

12+

АЛЕКСЕЙ ДОВГУН

10 ФАТАЛЬНЫХ ОШИБОК — ПРИ ЧС — КОТОРЫЕ МОГУТ ПРИВЕСТИ ВАС К ГИБЕЛИ



НЕЗНАНИЕ



ПАНИКА



НЕПРАВИЛЬНЫЕ
РЕШЕНИЯ



НЕГОТОВНОСТЬ



ИГНОРИРОВАНИЕ
ОПАСНОСТИ



Алексей Довгун
10 фатальных ошибок
при ЧС, которые могут
привести вас к гибели.
Канал «Выживший 2.0»

*<https://litres.ru/74153572>
ISBN 9785007019477*

Аннотация

Книга о 10 ошибках, которые люди совершают в первые часы чрезвычайной ситуации — и платят за это слишком высокую цену. Без теории и лишних слов: только реальные сценарии, объяснение последствий и простые действия, которые повышают шансы на выживание. Быстрый формат, который читается за один вечер и запоминается надолго.

Содержание

Зачем эта книга	6
Ошибки в первые дни ЧС	8
Ошибка №1: Надежда на магазины	8
Ситуация	8
Ошибка	8
Последствия	9
Правильные действия	9
Чек-лист	10
Ошибка №2: Аналитический паралич	12
Ситуация	12
Ошибка	13
Последствия	13
Правильные действия	14
Чек-лист: первые 15 минут	15
Ошибка №3: Почему «диванные	17
выживальщики» не справятся	
Синдром «Завтра куплю»	17
Игнорирование запаса воды	18
«Световое шоу» в окнах	18
Попытка «переждать» без информации	18
Отсутствие наличных денег	19
Неумение пользоваться своим снаряжением	19
Паника вместо алгоритма	20

Подведем итоги	20
Хроника катастрофы: ваши первые 72 часа в лесу	21
Конец ознакомительного фрагмента.	24

10 фатальных ошибок при ЧС, которые могут привести вас к гибели Канал «Выживший 2.0»

Алексей Алексеевич Довгун

© Алексей Алексеевич Довгун, 2026

ISBN 978-5-0070-1947-7

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

ВВЕДЕНИЕ:

Зачем эта книга

Эта книга — не мотивация. Это инструмент. Каждая глава описывает конкретную ошибку, которую совершают люди в первые часы чрезвычайной ситуации. Ошибки, за которые платят жизнью, здоровьем или безопасностью семьи.

Вы не найдёте здесь призывов «верить в лучшее» или «сохранять оптимизм».

Вы найдёте чёткие алгоритмы, чек-листы и инструкции, которые работают, когда всё остальное перестаёт.

Книга основана на анализе реальных сценариев ЧС: бл-экауты, природные катастрофы, техногенные аварии, социальные кризисы.

Материал переработан из статей канала «Выживший 2.0» и приведён к единому практическому формату.

Кому эта книга:

Городским жителям, которые хотят быть готовы к отключению коммуникаций

Тем, кто уже собрал «тревожный чемодан», но не уверен в его эффективности

Всем, кто понимает: надеяться на спасателей — не стратегия

Как читать:

- 1.Прочитайте оглавление и найдите свои слабые места
- 2.Изучите главы по порядку или выборочно

3.Выполните чек-листы до наступления ЧС

4.Вернитесь к книге при первых признаках кризиса

5.Время — ваш главный ресурс.

Начните действовать сейчас.

Ошибки в первые дни ЧС

Ошибка №1: Надежда на магазины

Ситуация

За окном — неестественная тишина. Не гудят машины, не лает собака у соседей. Вы подходите к крану: сухо. Телефон показывает «нет сети». Холодильник ещё холодит, но вы уже понимаете — это временно. Вы смотрите на пустые полки. Пачка гречки, банка тушёнки, полбутылки масла. На троих — на один день. Мысль приходит сама, как рефлекс:

«Пойду куплю». Вы берёте кошелёк. Ключи. Куртку. Вы ещё не знаете, что только что совершили первую фатальную ошибку.

Ошибка

Вы полагаете, что магазины продолжат работать, когда начнётся ЧС. Что поставщики привезут товар, кассы примут карту, а охрана обеспечит порядок. Вы откладываете создание запаса «на потом».

«Завтра куплю».

«На следующей неделе соберу».

«Пока же всё спокойно». Это не лень. Это иллюзия контроля. Вам кажется, что кризис — это что-то из новостей, что-то, что случается с другими. Пока не случается с вами.

Последствия

Через 2—3 часа после начала паники полки будут пусты. Не частично. Полностью. Очереди у касс превратятся в давку. Люди толкаются, рвут пакеты, кричат. Кто-то упадёт. Его затопчут. Вы не хотите быть тем, кто упал. Терминалы оплаты не работают без связи. Банкоматы — тоже. Наличных у вас нет, потому что «зачем хранить дома, если есть карта». Вы тратите час, два, три на бесполезные поездки. Возвращаетесь с пустыми руками. А дома — дети. Старые родители. Кот, которого тоже надо кормить. Пока вы бегали, ситуация ухудшилась. Отключили свет. Начались мародёрские рейды. Выйти снова — уже риск. Вы не просто остались без еды. Вы потеряли время. А в ЧС время — это жизнь.

Правильные действия

Правило №1: запас создаётся ДО.

Не когда «запахло».

Не когда «все побежали».

А сейчас. Спокойно. Системно. Минимум автономности

— 14 дней. Это не паранойя. Это расчёт. Две недели — срок, за который стабилизируется логистика или становится ясно, что пора эвакуироваться.

Вода: 3 литра на человека в сутки. Питьё, приготовление еды, гигиена. $3 \times 14 = 42$ литра на одного. Храните в тёмном прохладном месте. Меняйте раз в 3—6 месяцев. Еда: готовые к употреблению продукты. Консервы, сухпайки, галеты, орехи, шоколад. То, что не требует варки и большого количества воды. Проверяйте сроки. Ротируйте: съели старое — купили новое.

Наличные: мелкие купюры. 10—20 тысяч рублей. Пяти-сотки и сотки. Когда терминалы встанут, наличка станет единственным способом купить что-то у тех, у кого ещё есть товар. Храните отдельно от документов.

План Б: если всё же нужно выйти. Маршрут. Время. Цель. Никаких «просто посмотрю».

Вышли — взяли — вернулись.

Без задержек.

Без эмоций.

Чек-лист

— **Вода:** 42 л на человека (3 л $\times$ 14 дней). Канистры, бутылки, фильтр на крайний случай.

— Еда: консервы (мясо, рыба, овощи), крупы быстрого приготовления, сухофрукты, орехи, энергобатончики. Ми-

нимум 1800 ккал/сутки на человека.

— Наличные: 10—20 тыс. руб. мелкими купюрами. В непромокаемом пакете, в тайнике.

— Аптечка: жгут, бинты, антисептик, обезболивающее, антибиотики широкого спектра, препараты от давления/аллергии/диареи. Проверьте сроки. Отработайте навыки.

— Связь и свет: радиоприёмник на батарейках (FM/AM), фонарь, запас батареек, пауэрбанк, спички в гермоупаковке. Документы: копии в водонепроницаемом пакете + оригиналы в быстром доступе.

Запомните: магазин — это не источник выживания. Это точка уязвимости.

Ваш запас — это не хлам в кладовке. Это страховой полис, который нельзя купить в момент пожара.

Готовьтесь, пока тихо. Потому что когда станет громко — будет поздно.

Ошибка №2: Аналитический паралич

Ситуация

Тишина. Потом — хлопок. Запах гари просачивается под дверь.

Или: город гаснет разом — фонари, экраны, гул холодильников.

Или: сирена, от которой стынет кровь.

Чрезвычайная ситуация не стучится. Она врывается.

Ваш мозг, натренированный офисом, аналитикой, долгими совещаниями, мгновенно переключается в привычный режим: «Стоп. Нужны данные. Где источник? Какой масштаб? Куда дует ветер? Что говорят официальные каналы?»

Вы тянетесь к телефону. Открываете браузер. Начинаете скроллить. Звоните коллеге, который «что-то слышал». Строите в голове схему: «Если эвакуация с севера, а пробка на мосту, то, учитывая время суток и прогноз погоды...»

В этот момент дым уже поднимается по вентиляционной шахте.

В этот момент соседи уже бегут по лестнице.

В этот момент «золотой час» — те первые 60 минут, когда ещё можно всё изменить — тикает, как бомба.

Ошибка

Аналитический паралич.

Это не про глупость. Это про интеллект, который стал ложушкой. Вы привыкли, что решение должно быть обоснованным, взвешенным, идеальным. В кризисе эта привычка убивает.

Вы не действуете, потому что ждёте полной картины. Но в ЧС полной картины не будет никогда. Будут обрывки: крики, дым, мигающие огни, панические сообщения в чатах.

Пока вы собираете пазл, ситуация меняется. Огонь распространяется. Дороги блокируются. Ресурсы — заряд телефона, вода в бутылке, время — уходят на бездействие.

Последствия

Дым опережает мысль. Лестничная клетка заполняется угарным газом за 3—5 минут. Пока вы решаете, надевать ли респиратор или «просто прикрою лицо», окно возможностей закрывается. Пробка — это приговор.

Первые 20 минут после сигнала — единственный шанс выехать из зоны.

Потом дороги встают. Навсегда. Ресурсы тают.

Батарея телефона, потраченная на поиск «точной информации», не вернётся.

Вода, которую вы не взяли, потому что «ещё рано», понадобится, когда будет уже поздно.

Вы упускаете инициативу.

Кризис не ждёт.

Тот, кто действует по примитивному плану, но сейчас, оказывается в безопасности.

Тот, кто ждёт идеального решения, остаётся в эпицентре.

Правильные действия

Правило 80/20 для выживания: план, выполненный на «троечку» прямо сейчас, в сто раз лучше идеального плана, который вы доделаете через десять минут.

Упрощайте до абсурда.

— Снаряжение должно работать на уровне рефлекса. Кнопка «Вкл/Выкл». Никаких меню, настроек, обновлений. Фонарь, который включается одной кнопкой, надёжнее смартфона с приложением-фонариком.

— Дублируйте базу. Один источник огня — это ноль. Два — это один. Три спичечных коробка в гермоупаковке + две дешёвые зажигалки + огниво = вы живы. Один нож — это риск. Два — уже система.

— Тестируйте в стрессе. Хотите проверить готовность? Выключите рубильник в квартире. Попробуйте собрать рюкзак, приготовить еду, наложить жгут — в темноте, в тишине, одной рукой. Вы обнаружите, что «идеальный» план рассы-

пается на первом же шаге.

— Примите хаос. Контроль потерян. Идеального решения не существует. Будет только серия быстрых, грязных, но эффективных действий.

—

— Ваша задача — не быть правым.

— Ваша задача — остаться в живых.

Чек-лист: первые 15 минут

Минимальный набор действий определён заранее: эвакуация / укрытие / связь.

Не думать.

Выполнять.

Снаряжение — дуракоустойчивое: кнопки, переключатели, механика. Никаких сенсорных экранов и сложных интерфейсов. Базовые вещи продублированы: огонь (3 источника), свет (2 фонаря + запас батареек), вода (минимум 1,5 л на человека в доступе).

Навыки отработаны в условиях, близких к боевым: жгут наложен в темноте, горелка собрана на ощупь, фильтр для воды проверен на вкус.

Принято внутреннее решение:

«Контроль потерян. Действую по минимуму. Главное — движение».

Запомните: в чрезвычайной ситуации ваш главный враг

— не огонь, не вода, не темнота. Ваш главный враг — привычка думать, когда надо действовать. Аналитический паралич не делает вас умнее. Он делает вас мишенью.

Принцип выживания: лучше сделать неправильно и выжить, чем ждать правильного решения и не успеть.

Ошибка №3: Почему «диванные выживальщики» не справятся

Представь: за окном тишина, которая пугает. В кране нет воды, телефон показывает «нет сети», а холодильник медленно превращается в бесполезный ящик. Большинство людей в этот момент делают глубокий вдох... и совершают свою первую роковую ошибку.

Я видел, как это происходит. Люди не погибают от отсутствия супер-ножей или тактических фонариков. Они «прогорают» на элементарных вещах в первые же 48 часов. Если ты думаешь, что успеешь сообразить на месте — у меня для тебя плохие новости.

Синдром «Завтра куплю»

Самая частая ошибка — надежда на магазины. Как только в городе что-то идет не так, полки пустеют за 2—3 часа. Если ты пошел в супермаркет вместе со всеми, ты уже проиграл.

— Реальность: Огромные очереди, драки за последнюю пачку макарон и риск попасть в давку.

— Как надо: Твой запас должен быть дома до того, как перережут ленточку кризиса. Минимум — 2 недели автономности.

Игнорирование запаса воды

Человек может не есть неделями, но без воды ты «сдуешься» на вторые сутки, особенно на нервах. Ошибка новичка — считать, что 5-литровой баклажки хватит на семью.

— Цифра: Тебе нужно минимум 3 литра на человека в сутки только для питья. А еще гигиена и готовка.

— Совет: Держи в запасе минимум 30—40 литров. Если ЧС застало дома, первым делом наполни ванну, пока в трубах есть остаточное давление.

«Световое шоу» в окнах

Если во всем районе выключили свет, а у тебя в окнах сияют диодные лампы от генератора или мощного повербанка — ты мишень. В кризис люди быстро становятся нервными и голодными.

— Ошибка: Демонстрировать, что у тебя всё хорошо.

— Что делать: Светомаскировка. Плотные шторы, использование слабых налобных фонариков. Лишнее внимание в первые дни тебе не нужно.

Попытка «переждать» без информации

Многие сидят и ждут, когда «включат как было». В это

время ситуация может ухудшаться: зона заражения расширяться, или толпа внизу становиться неуправляемой.

— Твоя база: У тебя должен быть радиоприемник на батарейках. Когда интернет ляжет, это будет единственный источник реальности, а не слухов из подъезда.

Отсутствие наличных денег

«У меня всё на карте» — фраза, которая в ЧС превращает тебя в нищего. Терминалы не работают без связи и электричества.

— Суровая правда: В первые дни бумажные деньги (мелкими купюрами!) еще будут иметь вес. Потом наступит время обмена вещами, но на старте «наличка» может купить тебе место в автобусе или последнюю канистру бензина.

Неумение пользоваться своим снаряжением

Купил крутой фильтр для воды или газовую горелку? Красавчик. А ты пробовал собрать их в темноте, когда руки дрожат от холода?

— Ошибка: Оставлять распаковку девайсов на «черный день».

— Практика: Ты должен знать свое оборудование на ощупь. Прямо сейчас проверь, работают ли батарейки в тво-

ем фонаре. Часто они просто окисляются внутри за год ожидания.

Паника вместо алгоритма

Мозг в стрессе отключается. Ты начинаешь метаться по квартире, хватать ненужные вещи (зачем тебе третья смена белья, если нет аптечки?) и терять драгоценное время.

— У тебя должно быть собрано всё в одном месте. «Тревожный чемоданчик» — это не паранойя, это возможность выйти из дома за 2 минуты, пока лестничная клетка не заполнилась дымом или паникующими соседями.

Подведем итоги

— Вода — приоритет №1. Наполни всё, что можно, при первых признаках кризиса.

— Тишина и незаметность. Не провоцируй окружающих своими запасами.

— Наличка и радио. Связь и возможность купить ресурс — твои козыри.

— Проверка инвентаря. Инструмент, которым не умеешь пользоваться — это просто лишний вес.

Ошибка №4: Почему ваш план «уйти в лес при ЧС» — это приговор для всей семьи

В первые часы любого масштабного кризиса тысячи лю-

дей совершают одну и ту же роковую ошибку. Они грузят в багажник старую палатку, пару спальников из супермаркета, пакет макарон, топор и говорят семье:

«Собирайтесь. Мы уезжаем подальше от города. В лесу переждем, там безопаснее».

Из-за этой красивой иллюзии, бережно вбитой в наши головы голливудскими фильмами и блогерами-походниками, многие не доживают даже до конца первой недели.

Вы уверены, что лес — это ваше спасение от хаоса мегаполиса? Вы думаете, что сможете стать эдаким Рэмбо, который добудет пищу копьем и согреет жену и детей у жаркого костра?

Давайте снимем розовые очки. Если вы типичный городской житель, который бывает на природе пару раз за лето ради шашлыков, то экстренная эвакуация в дикий лес при ЧС — это не спасение. Это форма изоэренного самоубийства. И вот почему.

Хроника катастрофы: ваши первые 72 часа в лесу

Давайте просто смоделируем реальность. Не летнюю прогулку по парку, а настоящую эвакуацию. Допустим, на дворе ноябрь или ранняя весна. Температура около нуля, моросит мерзкий дождь, переходящий в снег. Вы уехали от городских проблем на своей машине так далеко, как смогли, пока не

уперлись в непролазную грязь. Дальше — пешком.

День первый: Столкновение с реальностью

Световой день заканчивается предательски быстро. В городе вы привыкли к уличному освещению, здесь же в 17:00 наступает крошечная, первобытная тьма. Вам нужно поставить палатку, заготовить дрова и развести огонь.

Ваши дети замерзли и ноют. Жена в панике. Вы берете свой красивый тактический топор и идете рубить дрова. Через 20 минут вы понимаете, что сырая древесина не горит. Ваши руки стерты в кровь, спина мокрая от пота (а потеть на холоде — это первый шаг к гибели от переохлаждения). Костер из влажных веток еле дымит, не давая тепла. Вы ложитесь спать в палатку, не сняв мокрую одежду, потому что переодеваться дико холодно.

День второй: Энергетический коллапс

Вы просыпаетесь от того, что вас трясет. Температура ночью упала до -5°C . Земля вытянула из вас все тепло, потому что ваш туристический коврик рассчитан на летний пляж, а не на промерзший грунт.

Вам нужно пить. В городе вы просто открывали кран. Здесь вам нужно найти ручей, набрать ледяной воды и вскипятить её (ведь фильтров от лямблий и кишечной палочки у вас нет). А костер вы так и не научились разводить с одной спички. Вы тратите колоссальные 2000—3000 калорий просто на то, чтобы поддерживать базовый лагерь, рубить дрова и дрожать от холода. Ваша пачка макарон и три банки ту-

шенки исчезают на глазах.

День третий: Точка невозврата

У кого-то из семьи начинается диарея от плохо прокипяченной воды или грязных рук. В условиях города это решается таблеткой и теплым туалетом. В лесу при минусовой температуре это приводит к стремительному обезвоживанию и потере сил. Вы понимаете, что вам нужна медицинская помощь, тепло и нормальная еда. Но машина застряла в 10 километрах отсюда, телефоны сели еще вчера, а вокруг — только молчаливые деревья.

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.