

Антон Железнов

100 СОВЕТОВ

ПО ВЫЖИВАНИЮ
В УСЛОВИЯХ
ГОРОДСКОЙ ВОЙНЫ



18+

Антон Железнов

100 советов по выживанию

в условиях городской войны

<https://litres.ru/73477939>

SelfPub; 2026

Аннотация

Книга «100 советов по выживанию в условиях городской войны» — это сугубо практическое и жизненно важное руководство для мирных жителей, оказавшихся в эпицентре вооруженного конфликта. Городская среда во время боевых действий мгновенно превращается из безопасной гавани в зону повышенного риска, где привычные правила перестают работать, а базовые ресурсы исчезают. В этом сборнике представлены сто проверенных, кратких и максимально четких инструкций, которые помогут сохранить жизнь вам и вашим близким. Вы узнаете, как грамотно оборудовать укрытие и защитить свой дом, где искать питьевую воду и пропитание при отключении коммуникаций, как безопасно передвигаться по разрушенным улицам и избегать зон поражения. Администрация сайта Литрес и автор не несут ответственности за представленную информацию. Могут иметься медицинские противопоказания, необходима консультация специалиста

Содержание

100 советов по выживанию в условиях городской войны: Практическое руководство для гражданских	12
Введение: Конец мирного времени	12
Блок 1: Психология войны и первые часы	15
Глава 1: Фаза шока. Подавление паники и запуск протокола выживания	15
Глава 2: Информационная гигиена.	16
Распознавание ИПСО и дезинформации	
Глава 3: Отрицание убивает. Почему нельзя «защищать телевизор»	17
Глава 4: Силуэт гражданского. Визуальная идентификация	18
Глава 5: Документы военного времени и чистка смартфона	19
Глава 6: Эвакуация или укрытие. Чек-лист решения	20
Глава 7: Эффект толпы на вокзалах.	21
Правила выживания	
Глава 8: Оценка тактической обстановки вокруг дома	22
Глава 9: Разговор с семьей. Иерархия группы	22

Глава 10: Финансы войны. Наличные и антибиотики	23
Глава 11: Артобстрел. Правило двух стен и баллистика в городе	24
Глава 12: Оборудование подвала. Убежище или братская могила	25
Глава 13: Пожар от попадания. Специфика эвакуации	26
Глава 14: Вода в осажденном городе. Добыча и очистка	27
Глава 15: Светомаскировка. Цена «лишнего» света	28
Глава 16: Осколки и стекло. Баррикадирование	29
Глава 17: Холод. Выживание в бетонной коробке зимой	30
Глава 18: Приготовление пищи без дыма	31
Глава 19: Санитария и утилизация отходов	32
Глава 20: Режим тишины. Акустическая маскировка	32
Блок 3: Экипировка и ТЖИ для зоны БД	34
Глава 21: Тревожный чемоданчик (рюкзак) военного времени	34
Глава 22: Бронезащита для гражданских. Иллюзия безопасности	35
Глава 23: Обувь для битого кирпича и	36

стекла	
Глава 24: Инструменты спасения. Лом и гидравлика	37
Глава 25: Защита глаз и слуха. Баротравма	37
Глава 26: Рюкзак «бомж-стайл».	38
Маскировка снаряжения	
Глава 27: Источники огня и тепла. Энергия из ничего	39
Глава 28: Защита от химии и техногенных выбросов	40
Глава 29: Спальные системы. Бетон – враг почек	41
Глава 30: Эшелонирование EDC (Every Day Carry)	42
Блок 4: Радиоэлектронная разведка и Связь	43
Глава 31: Жизнь в условиях РЭБ (Радиоэлектронной борьбы)	43
Глава 32: Гражданская радиоразведка (SIGINT). Использование SDR	44
Глава 33: Работа с рациями (Baofeng и аналоги)	45
Глава 34: Радиоперехват. Слушаем открытые частоты	46
Глава 35: Антенны из подручных материалов	46
Глава 36: Mesh-сети и автономные	47

мессенджеры	
Глава 37: Опасность включенного телефона на линии фронта	48
Глава 38: Альтернативная навигация. Бумажные карты	49
Глава 39: Энергонезависимость. Зарядка от авто	50
Глава 40: Партизанская почта и тайники	51
Блок 5: Расширенная Военная Медицина (для гражданских)	52
Глава 41: Специфика минно-взрывных травм (МВТ)	52
Глава 42: Протокол MARCH/TCCC. Массивные кровотечения	53
Глава 43: Пневмоторакс. Окклюзионные пластыри	54
Глава 44: Тампонада ран гемостатиками	54
Глава 45: Полевая фармакология. Антибиотики и Шок	55
Глава 46: Инфузионная терапия (Капельницы)	56
Глава 47: Неврология стресса. Купирование психозов	57
Глава 48: Краш-синдром (Синдром длительного сдавления)	57
Глава 49: Контузии и баротравмы	58

Глава 50: Автономная хирургия и лечение инфекций	59
Блок 6: Безопасность и Серая Зона	61
Глава 51: Мародеры. Психология банд и защита периметра	61
Глава 52: Встреча с военными. Правила выживания	62
Глава 53: Блокпосты. Правила прохождения	63
Глава 54: Фильтрационные лагеря и проверки	63
Глава 55: Мобилизация на улицах	64
Глава 56: Перемещение по руинам. Снайперы и растяжки	65
Глава 57: Использование автомобиля. Гроб на колесах	66
Глава 58: Уличные бои под окнами	67
Глава 59: Оружие у гражданского. Огромные риски	68
Глава 60: Женщины на войне. Радикальная маскировка	68
Блок 7: Эвакуация под огнем	70
Глава 61: Выбор окна для эвакуации	70
Глава 62: Маршруты. Почему трассы – это смерть	71
Глава 63: Пеший выход. Тактика колонны	71

Глава 64: Ночевки в серой зоне	72
Глава 65: Мины-лепестки (ПФМ-1) и НРБ	73
Глава 66: Форсирование рек без мостов	73
Глава 67: Встреча с беспилотниками (БПЛА)	74
Глава 68: Пересечение линии фронта	75
Глава 69: Транспортировка раненых и стариков	76
Глава 70: Выход к своим и легализация	76
Блок 8: Теневая Экономика и Социум	78
Глава 71: Крушение старого мира. Переход на бартер	78
Глава 72: Производство валюты. Алкоголь и антисептик	79
Глава 73: Черный рынок. Правила безопасного обмена	79
Глава 74: Самые ценные товары (Ликвидность)	80
Глава 75: Формирование общины. Соседская оборона	81
Глава 76: Лидерство в кризисе. Жесткая иерархия	82
Глава 77: Правосудие без полиции	82
Глава 78: Труд за еду. Полезные навыки	83
Глава 79: Гуманитарные миссии и Красный Крест	84

Глава 80: Паразиты и предатели.	84
Выявление наводчиков	
Блок 9: Техногенные последствия войны	86
Глава 81: Удар по химвпредприятию.	86
Аммиак и Хлор	
Глава 82: Разрушение дамб и ГЭС.	87
Наводнение	
Глава 83: Радиационное заражение (ТЯО или АЭС)	87
Глава 84: Эпидемии. Тиф, холера и дизентерия	88
Глава 85: Бродячие животные. Стаи одичавших собак	89
Глава 86: Заражение грунтовых вод	90
Глава 87: Уничтожение ТЭЦ зимой.	90
Вымерзание мегаполиса	
Глава 88: Обрушение зданий от усталости конструкций	91
Глава 89: Огненный шторм	92
Глава 90: Угроза углекислого газа в подвалах	93
Блок 10: Психологическая стойкость и Жизнь после	94
Глава 91: Синдром выжившего. Чувство вины	94
Глава 92: Боевая психическая травма	95

(ПТСР)

Глава 93: Рутинка как спасение. Зачем чистить зубы? 95

Глава 94: Работа со страхом смерти. Принятие худшего 96

Глава 95: Физическое истощение и экономия энергии 97

Глава 96: Сохранение человечности. Моральные дилеммы 98

Глава 97: Помощь детям. Защита детской психики 98

Глава 98: Документирование преступлений и потерь 99

Глава 99: Возвращение на пепелище. Опасности дома 100

Глава 100: Жизнь продолжается. Новый смысл 101

Глава 12: Оборудование подвала. Отличие надежного бомбоубежища от братской могилы без вентиляции 102

Тактика и Механика: Инженерная оценка укрытия 102

Цена ошибки 104

Глава 13: Пожар от попадания снаряда. Специфика тушения и эвакуации при разрушенных лестницах 104

Тактика и Механика: Борьба за живучесть	105
Цена ошибки	106
Глава 14: Вода в осажденном городе. Слив из бойлеров, труб и жесткая химическая очистка	106
Тактика и Механика: Поиск и регенерация воды	107
Цена ошибки	108
Глава 15: Светомаскировка. Цена непогашенной свечи или фонарика во время комендантского часа	109
Тактика и Механика: Световая дисциплина	109
Цена ошибки	110
Глава 4: Силуэт гражданского. Как не выглядеть как комбатант (одежда, цвета, отсутствие камуфляжа)	111
Конец ознакомительного фрагмента.	112

Антон Железнов

100 советов по выживанию в условиях городской войны

**100 советов по выживанию
в условиях городской
войны: Практическое
руководство для гражданских**

Введение: Конец мирного времени

Мирное время – это хрупкая иллюзия, поддерживаемая инерцией социальных институтов. Когда эта инерция обнуляется, ваш город из пространства комфорта превращается в «зону ответственности», «сектор обстрела» или «операционное направление». Для военного планировщика ваш жилой массив – это лишь совокупность высот, узлов дорожных развязок и зон прямой видимости. Ваша квартира на 12-м

этаже – идеальный наблюдательный пункт, а ваш подвал – потенциальный склад БК или братская могила.

Это руководство не учит воевать. Оно учит выживать тех, кто оказался между молотом и наковальней регулярных армий, ДРГ и парамилитарных формирований. Здесь нет места героизму, идеологии или политическим симпатиям. Единственный критерий успеха – вы и ваша семья остались живы, здоровы и сохранили способность к перемещению.

Примите новую реальность: завтра может не быть электричества, интернета, полиции и права собственности. Ваша жизнь теперь зависит не от баланса на карте, а от знания баллистики, тактической медицины и умения вовремя заткнуться.

ВНИМАНИЕ! ОТКАЗ ОТ ОТВЕТСТВЕННОСТИ

Данная книга предоставляется исключительно в информационных, ознакомительных и образовательных целях.

1. Отсутствие профессиональных консультацийИнформация, изложенная в этом издании, не является заменой профессиональной медицинской, психологической, юридической или финансовой консультации. Любые методики, советы по здоровью, продуктивности или поведению в экстренных ситуациях отражают личный опыт и мнение автора. При наличии специфических проблем со здоровьем или иных вопросов, требующих вмешательства специалиста, читателю настоятельно рекомендуется обратиться к профильному квалифицированному врачу или эксперту.

2. Индивидуальная ответственность Читатель берет на себя полную ответственность за любые решения, действия или бездействие, предпринятые на основе прочитанного. Применение любых техник, упражнений, рекомендаций по подготовке или изменению образа жизни должно осуществляться с учетом индивидуальных физических и психологических особенностей читателя.

3. Отказ от гарантий Автор и издатель не дают никаких явных или подразумеваемых гарантий относительно точности, полноты или актуальности предоставленной информации. В науке, медицине и законодательстве регулярно происходят изменения, поэтому некоторые данные могут устареть с момента публикации. Автор не гарантирует достижения конкретных результатов, успехов или улучшений при использовании предложенных методик.

4. Ограничение ответственности Ни автор, ни издатель, ни распространители данной книги не несут ответственности за любые прямые, косвенные, случайные или штрафные убытки, ущерб здоровью, травмы или финансовые потери, которые могут возникнуть в результате использования или неправильного использования материалов данной книги.

Читая эту книгу, вы подтверждаете, что ознакомились с данным отказом от ответственности и полностью принимаете его условия.

Блок 1: Психология войны и первые часы

Глава 1: Фаза шока. Подавление паники и запуск протокола выживания

Вводная ситуация: 4:30 утра. Серия мощных разрывов сотрясает дом. Окна дребезжат, в небе видны вспышки. Соседи кричат в подъезде, в чатах паника. У вас дрожат руки, вы не можете сфокусироваться на простых вещах.

Тактика и Механика: Шок – это физиологическая реакция. выброс кортизола и адреналина сужает сознание до «туннельного зрения». Вы теряете способность к сложному анализу. – **Протокол «СТОП»:** 1. Сядьте/Замрите. Физическое движение в панике приводит к травмам. 2. Тысяча – один, тысяча – два. Сделайте три глубоких вдоха «квадратом» (4 секунды вдох, 4 задержка, 4 выдох, 4 задержка). Это принудительно активирует парасимпатическую нервную систему. 3. Оцените обстановку. Слышны ли звуки выхода (старт ракет) или прилета? Есть ли запах газа или дыма? 4. **План.** Примите решение на ближайшие 5 минут. Не на неделю, а на 5 минут.

Цена ошибки: Метания по квартире, попытки собрать

«всё сразу», выход на балкон «посмотреть, что бахнуло» (риск поражения осколками при повторном прилете). Смерть от вторичных поражающих элементов или сердечно-го приступа.

Глава 2: Информационная гигиена. Распознавание ИПСО и дезинформации

Вводная ситуация: В пабликах пишут: «Вода в городе отравлена», «Враг уже в центре», «Всем срочно бежать на мост N». Сеть перегружена, официальные источники молчат или противоречат друг другу.

Тактика и Механика: В первые часы войны информационное пространство – это поле битвы Информационно-психологических операций (ИПСО). * **Правило «Золотого часа»:** Любая новость в первые 60 минут после события на 80% состоит из домыслов или сознательной лжи. * **Маркеры вброса:** Эмоционально заряженные капсы, призывы «срочно переслать всем», отсутствие конкретных геолокаций (или их подмена), анонимные «источники в генштабе». * **Действие:** Отключите уведомления всех «хайповых» каналов. Оставьте 1-2 официальных и 1-2 агрегатора, дающих сухие сводки. Если информация требует от вас немедленно действия (бежать, менять деньги) – перепроверьте её через альтернативный канал связи.

Цена ошибки: Участие в искусственно созданной давке на «безопасном маршруте», который на самом деле ведет в зону огневого мешка. Ресурс психики сгорает на обработке мусорного контента.

Глава 3: Отрицание убивает. Почему нельзя «защищать телевизор»

Вводная ситуация: Ваш район попадает в серую зону. Грохот канонады всё ближе. Вы решаете остаться в квартире, потому что «жалко ремонт», «куда я поеду» и «авось пронесет».

Тактика и Механика: Отрицание – самая опасная стадия принятия горя. Гражданские часто воспринимают свою недвижимость как крепость. В современной войне многоквартирный дом – это: 1. Огромное количество битого стекла (вторичные осколки). 2. Горючий материал (утеплитель, мебель). 3. Потенциальная позиция для снайпера или ПТРК, что делает дом законной целью для артиллерии. – **Алгоритм:** Если линия фронта приближается на дистанцию 5-10 км (звук артиллерии слышен четко, окна дрожат постоянно) – дом перестал быть безопасным. Ваше имущество – это балласт. Ценность имеет только то, что на вас и в рюкзаке.

Цена ошибки: Попадание под «замес» при штурме квартала. Смерть под завалами собственного дома. Невозмож-

ность эвакуации, когда все пути уже перерезаны.

Глава 4: Силуэт гражданского. Визуальная идентификация

Вводная ситуация: Вы выходите на улицу за водой или к машине. На вас старая куртка цвета хаки (купил на охоту) и тактические штаны с карманами. В руках – черный продолговатый предмет (чехол от штатива).

Тактика и Механика: Комбатант (солдат) в условиях городского боя находится в состоянии запредельного стресса. Он стреляет во всё, что напоминает угрозу. * **Ваш облик:** 1. **Цвета:** Синий, ярко-красный, серый, желтый. НИКАКОГО хаки, оливы, мультикама или пикселя. Даже если это «просто удобная ветровка». 2. **Снаряжение:** Рюкзаки гражданского типа (городские, яркие). Никаких подсумков на ремнях. 3. **Руки:** Всегда должны быть видны. Не держите руки в карманах. Не несите предметы, которые издали похожи на оружие (трубы, зонты-трости, штативы). 4. **Движения:** Спокойные, предсказуемые. Никаких резких перебежек (выглядит как маневр бойца) или ползания, если нет обстрела.

Цена ошибки: Огонь на поражение со стороны патруля или снайпера. «Дружественный огонь» от своих же перепуганных сограждан.

Глава 5: Документы военного времени и чистка смартфона

Вводная ситуация: Вас останавливает патруль для проверки документов и телефона. В галерее – фото разбитой техники, в истории браузера – карты укреплений, в контактах – «Сергея СБУ» или «Брат ТРО».

Тактика и Механика: Смартфон в зоне БД – это улика.

1. **Чистка:** Удалите все фото военной техники, разрушений (даже если вы «просто для истории»), скрины карт. 2. **Мессенджеры:** Выйдите из всех политических и волонтерских чатов. Почистите кэш. Удалите контакты с военными должностями – переименуйте их в «Мастер по кафелю» или «Дядя Юра». 3. **Документы:** Паспорт, свидетельства о рождении, документы на собственность – всё в герметичном zip-пакете на теле (внутренний карман). Сделайте бумажные копии и фото (храните в облаке, не в галерее). 4. **Пароли:** Уберите биометрию (отпечаток пальца, FaceID). Только сложный цифровой пароль. В стрессе патруль может приложить ваш палец к экрану, но не может заставить вспомнить код без попыток.

Цена ошибки: Задержание «до выяснения», обвинение в шпионаже или корректировке огня, отправка «на подвал» или фильтрацию.

Глава 6: Эвакуация или укрытие. Чек-лист решения

Вводная ситуация: У вас есть 15 минут. Машина заправлена на четверть. Дороги забиты. Вы не знаете, остаться в подвале или пытаться прорваться.

Тактика и Механика: Решение принимается на основе трех факторов: 1. **География:** Ваш дом – это «высотка» на перекрестке? (Плохо). Вы рядом с воинской частью, аэродромом, заводом? (Очень плохо). Вы в частном секторе вдали от магистралей? (Относительно безопасно). 2. **Ресурс:** Есть ли запас воды на 14 дней и способ отопления? Есть ли лежащие больные, маленькие дети? 3. **Окно возможностей:** Если город еще не окружен и есть подтвержденные безопасные выезды – эвакуация приоритетна. Если начались уличные бои – выход на улицу опаснее, чем сидение в подвале.

Чек-лист эвакуации: Полный бак + знание объездных путей + отсутствие паники + собранный ТЖИ (Тревожный Жил-Инвентарь). Если одного пункта нет – риск гибели в пробке под обстрелом возрастает на 70%.

Цена ошибки: Застревание в «пробке смерти» на выезде из города, когда колонну накрывает РСЗО.

Глава 7: Эффект толпы на вокзалах. Правила выживания

Вводная ситуация: Тысячи людей пытаются штурмовать последний эвакуационный поезд. Давка, крики, дети под ногами. Работает ПВО, звуки взрывов усиливают панику.

Тактика и Механика: Толпа в панике – это стихийное бедствие. Она не имеет разума. 1. **Оценка течения:** Не идите против толпы. Двигайтесь по диагонали к краю. 2. **Поза:** Руки согнуты в локтях, прижаты к ребрам (защита грудной клетки от сдавливания). Пальцы сжаты в кулаки. 3. **Вещи:** Если рюкзак зацепился – бросайте его. Жизнь дороже вещей. 4. **Ребенок:** Только на плечах или крепко прижат к груди лицом к себе. Никогда не ведите ребенка за руку в плотной толпе – его просто затопчут. 5. **Падение:** Если упали – любой ценой встать. Хватайтесь за ноги людей, карабкайтесь вверх. Если не встать – свернитесь калачиком, защищая голову руками.

Цена ошибки: Смерть от компрессионной асфиксии (удушья) в толпе. Травмы внутренних органов.

Глава 8: Оценка тактической обстановки вокруг дома

Вводная ситуация: Вы решили остаться. Вам нужно понять, откуда прилетит и где прятаться.

Тактика и Механика: Встаньте у окна (не вплотную!). Посмотрите на район глазами артиллериста: * **Доминанты:** Высокие здания рядом – потенциальные позиции корректировщиков. Их будут обстреливать первыми. * **Логистика:** Мосты, эстакады, развязки – цели для блокирования мобильности. * **Мертвые зоны:** Места, куда снарядам с определенного направления трудно попасть из-за складок рельефа или других зданий. * **Сектора обстрела:** Если фронт на востоке – восточные стены домов максимально опасны. Ищите укрытие за капитальными стенами, ориентированными на запад.

Цена ошибки: Размещение лежбища в комнате, окно которой выходит на сторону ожидаемого наступления. Поражение прямым попаданием или кумулятивной струей.

Глава 9: Разговор с семьей. Иерархия группы

Вводная ситуация: Жена плачет, дети капризничают,

теща требует ехать «к подруге в деревню», хотя там уже фронт. Начинается хаос в принятии решений.

Тактика и Механика: Демократия в зоне БД – прямой путь к гибели. 1. **Назначение Лидера:** В семье должен быть один человек, принимающий финальное решение. Обсуждения возможны только в спокойное время. 2. **Распределение ролей:** Кто следит за детьми, кто несет аптечку, кто отвечает за воду, кто мониторит новости. 3. **Кодовые слова:** «Тишина» (все замолчали), «Вниз» (упали на пол не глядя), «Сбор» (хватаем рюкзаки и к выходу). 4. **Инструктаж:** Дети должны знать: при взрыве – рот открыть, упасть, закрыть уши. Нельзя поднимать с земли игрушки, телефоны, фонарики (риск мин-ловушек).

Цена ошибки: Заминка при обстреле из-за споров «куда бежать», потеря членов семьи в суматохе.

Глава 10: Финансы войны.

Наличные и антибиотики

Вводная ситуация: Банковские приложения не работают, банкоматы пусты или взорваны. У вас 100 000 на карте и 100 долларов в кошельке.

Тактика и Механика: В первые дни войны цифровая экономика схлопывается. * **Наличные:** Только мелкие купюры. Сдачу вам никто не даст. Храните в 3-4 разных местах

на теле и в вещах. * **Валюта:** Доллары и Евро сохраняют ценность, но курс на «черном рынке» будет грабительским. * **Криптовалюта:** Полезна только для вывода капитала за границу или если у вас есть Starlink и доступ к бирже. Внутри города – бесполезна. * **Истинная валюта:** То, что нужно для выживания прямо сейчас. 10 таблеток амоксиклава или литр бензина могут стоить дороже золотого кольца. * **Действие:** Пока магазины работают – скупайте не «гречку», а лекарства первой необходимости, топливо, батарейки, сигареты (даже если не курите – это идеальное средство обмена).

Цена ошибки: Обнаружение себя с «котлетой» денег перед мародерами. Невозможность купить место в эвакуационном автобусе из-за отсутствия налички.

Протокол Блока 1: 1. Подавить панику дыханием. 2. Почистить телефон. 3. Собрать документы и наличку. 4. Принять решение: Уходим или Укрываемся. 5. Распределить роли в семье.

Блок 2: Укрытие и выживание под огнем

Глава 11: Артобстрел. Правило двух стен и баллистика в городе

Вводная ситуация: Начался обстрел жилого сектора. Слышны свистящие звуки, затем мощные удары. Вы находитесь в типовой квартире на 5-м этаже 9-этажной «панельки».

Тактика и Механика: Снаряд, попадая в здание, проби-

вает внешнюю стену и детонирует. Осколки и ударная волна уничтожают всё в первой комнате. * **Правило двух стен:** Первая стенка принимает на себя удар, вторая защищает вас от осколков первой и элементов самого снаряда. * **Безопасные зоны:** * **Внутренний коридор, тамбур, ванна (если она не примыкает к внешней стене).** * **Монолитно-каркасные дома:** Самое безопасное место – лифтовые шахты и лестничные клетки (бетонное ядро дома). Сами квартиры с пеноблочными стенами прошиваются осколками насквозь. * **Панельные дома:** Самые опасные. При попадании в несущую панель может сложиться весь подъезд («эффект карточного домика»). * **Поза:** Лечь на пол, лицом вниз, руки за голову. Рот приоткрыть (выравнивание давления для защиты барабанных перепонок). Ноги скрестить (защита бедренных артерий). Не прижиматься плотно к стенам – вибрация от удара может привести к переломам костей.

Цена ошибки: Стоять у окна («снимать для ТикТока»). Находиться в первой комнате от прилета. Смерть от избыточного давления или множественных осколочных ранений.

Глава 12: Оборудование подвала. Убежище или братская могила

Вводная ситуация: Вы решили переждать обстрел в подвале своего дома. Там темно, сыро, пахнет канализацией

и собралось 30 соседей.

Тактика и Механика: Не каждый подвал – бомбоубежище. Обычный подвал – это техническое помещение. 1. **Вентиляция:** Если в подвале нет двух выходов или рабочих вентиляционных шахт, при обрушении дома вы задохнетесь. Проверьте тягу. 2. **Коммуникации:** В подвалах проходят трубы ГВС (горячего водоснабжения) и отопления. При попадании снаряда в дом трубы рвутся, и подвал превращается в камеру для варки людей заживо. Перекройте магистрали, если есть доступ. 3. **Зонирование:** Спите на поддонах, досках – не на бетоне (риск переохлаждения и болезней почек). 4. **Инструмент внутри:** В подвале ОБЯЗАТЕЛЬНО должны быть лом, кувалда, лопата и домкрат. Если выход завалит, вы должны иметь шанс откопаться изнутри. 5. **Свет:** Свечи – зло (сжигают кислород). Только диодные фонари и пауэрбанки.

Цена ошибки: Оказаться заблокированным в подвале без инструментов и воды под горячим паром из лопнувшей трубы.

Глава 13: Пожар от попадания. Специфика эвакуации

Вводная ситуация: Снаряд попал в квартиру двумя этажами выше. Лестничная клетка в дыму, лифты стоят, пожар-

ные не едут из-за продолжающегося обстрела.

Тактика и Механика: На войне пожар убивает чаще, чем осколки. 1. **Дыхание:** Мокрая тряпка на лицо (лучше несколько слоев). Двигаться только ползком – внизу остается прослойка чистого воздуха. 2. **Пути отхода:** Если лестница завалена – только через балконы к соседям или по связанным простыням/канатам. Но это крайняя мера. 3. **Локализация:** Если пожар над вами – закройте все окна и двери в своей квартире, чтобы не было тяги. Заткните щели мокрыми тряпками. 4. **Тушение:** Забудьте о воде из крана (её не будет). Используйте огнетушители ОП-5 или засыпайте очаг песком/землей из цветочных горшков.

Цена ошибки: Попытка выбежать в задымленный подъезд без защиты дыхания. Потеря сознания через 30 секунд от угарного газа (СО).

Глава 14: Вода в осажденном городе. Добыча и очистка

Вводная ситуация: Водопровод отключен. Бутилированная вода в магазинах закончилась. У вас осталось 2 литра на семью из трех человек.

Тактика и Механика: Взрослый человек в покое потребляет минимум 2-3 литра воды в день для выживания. – **Где искать:** 1. **Бойлер:** В стандартном баке 50-100 лит-

ров чистой питьевой воды. Перекройте входной кран и слейте воду через предохранительный клапан или кран. 2. **Сливной бачок унитаза:** Там 6-8 литров технической, но пригодной для очистки воды (если вы не используете дезинфицирующие таблетки в бачке). 3. **Трубы отопления:** Крайний случай. Вода там техническая, с химикатами и ржавчиной. – **Очистка:** – **Кипячение:** Минимум 10 минут. Убивает биологию, но не химию. – **Химическая очистка:** 3-5 капель обычного аптечного йода или «Белизны» (без отдушек!) на литр воды. Дать отстояться 30 минут. – **Фильтрация:** Самодельный фильтр из пластиковой бутылки – слой ткани, активированный уголь (растолченные таблетки из аптечки), песок, гравий.

Цена ошибки: Употребление сырой воды из открытых источников. Вспышка дизентерии в условиях отсутствия больниц – это смертный приговор.

Глава 15: Светомаскировка.

Цена «лишнего» света

Вводная ситуация: Ночь. В городе нет освещения. Вы зажгли свечу в комнате, чтобы найти вещи, или пользуетесь телефоном, не закрыв окно.

Тактика и Механика: Свет в темном городе – это мишень. 1. **Пеленг:** Одинокий огонек виден с БПЛА или на-

блюдательного пункта за километры. Для артиллерии или минометчиков это «привязка» к координатам. 2. **Дисциплина:** Полная темнота. Если нужен свет – используйте красные светофильтры (красный свет хуже рассеивается и не ослепляет в сумерках). 3. **Окна:** Заклеивание окон плотной тканью, одеялами, черной пленкой. Свет не должен просачиваться даже в щели. 4. **Экран телефона:** Яркость на минимум. Пользуйтесь только под одеялом.

Цена ошибки: «Прилет» мины по вашему окну через 10 минут после включения света. Огонь патруля по «подозрительной активности».

Глава 16: Осколки и стекло. Баррикадирование

Вводная ситуация: Ударная волна от взрыва в 100 метрах выбивает стекла во всем доме. Сотни мелких острых осколков летят внутрь комнат со скоростью пули.

Тактика и Механика: Стекло – главный враг гражданского. 90% травм при обстрелах – порезы. 1. **Бронирование:** Оклейка окон скотчем крест-накрест (как в ВОВ) малоэффективна против современной химии. Лучше – сплошная оклейка широким скотчем всей поверхности стекла или использование ударопрочной пленки. 2. **Щиты:** Снаружи или внутри окна закрепите листы фанеры, ДСП или плотного

картона. 3. **Книги – это броня:** Стопки книг толщиной в 20-30 см останавливают мелкие осколки и даже пули на излете. Заложите книгами подоконники. 4. **Мебель:** Подвиньте шкафы к окнам (но оставьте проход). Диван, перевернутый боком, – отличное укрытие во внутренней части комнаты.

Цена ошибки: Сон на кровати напротив незащищенного окна. Тяжелые ранения лица и глаз стеклянной крошкой.

Глава 17: Холод. Выживание в бетонной коробке зимой

Вводная ситуация: Февраль. Температура в квартире опустилась до $+2^{\circ}\text{C}$. Отопления нет, электричества нет. Стены начинают промерзать.

Тактика и Механика: Бетон высасывает тепло из тела.

1. **Принцип матрешки:** Не пытайтесь греть всю квартиру. Выберите самую маленькую комнату (без внешних стен). Сделайте «комнату в комнате». Поставьте палатку на ковер и спите в ней всей семьей. 2. **Слои одежды:** Термобелье -> Флис -> Шерсть -> Ветрозащита. Не потейте! Влага – проводник холода. 3. **Химические грелки:** В аптечке должны быть солевые самогревы. Или пластиковые бутылки с горячей водой (если есть на чем греть) в спальник в ноги. 4. **Газовые горелки:** Использовать осторожно! Риск отравления СО. Проветривание обязательно, даже если жалко тепла.

Цена ошибки: Попытка согреться алкоголем (расширяет сосуды, ускоряет теплопотерю). Использование открытого огня в закрытом помещении без вытяжки.

Глава 18: Приготовление пищи без дыма

Вводная ситуация: Еды много, но она требует термической обработки. Костер во дворе – это демаскировка и риск прилета мины.

Тактика и Механика: Ваша задача – минимальная тепловая подпись. 1. **Туристические горелки:** Jetboil или обычные газовые плитки на цанговых баллонах. Самый безопасный вариант. 2. **Сухое горючее (спирт):** Мало тепла, но нет дыма. Идеально для разогрева ИРП (индивидуальных рационов питания). 3. **Окопные свечи:** Дают много копти, но могут греть долго. Использовать только у открытого окна или в печи. 4. **Термос:** Если удалось закипятить воду – залейте крупу (гречку, кус-кус) в термосе. Она «дойдет» сама за 2-3 часа, экономя топливо.

Цена ошибки: Разведение костра на балконе или во дворе в зоне видимости противника. Привлечение мародеров запахом еды.

Глава 19: Санитария и утилизация отходов

Вводная ситуация: Канализация забита или не работает. В подъезде и во дворе скапливаются фекалии и мусор. Появляются крысы.

Тактика и Механика: Антисанитария убивает тише, но надежнее пули. 1. **Сухой туалет:** В унитаз вставляется плотный мусорный пакет. После использования засыпается наполнителем для кошачьих туалетов, опилками, торфом или просто хлоркой. Пакет завязывается и выносится в строго определенное место (не рядом с убежищем!). 2. **Личная гигиена:** Влажные салфетки (много). Спирт для дезинфекции рук перед едой. 3. **Мусор:** Органические отходы закапывать. Пластик и бумагу сжигать (если позволяет маскировка) или складировать далеко от жилой зоны.

Цена ошибки: Холера, тиф, дизентерия. Заражение общих источников воды из-за неправильно организованной свалки отходов.

Глава 20: Режим тишины. Акустическая маскировка

Вводная ситуация: В ваш подъезд зашли вооруженные

люди. Вы не знаете, кто это: свои, враг или мародеры. Вы сидите в квартире.

Тактика и Механика: Звук в пустом бетонном доме распространяется по вентиляции и трубам на этажи вверх и вниз. 1. **Дисциплина:** Никаких разговоров вслух. Шепот. Телефоны на беззвучном режиме (вибрация на столе тоже слышна!). 2. **Двери:** Смажьте петли заранее (любым маслом, даже подсолнечным). Не хлопайте дверями. 3. **Быт:** Не двигайте мебель. Если нужно что-то взять – делайте это плавно. 4. **Слух:** Слушайте дом. Шаги по лестнице, лязг снаряжения, короткие фразы – это ваш главный источник информации о близости опасности.

Цена ошибки: Смех, плач ребенка или звук упавшей кастрюли, выдавший ваше присутствие мародерам или зачистке.

Протокол Блока 2: 1. Окна защищены, спальное место за двумя стенами. 2. Создан запас воды (бойлер слит). 3. Подготовлен «сухой туалет». 4. Соблюдается полная светo-и звукомаскировка. 5. В убежище есть лом и кувалда.

Блок 3: Экипировка и ТЖИ для зоны БД

Глава 21: Тревожный чемоданчик (рюкзак) военного времени

Вводная ситуация: Объявлена экстренная эвакуация. У вас есть 5 минут, чтобы схватить вещи и покинуть дом навсегда.

Тактика и Механика: Забудьте слово «чемодан». Только рюкзак. Ваши руки должны быть свободны. * **Вес:** Не более 20% от веса вашего тела. Для мужчины – 15-18 кг, для женщины – 10-12 кг. * **Наполнение (по приоритетам):** 1. **Документы и деньги** (в герметичном пакете на теле). 2. **Вода** (1.5 л в быстром доступе + фильтр/таблетки). 3. **Аптечка** (ТССС + ваши хронические лекарства). 4. **Связь и энергия** (телефон, радио, пауэрбанк, провода). 5. **Еда** (высококалорийная, не требующая готовки: батончики, орехи, шоколад, ИРП). 6. **Одежда** (смена белья, носки, термобелье, дождевик). 7. **Инструмент** (мультишу, нож, фонарик, зажигалки). * **Укладка:** Тяжелое – ближе к спине в середине. Самое нужное (аптечка, вода) – в клапане или внешних карманах.

Цена ошибки: Попытка тащить баулы в руках. Вы бросите их через 500 метров бега или в первой же давке. Потеря мобильности = смерть.

Глава 22: Бронезащита для гражданских. Иллюзия безопасности

Вводная ситуация: Вы думаете купить бронежилет, чтобы ходить за водой под обстрелом. На рынке предлагают «плитники» (plate carriers) и скрытое ношение.

Тактика и Механика: Бронежилет для гражданского – это палка о двух концах. 1. **Вес:** Плиты 4-5 класса защиты весят 7-9 кг. Без подготовки ваша спина откажет через 2 часа. 2. **Визуальный маркер:** Человек в «плитнике» для снайпера или патруля – законная цель (комбатант). 3. **Рекомендация:** Если и покупать, то **бронежилет скрытого ношения** по 2-му классу (мягкий кевлар). Он защитит от осколков на излете и пистолетных пуль, но не привлечет лишнего внимания. 4. **Бронешлем:** Вещь полезная, защищает от кирпичей и мелких осколков, но также демаскирует. Заменяется на плотную шапку или капюшон сверху, чтобы скрыть силуэт.

Цена ошибки: Выход на улицу в полном тактическом обвесе. Получение пули от своего же снайпера, который принял вас за диверсанта.

Глава 23: Обувь для битого кирпича и стекла

Вводная ситуация: Город завален битым стеклом, обломками бетона, арматурой и гильзами. Ваши любимые кроссовки или городские ботинки – под угрозой.

Тактика и Механика: Прокол стопы в условиях войны – это гангрена через 3 дня из-за отсутствия антибиотиков.

*** Требования:** 1. **Подошва:** Слой полиуретана + резина. В идеале – с металлической или кевларовой антипрокольной стелькой. 2. **Высота:** Ботинок должен закрывать голеностоп (защита от вывихов на завалах). 3. **Материал:** Кожа или нубук. Мембрана (Gore-Tex) хороша, но её трудно сушить. 4. **Шнурки:** Капроновые, крепкие. Всегда имейте запасную пару. *** Лайфхак:** Если стелька мягкая, вырежьте вставку из тонкой жести или пластика и вложите под основную стельку.

Цена ошибки: Прокол ноги ржавым гвоздем на развалинах. Неспособность передвигаться самостоятельно во время эвакуации.

Глава 24: Инструменты спасения. Лом и гидравлика

Вводная ситуация: Вы оказались заблокированы в комнате или подвале после попадания снаряда. Дверь перекосило, сверху навалены плиты.

Тактика и Механика: Ваш EDC (every day carry) должен включать инструменты разрушения преград. 1. **Лом (фомка):** 60-90 см. Идеальный рычаг для вскрытия дверей и раздвигания завалов. 2. **Мультишу:** Обязательно с плоскогубцами и пилой по металлу. Перекусить проволоку или открутить гайку. 3. **Гидравлический домкрат:** Если у вас есть машина, домкрат должен быть с собой. Он может поднять плиту весом в 2-3 тонны, освободив человека. 4. **Ножовка по дереву/металлу:** Компактные складные модели.

Цена ошибки: Надеяться на «спасателей». В зоне активных БД МЧС к вам не приедет. Либо вы выйдете сами, либо останетесь там навсегда.

Глава 25: Защита глаз и слуха. Баротравма

Вводная ситуация: Рядом происходит взрыв. У вас заложило уши, идет кровь из носа, в глаза попала бетонная

пыль.

Тактика и Механика: 1. **Зрение:** Баллистические очки (ANSI Z87.1). Они держат удар мелкой щебенки и осколков на излете. В условиях пыли от разрушенных зданий – незаменимы. 2. **Слух:** Активные наушники – дорого и демаскирует. Обычные беруши на шнурке – ваш выбор. При обстреле вставьте их, но не до конца, чтобы слышать голоса, но отсекают пики давления. 3. **Механика взрыва:** Если видите вспышку – не ждите звука. Падайте, открывайте рот, закрывайте глаза ладонями, но не давите на глазные яблоки.

Цена ошибки: Потеря зрения от копеечного куса штукатурки. Контузия, лишаящая координации в критический момент.

Глава 26: Рюкзак «бомж-стайл». Маскировка снаряжения

Вводная ситуация: Вы идете через район, контролируемый бандами или деморализованными солдатами. У вас на спине новенький рюкзак Osprey или тактический Maxpedition за 300\$.

Тактика и Механика: Хорошее снаряжение – это повод вас ограбить или убить. 1. **Визуальное старение:** Оклейте рюкзак серым армированным скотчем. Наденьте сверху грязный чехол от дождя или обычный мусорный пакет. 2.

Подмена: Используйте старые советские вещмешки или дешевые китайские сумки, усилив их изнутри стропами. 3. **Распределение:** Самое ценное (деньги, нож, аптечка) не должно быть в рюкзаке. Рассуйте по внутренним карманам одежды. Рюкзак вы должны быть готовы отдать без боя. **Цена ошибки:** Стать жертвой мародеров из-за вызывающе дорогого вида вашего «выживальческого» прикида.

Глава 27: Источники огня и тепла. Энергия из ничего

Вводная ситуация: Сырость, зажигалки закончились, спички отсырели. Вам нужно развести огонь, чтобы согреться.

Тактика и Механика: 1. **Огниво (ферроцериевый стержень):** Работает всегда, не боится воды, хватает на тысячи ударов. Нужно уметь пользоваться (нужен сухой трут: вата, береста). 2. **Зажигалки:** Только BIC или Cricket (кремневые). Турбо-зажигалки ломаются и быстро тратят газ. Имейте 5-10 штук в разных карманах. 3. **Презерватив:** Не шутка. Отличный герметичный чехол для документов, или емкость для 1-2 литров воды, или линза для разведения огня (если наполнить водой и поймать солнце – сложно, но возможно). 4. **Вата + вазелин:** Пропитанная вазелином вата горит 3-5 минут ярким пламенем даже под дождем. Иде-

альная растопка.

Цена ошибки: Хранение всех средств розжига в одном месте. Потеря зажигалки в темноте = невозможность согреться.

Глава 28: Защита от химии и техногенных выбросов

Вводная ситуация: Обстрел промзоны. Облако странного цвета движется в сторону вашего дома. Слышен запах хлора (резкий, «бассейн») или аммиака (нашатырь).

Тактика и Механика: Противогаз ГП-5 с хранения – мусор (фильтры часто содержат асбест и просрочены). 1. **Респиратор:** Минимум класса FFP3. Защитит от радиоактивной пыли и некоторых аэрозолей. 2. **Хлор:** Тяжелее воздуха. Стелется по земле. **Действие:** Подняться на верхние этажи, герметизировать комнаты. Дышать через повязку, смоченную раствором соды. 3. **Аммиак:** Легче воздуха. Поднимается вверх. **Действие:** Спуститься в подвал/нижние этажи. Дышать через повязку, смоченную лимонной или уксусной кислотой. 4. **Очки:** Плотные прилегающие (лыжные или плавательные) для защиты слизистой.

Цена ошибки: Попытка убежать «по ветру» от облака газа. Смерть от отека легких в течение первых минут.

Глава 29: Спальные системы. Бетон – враг почек

Вводная ситуация: Вы ночуете в подвале, метро или на бетонном полу школы. У вас есть одеяло, но через час вы начинаете дрожать от холода.

Тактика и Механика: Теплопотеря через прямой контакт (кондукция) в 25 раз выше, чем через воздух. 1. **Изоляция:** Каремат (пенка) – минимум 10-12 мм. Если нет пенки – используйте гофрокартон в 3-4 слоя, деревянные поддоны, пенопласт, даже слои газет. 2. **Спальник:** Температура комфорта должна быть на 5-10 градусов ниже реальной. В спальник ложитесь в минимуме одежды (термобелье), иначе вспотеете и замерзнете. 3. **Голова:** 30% тепла уходит через голову. Спите в шапке. 4. **Конденсат:** Не накрывайтесь с головой – пар от дыхания намочит утеплитель, и спальник перестанет греть.

Цена ошибки: Сон на голом полу или надувном матрасе без утеплителя (воздух внутри матраса остывает и высасывает тепло). Хроническое воспаление почек или легких.

Глава 30: Эшелонирование EDC (Every Day Carry)

Вводная ситуация: Вы выскочили из дома в туалет или к соседу в тапочках и футболке, и тут начался обстрел или обрушение лестницы. Вы отрезаны от своего рюкзака.

Тактика и Механика: Разделите вещи на 3 эшелона: – **1 эшелон (В карманах):** Нож, зажигалка, свисток, наличка, паспорт, телефон, индивидуальный перевязочный пакет (ИПП). Это всегда на вас. – **2 эшелон (Малый рюкзак/Сумка):** Запас воды, пауэрбанк, аптечка расширенная, еда на сутки, легкая куртка/дождевик. То, что вы берете, выходя в магазин. – **3 эшелон (Основной рюкзак):** Весь ваш скарб для долгого выживания и эвакуации.

Цена ошибки: Остаться без документов и средств связи, потому что «я на минутку вышел».

Протокол Блока 3: 1. Рюкзак весит не более 15-18 кг. 2. Обувь с жесткой подошвой, закрытый голеностоп. 3. Бронжилет – только скрытого ношения (кевлар). 4. Очки и беруши всегда в быстром доступе. 5. Соблюдено правило трех эшелонов вещей.

Блок 4: Радиоэлектронная разведка и Связь

Глава 31: Жизнь в условиях РЭБ (Радиоэлектронной борьбы)

Вводная ситуация: В городе пропала мобильная связь. Навигатор в машине показывает, что вы находитесь в центре океана или в другом городе. Телефон быстро разряжается, пытаться найти сеть.

Тактика и Механика: РЭБ – это подавление сигналов (GSM, GPS, ГЛОНАСС) мощным радиопомехом. 1. **GPS-спуфинг:** Не верьте навигатору. В зоне БД координаты подменяются специально, чтобы сбивать с курса БПЛА и ракеты. Учитесь ориентироваться по бумажной карте и компасу. 2. **Связь:** Если сеть «лежит», переведите телефон в авиарежим. Поиск сети (handshake) – это самый энергозатратный процесс, который посадит батарею за 3-4 часа. 3. **Окна связи:** РЭБ иногда выключают для работы своих подразделений. Проверяйте наличие сети каждые 2-3 часа на короткое время.

Цена ошибки: Попытка выехать из города по навигатору и попадание на минные поля или передовые позиции врага

из-за неверных координат.

Глава 32: Гражданская радиоразведка (SIGINT). Использование SDR

Вводная ситуация: Вы хотите знать, что происходит в городе, не полагаясь на слухи. У вас есть ноутбук (или смартфон с OTG) и USB-донгл (RTL-SDR v4).

Тактика и Механика: SDR (Software Defined Radio) позволяет видеть радиоэфир визуально (водопад). 1. **Диапазоны:** – **136-174 МГц (VHF):** Переговоры служб, тактическая связь (нешифрованная). – **400-470 МГц (UHF):** Радиации охраны, мародеров, ближняя связь. – **Авиадиапазон (118-136 МГц):** Переговоры пилотов и диспетчеров (можно услышать о вылетах авиации). 2. **ПО:** SDR# (SDRSharp) для Windows или SDR Touch для Android. 3. **Что искать:** Пики на спектре. Широкие полосы – это цифровая передача (DMR, P25), которую вы не расшифруете без ключей, но сам факт активности в секторе говорит о присутствии войск. Узкие пики – аналоговый голос. 4. **Анализ:** Если вы видите резкий всплеск активности в UHF-диапазоне, вероятно, в соседнем квартале начинается движение техники или пехоты.

Цена ошибки: Слишком долгая работа с антенной на открытой местности. Современные комплексы РЭР могут

пеленговать даже приемники (из-за гетеродина), хотя риск для гражданского минимален, если не использовать активные антенны.

Глава 33: Работа с рациями (Baofeng и аналоги)

Вводная ситуация: Вы купили пару раций Baofeng UV-5R для связи между членами семьи или соседями.

Тактика и Механика: Рация – это маяк для радиоразведки. 1. **LPD/PMR диапазоны:** Используйте их, они забиты шумом и гражданскими, в них легче затеряться. 2. **Дисциплина эфира:** * Краткость: «База, я в точке, всё норм, конец». Сеанс связи не более 5-7 секунд. * Коды: Не говорите «я у аптеки на Ленина». Говорите «я в точке Сигма». * Мощность: Ставьте LOW (1 Вт). Этого хватит на 500-800 метров в городе, но ваш сигнал будет труднее перехватить издалека. 3. **Гарнитура:** Обязательна. Звук из динамика рации на улице выдаст вас за 50 метров.

Цена ошибки: Длинные разговоры о политике по рации. Наведение артиллерии по пеленгу источника сигнала (в условиях «охоты на диверсантов»).

Глава 34: Радиоперехват. Слушаем открытые частоты

Вводная ситуация: Вам нужно понять, с какой стороны ждаты обстрела или зачистки.

Тактика и Механика: Военные используют шифрованную связь, но тыловые службы, водители колонн и неопытные подразделения часто выходят в аналог. 1. **Сканирование:** Включите режим Scan на рации в диапазоне 136-174 и 400-480 МГц. 2. **Маркеры:** «Квадрат», «Принял», «Выход», «Груз 200/300», позывные птиц или зверей. 3. **Дальность:** Городской рельеф сильно гасит сигнал. Если вы слышите четкий голос без шумов – источник в радиусе 1-2 км. Если сигнал прерывистый – 5-10 км.

Цена ошибки: Попытка вклиниться в эфир и что-то спросить. Вас мгновенно вычислят и уничтожат. Слушать можно, говорить – смерть.

Глава 35: Антенны из подручных материалов

Вводная ситуация: Вы сидите в подвале. Штатная «антенна-крысиный хвост» ничего не ловит через бетон.

Тактика и Механика: 1. **Вынос антенны:** Используйте

коаксиальный кабель (от телевизора). Вынесите саму антенну в вентиляционное отверстие или окно первого этажа. 2. **Антенна «Диполь»:** Два куска провода по 49 см (для 145 МГц). Припаяйте один к центральной жиле кабеля, другой к оплетке. Разведите в разные стороны. Это даст колоссальный прирост к приему. 3. **Четвертьволновой штырь:** Кусок проволоки 17 см для 433 МГц. Простейшая и эффективная замена штатной антенне.

Цена ошибки: Использование длинных проводов без понимания резонанса. Вы сожжете передатчик радиации при попытке выхода в эфир (высокий КСВ).

Глава 36: Mesh-сети и автономные мессенджеры

Вводная ситуация: Интернета нет, мобильной связи нет, но нужно передать сообщение соседу в доме напротив.

Тактика и Механика: Используйте технологии Bluetooth и Wi-Fi Mesh. 1. **Briar:** Мессенджер, который работает через Bluetooth и Wi-Fi без серверов. Сообщения передаются от телефона к телефону («сарафанное радио»). 2. **Bridgefy:** Аналог для массовых скоплений людей. 3. **Meshtastic:** Если вы продвинутый пользователь, устройства на базе LoRa (ESP32) позволяют создать сеть на 5-10 км с минимальным потреблением энергии и высокой скрыт-

ностью. – **Ограничение:** Работает только на малых дистанциях (до 50-100 метров в застройке для Bluetooth).

Цена ошибки: Надеяться на эти мессенджеры как на основной канал связи. Это лишь вспомогательный инструмент.

Глава 37: Опасность включенного телефона на линии фронта

Вводная ситуация: Вы находитесь в зоне, где идут бои. Телефон в кармане, выключен экран, но батарея не вынута (или её нельзя вынуть).

Тактика и Механика: Современные комплексы (типа «Леер-3») имитируют базовую станцию (ложная сота). 1. **Регистрация:** Как только телефон видит ложную соту, он «стучится» на неё, передавая свой IMEI и IMSI. 2. **Пеленгация:** С двух-трех беспилотников координаты вашего телефона вычисляются с точностью до 10-20 метров. 3. **Следствие:** Если в пустом секторе (где гражданских быть не должно) внезапно регистрируется 5-10 SIM-карт – туда прилетает пакет «Града». * **Действие:** В зоне БД – телефон в авиарежиме + выключен. Включать только в укрытиях (подвал с толстыми стенами), которые экранируют сигнал. Идеально – хранить телефон в самодельном «пакете Фарадея» (несколько слоев фольги).

Цена ошибки: Стать случайной целью для РСЗО или

минометов из-за того, что телефон «проснулся» обновить время или поискать сеть.

Глава 38: Альтернативная навигация. Бумажные карты

Вводная ситуация: Вы выходите из города. Электроника сдохла или врет. У вас есть старый атлас города и компас.

Тактика и Механика: 1. **Ориентирование:** Изучите карту ДО выхода. Запомните основные ориентиры (башни, заводы, русла рек). 2. **Азимут:** Научитесь брать азимут. В городе это сложно из-за завалов, поэтому используйте метод «от точки к точке». 3. **Дистанция:** В городе 1 км по карте может превратиться в 3 км из-за баррикад и разрушений. Считайте шаги (пары шагов). 100 метров – примерно 60-70 пар шагов взрослого мужчины. 4. **Скрытность:** Не разглядывайте карту на перекрестках. Делайте это в тени, под навесом.

Цена ошибки: Потеря ориентации в однотипных руинах. Выход на открытое пространство под огонь снайпера.

Глава 39: Энергонезависимость.

Зарядка от авто

Вводная ситуация: Электричества нет неделю. Все пауэрбанки пусты. Нужно зарядить рацию и телефон.

Тактика и Механика: 1. **Брошенные авто:** В городе будет много брошенных машин. Аккумулятор (АКБ) – ваш банк энергии. 2. **Автомобильная зарядка:** Имейте при себе переходник в прикуриватель. 3. **Прямое подключение:** Если нет прикуривателя – обрежьте провод USB, найдите красный (+) и черный (-) жилы. Подключите напрямую к клеммам АКБ (12В). **ВНИМАНИЕ:** Для зарядки телефона нужно 5В, используйте понижающий преобразователь (плату из старой автомобильной зарядки). Напрямую 12В убьет телефон. 4. **Солнечные панели:** Только складные (от 21 Вт). Крепите на рюкзак при движении или на южное окно. В пасмурную погоду КПД падает почти до нуля.

Цена ошибки: Попытка завести старое авто (звук двигателя привлечет внимание). Короткое замыкание при попытке «прикурить» гаджет, приводящее к пожару или порче устройства.

Глава 40: Партизанская почта и тайники

Вводная ситуация: Семья разделилась. Вы не знаете, живы ли они и куда ушли. Рация не добивает.

Тактика и Механика: 1. **Контрольные точки:** Заранее оговорите 3-4 места в городе (памятник, конкретный подъезд, дерево), где вы оставите весточку. 2. **Тайник (Dead Drop):** Не оставляйте записку на виду. Используйте «клад» – записка в пластиковой бутылке, прикопанная под определенным ориентиром. 3. **Условные знаки:** Рисунок мелом на стене (например, крестик в круге – «я был здесь, ушел на запад»). Не используйте военные знаки (Z, V, O, стрелочки), чтобы не путать патрули. Используйте что-то личное и незаметное. 4. **Маяк:** Если есть возможность – оставьте включенную рацию в режиме «маяка» (короткий писк раз в 10 минут) в условленном месте, если ждете группу.

Цена ошибки: Оставление явных записок с именами и адресами. Этим воспользуются мародеры или спецслужбы для поиска «неблагонадежных».

Протокол Блока 4: 1. Телефон в авиарежиме и в фольге. 2. Рация – только на прием, выход в эфир – критический минимум. 3. Иметь бумажную карту района. 4. Собрать зарядное устройство для работы от автомобильных АКБ. 5. Отработать систему условных знаков для связи с семьей.

Блок 5: Расширенная Военная Медицина (для гражданских)

Глава 41: Специфика минно-взрывных травм (МВТ)

Вводная ситуация: Взрыв в 10 метрах от вас. Человек упал, он в сознании, но дезориентирован. Видны множественные ранения, одежда разорвана, лицо в крови.

Тактика и Механика: МВТ – это комбинация четырех факторов: 1. **Первичный:** Ударная волна (разрыв полых органов: легкие, кишечник, барабанные перепонки). 2. **Вторичный:** Осколки, камни, бетон, летящие от взрыва. 3. **Третичный:** Удар тела о землю или стены. 4. **Четвертичный:** Ожоги, токсичные газы. * **Первое действие:** Оцените безопасность. Не бегите к раненому сразу – возможен «двойной прилет» или наличие неразорвавшихся элементов. * **Диагностика:** Если человек кричит – он дышит. Если молчит – приоритет А (Airway). Но прежде всего – КРОВЬ.

Цена ошибки: Попытка делать искусственное дыхание при массивном кровотечении из бедра. Смерть пострадавшего от кровопотери за 2 минуты.

Глава 42: Протокол MARCH/ ТССС. Массивные кровотечения

Вводная ситуация: У раненого фонтанирующая алая кровь из области паха или плеча. Счет идет на секунды.

Тактика и Механика: Забудьте гражданские курсы ОБЖ. Используйте военный алгоритм **MARCH**: – **M (Massive Hemorrhage)**: Массивное кровотечение. 1. **Турникет (САТ или Эсмарх)**: Накладывать максимально ВЫСОКО и ТУГО (High and Tight). На одежду. До прекращения пульса на конечности и остановки крови. Записать время! 2. **Узловые точки (пах, подмышки)**: Турникет не поможет. Только сильное ручное давление и тампонада. – **A (Airway)**: Проверка дыхательных путей. Очистить рот от крови/зубов. Вывести челюсть. – **R (Respiration)**: Проверка грудной клетки (дыры, хрипы). – **C (Circulation)**: Поиск других ранений, проверка пульса. – **H (Hypothermia/Head)**: Согревание раненого. Даже летом раненый быстро теряет тепло и умирает от коагулопатии (кровь перестает сворачиваться).

Цена ошибки: «Жалеть» раненого и не докручивать турникет. Кровь продолжит сочиться, и человек умрет, пока вы будете бинтовать ему голову.

Глава 43: Пневмоторакс. Окклюзионные пластыри

Вводная ситуация: У пострадавшего проникающее ранение в грудь (осколок). Слышен свистящий звук при вдохе, идет розовая пена изо рта.

Тактика и Механика: Воздух попадает в плевральную полость и сдавливает легкое. Это напряженный пневмоторакс. 1. **Действие:** Немедленно закрыть дыру ладонью (в перчатке). 2. **Окклюзионный пластырь (Halo, HyFin):** Специальная наклейка с клапаном. Если её нет – кусок плотного полиэтилена, заклеенный скотчем с ТРЕХ сторон. Это позволит воздуху выходить из груди, но не входить обратно. 3. **Поза:** Раненый должен сидеть или лежать на боку ПОРАЖЕННОЙ стороны (чтобы здоровое легкое могло дышать).

Цена ошибки: Плотно забинтовать грудную клетку обычным бинтом. Воздух будет накапливаться внутри, сдавит сердце, и произойдет его остановка.

Глава 44: Тампонада ран гемостатиками

Вводная ситуация: Глубокая рана в бедре или ягодице. Турникет не наложить или он не помогает полностью. Кровь идет густо.

Тактика и Механика: 1. **Гемостатик (Celox, QuikClot):** Бинт, пропитанный хитозаном или каолином. 2. **Техника:** Запихивайте бинт прямо в раневой канал пальцами, максимально плотно, слой за слоем, пока рана не будет забита полностью. 3. **Давление:** После тампонады давите на рану двумя руками со всей силы в течение 3-5 минут (даже если на упаковке написано меньше). 4. **Фиксация:** Сверху – давящая повязка.

Цена ошибки: Просто насыпать порошок гемостатика сверху на рану. Его вымоет током крови, и эффекта не будет.

Глава 45: Полевая фармакология.

Антибиотики и Шок

Вводная ситуация: Раненый стабилизирован, кровотечение остановлено, но помощи ждать еще 24-48 часов. Начинается отек, поднимается температура.

Тактика и Механика: 1. **Обезболивание:** Если нет наркотических анальгетиков – таблетированные НПВС (Кетанов, Дексалгин). **ВНИМАНИЕ:** Не давать аспирин (разжижает кровь!). 2. **Антибиотики (Pill rack):** В тактической аптечке должен быть «пероральный набор»: Моксифлоксацин (400 мг) – мощный антибиотик широкого спектра. Дать как можно раньше после ранения, если человек в сознании и может глотать. 3. **Противошоковое:** Дексаметазон (внут-

римышечно) – помогает при тяжелом шоке и аллергических реакциях, но применять с осторожностью.

Цена ошибки: Давать пить раненому с ранением в живот. Это приведет к перитониту и смерти. Только смачивать губы.

Глава 46: Инфузионная терапия (Капельницы)

Вводная ситуация: Большая потеря крови. Раненый бледный, пульс частый и слабый (нитевидный), сознание путается.

Тактика и Механика: Гражданскому трудно поставить капельницу в спавшуюся вену, но нужно пробовать. 1. **Физраствор (NaCl 0.9%)** или **Рингер:** Не восстанавливают перенос кислорода (нет эритроцитов), но поднимают давление, чтобы сердце не «встало всухую». 2. **Внимание:** Не вливайте слишком много и быстро. Если давление поднимется слишком резко, «выбьет» свежие тромбы в ранах, и начнется повторное кровотечение. 3. **Объем:** 500-1000 мл достаточно для поддержания жизни до эвакуации.

Цена ошибки: Попытка переливания чужой крови без проверки группы и резус-фактора. Мгновенная смерть от гемолитического шока.

Глава 47: Неврология стресса.

Купирование психозов

Вводная ситуация: Член вашей группы впал в истерику, бежит под обстрелом или, наоборот, забился в угол и не реагирует на команды («ступор»).

Тактика и Механика: 1. **Истерика:** Резкий физический контакт (встряхнуть за плечи), громкая команда по имени. Увести из поля зрения других людей, чтобы не заразить паникой. 2. **Ступор:** Не бить по щекам. Взять за руку, говорить в ухо спокойным, но жестким голосом. Дать простое физическое задание: «Держи эту сумку», «Считай вдохи». 3. **Фармация:** Гидазепам (под язык) или Феназепам. Но помните: транквилизаторы снижают реакцию. Человек превращается в овощ, которого надо тащить.

Цена ошибки: Попытка «успокоить» паникера уговорами. Паника заразна и может погубить всю группу при эвакуации.

Глава 48: Краш-синдром

(Синдром длительного сдавления)

Вводная ситуация: Вы нашли человека под завалами. Его нога придавлена бетонной плитой уже 4 часа. Вы готовы

поднять плиту домкратом.

Тактика и Механика: СТОП! Если просто поднять плиту, токсины из раздавленных тканей мгновенно попадут в кровоток и убьют почки (и человека) в течение часа.

1. **Действие:** ПЕРЕД освобождением конечности наложите турникет выше места сдавления. 2. **Освобождение:** Теперь поднимайте плиту. 3. **Инфузия:** Начните вливать физраствор (много) и дайте соду (чтобы защелочить мочу и спасти почки). 4. **Турникет не снимать!** Это сделают только в госпитале под контролем диализа.

Цена ошибки: Резкое освобождение придавленной конечности без жгута. Раненый умирает через 15 минут от «синдрома освобождения».

Глава 49: Контузии и баротравмы

Вводная ситуация: Вас отбросило взрывной волной. Видимых ран нет, но тошнит, кружится голова, из ушей течет сукровица.

Тактика и Механика: Это закрытая черепно-мозговая травма (ЗЧМТ). 1. **Режим:** Полный покой. Никаких нагрузок. Минимум света и звука. 2. **Лекарства:** Мочегонные (Диакарб) для снятия отека мозга, витамины группы В, магний. 3. **Опасность:** Повторная контузия в течение первых дней почти всегда ведет к необратимым изменениям психи-

ки или смерти. 4. **Проверка:** Попросите человека следить глазами за пальцем. Если зрачки разного размера или двигаются рывками – ситуация критическая.

Цена ошибки: Продолжать движение или работу через «не могу». Риск кровоизлияния в мозг через несколько часов после инцидента.

Глава 50: Автономная хирургия и лечение инфекций

Вводная ситуация: Город в блокаде. У человека аппендицит или глубокая нагноившаяся рана. Больниц нет.

Тактика и Механика: Без опыта хирургии – не режьте. 1. **Инфекция:** Промывание раны (Хлоргексидин, Перекись, солевой раствор). Удаление видимых инородных тел пинцетом. 2. **Абсцесс:** Если есть явный гнойник – широкий разрез, удаление гноя, постановка дренажа (полоска чистой резины), чтобы рана не слиплась и гной выходил. 3. **Аппендицит:** Холод на живот, полный голод, убийные дозы антибиотиков внутримышечно (Цефтриаксон). Иногда это позволяет «задавить» воспаление без операции на какое-то время.

Цена ошибки: Попытка «защитить» грязную рану. Инфекция уйдет вглубь, начнется сепсис и смерть. Раны военного времени почти никогда не зашиваются сразу – они должны заживать «от дна».

Протокол Блока 5: 1. Кровотечение останавливается ПЕРВЫМ (турникет/тампонада). 2. Алгоритм MARCH – основа осмотра. 3. При ранении в грудь – окклюзионка. 4. Антибиотик дается сразу после стабилизации. 5. Придавленные конечности жгутуются ДО освобождения.

Блок 6: Безопасность и Серая Зона

Глава 51: Мародеры. Психология банд и защита периметра

Вводная ситуация: Полиции больше нет. В вашем районе появились группы людей, которые грабят квартиры и магазины. Они вооружены ножами, арматурой, иногда огнестрелом.

Тактика и Механика: Мародеры – это не солдаты. Они ищут легкую добычу и избегают риска. 1. **Эффект присутствия:** Мародеры заходят в «брошенные» на вид дома. Создайте видимость, что дом обитаем и защищен. 2. **Община:** Одиночка – труп. Объединяйтесь с соседями (Блок 8). Установите дежурства (по 2 человека, сменяясь каждые 4 часа). 3. **Укрепление:** Забаррикадируйте лишние входы. Оставьте один, который хорошо просматривается. На лестницах разбросайте битое стекло или натяните «спотыкашки» (тонкая проволока на высоте 15 см). 4. **Оружие:** Даже если у вас нет огнестрела, длинная палка с примотанным ножом (копье) эффективнее кухонного ножа. Мародер испугается организованного сопротивления.

Цена ошибки: Попытка договориться с бандой или «пригласить их на чай». Для них вы – ресурс, а не личность.

Глава 52: Встреча с военными.

Правила выживания

Вводная ситуация: В ваш двор заезжает бронетехника. Солдаты выпрыгивают и начинают зачистку. Вы сталкиваетесь с ними лицом к лицу.

Тактика и Механика: Солдат в бою видит в каждом гражданском потенциального корректировщика или диверсанта. 1. **Руки:** Всегда на виду. Пальцы растопырены. Поднимите их на уровень плеч. 2. **Глаза:** Не смотрите в упор (вызов) и не бегайте глазами (подозрительно). Смотрите в область груди солдата. 3. **Голос:** Говорите спокойно, не кричите. «Я мирный житель», «В доме дети». 4. **Команды:** Выполняйте всё МГНОВЕННО. Сказали лечь – падайте в грязь. Сказали раздеваться – раздевайтесь. Ваша гордость сейчас стоит ноль. 5. **Движения:** Только после разрешения. «Можно я достану паспорт? Он во внутреннем кармане». Медленно, двумя пальцами.

Цена ошибки: Резкое движение рукой за пазуху (солдату кажется, что за гранатой). Результат – короткая очередь в грудь.

Глава 53: Блокпосты. Правила прохождения

Вводная ситуация: Вы эвакуируетесь на машине или пешком. Впереди блокпост. Военные настроены агрессивно.

Тактика и Механика: 1. **Подъезд:** За 100 метров выключите музыку, снимите солнечные очки, приоткройте все окна (чтобы было видно, что внутри). Ночью включите свет в салоне. 2. **Остановка:** За 10-15 метров до знака или солдата. Не прижимайтесь вплотную. 3. **Досмотр:** Выйдите из машины (если просят). Держитесь у капота. Не мешайте досмотру вещей. 4. **Лишние вопросы:** Не спрашивайте «как там на фронте?» или «кто побеждает?». Ваша задача – проехать мимо как можно быстрее и незаметнее. 5. **Запрещенка:** Никакого камуфляжа, гильз на сувениры, ножей длиннее ладони (могут изъять).

Цена ошибки: Попытка объехать блокпост по обочине или через кусты. Огонь на поражение без предупреждения (подозрение на ДРГ).

Глава 54: Фильтрационные лагеря и проверки

Вводная ситуация: Вас вывезли в пункт временного

размещения или остановили для глубокой проверки. Проверяют всё: от татуировок до переписки в Телеграме.

Тактика и Механика: 1. **Легенда:** Вы – обычный обыватель. Маленький человек. Ваша работа – бухгалтер, сантехник, водитель. Не признавайтесь в волонтерстве, связях с армией или силовыми структурами. 2. **Тело:** Проверяют плечи (синяки от приклада), указательный палец (мозоль от спуска), колени (потёртости от стрельбы с колена). Если есть тату с патриотической или военной символикой – это огромная проблема. Заранее затрите их или подготовьте мирное объяснение («по глупости в 18 лет сделал»). 3. **Телефон:** См. Главу 5. Если телефон идеально чист («заводские настройки») – это подозрительно. Должны быть котики, рецепты, переписка с мамой о рассаде.

Цена ошибки: Обнаружение в телефоне фото позиций противника или переписки с СБУ/ГРУ. Исчезновение в системе ИВС без права на звонок.

Глава 55: Мобилизация на улицах

Вводная ситуация: В городе идет принудительный набор в армию. Мужчин забирают прямо с улиц, из очередей за водой или из транспорта.

Тактика и Механика: Если ваша цель – выжить и не воевать, вы должны стать «невидимкой». 1. **Пути передвиже-**

ния: Избегайте главных улиц, рынков, вокзалов и мест раздачи гуманитарки. Используйте проходные дворы и чердаки (если знаете проходы). 2. **Время:** Раннее утро или сумерки – время патрулей. Ночью – комендантский час (могут застрелить). 3. **Вид:** Не выглядите здоровым и спортивным. Сутультесь, носите очки (даже если зрение норм), выглядите неопрятно. «Больной, хромой, многодетный» – ваш образ. 4. **Жилье:** Не живите по месту прописки. Прячьтесь в пустых квартирах друзей, дачах, гаражах.

Цена ошибки: Попадание в учебку через 2 часа и на передовую через 3 дня без подготовки. Смерть в первом же бою.

Глава 56: Перемещение по руинам. Снайперы и растяжки

Вводная ситуация: Вам нужно пересечь разрушенный квартал. Вокруг битая техника и обломки стен.

Тактика и Механика: 1. **Зоны прострела:** Открытые перекрестки и длинные улицы – это тир для снайпера. Пересекайте их только бегом, по одному, после наблюдения. 2. **Тени:** Двигайтесь вдоль стен в тени. Не маячьте в проемах окон. 3. **Растяжки:** Тонкая проволока или леска на уровне лодыжек или груди. Смотрите не только под ноги, но и перед собой. Не наступайте на кучи мусора, коробки, брошенные

сумки. 4. **Ступеньки:** На разрушенных лестницах наступайте только на края ступеней, ближе к несущей стене (меньше риск обрушения).

Цена ошибки: Подрыв на ОЗМ-72 (мина-лягушка) при попытке сократить путь через газон.

Глава 57: Использование автомобиля. Гроб на колесах

Вводная ситуация: Вы решили ехать на своем авто. Город под обстрелом.

Тактика и Механика: Машина – это: а) Мишень; б) Преграда; в) Гроб. 1. **Бронирование:** Мешки с песком на заднее сиденье и в багажник помогут от мелких осколков. Двери машины не держат даже пистолетную пулю. 2. **Окна:** Приоткройте их на 2-3 см. Если рядом взорвется снаряд, ударная волна пройдет сквозь салон, а не выдавит стекла вам в лицо. 3. **Обозначение:** Крупно напишите «ДЕТИ» или «ЛЮДИ» на капоте и бортах. Повесьте белые тряпки на зеркала. Это не гарантирует безопасности, но дает шанс. 4. **Действие при обстреле:** Немедленно остановиться, выскочить из машины и лечь в канаву или за бордюр. Машина – отличный магнит для снарядов.

Цена ошибки: Попытка «проскочить» зону обстрела на скорости. Машина глохнет от осколка в радиатор, вы остае-

тесь в ловушке посреди дороги.

Глава 58: Уличные бои под окнами

Вводная ситуация: Стрелковый бой завязался прямо у вашего подъезда. Вы слышите работу пулеметов, разрывы гранат и крики солдат.

Тактика и Механика: 1. **Уйти вглубь:** Немедленно переместитесь в самую дальнюю комнату без окон (ванна, коридор). Ложитесь на пол. 2. **Никакого любопытства:** Даже не думайте подходить к окну, чтобы посмотреть, «кто там». Рикошет или случайная очередь прошьет пластиковую раму и вас. 3. **Рикошеты:** Пули в городе ведут себя непредсказуемо. Они рикошетят от бетона и асфальта. Безопасен только пол ниже уровня оконного проема на 40-50 см. 4. **Гранаты:** Если в окно залетела граната – у вас 3-4 секунды. Прыгайте за диван или любое массивное укрытие, открыв рот и закрыв уши.

Цена ошибки: Попытка крикнуть в окно «не стреляйте». Получение пули в голову от бойца, который увидел движение в окне.

Глава 59: Оружие у гражданского. Огромные риски

Вводная ситуация: У вас есть легальное охотничье ружье. Вы думаете взять его с собой для самообороны.

Тактика и Механика: В зоне БД человек с ружьем = вражеский солдат. 1. **Регулярная армия:** Увидев у вас ствол, они не будут спрашивать разрешение. Они применяют всё: от пулемета до танкового снаряда. 2. **Мародеры:** Оружие – это ценный трофей. На вас могут напасть только ради того, чтобы забрать ваше ружье. 3. **Скрытность:** Если и иметь оружие, то только короткое (пистолет) скрытого ношения для защиты от собак или одиночных грабителей. Длинный ствол в руках – это магнит для смерти. 4. **Действие:** Если заходят военные – оружие должно быть разряжено, разобрано и лежать в стороне. Руки – пустые.

Цена ошибки: Выход на балкон с ружьем для «охраны двора». Смерть от снайперской пули через 10 секунд.

Глава 60: Женщины на войне. Радикальная маскировка

Вводная ситуация: В город зашли части, известные своим мародерством и насилием. В группе есть молодые жен-

щины.

Тактика и Механика: Насилие – печальная реальность войны. Задача женщины – стать визуально «непривлекательной» и «бесполезной». 1. **Внешность:** Грязная, мешковатая одежда на 2-3 размера больше (старые фуфайки, мужские штаны). Грязные волосы, скрытые под платком. Отсутствие косметики. 2. **Грим:** Мазки сажи или грязи на лице. Имитация болезни (кашель, повязки на лице). 3. **Поведение:** Горбиться, хромать, имитировать психическое расстройство или сильное горе. Солдаты обычно избегают проблемных или «больных» жертв. 4. **Укрытие:** В моменты зачисток женщинам лучше находиться в скрытых нишах (за фальш-стенами, на чердаках), а не в общей группе.

Цена ошибки: Попытка «сохранить достоинство» и выглядеть опрятно. Привлечение внимания пьяных или деморализованных солдат.

Протокол Блока 6: 1. При встрече с военными – руки вверх, глаза в пол. 2. Телефон «причесан», татуировки скрыты. 3. Перемещение – по теням, избегая открытых пространств. 4. Машина – только с надписью «ДЕТИ» и открытыми окнами. 5. Женщины маскируются под старух или больных.

Блок 7: Эвакуация под огнем

Глава 61: Выбор окна для эвакуации

Вводная ситуация: Вы слышите, что завтра откроют «зеленый коридор». Или вы просто понимаете, что фронт дошел до соседнего дома и завтра будет поздно.

Тактика и Механика: «Зеленый коридор» – это лотерея. Его могут обстрелять случайно или намеренно. 1. **Разведка:** Посмотрите на направление движения людей. Если колонны идут и не возвращаются – шанс есть. Если слышны взрывы на выезде – окно закрыто. 2. **Время:** Идеальное время – сумерки (рассвет или закат). Ночью двигаться опасно – любой свет воспримут как ДРГ. 3. **Тишина:** Если канонада внезапно стихла после долгого боя – это «затишье перед бурей». Либо перегруппировка, либо подготовка к массированному удару. Это ваш шанс проскочить, если есть транспорт.

Цена ошибки: Выход на маршрут в разгар артиллерийской дуэли в надежде, что «по мирным не стреляют».

Глава 62: Маршруты.

Почему трассы – это смерть

Вводная ситуация: Все едут по главной автомагистрали. Там пробка на 20 км.

Тактика и Механика: Трасса – идеальная цель для авиации и РСЗО. Она зажата отбойниками, вам некуда свернуть.

1. Альтернатива: Ищите проселочные дороги, пути через дачные поселки, просеки ЛЭП. **2. Железная дорога:** Пеший выход вдоль путей часто безопаснее. Ж/Д насыпь – это готовый бруствер (укрытие). Вдоль путей нет мин (обычно), и они ведут прямо к вокзалам соседних городов. **3. Мосты:** Самые опасные точки. Их взрывают первыми. Проверьте по радио или слухам, цел ли мост, ПЕРЕД тем как к нему приближаться.

Цена ошибки: Оказаться заблокированным в горящей пробке на эстакаде без возможности маневра.

Глава 63: Пеший выход.

Тактика колонны

Вводная ситуация: Машины нет. Вы выходите из города пешком группой из 5-10 человек (семья, соседи).

Тактика и Механика: 1. **Дистанция:** Не идите плотной

кучей. Расстояние между людьми – 3-5 метров. Если прилетит одна мина, она не убьет всех сразу. 2. **Порядок:** Впереди – самый крепкий мужчина (головной дозор), смотрит под ноги и по сторонам. В центре – женщины и дети. Замыкающий – мониторит тыл. 3. **Белые повязки:** На левой руке и ноге. Это универсальный знак «гражданский/сдаюсь» во многих конфликтах. 4. **Снаряжение:** Всё в рюкзаках. Никаких пакетов в руках. Руки должны быть свободны, чтобы упасть или схватить ребенка.

Цена ошибки: Идти плотной толпой, обсуждая планы вслух. Стать легкой целью для одной гранаты ВОГ с дрона.

Глава 64: Ночевки в серой зоне

Вводная ситуация: Вы не успели дойти до безопасного места до комендантского часа. Нужно ночевать в лесополосе или в руинах пригорода.

Тактика и Механика: 1. **Скрытность:** Никаких костров. Ешьте холодное. 2. **Место:** Ищите углубления, канавы, подвалы разрушенных дач. Избегайте чердаков – их видно на тепловизорах. 3. **Секреты:** Один человек всегда бодрствует. Смена каждые 2 часа. Его задача – слушать. 4. **Маскировка:** Накройтесь темной тканью или ветками. Уберите все блестящие предметы.

Цена ошибки: Разведение костра «согреться». Обнару-

жение патрулем или ДРГ и расстрел на месте.

Глава 65: Мины- лепестки (ПФМ-1) и НРБ

Вводная ситуация: Дорога засыпана странными пластиковыми «бабочками» зеленого или коричневого цвета.

Тактика и Механика: Это противопехотные мины наземного действия. Они не убивают, но отрывают стопу.

1. Визуальный контроль: Смотрите под ноги КАЖДЫЙ шаг. В траве их не видно. Идите только по асфальту или протоптанным тропам. **2. НРБ (Неразорвавшиеся боеприпасы):** Снаряд в земле, хвост мины, кассетный элемент. НЕ ТРОГАТЬ. Не подходить ближе 10 метров. Они могут детонировать от вибрации или изменения температуры. **3. Маркировка:** Если увидели мину – пометьте место (яркая тряпка на ветке поодаль) и предупредите остальных.

Цена ошибки: Попытка отбросить «лепесток» палкой. Срабатывание мины и тяжелое ранение.

Глава 66: Форсирование рек без мостов

Вводная ситуация: Мост взорван. На том берегу – спасение. Вам нужно перебраться через реку.

Тактика и Механика: 1. **Разведка:** Ищите брод (мелкие волны, рябь на воде). 2. **Вещи:** Сложите рюкзаки в большие мусорные пакеты, надуйте их и завяжите. Это будет ваш поплавок. 3. **Переправа:** Не плывите в одежде и обуви (намокнув, они потянут на дно). Плывайте голышом или в белье, толкая плот из вещей перед собой. 4. **Гипотермия:** После выхода из воды немедленно разотритесь насухо и оденьтесь. Вода забирает тепло в разы быстрее воздуха.

Цена ошибки: Попытка переплыть холодную реку в полной экипировке. Судорога, намокшая одежда и утопление.

Глава 67: Встреча с беспилотниками (БПЛА)

Вводная ситуация: Над вами завис дрон. Вы слышите его жужжание, но не видите его.

Тактика и Механика: 1. **Типы:** * **Разведывательный (Мавик):** Просто висит и смотрит. Значит, скоро будет обстрел. * **FPV-дрон:** Смертник с зарядом. Издаёт характерный пронзительный визг. Летит быстро. * **«Баба Яга» (тяжёлый дрон):** Летаёт ночью, сбрасывает мины. 2. **Действие:** Не бегите. Замрите под деревом, кустом или в тени стены. Если дрон идет на атаку – прыгайте в сторону в последний момент. 3. **Тепловизор:** Ночью обычная одежда вас не скроет. Нужно специальное одеяло-невидимка (ме-

таллизированное) или плотный слой лапника сверху.

Цена ошибки: Махать дрону руками или пытаться в него стрелять из ружья. Вы подтверждаете, что вы – активная цель.

Глава 68: Пересечение линии фронта

Вводная ситуация: Вы находитесь между двумя армиями. Вокруг свистят пули, работают минометы. Вам нужно выйти к «своим» или просто из зоны боя.

Тактика и Механика: Это самый опасный момент. 1. **Белый флаг:** Любая белая тряпка на палке. Поднять высоко. 2. **Голос:** Кричите постоянно: «МИНЫЕ! МИРНЫЕ ЖИТЕЛИ! НЕ СТРЕЛЯЙТЕ!». 3. **Выход:** Выходите только в светлое время суток. Медленно. Никаких резких движений. Руки подняты. 4. **Группа:** Пусть вперед идет старик или женщина – к ним доверия чуть больше, чем к мужчинам призывного возраста.

Цена ошибки: Попытка переползти линию фронта ночью в камуфляже. Вас расстреляют обе стороны как диверсанта.

Глава 69: Транспортировка раненых и стариков

Вводная ситуация: Бабушка не может идти, или у вас раненый в ногу, которого нельзя оставлять.

Тактика и Механика: 1. **Носилки из одежды:** Две крепкие палки просовываются в вывернутые рукава двух застегнутых курток. 2. **Садовая тачка/Коляска:** Самый эффективный способ перевозки грузов и людей в городе. Нагрузка на спину минимальна. 3. **Волокуши:** Кусок пластика или брезента. Привязать верёвку и тащить по земле. Тяжело, но можно справиться в одиночку.

Цена ошибки: Попытка нести взрослого человека «на закорках». Вы выдохнитесь через 200 метров и бросите его.

Глава 70: Выход к своим и легализация

Вводная ситуация: Вы пересекли блокпосты и вышли в глубокий тыл.

Тактика и Механика: 1. **Документы:** Сразу предъявите паспорт. Расскажите честно, откуда вы и каким маршрутом шли. 2. **Досмотр:** Пройдите его безропотно. Поймите подозрительность военных – ДРГ часто маскируются под беженцев. 3. **Связь:** Постарайтесь связаться с родственниками.

ми. Зарегистрируйтесь как ВПЛ (внутренне перемещенное лицо), чтобы получать паек и медпомощь. 4. **Психология:** Не ждите, что вам все обязаны. Тыл живет своей жизнью, и это будет вас бесить. Примите это как данность.

Цена ошибки: Конфликты с волонтерами или полицией на почве стресса. Риск попасть в ИВС за неадекватное поведение.

Протокол Блока 7: 1. Маршрут выбран вне главных трасс. 2. Колонна идет с дистанцией и белыми повязками. 3. Под ноги смотреть всегда (лепестки!). 4. При звуке дрона – замереть в тени. 5. Пересечение фронта – только днем с белым флагом и криком.

Блок 8: Теневая Экономика и Социум

Глава 71: Крушение старого мира. Переход на бартер

Вводная ситуация: Деньги превратились в бумагу. Банковские карты – в куски пластика. В магазине нельзя купить хлеб за рубли или доллары, потому что магазина больше нет.

Тактика и Механика: В зоне БД работает «экономика выживания». Ценность вещи определяется её полезностью здесь и сейчас. 1. **Принципы обмена:** Никогда не показывайте весь свой запас. Идите на обмен с тем количеством товара, которое готовы отдать. 2. **Нужные вещи:** Еда, вода, топливо, лекарства, батарейки, инструменты. 3. **Оценка:** Буханка хлеба может стоить золотых часов, если вы голодны. Не торгуйтесь до потери сознания, если сделка жизненно важна. Но и не отдавайте всё сразу – завтра цена может вырасти.

Цена ошибки: Попытка купить что-то важное за «честное слово» или недействующие деньги. Голод при наличии «миллионов» на счету.

Глава 72: Производство валюты. Алкоголь и антисептик

Вводная ситуация: У вас есть запасы сахара и дрожжей. Вы решаете делать самогон.

Тактика и Механика: Алкоголь – это универсальная валюта войны. 1. **Применение:** – **Обмен:** За бутылку можно выменять бензин, запчасти или информацию. – **Медицина:** Дезинфекция рук, инструментов (но не открытых ран!). – **Психология:** В малых дозах снимает стресс (но в больших – убивает дисциплину). 2. **Безопасность:** Не афишируйте производство. Запах браги и дым от аппарата привлекут мародеров или «гостей» из числа вооруженных формирований. 3. **Качество:** Плохой самогон может отравить ваших клиентов, что приведет к мести. Делайте качественно.

Цена ошибки: Массовое пьянство внутри вашей группы. Потеря бдительности и гибель от первого же патруля.

Глава 73: Черный рынок. Правила безопасного обмена

Вводная ситуация: Вам нужно обменять блок сигарет на антибиотики. Обмен назначен в «нейтральной зоне» (разбитый рынок или площадь).

Тактика и Механика: 1. **Группа:** Никогда не ходите на обмен в одиночку. Минимум двое: один меняется, второй страхует издалека, вне зоны прямой видимости, но с обзором места сделки. 2. **Время:** Только световой день. Никаких подворотен и темных углов. 3. **Оружие:** Держите его скрыто, но в готовности. Если ситуация накаляется – бросайте товар и уходите. Жизнь дороже пачки сигарет. 4. **Проверка:** Проверяйте товар на месте (срок годности лекарств, целостность упаковки еды). Вас попытаются обмануть.

Цена ошибки: Попадание в засаду мародеров под видом «продавцов». Ограбление и смерть.

Глава 74: Самые ценные товары (Ликвидность)

Вводная ситуация: Вам нужно собрать рюкзак «на обмен». Что брать, чтобы не прогадать?

Тактика и Механика: 1. **Сигареты:** Даже если не курите. Это мелкая разменная монета. 2. **Лекарства:** Обезболивающие, антибиотики, инсулин (если есть холод), бинты, турникеты. 3. **Топливо:** Бензин, дизель, керосин, газ в баллонах. 4. **Батарейки и Пауэрбанки:** Энергия – это возможность слушать радио и светить фонариком. 5. **Соль, Сахар, Чай/Кофе:** Продукты долгого хранения, дающие энергию и вкус к жизни. 6. **Информация:** Карты, частоты ра-

диостанций, знание безопасных троп. Информация стоит дороже всего, но её труднее «продать».

Цена ошибки: Набивание рюкзака золотом и украшениями, которые никто не хочет брать в обмен на еду.

Глава 75: Формирование общины. Соседская оборона

Вводная ситуация: Ваш многоквартирный дом отрезан от мира. Вы понимаете, что поодиночке в квартирах вас перещелкают мародеры.

Тактика и Механика: 1. **Собрание:** Соберите тех, кто остался. Выявите полезные навыки (врач, военный в запасе, техник, повар). 2. **Общий склад:** Снесите часть продуктов и воды в одно защищенное место. Это позволит кормить дежурных. 3. **Укрепление периметра:** Заварите лишние двери, заблокируйте лестницы. Установите систему сигнализации (консервные банки на леске). 4. **Дежурство:** Круглосуточно. Минимум 2 человека на пост. Связь между постами (свисток, рация, фонарик).

Цена ошибки: Внутренние склоки и подозрительность. Развал общины из-за жадности одного из членов.

Глава 76: Лидерство в кризисе. Жесткая иерархия

Вводная ситуация: В группе начался разброд. Кто-то хочет уходить, кто-то прятаться, кто-то – идти воровать у соседей.

Тактика и Механика: 1. **Единоначалие:** В критической ситуации должен быть один Лидер. Его приказы не обсуждаются во время опасности. 2. **Критерии лидера:** Холодный разум, опыт, готовность брать ответственность за жизни других. Это не обязательно «самый сильный», это «самый адекватный». 3. **Совет:** Лидер может иметь 2-3 советников для обсуждения стратегии в спокойное время. 4. **Изгнание:** Тех, кто сеет панику, ворует у своих или подрывает дисциплину, нужно изгонять или изолировать немедленно. Гнилое яблоко портит всю корзину.

Цена ошибки: «Демократия» во время обстрела. Потеря управления и гибель всей группы из-за нерешительности.

Глава 77: Правосудие без полиции

Вводная ситуация: Внутри вашей общины произошла кража или насилие. Полиции нет. Что делать?

Тактика и Механика: 1. **Суд:** Решение принимается

общиной или Лидером на основе доказательств. 2. **Наказания:** * Лишение рациона. * Трудовые повинности (рытье выгребных ям, разбор завалов). * Изгнание (фактически смертный приговор в зоне БД). * Физическое наказание или казнь (крайняя мера в условиях тотальной войны за тяжкие преступления: наводка огня, убийство своих). 3. **Цель:** Не месть, а поддержание порядка и безопасности группы.

Цена ошибки: Беснаказанность, приводящая к хаосу и превращению общины в банду.

Глава 78: Труд за еду. Полезные навыки

Вводная ситуация: У вас закончились припасы. Вам нужно прибиться к сильной группе или организации, чтобы выжить.

Тактика и Механика: Вас будут кормить, только если вы полезны. 1. **Медик:** Самый ценный навык. Умение шить раны и лечить инфекции дает вам неприкосновенность. 2. **Техник/Механик:** Ремонт генераторов, раций, машин, горелок. 3. **Радиолобитель:** SIGINT, настройка связи. 4. **Оружейник:** Чистка и мелкий ремонт оружия. 5. **Повар:** Умение готовить из «ничего» на костре, соблюдая гигиену. 6. **Чернорабочий:** Крепкие руки для рытья окопов и разбора завалов. Это нижняя ступень, но она дает право на пайку.

Цена ошибки: Попытка выдать себя за «эксперта», не

обладая знаниями. В условиях войны ложь вскрывается быстро и наказывается жестко.

Глава 79: Гуманитарные миссии и Красный Крест

Вводная ситуация: В город приехала колонна с надписью «UN» или «Красный Крест». Началась раздача еды.

Тактика и Механика: 1. **Очередь:** Огромная опасность. Толпа – мишень. Идите на раздачу в конце или в самом начале. 2. **Безопасность:** Не берите с собой ценные вещи. Только пустую сумку. 3. **Регистрация:** Дайте свои данные, если просят. Это может помочь вашим родственникам найти вас через базы данных МККК. 4. **Информация:** Сотрудники миссий часто знают о путях эвакуации больше, чем местные. Спрашивайте тихо и вежливо.

Цена ошибки: Драка в очереди за пайком. Получение травм или привлечение внимания полиции/военных.

Глава 80: Паразиты и предатели. Выявление наводчиков

Вводная ситуация: После появления в вашем подвале «нового соседа» по вашему дому стали прилетать высоко-

точные снаряды. Или кто-то постоянно уходит ночью «по делам».

Тактика и Механика: 1. **Наблюдение:** Кто проявляет излишний интерес к расположению подвалов, генераторов, входам/выходам? У кого есть телефон с хорошей батареей и связью, когда у всех «лежит» сеть? 2. **Проверка:** Дайте подозреваемому ложную информацию (например, «завтра в 10 утра здесь будет штаб») и посмотрите на реакцию или результат. 3. **Действие:** При обнаружении наводчика или предателя – немедленная изоляция. Не пытайтесь играть в детективов, передайте его (если возможно) официальным властям или действуйте по законам военного времени вашей общины.

Цена ошибки: Игнорирование «странного поведения» соседа. Смерть всей группы под завалами после точного прилета.

Протокол Блока 8: 1. Переход на бартер (сигареты, алкоголь, лекарства). 2. Создание общины с соседями. 3. Установление жесткой иерархии и дежурств. 4. Обмен только под прикрытием напарника. 5. Постоянная проверка окружения на предмет предателей.

Блок 9: Техногенные последствия войны

Глава 81: Удар по химпредприятию. Аммиак и Хлор

Вводная ситуация: Снаряд попал в хладокомбинат или станцию очистки воды. Огромное облако газа движется на жилые кварталы.

Тактика и Механика: 1. **Аммиак (NH_3):** Запах нашатыря. Легче воздуха. Режет глаза, вызывает удушье. * **Действие:** Спуститься на нижние этажи или в подвал. Герметизировать окна/двери влажной тканью, смоченной в растворе лимонной или уксусной кислоты. 2. **Хлор (Cl_2):** Желто-зеленый газ, запах «белизны». Тяжелее воздуха. Смертельно ядовит, вызывает ожог легких. * **Действие:** Подняться на верхние этажи. Дышать через повязку с раствором соды (2 ч.л. на стакан воды). 3. **Общее:** Глаза закрыть плотными очками. Кожу закрыть максимально (дождевик, перчатки).

Цена ошибки: Попытка спрятаться в подвале при утечке хлора. Смерть от отека легких через 5-10 минут.

Глава 82: Разрушение дамб и ГЭС. Наводнение

Вводная ситуация: Взорвана плотина выше по течению реки. У вас есть от 30 минут до нескольких часов до прихода «большой воды».

Тактика и Механика: 1. **Эшелонирование высот:** Узнайте высоту вашего дома над уровнем моря. Если вы в низине – немедленно уходите на возвышенности или верхние этажи монолитных зданий. 2. **Вещи:** Всё ценное – в герметичные мешки. 3. **Опасность:** Вода в городе – это не просто вода. Это смесь канализации, бензина, трупного яда и химикатов. Контакт с ней крайне опасен. 4. **Электричество:** Если вода заходит в дом – немедленно обесточьте всё. Риск поражения током в воде 100%.

Цена ошибки: Пытаться спасти машину из подземного паркинга, когда вода уже начала прибывать. Вы окажетесь в ловушке.

Глава 83: Радиационное заражение (ТЯО или АЭС)

Вводная ситуация: Произошел подрыв тактического ядерного заряда или обстрел АЭС. Вы видите яркую вспыш-

ку или слышите оповещение о радиации.

Тактика и Механика: 1. **Правило первых минут:** Не смотреть на вспышку (выжжет сетчатку). Лечь лицом вниз, руки под себя, рот приоткрыть. 2. **Укрытие:** Бетон – лучший щит. Стены толщиной в 50 см снижают дозу в 10-20 раз. Подвал – идеален. 3. **Герметизация:** Заклеить вентиляцию, окна, щели. Выключить кондиционеры. Радиация – это пыль. Не пустите пыль внутрь. 4. **Йод:** Только при угрозе выброса радиоактивного йода (АЭС). Принимать Калия Йодид строго по инструкции (однократно). При ядерном взрыве йод вторичен, важнее защита от гамма-излучения. 5. **Дезактивация:** Если вы были на улице – одежду в пакет и закопать/выбросить далеко. Тело вымыть (без мочалки, чтобы не втереть пыль в кожу).

Цена ошибки: Выход на улицу «посмотреть на гриб» или жадное потребление воды из открытых источников после осадков. Лучевая болезнь.

Глава 84: Эпидемии. Тиф, холера и дизентерия

Вводная ситуация: В городе жара, водопровод разбит, повсюду трупы животных и антисанитария. Люди начинают массово болеть.

Тактика и Механика: 1. **Вода:** Только кипяченая или

фильтрованная химически. 2. **Пища:** Никакой сырой еды. Всё должно проходить термообработку. 3. **Мухи и крысы:** Главные переносчики. Используйте сетки, липучки, яды. Не храните остатки еды открытыми. 4. **Гигиена:** Мойте руки спиртом или хлоргексидином перед любым контактом со слизистыми. 5. **Изоляция:** Если кто-то в группе начал поносить или температурить – немедленная изоляция в отдельную комнату/палатку. Общая посуда запрещена.

Цена ошибки: Пренебрежение мытьем рук. Гибель всей группы от холеры за неделю.

Глава 85: Бродячие животные.

Стаи одичавших собак

Вводная ситуация: Брошенные домашние собаки сбиваются в стаи. Они голодны и больше не боятся людей.

Тактика и Механика: 1. **Опасность:** Собаки на войне едят трупы, что делает их переносчиками бешенства и других инфекций. 2. **Поведение:** Не бегайте от собак. Не смотрите в глаза. Медленно отходите спиной к стене/забору. 3. **Оружие:** Перцовый баллончик (лучше струйный), ультразвуковой отпугиватель или палка с гвоздем. Если стая атакует – цельтесь в нос и глаза вожака. 4. **Бешенство:** Если собака укусила – немедленно промыть рану мылом и искать вакцину. Без неё – смерть 100%.

Цена ошибки: Попытка «покормить песика». Потеря пальцев или заражение смертельной болезнью.

Глава 86: Заражение грунтовых вод

Вводная ситуация: Вы выкопали колодец во дворе дома, так как центральной воды нет.

Тактика и Механика: В городе грунтовые воды залегают неглубоко (5-10 метров). 1. **Инфильтрация:** Всё, что гниет на поверхности (трупы, свалки, пролитая химия), попадает в этот слой через 2-3 дня после дождя. 2. **Проверка:** Если вода пахнет химией, имеет маслянистую пленку или странный цвет – она непригодна даже для мытья. 3. **Глубокие скважины:** Только артезианские воды (от 50 метров) остаются чистыми, но для их добычи нужен мощный насос и электричество.

Цена ошибки: Употребление воды из «верховодки» в промышленном районе. Тяжелое отравление тяжелыми металлами или трупным ядом.

Глава 87: Уничтожение ТЭЦ зимой. Вымерзание мегаполиса

Вводная ситуация: Центральное отопление отключено

при -20°C . Система слита (в лучшем случае) или замерзла и лопнула.

Тактика и Механика: Мегаполис зимой без энергии превращается в ледяную пустыню за 48 часов. 1. **Эвакуация:** Если есть возможность – уезжайте в частный сектор с печным отоплением. В квартире вы не выживете долго. 2. **Буржуйка в квартире:** Смертельно опасно. Труба должна выходить в окно через асбестовую прослойку. Риск пожара и отравления СО колоссален. Но это единственный способ греться и готовить. 3. **Аккумуляторы тепла:** Нагретые на огне камни или кирпичи, завернутые в ткань. Кладите их в постель.

Цена ошибки: Попытка греться газовой духовкой при закрытых окнах. Смерть во сне от угарного газа.

Глава 88: Обрушение зданий от усталости конструкций

Вводная ситуация: Ваш дом получил несколько попаданий, но стоит. Прошло две недели. Внезапно ночью слышен треск.

Тактика и Механика: Вибрации от новых взрывов и температурные перепады «дожимают» поврежденный бетон. 1. **Маркеры:** Новые трещины на стенах, заклинивание дверей (перекос коробок), осыпание штукатурки с потолка. 2.

Действие: Немедленно покинуть здание. Оно может сложиться в любой момент. 3. **Безопасные места:** Если выйти нельзя – стойте в дверных проемах несущих стен или под капитальными балками. Забудьте про балконы – они отваливаются первыми.

Цена ошибки: Продолжать жить в «надломанном» доме, игнорируя трещины. Погребение под завалами.

Глава 89: Огненный шторм

Вводная ситуация: Из-за массовых обстрелов горят целые кварталы. Пожарные не работают. Поднимается сильный ветер, раздувающий пламя.

Тактика и Механика: 1. **Физика:** Огромные костры высасывают кислород из окрестностей, создавая тягу ураганной силы. Воздух раскаляется до 500-800°C. 2. **Действие:** Не пытайтесь тушить. Бегите перпендикулярно направлению ветра. Ищите открытые пространства (стадионы, широкие площади, реки). 3. **Защита:** Накройтесь мокрым одеялом, дышите через мокрую ткань максимально низко к земле.

Цена ошибки: Пытаться отсидеться в подвале дома, охваченного огненным штормом. Весь кислород будет выжжен, вы просто задохнетесь.

Глава 90: Угроза углекислого газа в подвалах

Вводная ситуация: Наверху пожар или просто работает много людей/генераторов в закрытом пространстве.

Тактика и Механика: CO₂ и CO (угарный газ) не имеют запаха. 1. **Симптомы:** Сонливость, головная боль, пульсация в висках, слабость в ногах. 2. **Датчик:** В идеале – иметь автономный датчик CO на батарейках. 3. **Старый метод:** Свеча у пола. Если пламя гаснет или становится синим – кислорода нет. 4. **Действие:** Немедленная вентиляция или эвакуация наверх.

Цена ошибки: Тихая смерть всей группы в подвале во время сна.

Протокол Блока 9: 1. Хлор – вверх, Аммиак – вниз. 2. Радиация – герметизация и бетон. 3. Вода – только кипячая. 4. При появлении трещин в доме – уходить. 5. Датчик угарного газа или свеча в подвале – обязательно.

Блок 10: Психологическая стойкость и Жизнь после

Глава 91: Синдром выжившего. Чувство вины

Вводная ситуация: Вы эвакуировались, а ваши соседи или друзья погибли. Или вы не смогли вытащить кого-то из-под завалов, спасая свою семью. Теперь вы не можете спать, постоянно прокручивая сценарии «а что если бы...».

Тактика и Механика: Вина выжившего – это когнитивное искажение. Ваша психика пытается найти логику в хаосе войны. 1. **Принятие:** Смерть на войне случайна. Она не зависит от вашей добродетели. Вы живы не потому, что кто-то другой умер, а в силу теории вероятности и ваших действий. 2. **Действие:** Направьте вину в созидание. Помогайте другим беженцам, волонтерьте. Это «откупает» вашу психику у совести. 3. **Разговор:** Не держите это в себе. Рассказывайте свою историю тем, кто прошел через то же самое.

Цена ошибки: Саморазрушение, алкоголизм и суицидальные мысли. Психическая смерть после физического спасения.

Глава 92: Боевая психическая травма (ПТСР)

Вводная ситуация: Война закончилась или вы в безопасности, но громкий звук хлопающей двери заставляет вас падать на пол. Вы стали агрессивны, не чувствуете радости, видите кошмары.

Тактика и Механика: ПТСР – это физическое изменение работы мозга (гиперактивность амигдалы). 1. **Заземление:** Если накрывает флэшбэк – назовите 5 предметов, которые видите, 4 звука, которые слышите, 3 запаха. Это вернет вас в реальность «здесь и сейчас». 2. **Фармация:** Только под контролем врача. Антидепрессанты СИОЗС помогают «отремонтировать» нейронные связи. 3. **Время:** Психика восстанавливается в 3-4 раза дольше, чем тело. Дайте себе время быть «не в порядке».

Цена ошибки: Попытка «забыться» с помощью наркотиков. Окончательный распад личности.

Глава 93: Рутинка как спасение. Зачем чистить зубы?

Вводная ситуация: Вокруг ад. Вы сидите в подвале. Зачем бриться, умываться и следить за собой, если завтра всё

может закончиться?

Тактика и Механика: Ритуалы – это якоря нормальности. 1. **Дисциплина:** Чистка зубов, бритье, замена грязных носков, физические упражнения – это сигналы мозгу: «Я человек, я контролирую свою жизнь». 2. **График:** Установите четкое время для еды, сна, уборки убежища. Хаос в быту ведет к хаосу в голове. 3. **Юмор:** Черный юмор – защитный механизм. Смейтесь над смертью и врагом, это снижает их власть над вами.

Цена ошибки: Опускание рук, превращение в «животное». Потеря воли к жизни, которая ведет к фатальным тактическим ошибкам.

Глава 94: Работа со страхом смерти. Принятие худшего

Вводная ситуация: Каждый взрыв кажется последним. Вы парализованы страхом.

Тактика и Механика: Самураи говорили: «Живи так, будто ты уже мертв». 1. **Техника «Худший сценарий»:** Представьте, что вы уже погибли. Что вы потеряли? Страх возникает из-за цепляния за «будущее», которого на войне нет. 2. **Концентрация на процессе:** Перестаньте думать о «выживании вообще». Думайте о том, как правильно наложить жгут или как дойти до угла. Мелкие задачи вытесня-

ют глобальный ужас. 3. **Дыхание:** Снова и снова – контроль пульса через дыхание.

Цена ошибки: Паническая атака в момент, когда нужно действовать быстро и четко. Смерть из-за паралича воли.

Глава 95: Физическое истощение и экономия энергии

Вводная ситуация: Вы недоедаете, недосыпаете и постоянно находитесь в стрессе. Ваши движения стали медленными, мысли – путанными.

Тактика и Механика: Ваше тело – это аккумулятор. 1. **Сон:** Спите любую свободную минуту. 15 минут сна «боевым способом» (сидя, в снаряжении) лучше, чем ничего. 2. **Калории:** Если еды мало – не делайте лишних движений. Не суетитесь. Распределяйте нагрузку. 3. **Сахар:** Держите в кармане карамель или кусок сахара. Это быстрая энергия для мозга в критический момент.

Цена ошибки: Обморок от истощения во время перехода через линию фронта.

Глава 96: Сохранение человечности. Моральные дилеммы

Вводная ситуация: У вас есть еда, а у соседа – голодный ребенок. Если вы дадите еду им, ваша семья будет голодать завтра.

Тактика и Механика: Война – это череда невозможных выборов. 1. **Приоритет:** Ваша семья и ваша группа – на первом месте. Это биологический закон. 2. **Взаимопомощь:** Помогайте, когда это не несет смертельного риска для вас. Добро на войне возвращается информацией, поддержкой или просто сохранением вашего человеческого облика. 3. **Красная линия:** Определите для себя черту, за которую не перейдете (например, мародерство у своих, убийство безоружных). Перейдя её, вы станете тем, от кого прячетесь.

Цена ошибки: Превращение в зверя, которого уничтожат либо свои, либо враги при первой возможности.

Глава 97: Помощь детям. Защита детской психики

Вводная ситуация: Ребенок видит взрывы, трупы, насилие. Он плачет или, наоборот, замолчал и перестал реагиро-

вать на мир.

Тактика и Механика: 1. **Игра:** Превратите выживание в «квест» или «игру в шпионов». Это звучит цинично, но это единственный способ снизить уровень стресса для ребенка. 2. **Правда, но дозированно:** Не лгите, что «это фейерверки». Скажите: «Это гроза, мы в домике, мы в безопасности». 3. **Тактильный контакт:** Держите ребенка за руку, обнимайте. Физическое ощущение присутствия взрослого – главный антидот против детского ужаса. 4. **Занятость:** Дайте ребенку «важное» задание (следить за кошкой, считать бутылки с водой).

Цена ошибки: Тяжелая психологическая травма на всю жизнь, задержки в развитии или хронические психозы у ребенка.

Глава 98: Документирование преступлений и потерь

Вводная ситуация: Вы стали свидетелем военного преступления или разрушения вашего имущества.

Тактика и Механика: Это важно для будущего правосудия и компенсаций. 1. **Фиксация:** Если безопасно – фото/видео. Но помните: за это могут расстрелять на месте (шпионаж). 2. **Дневник:** Записывайте даты, время, геолокацию, позывные или номера техники. Пишите на бумаге,

прячьте. 3. **Свидетели:** Обменивайтесь контактами с теми, кто видел то же самое.

Цена ошибки: Риск жизнью ради эффектного кадра. Кадр не стоит пули.

Глава 99: Возвращение на пепелище. Опасности дома

Вводная ситуация: Ваш город деоккупирован или бои отошли. Вы возвращаетесь в свою квартиру.

Тактика и Механика: Ваш дом больше не ваш дом. Это минное поле. 1. **Растяжки:** Самое первое. Двери, холодильники, шкафы, игрушки на полу – всё может быть заминировано. Не входите в квартиру первым, ждите саперов. Если саперов нет – осматривайте каждый миллиметр с мощным фонарем. 2. **НРБ:** Снаряды, пробившие крышу и застрявшие в перекрытиях. Они могут сдетонировать от хлопка дверью. 3. **Мародеры:** В пустых домах могут скрываться преступники или остатки групп противника.

Цена ошибки: Подрыв на «мине-сюрпризе» в собственном коридоре.

Глава 100: Жизнь продолжается. Новый смысл

Вводная ситуация: Вы потеряли дом, работу, возможно, близких. Вы сидите в лагере беженцев в чужой стране или городе.

Тактика и Механика: 1. **Горизонт планирования:** Сначала – 1 час. Потом – 1 день. Потом – неделя. Не пытайтесь спланировать «всю оставшуюся жизнь». 2. **Опыт:** Вы – один из немногих, кто прошел через ад и выжил. Это дает вам уникальную внутреннюю силу. Вы теперь знаете истинную цену вещам. 3. **Новая база:** Начинайте строить с нуля. Любая работа, любая активность. Труд – лучший лекарь.

Цена ошибки: Пожизненное пребывание в статусе «жертвы». Ожидание подачек и бесконечное оплакивание прошлого.

Заключение: Вы прочитали 100 советов. Ни один из них не гарантирует выживания на 100%. Война – это хаос. Но знание этих алгоритмов повышает ваши шансы с 1% до 70-80%. Главное правило войны: **Выживает не самый сильный и не самый вооруженный, а тот, кто быстрее всех адаптируется к меняющейся реальности.**

Берегите себя. Конец связи.

Глава 12: Оборудование подвала. Отличие надежного бомбоубежища от братской могилы без вентиляции

Ситуация: Начались массированные обстрелы. Вы с соседями спускаетесь в подвал своей пятиэтажки-«хрущевки». Там темно, сыро, пахнет канализацией, а единственный выход – та же лестница, по которой вы спустились. Вы чувствуете себя в безопасности, не понимая, что в случае обрушения подъезда этот подвал превратится в герметичный бетонный гроб.

Тактика и Механика: Инженерная оценка укрытия

Не каждый подвал является убежищем. Большинство подвалов жилых домов – это **технические помещения**, не рассчитанные на ударные нагрузки и длительное пребывание людей.

Признаки «Братской могилы»:

Один вход/выход: Если выход завалит обломками верхних этажей, вы не выберетесь без тяжелой техники.

Транзитные коммуникации: Если через подвал проходят трубы отопления или магистральный газ – один прилет в дом может превратить подвал в камеру с кипятком или га-

зовую камеру.

Отсутствие вентиляции: Через 2-3 часа пребывания 20 человек в закрытом подвале уровень CO₂ поднимется до критического. Начнется паника и удушье.

Слабые перекрытия: Подвалы в старых кирпичных домах часто имеют деревянные или тонкие бетонные перекрытия, которые не выдержат веса рухнувших стен.

Протокол оборудования «Правильного» укрытия:



Второй выход (Обязательно):

Найдите или сделайте технологическое отверстие (окно прямка), через которое сможет пролезть взрослый человек. Держите рядом лом и кувалду для расчистки завала изнутри.



Укрепление потолка:

Если есть возможность, установите вертикальные подпорки (бревна, стальные швеллеры) под несущие балки.



Зонирование:

Разделите подвал на зону отдыха (лежаки из поддонов), зону хранения воды и еды, и зону санузла (максимально далеко от входа и людей).



Инструментальный набор:

Внутри подвала ВСЕГДА должны быть: лом, лопата, кир-

ка, домкрат (минимум на 5-10 тонн), ножовка по металлу. Если вас завалит, вы должны иметь шанс прокопать путь наружу.

Цена ошибки

В Мариуполе и Грозном сотни людей погибли в подвалах не от взрывов, а от невозможности выйти. Заваленные выходы превращали укрытия в склепы, где люди умирали от жажды в течение недели.

Ваш подвал должен иметь «план Б». Если у вас нет лома и второго выхода – вы не в убежище, вы в очереди в морг.

Глава 13: Пожар от попадания снаряда. Специфика тушения и эвакуации при разрушенных лестницах

Ситуация: Снаряд попал в квартиру двумя этажами ниже. Лестничный марш обрушился или забит обломками. Входная дверь заклинена от деформации коробки. Квартира начинает заполняться едким черным дымом от горящего пластика и мебели. Пожарные не приедут – в районе идет бой.

Тактика и Механика: Борьба за живучесть

В современных домах люди чаще гибнут от продуктов горения, чем от огня. Пластиковые окна, натяжные потолки и ламинат при горении выделяют цианиды и фосген. 3-4 вдоха – и вы труп.

Протокол действий при пожаре:

Защита дыхания: Мокрая тряпка на лицо (лучше многослойная марля). Если есть возможность – используйте противогаз с фильтром марки В или специализированный самоспасатель (типа «Феникс»).

Дверь – ваш враг: Не открывайте дверь в коридор, если она горячая на ощупь. Приток кислорода вызовет «обратную тягу» (взрывной выброс пламени в квартиру).

Герметизация: Заткните все щели мокрыми тряпками, чтобы дым не шел из подъезда.

Вода: Наполните ванну и все емкости, пока есть давление в трубах. Это ваш единственный ресурс для тушения мелких очагов.

Пути отхода (Альтернативные): Если лестница разрушена, единственный путь – окна или балконы.

Связки: Имейте запас репшнура (альпинистской веревки) или хотя бы связанных простыней (крайний метод).

Переход к соседям: Иногда проще пробить стену к со-

седам в смежный подъезд, если там нет огня. Имейте тяжелый молоток или кувалду.

Механика перемещения в дыму: Передвигайтесь только на четвереньках или ползком. У пола концентрация дыма ниже, а температура – меньше.

Цена ошибки

Попытка воспользоваться лифтом во время пожара (смертельная ловушка). Попытка выпрыгнуть с 3-го этажа и выше без подготовки (переломы, лишаящие мобильности).

Пожар в зоне БД – это приговор зданию. Ваша задача – выиграть время, чтобы покинуть его любым доступным способом, пока бетон не раскалился.

Глава 14: Вода в осажденном городе. Слив из бойлеров, труб и жесткая химическая очистка

Ситуация: Водопровод отключен. Магазины разграблены или закрыты. У вас осталось 2 литра воды на семью из трех человек. Жажда начинает мутить рассудок. Вы видите лужу во дворе или технический пруд, но знаете, что там может быть что угодно – от солярки до холерного вибриона.

Тактика и Механика:

Поиск и регенерация воды

Без еды человек живет недели, без воды в условиях стресса и физических нагрузок – 3 дня. В городе вода есть везде, но она «грязная».

Где искать воду (Технические запасы):

Бойлеры (Водонагреватели): В каждом баке от 30 до 100 литров чистой питьевой воды. Снизу есть сливной клапан. Это ваш «золотой запас».

Сливные бачки унитазов: Там чистая вода (если вы не используете дезинфицирующие блоки).

Система отопления (Зимой): Воду из батарей можно пить только в крайнем случае после многоступенчатой очистки. Она насыщена химикатами-ингибиторами коррозии.

Трубы: Сливайте остатки воды в самой нижней точке дома (в подвале). Там могут скопиться десятки литров.

Методы очистки (Протокол):



Фильтрация:

Пропустите воду через ткань, затем через самодельный фильтр из активированного угля, песка и гравия. Это уберет муть, но не бактерии.



Кипячение:

Минимум 10 минут активного кипения. Убивает большинство биологических угроз.



Химическая очистка:

Таблетки: Акватабс, Пантоцид.

Белизна (Хлор): 2-4 капли обычной «Белизны» (без отдушек!) на литр воды. Дать постоять 30-60 минут. Запах хлора – признак того, что микробы сдохли.

Йод: 5-10 капель 5% спиртового раствора йода на литр.

Цена ошибки

Употребление сырой воды из открытых источников в городе. В условиях войны канализация часто разрушена и стекает в грунтовые воды. Дизентерия или холера в осажденном городе убивают быстрее снайпера, так как вызывают стремительное обезвоживание.

Вода – это жизнь. Каждый литр должен быть учтен и очищен. Слив воды из бойлера – это первое, что вы должны сделать при отключении водопровода.

Глава 15: Светомаскировка. Цена непогашенной свечи или фонарика во время комендантского часа

Ситуация: Ночь. В городе полная темнота. Вы зажгли одну свечу в глубине комнаты, чтобы переодеться или посмотреть карту. Вы думаете, что через плотные шторы свет не виден. Но для оператора дрона с тепловизором или солдата в ПНВ (приборе ночного видения) ваше окно светится как маяк на фоне мертвого дома. Через 5 минут по окну отрабатывает ВОГ из подствольного гранатомета.

Тактика и Механика: Световая дисциплина

В зоне боевых действий свет = цель. Свет означает, что в здании кто-то есть. Для артиллерии это признак присутствия противника, для мародеров – признак жилого (и, возможно, богатого) помещения.

Принципы светомаскировки:

Blackout (Полное затемнение): Окна должны быть закрыты не просто шторами, а плотной тканью (одеяла, картон), не пропускающей ни одного фотона. Проверьте снаружи – если есть хоть малейшая щель, вы под прицелом.

Красный свет: Если вам нужно пользоваться фонариком, используйте красный фильтр. Красный свет меньше

рассеивается, не сбивает «ночное зрение» и его сложнее заметить издали.

Глубина: Никогда не включайте свет рядом с окном. Только в глубине коридора или в ванной без окон.

Смартфоны: Экран смартфона в темноте виден за сотни метров. Снижайте яркость на минимум, используйте его только под одеялом или в укрытии.

Протокол «Ночь»: – После захода солнца – никаких манипуляций со светом. – Если нужно выйти в подъезд – фонарик включать только короткими вспышками в пол. – Помните о курении: огонек сигареты в ПНВ виден на дистанции до 500-800 метров. Одна затяжка – и снайпер видит вашу голову.

Цена ошибки

Привлечение внимания к своему укрытию. В условиях «нервного» фронта любое движение света воспринимается как работа корректировщика огня. Ответный огонь будет открыт без предупреждения всеми доступными калибрами.

Темнота – ваш союзник. Не выдавайте себя. Учитесь делать всё на ощупь.

Продолжение следует...

Глава 4: Силуэт гражданского. Как не выглядеть как комбатант (одежда, цвета, отсутствие камуфляжа)

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.