



БЕЗПЕКА.



ЧАС ПРОХОДЖЕННЯ: 3 ГОДИНИ

<https://www.youtube.com/watch?v=PDekA0dun7M>

Основи мінної безпеки

 Час проходження: 20 хв.

! Вся інформація про міни і розтяжки не для того, щоб ви це встановлювали самостійно чи знешкоджували. А для вашої безпеки. Для того аби ви не травмувались (втратили кінцівки чи навіть життя) через незнання. **Ви не сапер**, тому в жодному разі **не займайтесь мінуванням чи розмінуванням**.

https://www.youtube.com/watch?v=X1qml_gX2t4

Денис Монастирський після звільнення київської області: Інспектуємо міста Київської області. Сапери знаходять **міни, розміщені під касками, у коробках із боєприпасами, на входах до погребів, де можуть перебувати жертви**. Окупанти поставили розтяжку навіть **на вхідних дверях** у будівлях Гостомельського підрозділу наших рятувальників. ДСНС України на Київщині щодня виявляють понад 4 тис. вибухонебезпечних предметів.

✗ Заборонено:

- наближатися до вибухонебезпечного предмета;
- пересувати його або брати до рук;
- розбирати, кидати, бити по ньому;
- розпалювати поряд багаття або кидати в нього предмет;
- приносити вибухонебезпечний предмет додому.

✗ Не беріть в руки знайдені предмети. Зокрема, дитячі іграшки та гаджети, які розкидані на землі - це можуть бути замасковані вибухові пристрої.

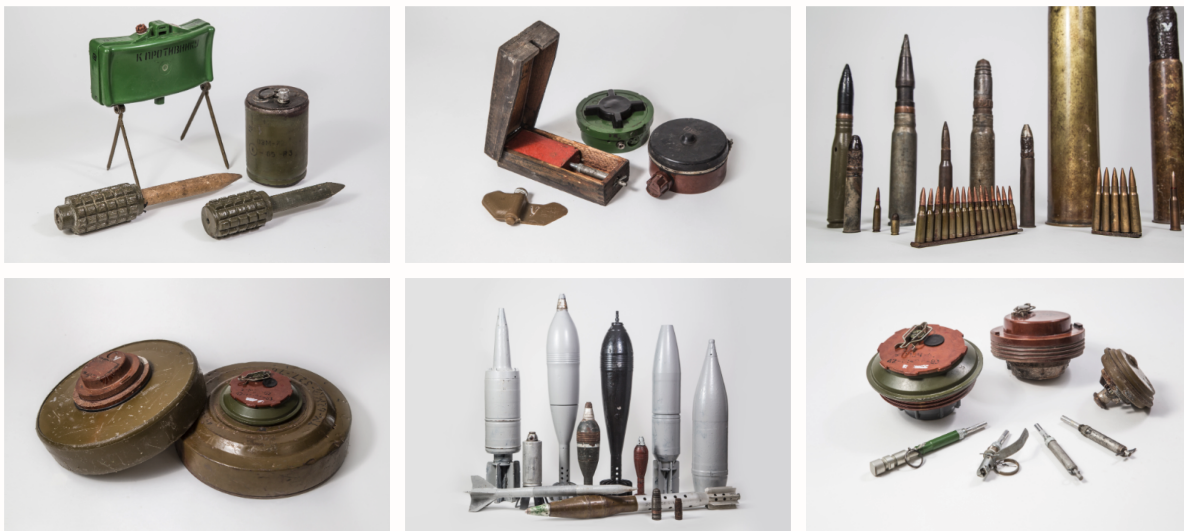
? Якщо наступити на міну, вона не вибухне, поки ви не приберете ногу?

⊖ Ні. Це міф! Так роблять лише в кіно. Міни вибухають від контакту: дотику, перегрівання, тиску тощо.

І навіть якщо замість ноги покласти якийсь предмет й негайно втекти — теж не допоможе. Усе це можливо лише у голівудських фільмах.

З перерізанням дроту — така ж історія. Міна, найімовірніше, вибухне від найменшої зміни у натягненні дротів.

Міна означає боєприпас, призначений для встановлення під землею, на землі або поблизу поверхні землі або іншої поверхні та призначений для вибуху від присутності, близькості або безпосереднього впливу людини або транспортного засобу, що рухається.



Міни протипіхотні

- призначені для того, щоб вбити або сильно поранити людину
- як правило, зеленого, коричневого, темно-коричневого кольорів, які легко зливаються з навколишнім середовищем
- Із часом вони можуть поіржавіти і знебарвитися, але залишаються небезпечними. У мін не буває терміну придатності.
- За нанесенням уражень їх можна поділити на осколкові та фугасні.

Міни протитранспортні

- набагато більші за розміром, ніж протипіхотні, призначені для знищення транспортних засобів.
- Поруч із протитранспортними мінами можуть знаходитися встановлені на них або під ними протипіхотні міни.
- Протитранспортні міни також можуть бути оснащені спеціальними елементами невилучення, що активуються при спробі доторкнутися до **міни** або іншим чином зрушити її.

Вибухонебезпечні предмети

Це всі боєприпаси, що містять вибухові речовини, ядерне паливо чи матеріали ядерного синтезу, біологічні та хімічні речовини, а також всі аналогічні й подібні предмети чи компоненти, що є вибухонебезпечними за своєю природою.

- *Міни-пастки* встановлюються в будівлях, спорудах, поблизу предметів щоденного вжитку, зброї, на дверях, вікнах, дитячих майданчиках. Якщо не ви поклали цей предмет, — не торкайтеся його.
- *Саморобним вибуховим пристроєм* може виявитися будь-який предмет, залишений без нагляду. Підозрілими також вважають предмети, нетипові для даної місцевості та умов.

- *Вибухонебезпечні залишки війни* як-от: гранати, мінометні міни, ракети, артилерійські снаряди, запали та підрильники, детонатори і патрони, бомби. Дуже нестійкі до зовнішнього впливу і можуть вибухнути при будь-якій взаємодії з ними. Територія навколо може бути замінована.



Покинуті райони дислокації військових підрозділів, блокпости, траншеї, окопи, різні споруди та будівлі, які використовувалися для укриття під час бойових дій, шляхи до військових позицій є потенційно небезпечними територіями.



Про безпеку свідчать певні індикатори:

- офіційні попереджувальні знаки
- неофіційні попереджувальні знаки
- сліди, результати або докази використання мін та вибухонебезпечних предметів
- поведінкові докази.

Сліди, результати або докази використання мін та боєприпасів

1. покинута, розбита військова або цивільна техніка, траншеї, окопи;
2. травмована/мертва тварина;
3. травмована/мертва людина;
4. ознаки бойових дій та обстрілів, як-от: воронки від боєприпасів, безлад на ґрунті;
5. розкидані осколки, залишки боєприпасів, боєприпаси, патрони або гільзи від патронів;
6. порожні або повні ящики для боєприпасів.



Трофеї всі люблять, але підбирай лише той "лут", який впав на твоїх очах. В іншому випадку він може бути замінований. Чи вартий той АК-12 твоєї частини тіла в кращому випадку? Думаю, ні.

Правила та алгоритми безпечної поведінки

Що робити, якщо ви побачили боєприпас:



1. Зупинитися.
2. Стояти і не рухатися.
3. Не панікувати.
4. Попередити інших навколо вас, щоб зупинилися і не рухалися.
5. Не наближатися до вибухонебезпечних залишків війни.

Що робити, якщо ви опинилися на замінованій території:

1. Зупиніться.
2. Лишайтеся на місці.
3. Не панікуйте.
4. Озирніться навколо себе, не рухаючись.
5. Повідомте інших (якщо ви не один) і попросіть їх зупинитися.

▼ Як пройти мінне поле

Варіант 1:

Першим йде розвідник-сапер. Виявлені міни натискної дії він позначає кольоровими маркерами, аркушами білого паперу, кілочками тощо.

Той, хто йде замикаючим в колоні знімає за собою ці маркери, щоб супротивник не зміг натрапити на слід.

Варіант 2:

Виявивши розтяжку, не торкайтеся її, станьте над нею навколішки.

Інші переступають через вас. Іти з мінного поля потрібно тим же шляхом, яким ви сюди й прийшли, наступаючи на свої ж сліди. Якщо слідів не залишилося або ви взнали про мінне поле пізніше, зворотній шлях, принаймні перші 200 метрів, краще пройти наступним чином:

- намагайтеся не повзти і не ставати на коліна, по можливості пересувайтеся навприсядки;
- пересувайтеся вперед повільно, уважно і обережно;

- візьміть ніж, металевий прут, загострену палицю або щось схоже, і обережно, під кутом 45 градусів, втикайте в землю перед собою, поступово прокладаючи собі безпечний маршрут через мінне поле;
- виявивши твердий предмет, не намагайтеся розкопати і вийняти його;
- розкопавши міну, не намагайтеся розмінувати її, а лише помітьте її розташування.



На розтяжки нормальні воїни ставлять секрети, щоб було не зняти по-простому. Так що «перерізати нитку» – погана ідея. Просто пройдіть повз. Це не ваша справа, для цього є старші товариші та сапери.

▼ Якщо ви проводите зачистку

- Будь-які зачинені двері НЕДОТОРКАНІ, оскільки можуть бути заміновані.
- Ящики не відкривати, електроніку не включати. Нічого не чіпати. Все може бути заміновано. Це важливо. Аж до того, що не можна відкривати холодильник, навіть якщо дуже хочеться їсти, і піднімати кришку унітазу.
- Не чіпати трупи, столи та інші предмети (все можна замінювати).
- Ви можете чути нявкання, наприклад з-за дверей стінної шафи. Дуже шкода, але тварина приречена. Швидше за все, його там замкнули разом з гранатою. Відкривати не можна.

▼ Розтяжки

Розтяжки і міни. - перші 13 хвилин (одна з серій випуску школи снайперів. До речі рекомендуємо переглянути і інші серії цього плейлиста)

<https://www.youtube.com/watch?v=ZUPNgn-QsJg>



Довідник про міни для глибшого вивчення

https://s3-us-west-2.amazonaws.com/secure.notion-static.com/09771814-42f9-49d8-8f09-87b3b2a14cd4/Памятка_довідник_ОБЕРЕЖНО_МІНИ.pdf



Більше про мінування буде в розділі "Інженерна підготовка"

Техніка безпеки з вогнепальною зброєю



Час проходження: 40 хв.



Пальця на спусковому гачку бути не повинно, навіть якщо зброя на запобіжнику.

Не спрямовуємо зброю туди, куди не збираємось стріляти.

<https://www.youtube.com/watch?v=o7BZ0m5zjnM>

<https://www.youtube.com/watch?v=BpGU1rohNuc>



Більше про стрілецьку зброю буде в розділі "Вогнева підготовка"

ДОЛУЧИСЬ ДО СПІЛЬНОТИ

Підпишись на наш Telegram канал!

Отримуй оновлення і корисні матеріали



<https://t.me/jablunia>

<https://t.me/jablunia>

<https://butn.one/btn/?name=%D0%9F%D1%96%D0%B4%D0%BF%D0%B8%D1%81%D0%B0%D1%82%D0%B8%D1%81%D1%8C+%D0%BD%D0%B0+Telegram&link=https%3A%2F%2Ft.me%2Fjablunia&tab=1&darkMode=0&transparent=0&ftSize=19&ftFamily=&ftWeight=&ftStyle=&cText=%23FFFFFF&cBg=%235d8fdf&cHText=%23FFFFFF&cHBg=%230d4582&bColor=%23141415&bRadius=50&bSize=0&position=center&emoji=&boxYpos=2&boxXpos=0&boxBlur=0&boxSpread=0&boxColor=rgb%2815+15+15+%2F+10%25%29&px=40&py=16>

Захист від зброї масового враження/знищення

 Час проходження: 40 хв.



У міжнародній англomовній ЗМІ-лексиці також часто використовують скорочення **ABC** -зброя (англ. **ABC weapons**, atomic, biological or chemical weapons)



Пам'ятка щодо дій у разі виникнення загрози використання зброї масового знищення

- Хімічна
- Біологічна
- Ядерна
- Фосфорна

Посилання на pdf

 <https://informnapalm.org/ua/wp-content/uploads/sites/9/2022/04/antidot.pdf>

▼ Засоби індивідуального захисту органів дихання та шкіри

 Час проходження: 14 хв.

https://www.youtube.com/watch?v=7Un_OF6kwrA&list=PLYn9Qd0y2zFuzw6oswjiMN8qRzHa_bgC9

https://www.youtube.com/watch?v=vSmmnPS2Z9g&list=PLYn9Qd0y2zFuzw6oswjiMN8qRzHa_bgC9&index=2

https://www.youtube.com/watch?v=DHntisuYpLg&list=PLYn9Qd0y2zFuzw6oswjiMN8qRzHa_bgC9&index=3

https://www.youtube.com/watch?v=n1A2gfPFkdE&list=PLYn9Qd0y2zFuzw6oswjiMN8qRzHa_bgC9&index=4

▼ Бойові отруйні речовини, хімічна атака

Допомога при ураженнях бойовими отруйними речовинами - Центр національного спротиву
Застосування ворогом бойових отруйних речовин є реальною загрозою. Цю інформацію варто засвоїти кожному.

 <https://sprotyv.mod.gov.ua/portfolio/poisons/>



▼ Ядерний вибух

Що таке ядерна зброя?



Ядерна зброя — зброя масового ураження яка має вражальні компоненти ударної, температурної, опромінюючої дії. Вибух відбувається за рахунок вивільнення великої кількості атомної енергії при досягненні понад критичної маси компонентів заряду через їх зближення, що дозволяє ініціювати швидку лавиноподібну ланцюгову ядерну реакцію.

Стратегічна ядерна зброя призначена для використання на віддалених від зони бойових дій територіях. Вона має високу вибухову потужність.

Тактичну ядерну зброю застосовують для нанесення ударів по обмежених за територією об'єктах, як у зоні бойових дій так і поза її межами.

Види ядерних вибухів: повітряний, наземний, надводний, підземний, підводний.

Фактори ураження ядерної бомби: вибухова хвиля, радіоактивне забруднення, світлове випромінювання, електромагнітний імпульс, радіація.

<https://www.youtube.com/watch?v=IROo4YXtQAY>

▼ Алгоритм дій

! Найкращою стратегією після ядерного вибуху буде якнайдовше залишатись в укритті.

▼ Якщо під час вибуху ви знаходитесь на вулиці

У тому випадку, коли під час атомної атаки ви знаходитесь на вулиці, вам негайно слід кинутись в укриття, яким може виступати навіть "складка місцевості". Потрібно знайти будь-який прихисток, який відбиває тінь, та зможе захистити вас від випромінення та ударної хвилі. Найкращий варіант – це кювет у дальній від вибуху стороні. В крайньому разі, коли укриття поруч немає, можна просто кинутись на землю, обличчям донизу, головою від вибуху. Руки потрібно сховати під тіло. Голову закрити капюшоном, будь-яким головним убором, коміром, чи просто натягнути верхній одяг.

▼ Якщо під час вибуху ви знаходитесь у приміщенні

Опинившись під час вибуху у приміщенні, потрібно зачинити всі вікна, а самим сховатись у кімнаті без вікон. Якщо це не можливо, можна укритись під столом, нижче лінії вікон. У крайніх випадках можна перевернути стіл таким чином, щоб від світлового випромінення захиститись стільницею.

Виходити на вулицю можна **лише за ГОСТРОЇ необхідності**. Перед тим, як вийти: **одягніть респіратор, гумові рукавички, гумові чоботи і плащ.**

Коли повернулися додому, одразу зніміть весь верхній одяг. Але робіть це максимально обережно, адже на ньому залишається велика кількість радіоактивного пилу. Одяг потрібно помістити в герметичний контейнер або пластиковий пакет та зберігати подалі від свого укриття, місця скупчення людей, тварин. Після цього **обов'язково помийтеся або прийміть душ із милом.**

▼ Травматичні ураження

Варто пам'ятати, що безпосередніми наслідками вибуху, як стратегічної, так й тактичної ядерної зброї є пошкодження будівель, або інших споруд.

Ударна хвиля може спричинити закриті пошкодження внутрішніх органів без візуальних ознак.

Людина може травмуватися під уламками зруйнованих конструкцій. Також під час удару здійснюється сильний вітер, тому можуть полетіти уламки сміття або навіть дерева.

Це може призвести до відкритих або закритих травм голови, тулуба, кінцівок та навіть внутрішніх органів.

▼ Теплові ураження

Тяжкість термічних уражень залежить від потужності ядерного запалу, відстані від епіцентру удару та застосування засобів захисту.

Вплив теплового агенту ядерної зброї може тривати кілька секунд.

Також можуть виникнути опіки полум'ям через запалений одяг, навколишні предмети та будівлі.

Люди, які зазнали впливу радіації, можуть більш постраждати від термічних уражень.

Теплова енергія може пошкодити очі та викликати тимчасову або тривалішу сліпоту та опік сітківки.

Визначають наступні ступені пошкодження **органів зору** при впливі теплового агенту ядерної зброї:

- тимчасове осліплення, яке може тривати декілька хвилин;
- опік дна ока (при прямому погляді на вибух);
- опіки роговиці та повік.

Залежно від інтенсивності та потужності впливу теплового ураження визначають різні ступені тяжкості **ураження шкіри**.

▼ Радіаційні ураження

Визначають кілька видів ураження внаслідок впливу радіаційного фактору ядерної зброї:

1) зовнішнє опромінення від радіоактивних матеріалів, які:

- переносяться в повітрі (пил, рідина або аерозолі);
- осідають на поверхнях: на землі, шкірі чи одязі;
- містяться в радіоактивній хмарі і опромінюють людей, які в неї занурені.

2) внутрішнє опромінення від радіонуклідів:

- вдихання їх у радіоактивній хмарі;
- потрапляння у їжу та воду;
- потрапляння в організм через відкриті рани.

3) поєднання обох видів опромінення.

Клінічним проявом впливу радіаційного фактору при ураженні ядерною зброєю є **гостра променева хвороба**.

Вона розвивається внаслідок відносно рівномірного опромінення в дозі більше 1 Гр (100 рад) протягом короткого проміжку часу.

▼ Первинна променева реакція

Первинна променева реакція триває до 3 діб після зараження.

Прояви:

- дратівливість;
- загальна слабкість;
- нудота;
- блювання;
- головний біль;
- помірне підвищення температури тіла;

- збудження, а потім пригнічення психічної діяльності.

Прихований період відсутній при тяжких формах. Зазвичай триває від 3 діб до 2-54 тижнів.

У постраждалого спостерігається покращення самопочуття. Але він відчуває загальну слабкість, зниження апетиту, проблеми з дефекацією та іноді порушення сну.

Розпал хвороби відбувається від двох тижнів з моменту зараження. Далі – індивідуально. У хворого можуть бути наявні такі симптоми:

- головний біль;
- безсоння;
- нудота;
- загальна слабкість;
- шлунково-кишкові розлади із сильними болями у животі;
- температура тіла до 38-40 °С;
- множинні точкові крововиливи на шкірі та слизових оболонках;
- кровотечі внутрішніх органів: легеневі, шлунково-кишкові, ниркові;
- випадіння волосся на другому-третьому тижні;
- інфекційні ускладнення: ангіна, пневмонія, абсцес легень та загальне зараження крові – сепсис.

▼ **Допомога**

Допомогу постраждалим необхідно надавати залежно від виду опромінення.

Перша допомога при ураженні ядерною зброєю має включати:

- профілактичну та лікувальну деконтамінацію (усунення радіаційних чинників з поверхні тіла людини, продуктів, предметів тощо);
- надання допомоги при травмах;
- надання допомоги при опіках;
- транспортування постраждалого до лікувального закладу або до медичних працівників.

Як безпечно провести деконтамінацію?

- Почніть з обережного зняття одягу або попросіть постраждалого роздягтися самостійно, починаючи з голови до ніг. Зняття взуття та одягу може зменшити забруднення на 90%.
- Помістіть все майно постраждалого в один ізольований контейнер, бажано мати сумку з етикеткою, де можна зазначити ім'я постраждалого, дату, час та місце збору майна, табличку із попередженням про радіацію. Необхідно зберігати сумки з майном у безпечному місці для подальшої судово-медичної експертизи та утилізації.
- Виконайте радіаційне обстеження всього тіла. Позначте на шкірі постраждалого за допомогою водостійкого фломастера ділянки з високим рівнем забруднення, виявлені під час радіаційного обстеження.
- Якщо це можливо промийте тіло постраждалого теплою водою із додаванням нейтрального мила.

Деякі радіоактивні речовини можуть затримуватися в зовнішньому шарі шкіри і залишатися 12-15 днів, поки не відбудеться лущення.

При значному зовнішньому радіаційному забрудненні необхідно накрити зони ураження водонепроникними пов'язками, щоб обмежити поширення на інші ділянки тіла.

▼ Очищення ран

Очищення ран

Якщо людина отримала будь-які поранення під час ядерного удару, є висока ймовірність того, що вона може зазнати радіаційного впливу.

Тому необхідно провести наступну процедуру:

- накрити шкіру навколо відкритих ран водонепроникними пов'язками або шторами;
- обережно промити рани великою кількістю води або фізіологічного розчину.

Бажано використати відповідний вимірювач радіації для оцінки та моніторингу медичного поводження з радіоактивними осколками з метою захисту медичної бригади.

▼ Деконтамінація вух, носа та рота

Обережно протріть отвори (вуха, ніс, рот) зволоженим стерильним аплікатором із ватним наконечником.

Перед деконтамінацією зовнішнього слухового проходу переконайтеся в цілісності барабанної перетинки, далі необхідно промити прохід теплою водою або фізіологічним розчином.

Використовуйте вушний шприц для промивання зовнішнього слухового проходу, тільки якщо барабанна перетинка непошкоджена.

▼ Обробка ротової порожнини та очей

Необхідно рекомендувати постраждалому декілька раз почистити зуби пастою і часто полоскати рот та горло 3% розчином перекису водню при ознаках забруднення глотки.

Обережно промийте очі великою кількістю фізіологічного розчину або води.

▼ Очищення волосся

Попросіть постраждалого помити волосся теплою водою з м'яким милом або шампунем.

Не слід використовувати кондиționери, оскільки вони можуть зв'язувати радіоактивний матеріал з білком волосся, що ускладнює деконтамінацію.

Не треба голити волосся, що б уникнути створення порізів, потертостей, розривів шкіри.

Воду, якою мили волосся, не можна використовувати для миття інших частин тіла.

Уникайте потрапляння забрудненої стічної води в очі, вуха, ніс або рот. Висушіть волосся чистими, незабрудненими рушниками.

▼ Транспортування постраждалих

Загорніть забруднені ділянки або всього постраждалого в два шари простирадла, при тому слід уникати гіпертермії пацієнта.

Також уникайте переохолодження в холодний день, особливо якщо одяг пацієнта був знятий.

Необхідно контролювати температуру тіла постраждалого.

Після транспортування потрібно провести огляд та дезактивацію транспортного засобу та обладнання і утилізувати все забруднене.

Наведені рекомендації надаються **виключно** в інформаційних цілях.

Варто пам'ятати, що контактування з людиною, яка зазнала впливу радіації, може бути небезпечним.

▼ Що їсти і пити після ядерного вибуху?

Яку їжу можна використовувати:

- безпечною для вживання вважається будь-яка їжа у вигляді консерв, пляшок, банок, коробок);
- додайте в раціон продукти, які зберігалися в холодильнику, морозильній камері.

Як правильно їсти:

- перед відкриттям банки, пляшки, консерви, протріть всю її поверхню вологою тканиною;
- все кухонне приладдя перед використанням також потрібно протирати вологою серветкою, рушником;
- всю використану тканину покладіть в контейнер чи герметичний пакет, зберігайте подалі від тварин і людей.

Як і що пити:

- воду можна вживати лише з перевірених джерел;
- якщо влада міста чи рятувальники не повідомляли, що водопровідна вода придатна до споживання, її використовувати не варто;
- вода в пляшках надійно захищена, але їх поверхню перед цим потрібно протирати;
- кип'ятіння жодним чином не впливає на радіоактивні часточки;
- у пляшках чи герметичних контейнерах потрібно мати запас води;
- всі напої, які знаходяться в холодильнику, вважаються безпечними;
- вода в водонагрівачі чи унітазі не містить радіоактивних часточок;
- забруднена колодезна та водопровідна вода може використовуватися лише для миття себе та інших предметів.

▼ Йодопротілактика

Як тільки ви отримали повідомлення про ядерний вибух чи аварію на АЕС, відразу проведіть йодопротілактику:

- протягом 7 перших днів потрібно приймати по одній таблетці (0,125 г) йодистого калію - для дітей віком до 2 років по 0,04 г (частина таблетки);
- якщо у вас немає йодистого калію, можна використовувати 5% йодистий розчин: пити його потрібно по 3-5 крапель на склянку води, а для дітей віком до 2 років - по 1-2 краплі.

***матеріал, *матеріал, *матеріал**

 Для додаткового вивчення: **Інтерв'ю з істориком з ядерної зброї**

▼ Фосфорні бомби

Що робити при ураженні фосфорними бомбами - Центр національного спротиву

Фосфорні боеприпаси - тип запальних або димових боеприпасів, споряджених білим фосфором. Під час вибуху вночі фосфорний заряд помітно світиться. Розліт білого чи жовтого полум'я подібний до салюту - саме так горить і вибухає запальна бомба. Вдень

🔗 <https://sprotyv.mod.gov.ua/portfolio/phosphorus/>



▼ Запалювальні снаряди, які можна переплутати з фосфорними бомбами

<https://mil.in.ua/uk/articles/ne-fosfor-rosiya-vykor1ystovuye-po-ukrayini-zapalni-snaryady-9m22s/>

Артилерійський обстріл



Ефективний захист від арти - правильно зроблена і замаскована фортифікація. Це окопи, траншеї, щілини, перекриття та нори.

Більше про це в розділі "[Інженерна підготовка](#)"

Як часто працюють окупанти:

1. Обирають точку прориву.
2. Насипають з арти (артилерійська підготовка перед штурмом позицій). Можливо ще і авіація працюватиме.
3. І тоді йде піхота. Іноді ще танки.



Буває і таке, що на прорив ідуть і без попередньої артилерійської підготовки.

Коли починається стрілецький бій - паралельно починає працювати артилерія по ваших позиціях, щоб приглушити опір.

“Захисні дії” від артилерійського обстрілу залежить від типу ворожої зброї і снарядів:

- міномети
- ствольна артилерія
- касетні снаряди
- фосфор



Те, що стріляє прямою наводкою - танки, бмп, кулемети, автомати. Снаряд летить на понадзвуковій швидкості. Відповідно якщо стріляють по тобі, ти не чуєш звуку виходу снаряду, польоту, ніяких піуууу, бджииииууу.

Міномети



Міномет відрізняється тим, що від звуку пострілу до звуку прильоту буде не 1-3 секунди як у гарматі, а 3-7 сек. Може й довше.

Роботу міномета і польот міни добре чути. З часом ви навчитесь розрізняти на звук куди летить міна і якщо вона летить по вас, то у вас буде час (3-4 секунди), щоб застрибнути в окоп. Для того цей окоп: 1 - має бути, 2 - має бути правильно зроблений.

Читайте про це більше в розділі "[Інженерна підготовка](#)"



Не намагайтеся змінювати укриття під час обстрілу. Якщо ви вже сидите в траншеї, і вам дуже захотілося в бліндаж — залишайтеся на місці, доки ворожа артилерія не затихне. Найкраще укриття — те, в якому ви вже сидите.

Ствольна артилерія

Їх підльот чути дуже коротко, буквально 1-2с. Якщо ви чуєте звук - у вас є час лише впасти на землю, стрибнути в окоп можливо і не встигнете. Тому будьте пильними, якщо ви на позиціях, де відбуваються обстріли.



Не вештайтесь без нагальної потреби під відкритим небом. Намагайтеся покидати укриття лише тоді, коли цього вимагає бойова задача чи поклик природи. Перед тим як вилізти на світ божий, переконайтеся, що в небі не літає ворожий безпілотною — він гудить наче мопед.

РСЗВ (Реактивна система залпового вогню)

Касетні снаряди

Їх теж чути декілька секунд до прильотів уламків. У вас буде час сховатись.

Фосфор

Від фосфору рятує окоп з перекриттям. Або нора в окопі, якщо немає перекриття. Читайте про це більше в розділі “Інженерна підготовка”



Коли йдеш по маршруту запам'ятовуй будь-які укриття. Ямки, заглибини і тд. Якщо почався обстріл на ходу, ти вже знаєш куди варто зміщатись.

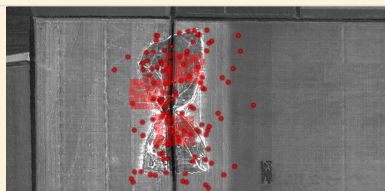


Для глибшого розуміння як працює артилерія радимо статтю від Texty.org

Вогняний вал. Як і які снаряди прилітають на українські позиції

Щоб його зупинити, Україна потребує від вільного світу ще більше гармат типу M777 та багато далекобійної реактивної артилерії, такої як HIMARS, а також снарядів у дуже великих кількостях.

ГК
СТ <https://texty.org.ua/projects/107013/vohnyanyj-val-yak-i-yaki-snaryady-prylitayut-na-u-krayinski-pozyciyi/>



▼ Про страх під час артобстрілу від воїна

Є речі до яких приготуватися неможливо. Щоб привчити солдата до стрілокотні, він стріляє на стрільбищі, на полігонах під час навчань використовують петарди та стрільбу поверх голів або десь поруч. Щоб привчити

не боятись гранат - вчать їх кидати. Страх перед бронетехнікою лікується обкаткою танками. **А як привчити до артобстрілу?** Хреначити з арти по людях на полігоні?

Повірте, артобстріл це пипець як страшно. Особливо, якщо криють великим калібром і приходять зовсім поруч. Після першого ж приходу дуже висока вірогідність того, що людина запанікує, побіжить куди очі дивляться, а коли прийде до тями, то кине все і буде ломитися в госпіталь з будь-якої причини. Тільки б якнайдалі від можливості повторення цього жаху. І ЦЕ НОРМАЛЬНО! Більшість цих людей потім повернеться. Хтось пересилить свій страх, комусь стане соромно. З часом звикнуть і стануть справжніми солдатами. Ну а хтось таки стане обісранцем.

А мені було страшно. Ні, не так - СТРАШНО. Але подолати свій страх допомогли дві емоції - гумор та сором. І молитва.

.....

А вибухи все ближче і ближче... І тут як їба... бабахне!

Не розумієш де верх, де низ... Повітря густе, як кисіль... Наче кричиш, а голосу не чуєш... В вухах якийсь дзвін... Кислий присмак вибухівки... Перед очима якісь кольорові кола - ніхр..а не видно... Повна дезорієнтація...

Джерело: <https://www.facebook.com/profile.php?id=100007932214207>

Повітряний напад

В процесі підготовки матеріалу

На цьому етапі війни ворожа авіація боїться наших ПЗРК (Stinger і інше). Тому далеко в наш тил не залітає. Працює здалеку.

Що ви робите, як піхотинець, коли чуєте бачите ворожу авіацію? Ховаєтесь і доповідаєте про побачене командирі.

Знищенням авіації займаються окремі підрозділи, які мають для цього відповідні засоби, знання, навички.

Полон

 Час проходження: 5 хв.

Відео для цивільних, але частина порад актуальні і для військових

<https://www.youtube.com/watch?v=ahxwbKPIgb8>

Куріння в умовах бойової ситуації

 Час проходження: 3 хв.

Враховуйте наступне:

Куріння вночі

1. Сигарету краще прикурювати від газової запальнички, встановленої на низький рівень горіння. Вогнем звичайних запальничок та сірників ви даєте супротивнику можливість легко виявити ваше місце розташування.
2. Прикурювати необхідно в закритому просторі.
3. Давайте прикурювати лише ще одному товаришу. Перша прикурена сигарета, можливо, вказала на ваше місце розташування, по вогнику від прикурювання другої сигарети, снайпер може здійснити прицілювання. При третьому вогнику снайпер здійснює постріл.
4. Відразу ж після прикурювання по можливості змініть місце.
5. Тримайте сигарету в долонях, складених «Човником», щоб запалена частина сигарети знаходилася між долонями.

Куріння вдень

Вдень найбільшу небезпеку становить сигаретний дим. Дим слід видихати повільно вниз. Це дозволить не виявити ваші позиції.

В приміщенні

Провівши кілька днів на свіжому повітрі, курця можна засікти за 70-100 метрів.

Не нехтуйте правилами безпеки.

Рано вранці, коли він щойно зайняв позицію, що прострілювали російські танки, двоє мобілізованих вилізли покурити.

«Я сказав їм не виставляти себе напоказ, але вони мене не слухали, – каже Wali.

Потім поруч із ними вибухнув снаряд.



Канадський доброволець Wali. Фото: lapresse.ca

«Він вибухнув. Я бачив, як уламки пролетіли, як лазери. Моє тіло напружилося. Я нічого не чув, у мене одразу загуділа голова».

Він одразу зрозумів, що для двох його українських братів по зброї, нічого не вдієш.

«Пахло смертю, це важко описати; це моторошний запах горілої плоті, сірки та хімікатів. Це так нелюдяно, цей запах».

Джерело: <https://mil.in.ua/uk/articles/kanadskyj-dobrovolets-wali-pro-vijnu-ta-rozcharuvannya/>



Куріння є додатковим джерелом небезпеки на війні. Фраза “куріння вбиває” може набути більш короткострокового характеру і вже не буде чимось далеким і не очевидним, як рак легенів. Тому радимо таки кинути палити якнайшвидше.

Інформаційна безпека

 Час проходження: 10 хв.

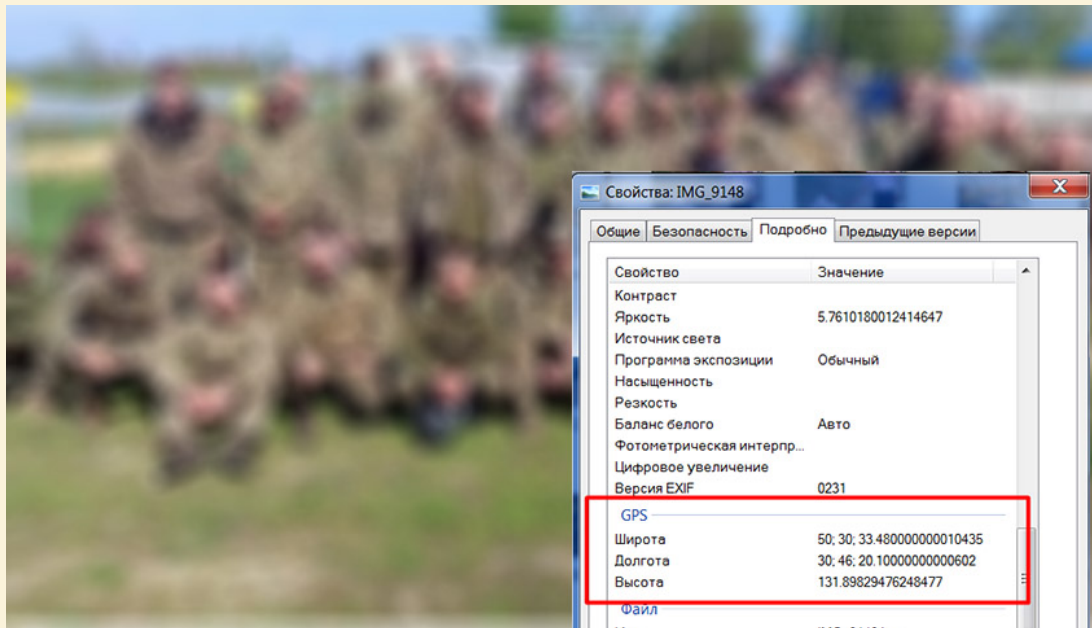


10 порад з інформаційної безпеки для військових в тилу

Ціль - приховати дислокацію військового підрозділу, його чисельність і важливість, щоб уникнути повітряних ударів.

▼ Переглянути

Джерело <https://www.facebook.com/profile.php?id=100001751811701>



1. Не фотографуйтеся для соціальних мереж (особливо групами) на фоні примітних будівель та частин місцевості.
2. Пересилаючи комусь будь-які фото з місця служби, завжди **видаляйте з них координати**, якщо вони є (смартфон додає координати у властивості файлу, якщо дозволено).
3. Знаходячись у військовій частині, краще взагалі **відключити служби геолокації (GPS) у телефоні**.
4. Усі **мобільні додатки теж можуть відправляти координати** на сервер без вашого відома. По можливості не користуйтеся ними!
5. Як я вже писав раніше, не раджу використовувати Вайбер і Телеграм. **Спілкуйтеся через Signal або Whatsapp**
6. Намагайтеся не користуватися мобільним зв'язком одночасно (дзвінки і інтернет, включаючи месенджери). У РФ велика агентурна мережа и шпигун з обладнанням поруч зможе за об'ємом радіо трафіку сказати про кількість військових у розташуванні.
7. Я часто чув помилку, коли черговий по КПП повідомляє по радіостанції про того, хто в'їхав і виїхав з частини, по відкритому каналу називаючи позивний. Наприклад : "Прибув Варяг". А того ще гірше: "Комбат на місці". Цього робити не можна.
8. У тилу часто бійці забувають про безпеку і спілкуються по "відкритому" Баофенгу не замислюючись про можливі наслідки. Часто, командири навіть не знають про наявність у

бійців особистих маленьких радіостанції. Тому завжди думайте, що говорите!!! Приклади помилок :

- Доповідь, що обхід території розпочатий або закінчений
 - Що треба відкрити ворота наприклад для трьох бензовозів
 - Відправ когось на продуктовий склад, бо сьогодні дофіга мобілізованих привезуть
9. Не треба щодня усім разом відключати телефони на ніч, а уранці на підйомі дружно включати. Це помилка. Ніщо так чітко не фіксується радіорозвідкою, як реєстрація телефонів у мережі.
10. Що повинно викликати увагу: відкрита незнайома мережа WiFi, ситуація, коли твій телефон у мережі, а подзвонити нікуди не можна (робота фальшивої базової станції).



БЕЗПЕЧНИЙ МЕСЕНДЖЕР SIGNAL

Використовуючи Signal, ви можете миттєво спілкуватися, уникаючи плати за SMS, створювати групи, щоб спілкуватися в чаті в режимі реального часу з усіма своїми друзями одночасно, а також обмінюватися мультимедійними даними або іншими файлами в повній конфіденційності. Сервери Signal ніколи не мають доступу до жодних ваших повідомлень і ніколи не зберігають ваші дані.

1

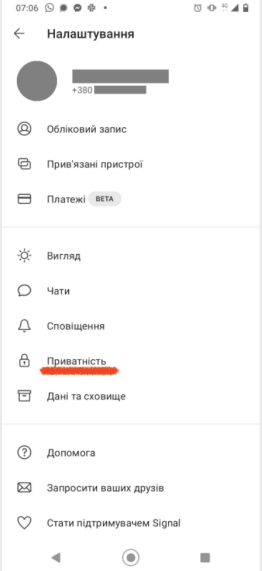
ЗАВАНТАЖИТИ З GOOGLE PLAY

ЗАВАНТАЖИТИ З APP STORE, IPHONE

2

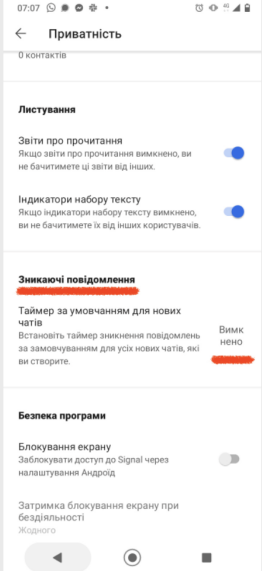
Налаштуйте приватність:

КРОК 1



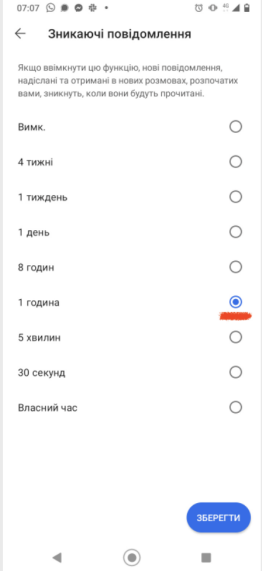
Відкрийте розділ ПРИВАТНІСТЬ у НАЛАШТУВАННЯХ

КРОК 2



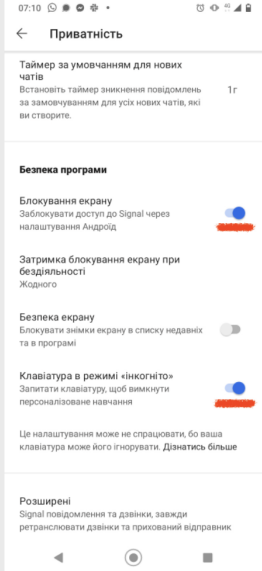
Виберіть розділ ЗНИКАЮЧІ ПОВІДОМЛЕННЯ.

КРОК 3



Виберіть безпечний для вас період за який мають зникати повідомлення.

КРОК 4



Налаштуйте безпеку додатку. Зітріть всі попередні повідомлення з переписки.

▼ Джерело:

Безпека в Інтернеті - Центр національного спротиву

Надійні паролі Використовуйте РІЗНІ паролі для всіх облікових записів. ДОВГІ паролі надійніші, тому пароль має складатися принаймні з 12 символів. Уникайте паролів, які можуть бути легко вгадані: інформація відома вашим знайомим (дата народження, номер

➔ <https://sprotyv.mod.gov.ua/portfolio/bezpeka-v-interneti/>



НАДІЙНІ ПАРОЛІ

Використовуйте **РІЗНІ** паролі для всіх облікових записів.

ДОВГІ паролі надійніші, тому пароль має складатися принаймні з 12 символів.

Уникайте паролів, які можуть бути легко вгадані:

- інформація відома вашим знайомим (дата народження, номер телефону, подібне)
- людьми з доступом до ваших відкритих даних, як-от профілі в соціальній мережі.

Не залишайте нотатки з паролями на видному місці. Зберігайте їх у захищеному місці, про яке знаєте лише ви. Якщо обліковий запис для якого встановлюється пароль підтримує використання багатофакторної перевірки (SMS з кодом, ключ авторизації, і подібне) – обов'язково скористайтеся нею для ВАЖЛИВИХ облікових записів.



Якщо Ви до 30 км від супротивника, у Вас є українська стільникова мережа, але Ви не можете нікуди подзвонити, то ймовірно Ви в зоні дії підставної базової станції супротивника. Такі станції збирають ідентифікатори телефону (IMSI, IMEI), щоб відстежувати Вас далі по фронту. Після цього Ви можете навіть **отримувати фіктивні SMS** на свій телефон. Ваш номер мобільного вони не дізнаються, тільки номер сім карти IMSI. **Краще на фронт купити тимчасову сім карту і її потім викинути.**

від HOFNER EDUCATION

- Пам'ятай, тебе слухають. Якщо не противник, то своя служба божа. Чому свої слухають? Щоб вчасно вичислити піз**аболі і дати по шапці, за що їм дякую.
- Не тріпайся про свої плани після ротації, не говори конкретних адрес, дат і годин. Буде обідно, якщо тебе хлопнуть на "мирній". Та і взагалі менше говори про якісь плани, а якщо вони службові, то закрій рот.
- Використовуй шифровані месенджери, для дзвінків бажано також
- Поспілкувався - видалив переписку.



Геолокацію не включай, забудь за цю кнопку до кінця ротації, тепер твоя геолокація оприділяється за допомогою мапи, і це не гуглмэпс.

- При важливих робочих питаннях відкладайте телефони взагалі далеко від себе.
- Не говори ніколи і нікому де саме ти є. Не згадуй найменувань найближчих населених пунктів.



- Одне з найважливіших: при розмові з батьками не треба говорити, що в тебе все хреново, навіть якщо ситуація пахне гореним. Хочеш виговоритись, говори з побратимом. Батькам немає чого переживати.

- Не тріпайся, що ти рембо-комбо-рекс і унічтожаєш сокирою по 100 ворожих танків в день. Приїде служба божа, і всі з тебе поржуть. Хоча ні. Розкажуй. Це моє улюблене.
- Виставляєш фото в соціальні мережі? Прослідкуй, щоб на задньому фоні не було орієнтирів видимих противнику. І не став геолокацію. Якщо вже так хочеш, то постав там якесь "очко дьявола" чи ще щось.
- На фото ні в якому разі не мають бути присутні знаки розрізнення, номери машин, в тому числі бортові.
- Особисті дані в соціальних мережах захищені так само, як захищає презерватив за 5грн. Вроді й працює, але сильно розраховувати не треба.
- Не скачуй ніякі приложухи типу "getcontact" і інші. Ці програми нагло збирають данні з твого телефона, і ти сам на це даєш дозвіл.
- І саме головне: коли сидиш на СП забудь за телефон. Він в тебе для екстренних випадків, а не для того, щоб пару каток пагба зіграти з кентами. Від тебе залежить твоє життя і тих, хто відпочиває в бліндажі.

Джерело: <https://www.facebook.com/Ukrainedefence>, автор @vagny_rafnsvartr

https://www.instagram.com/vagny_rafnsvartr/



Пам'ятай, що ти представник збройних сил, і держави.

Що це означає? не треба кричати, погрожувати зброєю і робити інші дії, навіть якщо тебе прямо провокують на конфлікт.

Джерело: <https://www.instagram.com/p/CTomuA3I-bL/>

! Декотрі будуть до вас відноситись добре, але це не значить що в них дійно добрі наміри. Довіряти на 100% не можна нікому. Приїдеш додому, і собі братайся з сусідом.

! Не приймайте подарунків від місцевих. А якщо вже взяли в руки, то відкривайте з саперами)

! Не треба ляпати всяку дич в розмові, на подобі "та нас вже скоро міняють" і будь-яку інфу, яка стосується служби

! Не обговорюйте з побратимами останні новини діяльності в селі. Особливо це стосується людних місць. Місцевий, який нібито розглядає пташок в небі, слухає вас дуже уважно.

! Таксісти. Особлива тема. Іноді без них не обійтись. Але можна не пиздіти їм все підряд? Бо іноді їдеш по потребах, то вони знають і розказують більше, ніж штаб бригади.

! Не треба жалітись місцевим як в тебе все хуйово, як в армії хуйово і тд. Хочеш обговорити проблематику армії, обговори з побратимом, і почніть робити армію з себе.

! Ввійдіть в приємний контакт, якщо є на це можливість. Акуратно випитуйте інформацію, як правило місцеві мають контакти на іншій стороні, і ви швидше ніж розвідка отримаєте корисні дані. Але не вір всьому на слово. Перевіряй. При вмінні гарно пиздіти, і підтримувати розмову місцевого можна дізнатись багато цікавого. Він може ляпнути не задумуючись корисну інформацію для тебе.

ІПСО та пропаганда

? Що таке ІПСО (інформаційно-психологічна операція) і чому це важливо?

ІПСО проводять держави, або державні органи, **проти іншої держави**, для того щоб **змінити суспільну думку, поведінку окремих державних діячів чи суспільства**.

Це війна, яка відбувається в інформаційному просторі.

ІПСО - це **спланована, скоординована, продумана операція з визначеною ціллю**.

Не кожен срач у фейсбуці це ІПСО. Не кожен раз, коли хтось поширює інформацію, яка шкодить українським інтересам - це ІПСО. Деколи це просто помилка, яка робиться не свідомо. Спланованість дій заради досягнення конкретної цілі операції - це обов'язковий атрибут ІПСО.

Але ворожа інформаційна машина цей срач **може використати** у власній інформаційно-психологічній операції.

ІПСО може бути **різних рівнів: стратегічний, оперативний, тактичний**. Кожен з цих рівнів по різному організовується, має різні меседжі і правила гри.

Приклад. Тактичний рівень - це вплив на свідомість і дії ворожих військ на певній ділянці фронту. До прикладу, створення враження присутності значно потужніших своїх сил, ніж є насправді.

Стратегічний - вплив на державу чи навіть декілька держав.

Приклад оперативного рівня - підірвати довіру до командира армії, через розповсюдження негативної інформації про нього серед військових.

📌 **Брехня в ІПСО?**

В ІПСО тактичного рівня брехня - це основа (ІПСО про страшні ворожі ДРГ, які одягнені в українську форму і є

повсюду. Де за про прибуття нового батальйону для підсилення.)

В ІПСО стратегічного рівня брехня не допускається, адже буде швидко спростована і скерована проти вас.

📌 Приклади успішних стратегічних ІПСО ворога:

- Переконавання частини західного світу і України в тому, що Україна проти Росії не вистоїть і немає сенсу чинити опір.
 - Наратив, який поширюється в Європі: “надання Україні зброї лише продовжує війну. Якщо не давати Україні зброю, то все швидко закінчиться, торгівля з Росією відновиться, а братські народи помиряться”.
 - Наратив про те, що Росія була спровокована розширенням НАТО на Схід.
 - Наратив, який поширюється в країнах Африки: “Це не Росія напала на Україну, це США веде війну проти Росії на території України”.
- Гляньте коментарі до постів про Україну в топових медіа: The Economist, BBC і тд. Ви такої кількості акаунтів з африканських країн ще точно не бачили.

📌 Приклади успішних тактичних ІПСО ворога:

- страшні ворожі ДРГ на Київщині в перші дні/тижні війни. ДРГ, які одягнені в українську форму, на українському транспорті, і є повсюду.
- Це, на жаль, було дуже успішним і призвело до великої кількості дружнього вогню, поранень та смертей. Зараз на фронті це ІПСО продовжує працювати проти нас. (Але ми теж проводимо ІПСО 😊)

❓ Джерело ІПСО. Звідки я можу отримати іпсошні меседжі?

Дуже залежить від рівня. Наративи стратегічного ІПСО можете почути навіть від Папи Римського.

Тактичне і оперативне:

- смски, коли ви на фронті (ваш номер телефону легко засікти в певній зоні)
- телеграм чи вайбер чати, анонімні телеграм канали і вайбер групи, які контролюються росіянами.
Анонімні телеграм-канали - це технологія російських спецслужб. Навіть якщо досі там були наче адекватні новини, то в потрібний момент туди можуть закинути саме те, для чого цей канал створювався і розкручувався.
Канал на 4 млн людей, де не відомий власник? 4 млн - це мега потужне медіа. Вам комфортно споживати їх контент, не знаючи хто його створює і навіщо?
- Меседжі тактичного і оперативного ІПСО ви можете чути **навіть від своїх знайомих і близьких**. Вони повірили ІПСО і починають ширити це далі вже у розмовах чи повідомленнях.
Правда ж ви отримували попередження від знайомих в стилі “Моєї подруги чоловік має брата, який має високу посаду в СБУ і він казав, що сьогодні Львів будуть бомбити. Виїжджай з міста на пару днів негайно.”
Або “Мій син працює в СБУ і його друг казав, що всі ракети зараз полетять на Львівську область. Львівщину зрівняють з землею”.

Або таке:

“Моєї мами подруга казала, що її подруга віддала переселенцям квартиру, і як прийшла туди за тиждень, там був відкритий газ і на стіні помадою писало “здохніть бандери, то все через вас””

Що робити?

1. Видаліть в себе всі телеграм канали і вайбер чати, де ви не знаєте хто адміни і власники. Та взагалі підпишіться тільки на офіційні джерела і білі медіа. Поважайте свій інфо простір і приберіть там так ретельно, як в хаті до Різдва.
2. Коли чуєте/читаєте інформацію, яка викликає у вас **сильну емоцію** (страх, паніка, сильна тривога, ненависть) - задумайтесь. Сильна емоція - це якраз те, що намагаються викликати у вас з ІПСО. Тому одразу запитайте себе - а де докази, що це правда? хто це поширює? яку ціль переслідують цим повідомленням?
3. Не поширюйте підозрілі повідомлення. Візьміть собі за правило - якщо якийсь матеріал викликав у вас сильну емоцію і ви не впевнені на 100% в його правдивості, не надсилайте це нікому і не поширюйте в соц мережах. Не допомагайте ворогу поширювати їх ІПСО.

Важливим є **вміння розпізнавати фейки серед потоку інформації**:

1. Зверніть увагу на джерело розповсюдження інформації. Зазвичай для поширення фейкової інформації використовують маловідомі або щойно створені ресурси, вдаються до скорочених посилань, створених за допомогою онлайн-генераторів (bit.ly) або сайтів, схожих на офіційні (m1l.gow.ua). До речі, “хуз” в домені (посилання, адрес сайту) це сигнал, що це шахраї, бо домени з хуз як правило коштують 1-2 долари.
2. Перевірте автора посту (чи він не бот?). Перейдіть на його сторінку та подивіться, як давно вона створена, скільки там друзів, фото, публікацій, тощо.
3. Наявність емоційного заголовка (“Шок!”, “Сенсація!”, “Це було приховано!”) свідчить про ймовірність маніпулювання суспільною думкою.
4. Знеособлення дійових осіб (“жителька області”, “військові скаржаться”, “експерти радять”) та недотримання балансу думок – ознаки неповної або недостовірної інформації.
5. Велика кількість активних коментаторів може свідчити про використання ботів і намагання вплинути на сприйняття аудиторією.
6. Уважно придивіться до візуального контенту (фото, відео) на наявність ефектів “Photoshop” або монтажу, а також відповідність тексту повідомлення зображенню або ролику.
7. Утримуйтеся від коментування чи поширення повідомлень, щодо правдивості яких маєте сумніви.

Пропаганда та дезінформація — методи, що спрямовані на **придушення нашої здатності чинити опір** або покликаних маніпулювати суспільною думкою. Прочитайте декілька таких способів впливу, які РФ використовує проти нас.

▼ Методи пропаганди

МЕТОД ПОСТІЙНОГО ПОВТОРЕННЯ (ОРКЕСТРОВКИ)

Ідеї, які ви хочете поширити, повинні постійно повторюватися, використовуючи різні підходи та ракурси, в основі яких лежить одна тема. Важливо, щоб повідомлення були зведено до найпростішої форми, щоб не було сумніву чи розчарування у змісті переданого. Повторення повинно відбуватися постійно, до повного виснаження читача.

МЕТОД «АБСОЛЮТНОЇ ОЧЕВИДНОСТІ»

Замість доводити, ви подаєте брехню як щось очевидне, таке що всі це знають і тому безумовно підтримують.

Метод дуже ефективний, оскільки людина автоматично приєднується до думки більшості. Більшість обов'язково повинна бути переважною, а її підтримка абсолютною і безумовною. Приклад: публікація маніпуляційних соціологічних опитувань або фальшування одноголосної підтримки на виборах.

МЕТОД «ГРАНДІОЗНОЇ БРЕХНІ»

Аудиторії пропонують настільки глобальну і жахливу брехню, що люди навіть не вірять, що про таке можна брехати.

Добре продумана «грандіозна брехня» викликає у читача глибоку емоційну травму, яка надовго визначає його погляди всупереч будь-яким доводам логіки і розуму. Особливо добре працюють в цьому сенсі помилкові описи жорстоких знущань над дітьми або жінками ("розп'ятий хлопчик").

МЕТОД «10 НА 90» («40 НА 60», ТОЩО)

Створюють ЗМІ, 90% інформації якого є правдивою. Заробивши довіру, решту 10 відсотків використовують для дуже ефективної дезінформації.

МЕТОД «ГНИЛОГО ОСЕЛЕДЦЯ»

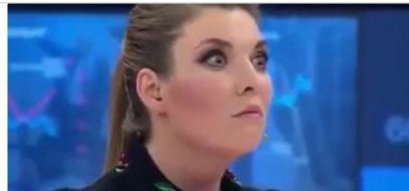
Створюють фальшиве звинувачення, максимально брудне. Добре працює розтління дітей або вбивство.

Мета в тому, щоб викликати широке, публічне обговорення, що це обвинувачення неправдиве. Однак протягом такого обговорення обвинувачена людина стає токсичною, тому що частина аудиторії починає асоціювати її із поширеним брудом: "запах гнилого оселедця намертво в'їдається у людину, яку хочуть знищити репутаційно"

Інформаційна гігієна - Центр національного спротиву

Для чого потрібна інформаційна гігієна: ворог діє не лише на полі бою. Не менш важливою є боротьба проти інформаційного впливу, пропаганди та дезінформації - методів, що спрямовані на придушення нашої здатності чинити опір або покликаних маніпулювати суспільною

➔ <https://sprotyv.mod.gov.ua/portfolio/information-hygiene/>



Якщо вас зацікавила тема, то радимо статтю на порталі Мілітарний
Підрозділи психологічних операцій збройних сил Російської Федерації.

<https://mil.in.ua/uk/articles/pidrozdily-psyhologichnyh-operatsij-rosijskoyi-armiyi/>

Як вберегтися під час вибуху гранати

 Час проходження: 5 хв.

Якщо біля вас впала граната, ви маєте всі шанси залишитися неушкодженим. Для цього треба вміти швидко оцінювати обстановку, миттєво реагувати на загрозу, та знати декілька правил.

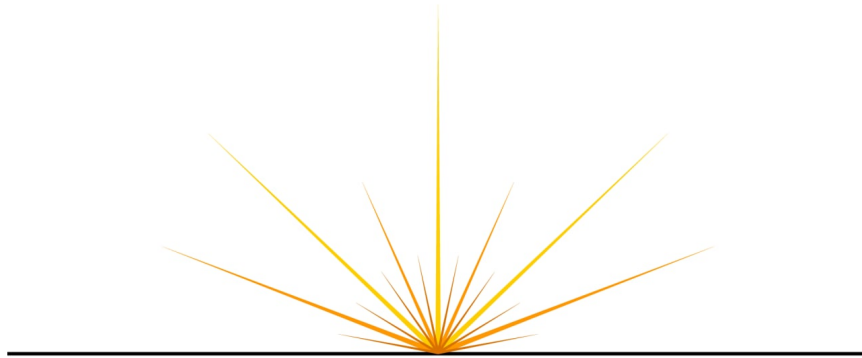
➤ ЯК ВБЕРЕГТИСЬ ВІД ВИБУХУ ГРАНАТИ

Більшість гранат вибухають через 1-2 секунди після падіння на поверхню. Відкинути назад її не можна, але сховатися за укриттям можливо. Якщо на відстані двох-трьох кроків є якась стінка, чи інший міцний предмет – ви можете сховатися за нього. Рухатися за укриття краще стрибком і в падінні. Також краще закрийте вуха руками і відкрийте рот, щоб захистити органи слуху.



➤ ЯК ВБЕРЕГТИСЬ ВІД ВИБУХУ ГРАНАТИ

Якщо поруч немає укриттів, треба відстрибнути від гранати і впасти на землю. Траєкторія розльоту вражаючих елементів має форму перевернутого конуса, тому осколки рідко летять над самою поверхнею.



➤ ЯК ВБЕРЕГТИСЬ ВІД ВИБУХУ ГРАНАТИ

Положення лежачи треба займати ногами до гранати. Лікті притиснути до тулуба, закрити руками потилицю і вуха, відкрити рот. Ноги перехрестити, або звести разом і притиснути п'яти до землі.

Руки закрили
потилицю
та вуха

Перехрещені
ноги



Лікті притиснуті
до тулуба

←
Напрямок
вибуху

Безпека в нічний час

Джерело: <https://www.instagram.com/p/CT1lmaPozZO/>



Ніяких світлових сигналів, навіть інфрачервоного. У вашого противника також може бути ПНБ, і він вас виявить.

- Старайтесь знаходитись за природним прикриттям, це допоможе уникнути викриття ПНБ, але не тепловізором, який прочитає ваш тепловий сигнал. Є способи як ввести в оману теплак, але тут я цього розповідати не буду.
- Кращим камуфляжем варто вважати однотонну оливу. Вона не так окреслює ваш силует як чорний камуфляж, і поглинає світло краще ніж сірий.
- Використовуйте відкриту місцевість для швидкого пересування, але залишайтеся біля посадок.



Плануйте маршрут заздалегідь: ви повинні уникати видимості свого силуету на фоні неба, і залишатись осторонь передбачуваних ділянок пересування.

- Якщо вас випадково освітили - завмріть. На відстані від 50м в темряві не так просто виявити вашу присутність, а рух дуже навіть можливо. В будь-якому випадку моментально закрийте стріляюче око, щоб його не довелося знову адаптовувати під темряву.
- В роботі з групою тримайте один одного в зоні видимості
- Якщо вже і доводиться дістати карту, та підсвітити інфрачервоним робіть це під пончо.
- Давайте собі більше часу. Почули - присіли, послухали за можливості продовжи рух. Для швидкого безшумного пересування використовуйте погоду: вітер(шум листків), дощ.

▼ Адаптація очей в темряві



Перед входом в темне приміщення варто закрити очі на декілька секунд, тоді гарантована невелика адаптація до темряви. Якщо це неможливо, варто хоча б зажмурити ведуче око.

Підвищення світлової чутливості очей по мірі перебування в темноті отримало назву "**нічної адаптації**". Встановлено, що нічна адаптація починається з моменту потрапляння очей в темноту.

Приріст світлової чутливості відбувається безперервно на протязі всього часу перебування в темноті і стабілізується **через 60-80хв**. Особлива інтенсивність відбувається в перші 15-30 хвилин, а це значить, що боєць, який вийде з освітленого приміщення на неосвічений пост не зможе вести ефективне спостереження.

Практика показує, що саме після перезмінки вартових противник частіше всього здійснює напади на пости. Пізнання закономірності нічного бачення дозволяє пришвидчити час нічної адаптації.

Які ж ці закономірності?

- колбочки і палочки як рецептори світла розприділені нерівномірно по сітківці ока. Перші знаходяться по центру, інші на периферії.



Звідси варто знати, що для виявлення малозамітних об'єктів в нічний час їх краще розглядати периферійною частиною сітківки.

- колбочки і палочки відрізняються по ступені чутливості до світла з різною довжиною хвиль. Так око адаптоване до темряви найбільш чутливе до світлових хвиль.



Це означає, що при нічному баченні око максимально чутливе до синього світла, і відносно не чутливе до червоного. Говорячи іншими словами, об'єкти синього кольору вночі миттєво виявляються людиною, але ймовірна миттєва дезадаптація очей. Так звана "засвітка".

Тому бажано, щоб чергові які відпочивають **перед заступленням на пост** перебували в приміщенні, яке **освітлюється червоним світлом**.



В розділі "Що взяти з собою на війну" ми зазначали, що ліхтарик має мати опцію червоного світла. Тепер ви розумієте чому 😊

Також виявлена закономірність дезадаптації очей. Так "засвітка" очей які вже адаптувались до темряви протягом 5-ти секунд знижує чутливість на 8-10 хв.



Як в короткий час адаптуватись до темряви ?

1. Глибоке різке дихання, яке починається з повного видоху
2. Обмивання лица холодною водою, або холодний компрес на затилок
3. Приймання невеликої кількості їжі (10гр цукру, або солодко-кислої таблетки/цукерки)
4. Легка мязова робота (розминка)



42 поради для вашої безпеки

Джерело: https://www.mil.gov.ua/content/pdf/combattraining_.pdf

Список

1. Гранату заковувати по підлозі. Не кидати.
2. Не бігати перед стволом товариша. Ви перекриваєте йому можливість стріляти.
3. Не тримати палець на гачку (часто гинуть товариші).
4. Не брати патрони з відкритих цинків, захоплених у бойовиків, вони можуть замість пороху в патрони зарядити тротил (розірве автомат, відірве голову).
5. Гранати носити в спеціальних мішках, відкритими не тримати (зачепає).
6. На АК запобіжник має три положення: блокування, автоматичний вогонь і одиночний. Якщо ви в паніці різко знімете з запобіжника, то напевно опустите його до упору і поставите, тим самим, режим одиночного вогню. Це зроблено, щоб знавіснілий від жаху боєць не просадив магазин за секунду і не залишився без патронів. Пам'ятайте про це.
7. Запобіжник на АК досить голосно цокотить. Якщо вам потрібно зняти його тихо, відтягніть його і плавно переведіть в потрібний режим вогню (це майже завжди одиночний вогонь).
8. Перед виходом пострібайте на місці. Перевірте, що на вас нічого не цокотить і не бринькає. Антабки на зброї краще заздалегідь перемотати ізолентою або бинтом. Патрон у патронник, і на запобіжник.
9. Пам'ятайте, що магазини, які розташовані на грудях і животі – це додатковий бронезахист.
10. Більшість смертей та поранень походять від осколків.
11. Якщо вам у броні потрапила куля – це ще не означає, що він вас врятував. Так як енергія кулі, зупинена елементом броні, здатна завдати вам жакливу заброневу травму. Ребра ламає майже завжди. А можливий і розрив органів. Так що якщо у вас немає дірки – це ще не привід радити. Буває, що дірка була б кращою.
12. Не чіпайте гранатомети. Стріляти з них складно. Залиште це більш досвідченим товаришам.
13. Якщо вам щось почулося – зупиняєте групу і «даєте тишу». Слухайте уважно. Навіть якщо ви будите гальмувати групу кожні п'ять хвилин, тільки рідкісні ідіоти будуть на вас лаятися.
14. Ви ніколи, зупинившись, не продовжуєте стояти. Треба встати на коліна чи лягти. Це дуже вимотує, але це питання виживання всієї групи. Якщо хтось лінується сідати – примусьте його.

15. Пальця на спусковому гачку бути не повинно, навіть якщо зброя на запобіжнику.
16. На маршах, кладете автомат на руки і складаєте їх на грудях хрестом. Так легше нести. При цьому великий палець правої руки завжди готовий зняти з запобіжника, а здійснити зброю досить швидко.
17. Ремінь (автоматний) завжди на шиї. Інакше, якщо потрапите в засідку, буде підрип міні і ви полетите в одну сторону, а ваша зброя в іншу, і ви з легкого 300 перетворюєтеся в 200.
18. На посту не спати. Якщо заснете, пристрелити вас захочуть не тільки вороги.
19. Попісяти можна стоячи на колінах, не перетворюючись в стоячу ростову мішень. Якщо на марші в лісопосадці - в туалет ходять тільки втроях: один сидить, двоє дивляться навколо на 180 градусів (багатьох знаходили лежачими).
20. Чхати в себе.
21. Хто повільно бігає – швидко помирає.
22. Ефективність гранат переоцінена. Бували випадки, коли граната вибухнула в невеликій кімнаті, а всередині були тільки легкі контузії.
23. Чеку зубами вирвати не можна. Тільки пальцями.
24. Якщо вам потрібно стріляти з приміщення на вулицю, то не треба підповзати до підвіконня або стояти збоку від вікна. Підіть вглиб приміщення, встаньте на табуретку, закрившись стіною або т. п. І не вмикайте світло, не можна, не підсвічуйте себе.
25. Осколки цегли або бетону, вибиті вогнем, мають властивості летіти на вас. При попаданні в очі... ну ви зрозуміли.
26. Довго стріляти не змінюючи позицію – погана ідея.
27. Не треба «виявляти снайперів». Не ваша робота, так і знань вам не вистачить. Воюйте далі, не звертаючи уваги.
28. Будьте готові морально «відпрацювати» цивільних, які засвітили вас (якщо перспектива не радує, то рухайтесь обережніше).
29. Сучасні гранати РГО і РГН вибухають в ПЕРШУ ЧЕРГУ від удару. У них ударний підрипник встановлений, а вибух через проміжок – це спрацьовує сам ліквідатор (на той випадок, якщо граната впала в пухкий сніг).
30. Ніхто, навіть сапери, не займаються зняттям хв і ВУ. Вони тупо підрипають їх тротиловою шашкою. Не треба мудрувати і починати знімати ВУ.
31. На розтяжки нормальні воїни ставлять секрети, щоб було не зняти по-простому. Так що «перерізати нитку» – погана ідея. Просто пройдіть повз. Це не ваша справа, для цього є старші товариші.
32. Турнікет завжди під рукою! Не в сумці, не в рюкзаку.
33. З собою завжди ДВА турнікети!

34. Є таке поняття як «придушення вогнем». Активно поливаючи ворога, найчастіше, можна скувати його дії, навіть не потрапляючи і не завдаючи шкоди живій силі. Особливо вам допоможуть трассери.
35. Пам'ятайте, трассера, крім того, що дуже сильно засмічують ствол, вони ще й видають вашу позицію. Так що не зловживайте ними. Так і прицільний вогонь ними вести складно.
36. Зброю потрібно чистити щодня. Особливо ніжно в районі дульного гальма. Якщо там буде канавка або ямка, то купчастість бою сильно впаде.
37. Останні три патрони в магазині краще забити трассерами. Щоб порожній магазин не став для вас несподіванкою. Більш того, якщо ви залишите один набій у стволі, то вам залишиться тільки підстобнути новий магазин, тобто швидкість перезарядки зросте.
38. Слідкуйте за ногами, не лінуйтеся їх мити. Натрете – і ви вже не воїн.
39. Якщо бачите, що по комусь можна стріляти, це ще не привід стріляти. Якщо вас не помітили, дізнайтеся у командира, чи можна вплутуватися в бій.
40. Якщо ви когось помітили, але вас ще не побачили, не треба різко стрибати в бік. Периферійний зір засіче вас миттєво. М'яко і плавно, не поспішаючи, сядьте і спокійно займіть позицію. Це буде менш помітно.
41. Пам'ятайте, досилаючи патрон у патронник, затвор потрібно відпускати різко, щоб лягнув. Інакше «зажує».
42. Негативні фактори чергування:
 - Рутинність і одноманітність. Як правило, після тривалого одноманітного чергування особовий склад втрачає пильність: зібравшись разом, курять, розповідають анекдоти. При цьому вони являть собою **легку групову ціль**. В такий момент загинути або отримати важке поранення дуже легко.
 - Втома. Вона приходить з променями сонця, яке сходить, коли здається, що найнебезпечніший час вже позаду, скоро здавати чергування. **Ранкові години, коли втрачається пильність** – улюблений час диверсантів.



Для вивчення матеріалу в режимі без доступу до інтернету радимо:



PDF версія цієї сторінки (без відео) для завантаження:

<https://s3-us-west-2.amazonaws.com/secure.notion-static.com/56dd6904-17fd-46e1-b6a0-f29404f0b755/БЕЗПЕКА..pdf>

2 Всі відео з цього розділу зібрані в одному **плейлисті на YouTube**. В мобільному додатку YouTube ви можете **завантажувати відео для їх перегляду в оффлайн режимі**.

Безпека

Share your videos with friends, family, and the world

 <https://www.youtube.com/playlist?list=PLDhvLsXBTrEA5BVGsM2ICibcXFPy3RLOs>

