PATVIRTINTA
Jonavos rajono neįgaliųjų veiklos centro
direktoriaus 2024 m. birželio 6 d. įsakymu
Nr. Į-1-58

JONAVOS RAJONO NEĮGALIŲJŲ VEIKLOS CENTRO EKSTREMALIŲ SITUACIJŲ VALDYMO PLANO PAPILDYMAS DĖL DARBUOTOJŲ CIVILINĖS SAUGOS MOKYMO METODINĖS MEDŽIAGOS KAIP ELGTIS KARO ATVEJU

Jonava

2024

JONAVOS RAJONO NEĮGALIŲJŲ VEIKLOS CENTRO DARBUOTOJŲ CIVILINĖS SAUGOS MOKYMO METODINĖ MEDŽIAGA

KAIP ELGTIS KARO ATVEJU

I SKYRIUS

KARO PADĖTIS

Karo padėtis yra ypatinga teisinė padėtis, kuri įvedama prireikus ginti tėvynę ginkluoto užpuolimo ar jo grėsmės atveju, kai kyla grėsmė Lietuvos valstybės suverenumui ar jos teritorijos vientisumui, arba prireikus vykdyti Lietuvos valstybės tarptautinius įsipareigojimus siekiant užtikrinti valstybės gynybą ir kitas gyvybiškai svarbias valstybės funkcijas karo metu. Karo padėtį (visoje Lietuvos teritorijoje arba jos dalyje) įveda Seimas, tačiau prezidentas ginkluoto užpuolimo atveju taip pat gali priimti šį sprendimą (jis vėliau turi būti tvirtinamas Seimo). Esant karo padėčiai, suformuojamos šalies ginkluotosios pajėgos. Joms vadovauti prezidento dekretu skiriamas kariuomenės vadas, kuris yra pavaldus gynybos veiksmų civilinei vadovybei. Užtikrinant savivaldos veiklos tęstinumą, savivaldybėse, kai šių savivaldos institucijos negali veikti, teigiamos karinės komendantūros. Joms vadovauja karo komendantai. Esant karo padėčiai, gali būti įsteigti karo lauko teismai (prezidento sprendimu) ir įvestas karinis patruliavimas (ginkluotųjų pajėgų vado sprendimu).

II SKYRIUS

KĄ DARYTI PASTEBĖJUS SAVO GYVENAMOJOJE APLINKOJE AR KITOJE ŠALIES VIETOJE NEAIŠKIAS GINKLUOTŲ ASMENŲ GRUPES

Pastebėję savo gyvenamojoje aplinkoje ar kitoje šalies vietoje neaiškias ginkluotų asmenų grupes, praneškite Bendrajam pagalbos centrui telefonu 112.

III SKYRIUS

KĄ DARYTI IŠGIRDUS KAUKIANČIĄ SIRENĄ

Dėmesio visiems – tai įspėjamasis pulsuojančio 3 minučių trukmės kaukimo garsinis signalas (9 sekundės kaukimo – 6 sekundės pauzė). Juo pranešama apie artėjančios ar susidariusios ekstremaliosios situacijos grėsmę, perspėjimo sistemos patikrinimą ar civilinės saugos pratybas.

Išgirdę sirenos kaukimą:

- įjunkite radiją arba televizorių ir išklausykite informaciją bei rekomendacijas;
- griežtai laikykitės rekomendacijų;
- būkite įsijungę LRT radijo ir (arba) LRT televizijos programas;
- laukite tolesnių nurodymų.

IV SKYRIUS

KĄ DARYTI, JEIGU SKELBIAMAS ORO PAVOJUS

„Oro pavojus“ – tai balsu skelbiamas signalas-pranešimas, įspėjantis apie tiesioginę priešo užpuolimo grėsmę. Jis transliuojamas per radiją ir (arba) televiziją, garsines avarinio signalizavimo sistemas, elektronines sirenas ne vėliau kaip per 3 min. nuo įspėjamojo garsinio signalo perdavimo pradžios.

Išgirdę šį signalą:

• privalote išjungti iš elektros tinklo nenaudojamus elektros prietaisus, dujas ir vandenį;

• pasiimkite dokumentus, pinigus, maisto produktų, vandens, turimas asmeninės apsaugos ir medicinos pagalbos priemones, būtiniausių vaistų, apsirenkite ir skubėkite į artimiausią kolektyvinės apsaugos statinį ar kitą priedangą (žr. priedą);

• jei liekate namuose, užgesinkite šviesą, užtraukite užuolaidas, slėpkitės rūsyje ar kitoje priedangoje;

• nepasiduokite panikai, perspėkite artimuosius, kaimynus.

V SKYRIUS
KAIP ĮSIRENGTI SLĖPTUVES

Visuose daugiabučiuose yra sandėliukų. Juose galima slėptis nuo bombardavimų, kartu tai gera vieta produktų, kuro, medikamentų paprastoms atsargoms saugoti. Jeigu neturite sandėliuko, tokiu atveju galite įsirengti saugų kambarį. Labiausiai tinka mūrinio namo apatinis aukštas. Pasirinkite kambarį, kuriame mažiausiai langų, nes juos privaloma užtaisyti. Tačiau nepamirškite, kad langas yra tinkamiausias atsarginis išėjimas, nes jeigu aklai užsibarikaduosite, užgriuvus perdangoms, būsite įkalinti.

Kaip rūsį paversti slėptuve:

• geriausiai tinka rūsiai betoniniais perdengimais, tvirtomis sienomis;

• sukalkite tvirtas plačias lentynas ir pastatykite jas palei sieną. Prireikus lentynos daiktams sudėti gali būti panaudotos kaip suolai ar gultai;

• iš anksto numatykite antrą išėjimą iš rūsio, jeigu yra galimybė, jį įsirenkite;

• rūsyje iš anksto turi būti įrengta ventiliacijos anga. Numatykite ir papildomą ventiliaciją – tinka apie 150 mm skersmens vamzdis. Pagalvokite, kaip greitai galėsite jį pritaikyti;

• jeigu rūsyje turite krosnelę, jos dūmtraukis turėtų būti išvestas į lauką, o grindys po krosnele apsaugotos nuo galimo gaisro (išklotos plytomis, uždengtos betonine plokšte ir pan.);

• rūsio grindis išklokite lentomis ar medžio plokštėmis šilumai sulaikyti;

• jeigu rūsys su langais, turėkite maišų. Rūsio langai iš išorės turi būti uždengti smėlio pripiltais maišais, kad į vidų nepatektų skeveldrų;

• atsineškite į rūsį portatyvinę viryklę (dujinę), žibalinę lempą;

• rūsyje laikykite dalį atsargų (vandens, maisto), šiltų drabužių, būtinųjų reikmenų;

• vandeniui laikyti turėkite 40 l talpos bidoną ar kitą talpyklą;

• iš anksto nuspręskite, kurioje vietoje įrengsite tualetą (galima naudoti kibirą su dangčiu);

• jeigu gyvenate daugiabutyje, tikėtina, kad rūsyje slėpsitės ne vieni, todėl galėsite telktis draugėn su kaimynais:

• užteks kelių krosnelių visam rūsiui – jas reikėtų pastatyti šalia rūsio langų, o dūmtraukius išvesti pro langus; krosnelės atliks ir apšvietimo funkciją;

• galėsite skirti vieną patalpą maistui, atskirą patalpą tualetui; bendrai gaminti valgį, bendromis pastangomis papildyti maisto produktų ir vandens atsargas.

VI SKYRIUS
KĄ DARYTI, PASIRODŽIUS PRIEŠIŠKIEMS KARIAMS JŪSŲ MIESTE AR GYVENVIETĖJE

Pirmiausia reikia įsisąmoninti, kad jūs – civilis gyventojas, kuriam rūpi išlikti gyvam ir saugiai pasitraukti iš karo veiksmų zonos. Jūs nesate pareigūnas, karys, rezervistas ar savanoris – jie

turi elgtis pagal iš anksto numatytą planą ir organizuotai. Kol kas jūs neturite specialių žinių ir įgūdžių, kaip kariauti. Jūsų tikslas – pasiekti saugią zoną ir ten apsispręsti, kaip elgtis toliau.

Civiliai gyventojai konflikto metu turi suprasti, kad namai, kuriuose gyvena, nėra svarbiau už jų gyvybę, todėl nereikia stengtis bet kokia kaina būstą ginti ir saugoti. Jei tikimasi, kad jūsų gyvenamajame rajone vyks susirėmimai, patartina evakuotis į kaimo vietoves, kuriose galima iš anksto sukaupti atsargų išgyventi. Labai tikėtina, kad konflikto ar karo metu pinigai turės mažai vertės, todėl kur kas svarbiau kaupti potencialiai paklausius produktus ir daiktus (pvz., cigaretes, baterijas, akumuliatorius, degtukus, negendančius maisto produktus, stiprų alkoholį), kurie taps mainų objektu.

Stenkitės išlikti ramūs. Bandykite išsiaiškinti, kas vyksta, ir tik tuomet spręskite, ką daryti. Jeigu matote kieme kareivius, nesiartinkite prie jų – būdami šalia galite tapti taikiniu ar atsitiktinės kulkos auka. Nepasiduokite pagundai pasižiūrėti į karinę techniką, ginklus ar ginkluotus žmones iš arčiau – smalsuoliai gali būti palaikyti šnipais.

Neleiskite vaikų į gatves – jie smalsūs: gali patekti po tanko vikšrais, rasti sprogmenį ir kt. Neprovokuokite priešo kareivių juos atvirai filmuodami ir fotografuodami. Kalbėdami su ginkluotu žmogumi, nelaikykite rankų kišenėse, nedarykite staigių judesių. Jeigu matote kieme kareivius, nesiartinkite prie jų – būdami šalia galite tapti taikiniu ar atsitiktinės kulkos auka. Nesiginčykite su žmogumi, kurio rankose ginklas. Jei į jūsų namus įėjo ginkluoti žmonės ir ketina juose įsikurti, išeikite iš namų. Jeigu susiruošėte į miestą, verčiau eikite pėsčiomis, o ne važiuokite automobiliu.

VII SKYRIUS

KĄ DARYTI, JEIGU ŠALIA AIDI ŠŪVIAI AR VYKSTA SUSIŠAUDYMAS

Jeigu pasigirdus šūviams esate lauke, nebėkite – tuoj pat griūkite ant žemės ir rankomis prisidenkite galvą. Griūkite ten, kur stovite, neieškokite švaresnės vietos. Kol aidi šūviai, stenkitės kuo labiau prisispausti prie žemės, o, jiems nutilus, šliaužkite į patikimesnę vietą (požeminę perėją, rūsį, pirmą pastato aukštą, griovį, už šiukšlių konteinerio ir pan.). Pasigirdus šūviams ar vykstant susišaudymui jūsų name, nesiartinkite prie langų; išjunkite šviesą ir pasitraukite į patalpą be langų (vonios kambarys, sandėliukas). Jeigu pasigirsta susišaudymo garsai ir namuose nesaugu, eikite į artimiausią kolektyvinės apsaugos statinį, kur jums bus suteiktas prieglobstis ir pagalba.

VIII SKYRIUS

KAIP PATIEMS EVAKUOTIS IŠ KARO APIMTOS TERITORIJOS

Jei galite, kuo skubiau išvykite iš miesto į gyvenvietę, kaimą, pas draugus, giminaičius, nes ten mūšių tikimybė mažesnė, taip pat bus lengviau apsirūpinti vandeniu, maistu. Iš anksto susiplanuokite maršrutą, numatykite, kur galėtumėte laikinai apsistoti, pralaukti neramumus ar sulaukti pagalbos iš šalies. Būkite iš anksto susidėję būtiniausius reikmenis. Evakavimo atvejui būkite prisipildę automobilio degalų baką. Jeigu pavėlavote išvykti automobiliu, eikite pėsčiomis.

Evakuodamiesi stenkitės atrodyti kaip civiliai: nesirenkite rusvai žalsvos (chaki) ar maskuojamųjų spalvų drabužiais, nesirinkite kariškų kuprinių, venkite matomoje vietoje kabinti medžioklinius peilius ar gertuves. Eikite neskubėdami, stenkitės būti ramūs ir panašūs į civilius, norinčius išeiti (juk taip ir yra). Maisto ir vandens atsargas, būtiniausius daiktus, kuriuos pasiėmėte su savimi, išskirstykite į dalis – geriau penki ryšulėliai nei vienas milžiniškas lagaminas. Būtinai susikraukite vieną mažesnę kuprinę, kurioje būtų maisto ir vandens, ir evakavimosi metu jos niekada nenusiimkite.

Vykite keliais, kuriuose reguliuojamas civilių judėjimas arba kuriuos nurodo evakavimą ir pasitraukimą organizuojančios institucijos. Kituose keliuose gali vykti intensyvus kariuomenės judėjimas, ten būti jums bus pavojinga. Ieškokite kontrolės punktų: kiekvienoje kariuomenės kontroliuojamoje teritorijoje yra numatyti civilių gyventojų pasitraukimo, evakavimo keliai. Kontrolės punktuose jums bus suteikta būtiniausia informacija. Venkite kelių, einančių pro strateginius objektus. Venkite nežinomų ar abejotinų kelių, nes taip galite nuklysti nuo savo tikslo ir atsidurti pavojuje. Keliaukite tik prašvitus ar šviesiu paros metu, nes naktį atskirti civilį nuo kario labai sunku. Ieškokite kontrolės punktų, nes kiekvienoje kariuomenės kontroliuojamoje teritorijoje yra numatyti civilių gyventojų pasitraukimo, evakavimo keliai.

Jeigu reikia nakvoti mieste – nakvynei geriau pasirinkite atvirą vietą, o ne tuščius pastatus, kuriuose yra vykę mūšiai (jie gali būti užminuoti). Jeigu gatvėse yra žuvusiųjų, verčiau jų nelieskite. Jeigu konfliktas nesibaigė ir jūsų gyvenamąją vietovę vis dar kontroliuoja priešo pajėgos, o jūs iš jos buvote pasitraukę, stenkitės negrįžti, kad nebūtumėte apkaltinti šnipinėjimu.

IX SKYRIUS
KAIP IŠGYVENTI LIKUS PRIEŠO UŽIMTOJE TERITORIJOJE

Pasirūpinkite vandens atsargomis, nes tikėtina, kad vandens tiekimas bus nutrūkęs arba vanduo tiekimo sistemose gali būti užšalęs (žiemos metu), – kol galite, prisipildykite visas talpas vandens (net vonią). Maisto saugiausia gauti tose vietose, kur centralizuotai dalijama humanitarinė pagalba. Vandenį pilkitės iš šulinių, gręžinių, atvirų vandens telkinių. Miestuose gali būti galimybė gauti vandens centralizuotai: priešgaisrinėse gelbėjimo tarnybose, ligoninėse, veikiančiuose kolektyvinės apsaugos statiniuose.

Parduotuvės gali nedirbti, jos gali būti sugriautos, tačiau ir apgriautose parduotuvėse ar prekybos vietose galima rasti būtinų maisto produktų ar kitų buities priemonių. Visgi ieškodami maisto tokiose vietose būkite atsargūs – jose gali būti nesprogusių ar tyčia paliktų sprogmenų. Eidami ieškoti vandens ir maisto, su savimi pasiimkite dviratį ar karutį. Jais ir atsigabensite atsargas į savo gyvenamąją vietą. Taip mažiau atkreipsite priešiškų karių dėmesį.

Įvertinkite poreikį ir galimybę įsigyti ginklą apsiginti nuo plėšikų ir marodierių. Rasto ginklo į rankas neimkite, nes jis gali būti užminuotas arba naudojamas kaip priešo priviliojimo priemonė.

Nevaikščiokite sutemus ar naktį – kitaip rizikuojate žūti, nes priešo kariai naktį vaikščiojantį žmogų vertins kaip norintį persidislokuoti, gabenantį ginklus ar atliekantį žvalgybą priešą. Mieste eikite matomomis vietomis ir apsirengę taip, kad nekeltumėte įtarimo priešo kariams: kuo kuklesniais ir paprastesniais drabužiais, be jokių emblemų ir kariškų elementų. Moterys ir merginos turėtų rengtis kuo uždaresniais, beformiais drabužiais, nes joms priešo karių draugija yra ypač pavojinga.

Neduokite interviu, nesileiskite priešininko filmuojami ar fotografuojami. Jeigu nepriklausomu žurnalistu prisistatantis asmuo nori paimti interviu, įsitikinkite, kad jis yra būtent tas, kuo prisistato. Nelieskite žuvusiųjų. Rasto ginklo į rankas neimkite, nes jis gali būti užminuotas arba naudojamas kaip priešo priviliojimo priemonė.

Įvertinkite, ar jūsų būstas yra šalia minosvaidžio pozicijos; ar ant jūsų namo stogo įsitaisė snaiperis; ar jūsų būstas gali patekti į „valymo“ zoną.

Susiraskite likimo draugų: kartu su draugais, giminaičiais daug lengviau apsiginsite nuo banditų ir marodierių.

Įsirenkite slėptuves. Visuose daugiabučiuose yra sandėliukų, kuriuose galima apsisaugoti nuo bombardavimo. Kartu tai yra gera vieta saugoti elementarias produktų, kuro, medikamentų atsargas. Jeigu neturite sandėliuko, galite įsirengti saugų kambarį.

Tam labiausiai tinka mūrinio namo apatinis aukštas. Pasirinkite kambarį, kuriame yra mažiausiai langų – juos reikia uždengti. Tačiau nepamirškite, kad, jeigu aklai užsibarikaduosite, užgriuvus perdangoms, liksite įkalinti. Norint išvengti tokių atvejų, privalu pagalvoti apie atsarginį išėjimą. Langas tokiu atveju yra tinkamiausia vieta.

X SKYRIUS

KAIP ELGTIS, JEIGU PRIEŠO KARIAI TIKRINA PATALPAS IR REIKALAUJA PARODYTI DOKUMENTUS

Į patikrinimą reaguokite kaip į nemalonų, bet neišvengiamą dalyką. Jeigu priešo kareivis, nukreipęs į jus ginklą, liepia parodyti dokumentus – ramiai tai padarykite. Nenukreipkite žvilgsnio nuo patikrinimą atliekančių karių, bet ir nespoksokite į juos įkyriai. Patikrinimo metu stovėkite ramiai ten, kur nurodė, nejudėkite – nebent būtų liepiama atidaryti kurias nors duris.

Kad patikrinimas greičiau baigtųsi, pakluskite nurodymams, elkitės ramiai ir natūraliai: nesiblaškykite, nesidairykite, neplepėkite ir nesielkite taip, kad galėtų atrodyti, jog pabrėžtinai tylite.

Tuo atveju, jei agresoriui pavyktų užimti dalį šalies teritorijos, reikia išnaudoti pilietinės gynybos būdus, kurie neleistų jam įtvirtinti savo valdžios. Jei žinosime ir aktyviai taikysime pagrindinius pilietinės gynybos principus ir būdus, kiekvienas atskirai ir visi kartu būsime daug stipresni ir agresorių įveiksime.

XI SKYRIUS

KAIP ELGTIS, JEIGU AGRESORIAUS KARINĖS PAJĖGOS LAIKINAI ĮSITVIRTINO JŪSŲ GYVENVIETĖJE AR MIESTE IR ĮSTEIGĖ OKUPACINĘ ADMINISTRACIJĄ

Nebendradarbiaukite su okupacine administracija, nevykdykite okupantų ir kolaborantų nurodymų, nedalyvaukite jų organizuojamuose susirinkimuose, mitinguose ar kituose renginiuose, neteikite jiems jokios informacijos. Protestuokite prieš okupacinės administracijos veiksmus.

Esant galimybei, bandykite įtikinti priešo karius, kad jūs kovojote su jų vadų skleidžiama propaganda ir nenorite sukelti grėsmės patiems kariams, kaip atskiriems žmonėms. Esant galimybei, vaizdo įrašymo priemonėmis fiksuokite agresoriaus pajėgų veiksmus ir prieinamais būdais (pvz., internetu) perduokite įrašus tarptautinėms žinių tarnyboms (CNN, BBC ir t. t.)

Išnaudokite visas priemones, kad parodytumėte priešo visuomenei, kokias nusikalstamas veikas daro jos autoritetai, lyderiai, vadai ar vyriausybė, bei praneštumėte apie vykdomą agresiją (rekomenduotina kreiptis laiškais, per socialinius tinklus, žiniasklaidą, tarptautines informavimo priemones).

Naudodamiesi socialiniais ir mobiliojo ryšio tinklais, taip pat tiesiogiai (asmeniškai) bendraudami platinkite informaciją savo ir kitų šalių žmonėms apie tikrąją padėtį. Esant galimybei, vaizdo įrašymo priemonėmis fiksuokite agresoriaus pajėgų veiksmus ir prieinamais būdais (pvz., internetu) perduokite įrašus tarptautinėms žinių tarnyboms (CNN, BBC ir t. t.).

Jeigu prasidėjus kariniam konfliktui, išliks galimybių naudotis internetu, renkite kibernetines atakas prieš agresoriaus ar okupanto informacines sistemas. Padėkite nukentėjusiesiems nuo okupantų smurto ir represijų.

XII SKYRIUS

PATARIMAI, KAIP PALENGVINTI SAVO EMOCINĘ BŪKLĘ, KAI UKRAINOJE VYKSTA KARAS

Informacijos srautas. Raskite informacijos srauto balansą. Per didelis srautas gali sukelti tokias emocijas kaip nevaldomas pyktis, liūdesys, kaltės jausmas. Venkite sukrečiančių vaizdų.

Informacijos kokybė. Sekite oficialius nacionalinius informacijos šaltinius. Venkite neaiškios kilmės šaltinių. Dezinformacija – informacinio psichologinio karo dalis. Krašto apsaugos ministerijos informacija.

Įprastinė (rutininė) veikla. Planuokite dienos ir savaitės veiklas bei jas įgyvendinkite. Stresinėse situacijose aiški rutina, planavimas ir režimas labai padeda.

Sveikas ir fiziškai aktyvus gyvenimo būdas. Rūpinkitės savo mityba, gerkite vandens, darykite kvėpavimo pratimus, užsiimkite sportu ir fizine veikla, klausykite relaksacinės muzikos, skaitykite knygas.

Bendravimas su artimaisiais, draugais, kolegomis. Dalinkitės savo mintimis su kolegomis, draugais. Nelikite vieni su savo mintimis. Dirbkite ir tęskite savo darbus.

Emocijų reguliavimas. Jausti emocijas yra normalu. Vienos jų – malonesnės, kitos – ne itin. Emocijų funkcija – saugoti mus, padėti mums tinkamai funkcionuoti. Labai svarbu emocijas kontroliuoti ir neleisti joms išvešėti.

Profesionali psichikos sveikatos specialistų pagalba. Kreipkitės į psichologą, psichiatrą ar psichoterapeutą, jei ilgesnį laiką nesijaučiate gerai ir to nepavyksta sukontroliuoti.

Naudingos informacijos ir rekomendacijų nuorodos:

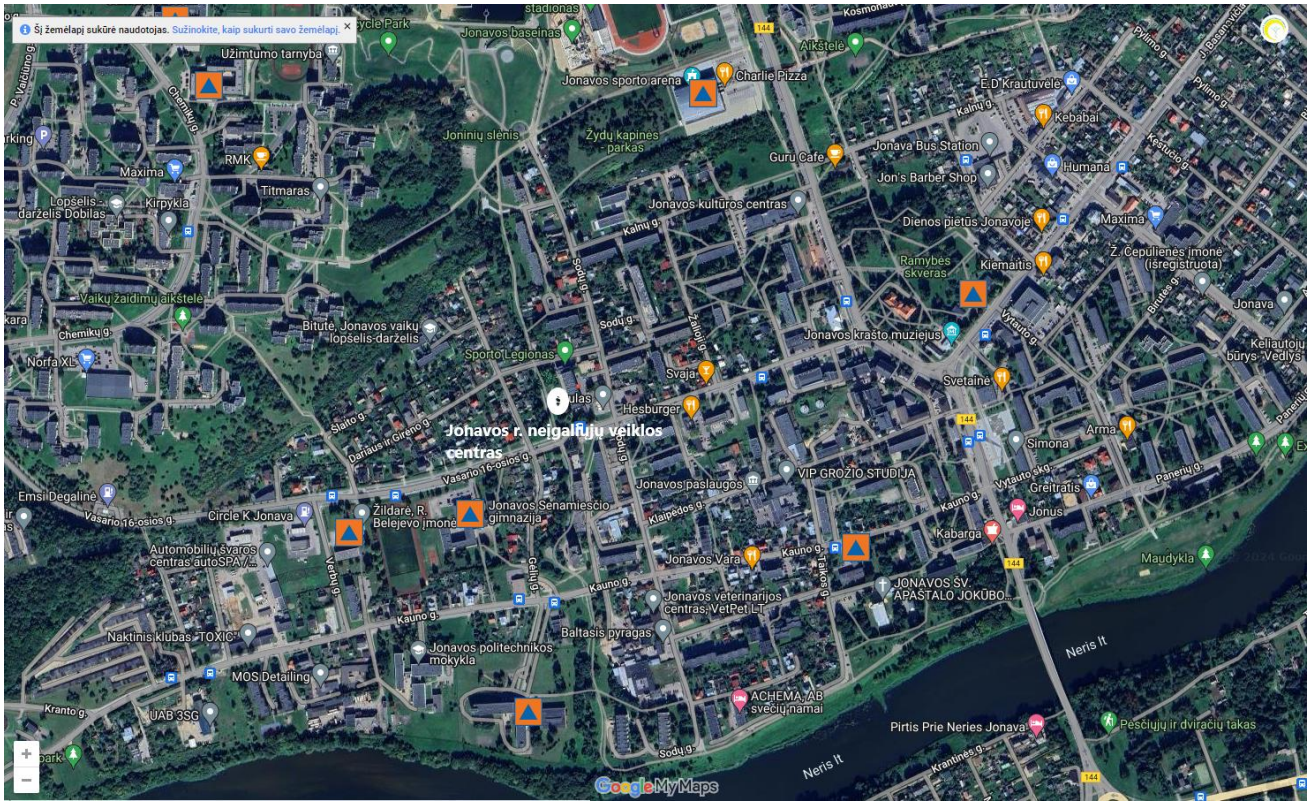
https://kam.lt/lt/katurimezinoti.html

https://www.lt72.lt/?page_id=3019

Jonavos rajono neįgaliųjų veiklos centro ekstremalių situacijų valdymo plano papildymo dėl darbuotojų civilinės saugos mokymo metodinės medžiagos kaip elgtis karo atveju

priedas

Artimiausių kolektyvinės apsaugos statinių, esančių šalia Jonavos rajono neįgaliųjų veiklos centro, žemėlapis.



- kolektyvinės apsaugos statinys.

Artimiausių priedangų, esančių šalia Jonavos rajono neįgaliųjų veiklos centro, žemėlapis.

- priedanga.