

# Что делать, если ты оказался в зоне военного конфликта

## Выживание

- ▶ Сохраняйте спокойствие.
- ▶ Не покидайте свой дом без необходимости.
- ▶ Бережно расходуйте запасы воды и продуктов.
- ▶ Наполните водой все имеющиеся дома сосуды на случай прорыва водопроводных труб.
- ▶ Узнайте, где находятся ближайшие медицинские пункты и убежища.
- ▶ По возможности укрепите убежище в подвале мешками с песком и мебелью.
- ▶ Подготовьте «тревожный чемоданчик», который в случае пожара/разрушений вы хватаете с собой и можете выбежать из дома даже из постели.
- ▶ Никуда не ходите ночью: ночью правит армия, бандиты и мародеры.

## Состав «тревожного чемоданчика»

- ▶ Деньги, мелкими купюрами.
- ▶ Документы.
- ▶ Вода (желательно 3 литра на человека).
- ▶ Еда (максимально легкая: шоколадные батончики).
- ▶ Аптечка минимум: 2 жгута, перевязочные пакеты, обезболивающее, антибактериальное средство, противошоковый комплект (ампулы с кетановом, дексаметазоном и кордиамином + шприц) и препараты от ваших хронических заболеваний.
- ▶ Сменное белье на 3 дня.
- ▶ Верхняя одежда по 1 комплекту на каждого члена семьи (если вскочили ночью с постели и выбежали сразу на улицу).
- ▶ Ювелирное украшение или часы, которые могут служить откупом на блок-посте.

## Вы находитесь дома и начались боевые действия

- ▶ Держаться как можно дальше от окон и дверей.
- ▶ Не фотографировать, не снимать на видео происходящее на улице.
- ▶ С началом стрельбы укрыться в ванной комнате, оставаться на полу или в ванной, передвигаться ползком.
- ▶ Если в вашу квартиру входят вооруженные люди и создают гнездо пулеметчика или снайперскую позицию, не спорьте. Просто уходите, даже если от вас этого не требуют.

## Вы находитесь на улице и начались боевые действия

- ▶ На улице всегда старайтесь выглядеть максимально безобидно: бомжами, с детьми в руках, с белым флагом.
- ▶ Немедленно найдите укрытие, которое защитит вас от снарядов: любое кирпичное/бетонное сооружение или стена, мешки с песком, насыпь, канава.
- ▶ Сделайте все возможное, чтобы покинуть зону обстрела, но только, если это можно сделать, не причинив себе вреда.
- ▶ Если вы слышите **свист**, который становится громче, то немедленно **лягте на землю (ни в коем случае не бегите)**, если с вами ребенок, обязательно накройте его своим телом.
- ▶ Если вы видите танк, стреляющий снарядами, немедленно найдите укрытие.
- ▶ Не выдавайте своего местонахождения.
- ▶ Не приближайтесь к движущейся военной технике.
- ▶ Не приближайтесь к позиции минометчика, противник ее обязательно уничтожит.
- ▶ Если на крыше дома засел снайпер, убегайте от дома – такой дом постараются разрушить.
- ▶ Без необходимости не приближайтесь к больницам, государственным учреждениям, станциям, центральям связи, телецентрам – это стратегические объекты, высокий риск попасть под огонь артиллерии или авиации.
- ▶ Категорически запрещено трогать и переворачивать убитых: под трупом может быть граната.
- ▶ Ни в коем случае нельзя брать подбирать рацию или оружие: человек с рацией или оружием перестает быть гражданским лицом, по нему будут стрелять.

## Если вы приняли решение покинуть зону военного конфликта

- ▶ Очень важно решить, куда и как вы отправитесь: возможно, безопаснее остаться там, где вы есть.
- ▶ Отправляйтесь в дорогу в светлое время суток, медленно и спокойно, так, как это делают гражданские.
- ▶ Принцип создания маршрута: как можно меньше патрулей, блокпостов, контактов.
- ▶ Обходить центральные улицы, центральные перекрестки, мосты. Обращайте внимание на предупреждающие знаки – поля, особенно у блокпостов и границы могут быть заминированы.
- ▶ Если надо переночевать в городе потому, что больше нет своего дома, лучше остаться под открытым небом на обочине, чем заходить в пустые здания, в которых шли бои или была армия: каждая дверь может быть оборудована гранатой.
- ▶ В таких местах не открывайте холодильник, не поднимайте крышку унитаза и если за какой-то дверью мяукает котенок, не спасайте его, – это классическая ловушка.
- ▶ Идите на блокпост с поднятыми руками. Скорее всего, они вас просто ограбят, отнимут все ценное и пропустят.
- ▶ В машину не садиться! Любой транспорт в городе будет обстрелян 100%.
- ▶ Берите рюкзак с едой, нужной для выживания и еще одну небольшую сумку, дублирующую основную рюкзак, только в расчете на 1 день пути. Сумку ближе к телу, и не снимать.

**Официальная горячая линия: 0 800 507 309 (бесплатно со всех телефонов)**

**Горячая линия активистов Донбасса: (095) 881 78 92**