетність

високопоставлених осіб до застосування силових заходів проти Гонгадзе. Михайло Коломієць, засновник і директор агентства Ukrainsky Novyny, що спеціалізується на економічних новинах, зник 21 жовтня 2002 року. “Журналісти справедливо хвилюються, що зникнення Коломійця пов’язане зі справою Гонгадзе”, – заявив Ейден Уайт.

У Чечні багато журналістів тривалий час перебували під вартою до їхнього звільнення в обмін на викуп або заарештованих чеченських бойовиків. Чеченці вбили кількох журналістів. Володимир Яцин, фотограф Агентства Російських Новин, ІТАР-ТАРС, був схоплений в липні 1999 і помер через рік від отриманих поранень, які йому заподіяли члени чеченського угруповання, захопивши його.

Незалежний кореспондент Брайк Флейтікс був заручником у Чечні з жовтня 1999 до червня 2000 року. Він був викрадений відразу після його приїзду в чеченську столицю Грозний. У той час, поки перебував у полоні, з ним поводитися одночасно безсердечно і лояльно:

то тримали в ланцюгах, то дозволяли працювати або зателефонувати додому. Його звільнення здавалося щасливим кінцем. Але Флейтікс, який написав книгу про своє перебування в ув'язненні, був дуже стурбований тим контрастом, який він виявив між повсякденним життям в Європі й Чечні. Як деколи буває в сімейному житті, його шлюб з Даною, яка приїжджала в Чечню з проханням про його звільнення, закінчився. Через десять місяців після повернення додому Брайк Флейтікс покінчив з життям самогубством – у квітні 2001 р.

## **ЕКСТРЕНА МЕДИЧНА ДОПОМОГА**

Перша медична допомога передбачається для підтримки фізичного стану людини до моменту її госпіталізації в тих випадках, коли лікарня розташована недалеко від населеного пункту. В умовах підвищеної нестабільності безпечне місце може знаходитися за кілька годин їзди від місця події. Журналіст повинен вміти допомогти постраждалому

протриматися впродовж кількох годин, а можливо, і довше. Таким чином, ця допомога спрямована на те, щоб спробувати стабілізувати стан постраждалого, поки йому не буде надана кваліфікована медична допомога.

Медичний довідник не дає тих знань і навичок, яких ви набудете, відвідуючи курси з надання першої й екстреної медичної допомоги. Тут навчать правильно накласти шину, биндаж, джгут, а також дій з очищення дихальних шляхів, у випадках реанімації, техніки транспортування.

Заради власної безпеки ці курси, як і курси підвищення кваліфікації, слід відвідувати усім журналістам, які працюють у даній сфері. Чим більше журналістів мають навички надання першої медичної допомоги, тим краще.

Ефективність наданої допомоги безпосередньо залежить від допоміжних предметів, які ви маєте у своєму розпорядженні. Журналістам, котрі працюють у небезпечних умовах, необхідно завжди мати при собі медичну аптечку і вміти нею

користуватися. Також варто знати, що треба робити у випадках відсутності шини або нош.

## Травми

Основний принцип надання медичної допомоги в районах з підвищеною напруженістю – швидкість реакції, адекватність дій і оцінка ситуації перед початком подій. Всього кілька секунд допоможуть проаналізувати смертельно небезпечну ситуацію, пригадати всі навички і вміння. Намагайтеся не думати про те, що чогось не вмієте. Впевнені й неквапливі дії збережуть життя людей, тоді як паніка лише підвищить страх.

1. Оцініть свій ризик. Якщо хтось поранений, але продовжує залишатися на тому ж місці, то чи зможе поранити вас, якщо вирішите йому допомогти? Якщо так, то ви не зможете надати якусь допомогу і станете частиною цієї проблеми.

2. Оцініть ризик потерпілого. Яка обставина загрожує життю потерпілого найбільше? Чи

знаходиться авто з потерпілим на відстані вогнепального пострілу? Оцініть вірогідність ризику – залишіть на тому ж місці або вирішіть його перевезти.

3. Перевезіть потерпілого, за можливістю, в безпечне місце або пом'якшіть наслідки інциденту. Якщо у ваших силах, скажімо, погасити вогонь або переконати когось припинити стрілянину, то це було б найкращим варіантом. Але постраждалого потрібно залишити на місці події, поки не встановлено ступінь тяжкості отриманих ним поранень. І можливо, вам доведеться зробити вибір на користь гіршого варіанту.

4. Застосуйте всі ваші знання і навички, щоб стабілізувати фізичний стан постраждалого, потім спробуйте якнайшвидше доставити його в лікарню. Саме від вас залежить, наскільки швидко буде надана потерпілому професійна медична допомога.

### **Огляд потерпілого**

При першій нагоді розпочніть огляд потерпілого. Одягніть рукавички, які повинні

бути серед медичних інструментів вашої аптечки.

Запам'ятайте, що вам необхідно зробити:

- Оцініть ризик, згаданий вище в пунктах 1-4.
- Встановіть взаємозв'язок. Поговоріть з потерпілим. Ваші основні завдання: з'ясувати його самопочуття і підбадьорити. Якщо потерпілий при свідомості, дізнайтеся, що у нього болить. Якщо те, що він вам говорить, не відповідає дійсності, то, можливо, є приховані ушкодження. Якщо йому холодно, що не може бути викликане погодними умовами, то це, можливо, втрата крові. Однак продовжуйте його підбадьорювати. Запевніть, що все закінчиться благополучно, що йому нема про що турбуватися. Попросіть продовжувати розмовляти з вами і залишатися при свідомості. Може виникнути ситуація, коли підтримка і втішання – єдине, що ви зможете запропонувати. В будь-якому разі продовжуйте це робити.
- Огляд дихальних шляхів. Переконайтеся у відсутності сторонніх тіл у дихальних шляхах. Постарайтеся просунути пальці так далеко в

порожнину рота, наскільки це можливо. Витягніть будь-які наявні сторонні тіла. Дихання з шумом може бути приводом для неспокою. Можливе потрапляння в дихальний тракт крові, блювотних мас і т.п. У потерпілого в несвідомому стані може початися асфіксія. В цьому випадку закиньте назад його голову так, щоб підборіддя знаходилося над його правим плечем. У людському організмі з'являється автоматична реакція відновлення дихання, що повинно допомогти. Якщо постраждалий непритомний або в нього проявляються порушення регуляції дихання, введіть (номер 3 або 4) інтубаційну трубку так, щоб закруглений кінець проник у дихальне горло. Це допоможе уникнути западання язика і забезпечить прохідність дихальних шляхів. Потерпілий не зможе ковтати. Вам потрібно навчитися проводити подібну процедуру на курсах медичної допомоги.

- Дихання. Якщо дихальні шляхи вільні, але потерпілий до цих пір не дихає, можливо, є порушення серцевого ритму або зупинка

серця. Застосуйте штучну вентиляцію легенів (ШВЛ) і дефібриляцію. Звичайна кількість вдихів – 16-18, спробуйте збільшити до 20, оскільки потерпілий перебуває в збудженому стані. Поява у постраждалого ритмічного, але рідкісного дихального циклу може свідчити про утворення отвору в легенях або появу травматичного шоку, в основі патогенезу якого лежить гемодинамічний чинник, тобто зменшення об'єму циркулюючої крові.

ШВЛ, або дефібриляція, також відома як штучне дихання і непрямий масаж серця. Ця процедура супроводжується вдиханням повітря в легені постраждалого (рот у рот), після чого слідують цикли натискання-відпускання. Зробіть два довгі вдихи в рот постраждалого, затиснувши йому ніс, і схрещеними на його грудях руками виконайте цикл натискання-відпускання 15 разів. Продовжуйте масаж до тих пір, поки в цьому буде необхідність. Ви можете врятувати 10% з тих, хто пережив зупинку серця; досвідчений фельдшер може добитися 50% успіху, застосувавши дихальний мішок.

- Кровообіг. Якщо потерпілий дихає, то серце циркулює кров по організму. Якщо пульс слабкий і хаотичний – це вказує на проблеми з серцебиттям або кровообігом. Ви можете промацати пульс у будь-якому місці, де артерії близько розташовані до поверхні. Найкраще це зробити на шиї (під нижньою щелепою), на зап'ясті або внутрішній стороні ліктя, на коліні. Зверніть увагу на чіткість пульсу і час. Нормальна частота пульсу коливається в межах 60-90 ударів за хвилину. І сповільнюється в тому випадку, якщо людина перебуває в стані релаксації, частішає, якщо в стані збудження. Прискорений або занадто слабкий пульс може бути ознакою кровотечі різної локалізації. Промацайте пульс ближче до кінцівок, щоб визначити ступінь кровопостачання.

- Не забудьте зафіксувати всі ваші дії в процесі надання невідкладної медичної допомоги, включаючи час, фізичний стан потерпілого (частота пульсу, дихання і т.п.) і застосовані медичні препарати.

- Огляньте потерпілого на предмет поранень або ушкоджень. Зафіксуйте час накладання джгута. Якщо ви не одні, доручіть роль фіксації даних іншій людині. Ці дані мають бути збережені й передані разом із потерпілим.

- Перевіряйте стан постраждалого кожні 15 хвилин і фіксуйте: тривожний, млявий, напівнепритомний або непритомний стан.

- Під час транспортування постраждалого в лікарню відправте з ним людину, яка могла б розповісти, що трапалося, і яка допомога була надана. Переконайтеся, що записи будуть доставлені разом з потерпілим, оскільки вони можуть допомогти медперсоналу вирішити, як діяти далі.

### **Проникаючі поранення**

Багато переломів і проникаючих поранень загрожують життю людини. Найчастіше вони виникають внаслідок дорожніх аварій або кульових поранень. Найбільш поширена причина смерті – втрата крові. Основне, що треба зробити, – це зупинити або знизити

втрату крові, накласти шину на зламану кінцівку.

Під час первинного огляду постраждалого перевірте наявність проникаючих поранень. Деколи поранення, що чітко проглядаються, можуть приховувати менш видимі рани, які можуть виявитися небезпечними для життя. Шукайте темні вологі плями на одязі, перевіривши навіть підкладку. Найбільш небезпечною може бути внутрішня кровотеча. Ушкоджена тазостегнова частина може призвести до втрати понад двох літрів крові. Якщо можливо залишити постраждалого в первинному стані, то не пересувайте його до тих пір, поки не переконаєтеся у відсутності переломів хребта. Попросіть потерпілого поворушити пальцями ніг і переконайтеся, що він відчуває ступнями дотики. Постраждалий, який був у напівнепритомному стані, реагуватиме на біль або ваш голос. Розітріть грудну клітку або вщипніть потерпілого, щоб побачити його реакцію.

Якщо потерпілий непритомний, дійте так, ніби у нього перелом хребта, і пересувайте

тільки у разі потреби накладання шини на шийні хребці. Помістіть потерпілого на ноші. Під час першого огляду руками (в рукавичках) уважно за всім спостерігайте. Перевірте голову, тіло, ноги. Спостерігайте за реакцією на біль, що допоможе виявити зламані кістки і внутрішні ушкодження. Розірвіть одяг, якщо він заважає огляду, але будьте обережні з тією частиною одягу, яка може приховувати поранення, що спричинить відновлення кровотечі.

### **Зупинення кровотечі**

Одне з найважливіших завдань – зупинити кровотечу в потерпілого. Необхідно затискати рану до тих пір, поки кров не згорнеться і не утвориться тромб. Зазвичай це займає близько 10 хвилин. Потім візьміть великі стерильні бинти (маленькі бинти для цього не підійдуть) з вашої аптечки і накладіть їх на рану мінімум на 10 хвилин, притиснувши якомога сильніше. Ваша головна мета – зупинити кровотечу, а не обробити рани. Не знімайте бинти, оскільки це пошкодить тромб, що закриває ушкоджене

місце в кровоносній судині. Проте якщо вам не вдалося зупинити кровотечу з першої спроби, треба повторити процедуру знову. Необхідно припідняти поранену кінцівку, знизивши тиск крові в межах рани.

- Якщо це велика відкрита рана внаслідок вогнепального поранення або вибуху, то накладіть пов'язку і натисніть на неї зверху.

- Не прибирайте тугу, стискуючу пов'язку, яка зупиняє кровотечу, і постарайтеся уникнути потрапляння інфекції. Кулі й осколки можуть викликати поширення інфекції. Переконайтеся, що використані вами перев'язувальні матеріали стерильні.

Є й інші способи зупинити кровотечу. Ушкоджену судину притискують до кісткових виступів у точках зіткнення їх з артеріями, наприклад підключичною артерією. Тиск на місце поранення має тривати 10 хвилин. Інший засіб – використання турнікета. Його застосування особливо ефективно, якщо поранення в межах кінцівок. Турнікет (особливо ремінь і шматок тканини, що затягуються з метою зупинки крові)

розташовується над суглобом, вище від ділянки поранення. Якщо поранено передпліччя, то турнікет накладають на плече; якщо у потерпілого зяюча рана на ступні, то турнікет накладають трохи вище за коліно. Накладіть турнікет, обмотавши рану шматком тканини, і, використовуючи палицю, міцно закручіть такий пристосований джгут до тих пір, поки кровотеча не буде зупинена. Як турнікет може бути використаний ремінь. Якщо у вас немає можливості використовувати палицю, застосуйте кулькову ручку, щоб збільшити ступінь стиснення. Довжина матерії повинна бути 2,5-5 см (1-2 дюйми), щоб уникнути розриву в тому місці, де вона перетягнута.

Зупинивши кровотечу, ви припиняєте подачу кисню на ту ділянку кінцівки. Тривале перетягування джгутом може викликати серйозні порушення. Фіксуйте час накладання джгута і через 15-20 хвилин зніміть його. Якщо рана продовжує кровоточити, вам доведеться відновити процедуру накладання турнікета, знову фіксуючи час. Таким чином,

потрібно використовувати турнікет у випадках, коли інші способи не дали позитивного результату, а також у випадках затримки госпіталізації. Але якщо необхідно терміново вивести потерпілого з небезпечної зони і ви знаєте, що можете надати більш кваліфіковану допомогу через кілька хвилин, то використання турнікета – оптимальний варіант.

Зниження кров'яного тиску вказує на втрату крові. Кров'яний тиск вимірюється двічі – відповідно до пульсу і в стані емоційного спокою. Верхній показник (по пульсу) повинен бути приблизно 100 плюс ваш вік, а нижній показник 60-80. Якщо верхній показник тиску, виміряного в стані емоційного спокою, піднімається вище 100, то можлива внутрішня кровотеча. Найімовірніше, у вас не опиниться при собі приладу для вимірювання тиску, але в зв'язку з цим передбачений такий тест. Стискайте міцно ніготь великого пальця потерпілого до тих пір, поки він не стане білим. Потім звільніть його. Якщо він швидко почервоніє,

то кров'яний тиск у нормі. Якщо він залишатиметься білим протягом кількох хвилин, то можливі порушення, оскільки кровообіг здійснюється в лічені секунди. Ознакою зниженого кров'яного тиску може бути поява слабкого голубуватого відтінку на губах або мочках вух у білошкірих людей (ціаноз) або світло-сірого відтінку на губах і мочках вух у темношкірих людей.

### **Поранення легенів**

Кульове поранення або якийсь інший отвір у легенях можуть призвести до проникнення і тиску повітря, що збільшить тиск на серце. Якщо ви бачите місце поранення, то відріжте 6 см будь-якого герметичного матеріалу і прикріпіть до рани з трьох боків, залишаючи нижню частину відкритою. Подібний “асиметричний пластир” допоможе запобігти потраплянню повітря при вдиханні і його безперешкодному виходу при видиху. Помістіть потерпілого в напівсидяче положення.

## **Повторний огляд**

Якщо вам вдалося зупинити кровотечу, то проведіть повторний огляд потерпілого. Цього разу ретельніше досліджуйте ділянки голови і тіла (дійте обережно, намагаючись не пошкодити те, що зробили до цього). Досліджуйте руками голову, звертаючи увагу на незвичні гупі й западини, що свідчать про переломи. Перевірте вуха, чи немає там крові або рідини, яка може свідчити про ушкодження головного мозку. Переконайтеся, що в потерпілого не спостерігаються зсув щелепи і зміни в рухах кінцівок. Зігніть ступню і пальці ніг потерпілого в напрямку до тіла і попросіть його опиратися. Зверніть увагу на інстинктивну захисну реакцію деяких частин тіла, які можуть свідчити про приховані переломи або ушкодження. Якщо потерпілий відчуває ваші дотики до його ступень, то спинний мозок не пошкоджено.

## **Транспортування**

Якщо потерпілий непритомний, сонний або в напівнепритомному стані, залиште його в

положенні транспортування: лежачи на боці, одна рука закинута і одна нога підігнута. Ця поза сприяє природному функціонуванню дихальних шляхів і допомагає уникнути задухи.

### **Болезаспокійливі засоби**

Дайте потерпілому болезаспокійливі засоби, які маєте у своєму розпорядженні. Переконайтеся, що є найсильніші знеболювальні засоби. Також перевірте, чи легальне їх використання на території країни, де перебуваєте. Перетріть пігулки на порошок, перемішайте з водою і дайте проковтнути.

Тримайте при собі дозвіл лікаря на ті болезаспокійливі засоби, що є у вас, і що їх використання підтверджується у випадках крайньої необхідності. Чим офіційніше виглядає цей документ, тим краще.

Не рекомендується вживання алкоголю потерпілим, оскільки може загострити периферичний кровообіг і викликати

кровотечу. Проте він є хорошим антисептиком в екстрених ситуаціях.

### **Переломи**

Перелом – це тріщина або порушення цілісності кістки. Закритий (простий) перелом – перелом без ушкодження шкіри. Відкритий (тяжкий) перелом – це перелом, при якому є рана в зоні перелому. Тяжкі переломи можуть супроводжуватися внутрішньою кровотечею або ушкодженням нервових закінчень. Ознаки прихованого перелому: біль, що посилюється при порушенні ушкодженої ділянки, порушення рухової функції ушкодженої кінцівки, ненормальна рухливість у місці перелому, зміна форми ушкодженої частини тіла, пухлина і шок.

Перш ніж перевезти потерпілого, потрібна іммобілізація з допомогою шини або фіксація положення основних зламаних кісток. Суглоби зверху і знизу від місця перелому повинні бути в нерухомому стані. Якщо у вас є підозри на перелом шиї або хребта (а потерпілий непритомний), накладіть корсет

для фіксації шийних хребців. Це захистить шию від закидання або рухів. Якщо не маєте при собі корсета для фіксації шийних хребців, використовуйте великоформатну газету, скрутивши її двічі навпіл і обгорнувши навколо шиї потерпілого.

Якщо маємо справу з переломом кінцівок, то потрібно вирішити, чи краще зафіксувати їх у первинному стані, чи спочатку треба накладити шину. При переломі кінцівки рекомендується тримати її в піднятому стані, щоб уникнути збільшення кров'яного тиску. Використовуйте бинти, щоб підвісити верхні кінцівки (руки і плечі) на косинку. Якщо у вас нема при собі трикутної підвішуючої пов'язки, то зробіть щось подібне з сорочки.

Шинування допомагає запобігти погіршенням перелому ноги. Шина має бути накладена трохи вище за суглоби, розташовані знизу і зверху від ушкодженої кінцівки. При ушкодженні гомілковостопного суглоба і стопи необхідне шинування від пальців стопи до колінного суглоба. При ушкодженні верхнього коліна шинування проводять від

початку коліна до стегна. Повна аптечка з надання першої медичної допомоги містить рухомі шини, які можуть набувати форми кінцівки і надавати фіксацію, відмінно іммобілізуючи кінцівку. Проте, можна скористатися і заміником шини, наприклад, ручкою щітки, штативом від камери, будь-яким пристосуванням, здатним забезпечити нерухомий стан кінцівки. Підкладіть щось м'яке для зручності, а для фіксації положення скористайтеся ременями або тканиною, туго обв'язавши кінцівку.

Одна нога може бути шиною для іншої. Зачепіть ушкоджену ногу за іншу і стягніть ременем обидві ноги принаймні в трьох місцях. Не забудьте, якщо ноги потерпілого будуть зв'язані, він не зможе стрибати або йти навіть з вашою допомогою і вам доведеться помістити його на ноші.

Якщо потерпілий не може пересуватися, покладіть ноші на землю і переверніть його на бік (ви повинні виконати це всією групою). Підкладіть ноші під тіло потерпілого і покладіть на них. Потім закріпіть ноші, щоб

забезпечити повну нерухомість. Ви можете замінити ноші, використовуючи верхній одяг. Для цього розстеліть його на землі так, щоб коміри знаходилися один напроти одного. Спочатку протягніть жердину в одні рукави, потім – в інші.

Пересувні ноші можуть бути міцно стягнуті, забезпечуючи повну нерухомість, якщо є достатня кількість людей, щоб їх нести. Ноші можна замінити, використовуючи ручку шітки або жердини, протягнувши їх у рукави двох плащів.

### **Евакуація потерпілого**

Якщо стан потерпілого стабілізувався, евакуюйте його в безпечне місце, а потім доставте в лікарню або госпіталь. Пройдіть разом з ним і розкажіть про всі ваші дії. Потерпілий буде радий побачити друга. Потрібно дати йому беззаспокійливе і зробити переливання крові.

### **Опіки**

Опіки виникають внаслідок сухого тепла (дії високої температури або вибуху), вологого тепла (ошпарювання), міцних кислот або лугів, електричного шоку, сили тертя (якщо вас протягли по землі), під дією ультрафіолетових променів або інших видів опромінення.

Обмежені опіки не проникають глибоко у внутрішні шари шкіри (коріум), але дуже болючі. Обширні опіки викликають обвуглювання шкіри на великій глибині. Вони виглядають жахливо. Обширні опіки ушкоджують нервові закінчення, але за рахунок того, що потерпілий, ймовірно, отримає і обмежені опіки, болючих відчуттів уникнути не вдасться. Обширні опіки часто викликають появу пухлин, що призводить до закупорки артерій. Ризик з'являється у випадку, якщо більше 20% загальної поверхні тіла займають обмежені опіки і 10% – обширні опіки. У потерпілого від опіків відкривається кровотеча і може розвинутися шок через втрату крові (плазми).

## Допомога при опіках

Якщо хтось загорівся, потрібно штовхнути його на землю і покотити, щоб загасити вогонь. Скористайтеся покривалом, щоб перекрити доступ кисню. Потім спробуйте охолодити опік, використовуючи мокрі рушники або помістивши потерпілого у воду на 10 хвилин. Зніміть з нього залишки одягу, але не в тих місцях, де одяг прилип до шкіри. Ви можете заподіяти ще більшу шкоду. Потерпілий може скаржитися на холод. Йому потрібно багато пити. Приготуйте такий розчин: половину чайної ложки солі, половину чайної ложки харчової соди на літр води.

Опустіть місце опіку в холодну воду. Потрібно близько 10 хвилин, щоб нейтралізувати дію опіку.

При хімічних опіках шкіри, викликаних аміаком, кислотою від акумулятора автомобіля і т.д., негайно забирають всі обривки одягу. Шкіру добре миють проточною водою протягом 10 хвилин. Якщо у вас при собі протиопіковий розчин,

застосуйте його для нейтралізації дії кислоти або лугу.

## **ЩО МОЖУТЬ ЗРОБИТИ ОРГАНІЗАЦІЇ ЖУРНАЛІСТІВ**

Коли нещадні й жорстокі противники свободи слова намагаються перешкодити журналістам, мало що може їх зупинити. Щороку безліч журналістів піддаються переслідуванням і нападам, стають жертвами навмисних вбивств. Але це зовсім не говорить про те, що журналісти не можуть за себе постояти. За останні 15 років було вироблено стійкий і ефективний опір, спрямований на скорочення ризику працівників ЗМІ, на протидію вбивцям і тим, хто винен у нападах на представників масової інформації. Сюди також можна зарахувати протиборство зі зневажливою позицією уряду щодо захисту журналістів, а також виникнення політичних катаклізмів, що піддають небезпеці діяльність журналістів. У цьому розділі розглядаються всі дії, всі кроки і механізм вдосконалення системи,

направленої на безпеку журналістів. Це є основна програма для всіх ЗМІ.

Прості акти солідарності стають часто найбільш ефективними видами протистояння переслідуванням журналістів. Пригадаємо, наприклад, справу Віокана Рістіка, незалежного журналіста з Сербії. У 1999 році Рістік висвітлював конфлікт у Косово для деяких замовників, серед яких були Агентство новин “Beta”, “Danas” і радіостанція “Deutsche Welle”. Будучи незалежним сербським журналістом, він був під прицілом режиму Мілошевіча. І коли НАТО проводило повторне бомбардування, його було заарештовано і ув’язнено.

Після 30 днів арешту його звільнили. Згодом йому передали послання від Айдана Уайта, генерального секретаря IFJ (Міжнародна федерація журналістів, МФЖ). Як виявилось, це була копія телеграми, послана президентові Мілошевічу, з вимогами звільнити Рістіка. Віокан Рістік не сумнівається, що певну роль відіграв міжнародний тиск, оскільки це примусило задуматися тих, хто заарештував і

посадив його у в'язницю без суду і слідства. Їм довелося звільнити журналіста, дізнавшись про наявність зацікавлених у його звільненні осіб і свідків, здатних підтвердити факт затримання.

Телеграма була частиною загальноприйнятих дій, які використовуються МФЖ, незалежними профспілками журналістів, мережею організацій із захисту преси, включаючи Комісію із захисту журналістів, Міжнародний Інститут ЗМІ, Reporters sans Frontieres, Артикль 19 і іншими. Їхні лідери щотижня отримують безліч факсів, електронних послань, листів зі всього світу. Люди хочуть знати про долю затриманих журналістів, вони вимагають звільнення ув'язнених, звертаються з проханнями приступити до розслідування причин нападів, здійснених на журналістів.

Організації в усьому світі намагаються знайти раціональні методи захисту журналістів від насильства і залякування. Такі великі міжнародні організації, як МФЖ часто стають

рупором для асоціацій та об'єднань місцевого масштабу, що не має достатньої значущості.

МФЖ – це найбільша світова організація журналістів, яка представляє в своїй особі 500 тисяч репортерів, редакторів, фотокореспондентів і дикторів у більш ніж 100 країнах світу. Протягом 20 років МФЖ намагається поліпшити стандарти безпеки журналістів. МФЖ – це частина Загальної міжнародної мережі зі свободи висловлювання думок. МФЖ може діяти на рівні Організації Об'єднаних Націй і нагадувати уряду про зобов'язання щодо захисту журналістів і підтримки свободи слова. На знак визнання кваліфікованої журналістської діяльності ЮНЕСКО присвоїла МФЖ Статус Об'єднаної Взаємодії - вищий рівень акредитації неурядових організацій (НУО). МФЖ звертається в ООН не тільки з метою висловити своє обурення з приводу вбивств працівників ЗМІ, але й з приводу припинення незаконних дій з боку урядів, які повинні надавати необхідну

інформацію і вживати заходів з арешту вбивць.

### **Ділячись знаннями й досвідом**

МФЖ закликає свої філіали слідувати основному підходу сприяння журналістам, які зіткнулися з принципами ворожого втручання. МФЖ рекомендує кожному філіалу призначити керівника з координаційної діяльності й завжди бути напоготові у разі виникнення наступних трьох ситуацій:

- Підвищити пильність своїх членів щодо виниклих проблем.
- Домовитися з міністерствами про вжиття заходів у крайніх випадках.
- Домовитися із співробітниками про розподіл відповідальності в моменти крайньої необхідності.

Дуже важливо мати достовірну інформацію, без перебільшення і зниження ролі проблеми (перебільшення викликає необґрунтований страх і знижує активність майбутнього протесту), щоб підтримати журналістів у скрутну хвилину. В перші години кризової

ситуації вкрай важливо надати точні факти, щоб уникнути неправильного тлумачення.

МФЖ розробила стандартну систему накопичення інформації та її надання в окремих випадках. Перший крок – це накопичення інформації. Отримавши необхідні відомості, керівництво об'єднання або його представники повинні ухвалити рішення про надання підтримки тим, хто перебуває в скрутному становищі.

Досвід показує, що уряди завжди дуже чутливо реагують на ті події, де присутні представники преси. Вони стурбовані її несприятливим впливом. Преса, у свою чергу, може натиснути на тих, хто протистоїть свободі слова. Проте виникає небезпека, якщо протести преси розглядаються як якийсь судовий вердикт, або присутнє перебільшення ризику. Дуже важливо давати об'єктивну інформацію, оскільки деколи уряд може неправильно тлумачити публікацію, трактуючи це, наприклад, як напад на країну-аутсайдера.

Діючий план МФЖ розмежований на диференціальний ряд етапів, починаючи з негласних відносин у межах країни. Насамперед ці дії проводять об'єднання й асоціації всередині країни. Цей процес продовжується розвитком негласних відносин і виникненням зіткнень на міжнародному рівні, наприклад при офіційному залученні МФЖ, але негласним чином. Це може перерости в офіційний протест, все ще без залучення громадськості. У тих випадках, коли це не вдається або процес не просувається у зв'язку з великою значущістю справи, громадянські протести очолюються МФЖ або іншими групами за свободу преси. Зневага до свободи преси і погрози на адресу журналістів призводять до того, що МФЖ починає пошуки інформації, привертаючи сторонніх осіб для дачі свідчень у межах країни, і потім публікує звіт. У серйозніших випадках МФЖ намагається погоджувати дипломатичні дії, наприклад, з Європейським Союзом, Європейською Радою або іншими відповідними органами.

МФЖ поширює серед членів своєї організації адреси інших філіалів, які можуть надати допомогу, і зразки листів, необхідних для подальшого відправлення. Страховий фонд МФЖ надає допомогу тим журналістам, які з технічних чи фізичних причин не в змозі виконувати свою звичайну професійну роботу або залякані діями офіційних інстанцій.

## **ОФІСИ НЕЗАЛЕЖНОЇ МЕДІА-ПРОФСПІЛКИ УКРАЇНИ**

**Центральний офіс Всеукраїнської професійної спілки  
“Незалежна медіа-профспілка України”**

03150, м. Київ,

вул. Велика Васильківська, 54, к. 1

Тел.: (044) 537 20 03

Факс: (044) 289 71 97

e-mail: [golova@profspilka.org.ua](mailto:golova@profspilka.org.ua)

[http:// www. profspilka.org.ua](http://www.profspilka.org.ua)

**Рівненська обласна організація ВПС  
“Незалежна медіа-профспілка України»”  
Рівненський ресурсний центр для  
журналістів  
34028, м. Рівне,  
вул. 16 Липня, 48  
Тел: (0362) 62 34 52  
e-mail: [media\\_prof@ukr.net](mailto:media_prof@ukr.net)**

**ОФІС МІЖНАРОДНОЇ ФЕДЕРАЦІЇ  
ЖУРНАЛІСТІВ (IFJ)**

**Міжнародна федерація журналістів  
Rue Royale 299  
1210 Bruxelles  
Belgium  
Tel: +32 2 223 22 65  
Fax: +32 2 219 29 76  
E-mail: [ifj@pophost.eunet.be](mailto:ifj@pophost.eunet.be)  
Website: <http://www.ifj.org>**

**АДРЕСИ ІНШИХ МІЖНАРОДНИХ  
ОРГАНІЗАЦІЙ**

## **Міжнародна організація свободи**

### **висловлювання і думки**

489 College St. № 403

Toronto, Ontario

M6G 1A5 Canada

Tel: +1 416 515 9622

Fax: +1 416 515 7879

E-mail: [ifex@ifex.org](mailto:ifex@ifex.org)

## **Міжнародна конфедерація незалежних профспілок**

International Confederation of Free Trade Unions

International Trade Union House

Bvd Emile Jacqmain 155

1210 Brussels

Belgium

Tel: +32 2 224 02 11

Fax: +32 2 201 58 15

E-mail: [internetpo@icftu.org](mailto:internetpo@icftu.org)

Website: <http://www.icftu.org>

## **Міжнародна організація журналістів**

International Organization of Journalists

Londynska 60

120 00 Prague 2  
Tel: +420 2 42 25 59 08  
Fax: +420 2 25 90 38

## **Артикль 19**

Міжнародна організація з прав людини, яка відстоює ідею про те, що свобода думки і висловлювання є загальним правом людини, гарантованим Міжнародним Законом.

Організація просуває і захищає ці свободи і проводить кампанії від імені жертв цензури. Вона отримала свою назву від статті 19 Всесвітньої Декларації прав людини.

Director

Article 19

33 Islington High Street

London N1 9LH

United Kingdom

Tel: +44 171 278 9292 (UK)

Fax: +44 171 713 1356 (UK)

E-mail: [article19@gn.apc.org](mailto:article19@gn.apc.org)

Website: <http://www.gn.apc.org/article19/>

## **Міжнародне Товариство Червоного Хреста**

У разі зникнення, викрадення або арешту журналіста під час виконання своїх обов'язків перераховані нижче особи можуть звернутися в службу “Гаряча лінія” Міжнародного Товариства Червоного Хреста:

- сім'я журналіста,
- головний редактор,
- профспілка (національна),
- регіональна або міжнародна профспілка або організація.

Ці запити можуть бути зроблені по телефону, факсом або в листі – з позначкою “Гаряча лінія” (Hot Line) за наступною адресою:

International Committee of the Red Cross

Press Division

“Hot Line”

19, avenue de la Paix

CH-1202 Geneva

Switzerland

Tel: +41 22 734 60 01 (Switzerland)

Tel: +41 22 734 82 80 (Switzerland)

## **Репортери без кордонів**

Незалежна асоціація, що захищає свободу журналістів, які піддаються погрозам у своїй професійній діяльності.

Асоціація “Репортери без кордонів” організовує прес-кампанії для підвищення громадянського знання з питань преси, також вона готує щомісячний звіт “Letter” і щорічний звіт, організовує міжнародні зустрічі журналістів.

General Secretariat

Reporters Sans Frontieres

5, rue Geoffroy Marie

Paris 75009

France

Tel: +331 44 83 84 84 (France)

Fax: +331 45 23 11 51 (France)

E-mail: [rsf@rsf.fr](mailto:rsf@rsf.fr)

Website: <http://www.rsf.fr>

## **Фонд безпеки МФЖ**

Надає допомогу тим журналістам, які мають обмеження в технічному або фізичному плані,

які не можуть здійснювати свою діяльність  
внаслідок тиску з боку влади.

IFJ Safety Fund

266, rue Royale

1210 Brussels

Tel: +32 2 223 22 65

Fax: +32 2 219 29 76

E-mail: [ifj.safety@pophost.eunet.be](mailto:ifj.safety@pophost.eunet.be)

## Громадянський рух

### «Народна самооборона»

Ми віримо в те, що керуючись правдою і чесністю, законом і справедливістю, ми збудуємо нову і кращу Україну. Серед нас немає ні вождів, ні месій. Ми звичайні люди, просто ми вичавили раніше із себе по краплині страх і совок і готові бути вільними громадянами у вільній країні.

**Свобода.** Ми сповідуємо свободу громадянина як передумову свободи країни. Ніхто не має права безкарно порушити ці святі, Богом дані, цінності. Ми зробимо політику моральною.

**Закон.** Корупція своїми метастазами знищує наше суспільство. Влада забула, що “правда”, “справедливість”, “право” є однокорінними словами. Ми виступаємо за народний контроль над найнятою владою. Доброї влади не буває за визначенням. Вона тільки тоді почне зважати на інтереси народу, коли ми створимо дієві механізми цього контролю. Виборець мусить мати право відкликати будь якого чиновника, якого найняв – суддю, депутата чи урядовця.

**Справедливість.** Це гостра вимога і східної, і західної, північної і південної України. Це вимога спрацьованого селянина і захопленого митця, чесного чиновника і досвідченого робітника. Народ вимагає справедливості у кожній сфері.

**ПЕРЕМОЖЕМО!**

[www.samooborona.in.ua](http://www.samooborona.in.ua)