

**Ką turime žinoti apie
pasirengimą ekstremaliosioms
situacijoms ir karo metui:
rimti patarimai linksmi**

Vilnius, 2015

UDK 355.58(474.5)

Ka-16

Atsakingasis redaktorius dr. Karolis Aleksa

Iliustracijų dailininkas Ilja Bereznickas

Kalbos redaktorė Renata Alauskaitė-Mikalainienė

Maketuotojos Aida Janonytė, Violeta Pikčiūnaitė

© Krašto apsaugos ministerija, 2015

© Ilja Bereznickas, 2015

ISBN 978-609-412-083-1

- 4 ■ Įžanginis žodis
- 7 ■ Kaip šeimai pasiręgti nelaimės atvejams
- 8 ■ Kaip pasiręgti galimai evakuacijai
- 9 ■ Atsargos, reikmenys, pagrindiniai ir papildomi daiktai
- 12 ■ Kaip rūšį paversti slėptuve
- 13 ■ Ką daryti nutikus nelaimei
- 14 ■ Ką daryti išgirdus kaukiančią sireną
- 15 ■ Informacija, teikiama paskelbus gyventojų evakavimą
- 15 ■ Ką daryti, jeigu pareigūnai nurodė evakuotis ar jūs nusprendėte, kad likti namuose nesaugu
- 17 ■ Kaip elgtis, jeigu namuose nesaugu, o evakuotis nėra galimybės
- 18 ■ Ką daryti kilus cheminiam pavojui
- 20 ■ Ką daryti kilus radiaciniam pavojui
- 21 ■ Jodo profilaktika
- 23 ■ Kaip elgtis grįžus iš cheminėmis, biologinėmis ar radioaktyviosiomis medžiagomis užterštos aplinkos
- 23 ■ Ką daryti pastebėjus įtartina daiktą ar sprogmenį
- 25 ■ Ką daryti, jeigu šalia įvyko sproginas
- 26 ■ Kaip elgtis patekus po nuolaužomis
- 28 ■ Kaip saugiai elgtis patekus į spūstį minioje
- 29 ■ Kaip elgtis nelaimei praėjus ir jums grįžus į namus
- 31 ■ Ką daryti, jeigu jus paėmė įkaitu
- 33 ■ Ką reikia žinoti, jeigu bus paskelbta mobilizacija
- 35 ■ Kur turės atvykti karo prievolė, pašaukti į karo tarnybą
- 36 ■ Ką turi žinoti kariai, išleisti į atsargą
- 37 ■ Ką daryti pastebėjus savo gyvenamojoje aplinkoje ar kitoje šalies vietoje neaiškias ginkluotų asmenų grupes
- 38 ■ Ką daryti, jeigu skelbiamas oro pavojus
- 38 ■ Ką daryti, pasirodžius priešiškiems kariamais jūsų mieste ar gyvenvietėje
- 39 ■ Ką daryti, jeigu šalia aidai šūviai ar vyksta susišaudymas
- 40 ■ Kaip patieks evakuotis iš karo apimtos teritorijos
- 42 ■ Kaip išgyventi likus priešo užimtoje teritorijoje
- 44 ■ Kaip elgtis, jeigu priešo kariai tikrina patalpas ir reikalauja parodyti dokumentus
- 45 ■ Kaip elgtis, jeigu agresoriaus karinės pajėgos laikinai įsitvirtino jūsų gyvenvietėje ar mieste ir įsteigė okupacinę administraciją
- 46 ■ Lietuvos kariuomenės skiriamieji ženklai
- 49 ■ Lietuvos kariuomenės karių laipsniai
- 52 ■ Lietuvos kariuomenės ir kitų krašto apsaugos sistemos institucijų skiriamieji ženklai
- 54 ■ Civilinės saugos ženklai
- 55 ■ Literatūros ir šaltinių sąrašas

Mieli Lietuvos piliečiai,

Prieš Jūsų akis – antrasis sutrumpintas leidinio „Ką turime žinoti apie pasirengimą ekstremaliosioms situacijoms ir karo metui“ leidimas. Šis leidinys, palyginti su pirmuoju, gerokai pakeistas: jame pateikiami tik praktiniai patarimai ir su jais susijusi informacija, todėl jis trumpesnis ir mažesnio formato. Knygelei panaudotos iliustracijos yra linksmos ir išraiškingos, tačiau, pateikdami patarimus, nejuokavome – juos reikėtų vertinti visiškai rimtai. Šis leidinys buvo rengiamas krašto apsaugos sistemos specialistams bendradarbiaujant su Ugniagesių gelbėtojų mokyklos Civilinės saugos mokymo centro darbuotojais.

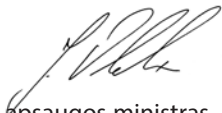
Informaciją leidiniui atrinkome ir tokį leidinio formatą pasirinkome, atsižvelgę į pastabas, kurių sulaukėme per ankstesnio leidinio viešuosius pristatymus, ir į gautus komentarus raštu. Esame labai dėkingi skaitytojams už išsakytas mintis. Įsitikinome, kad šalies gyventojams aktualiausi konkretūs patarimai, ką daryti susidarius ekstremaliosioms situacijoms ar karo metu. Labai svarbu, kad visuomenė domisi šia tema. Tai rodo jos sąmoningumą ir brandą – žinojimas suteikia pranašumo net ir galimo agresoriaus atžvilgiu ir daro mus stipresnius ir saugesnius.

Šiame leidinyje rasite apie 30 išsamiai aprašytų patarimų, kaip elgtis įvairių nelaimių ar karo atveju, – kai kurie iš jų, palyginti su

pirmuoju leidimu, yra gerokai išplėsti. Didesnė patarimų dalis yra iliustruota (ilustracijų autorius – Lietuvos animacinio kino režisierius, dailininkas Ilja Bereznickas). Tikimės, kad vaizdinės priemonės padės geriau įsiminti, ką konkrečiu atveju reikėtų daryti ir, priešingai, – ko patartina vengti. Leidinyje taip pat supažindiname su Lietuvos kariuomenės skiriamaisiais ženklais – pagal juos visada galima atskirti Lietuvos karius nuo neaiškių, iš pirmo žvilgsnio galbūt panašių ginkluotų asmenų.

Tiems, kurie neturėjo galimybės paskaityti pirmojo šio leidinio leidimo, būtinai rekomenduojame tai padaryti – jį galima rasti Krašto apsaugos ministerijos interneto svetainėje (http://www.kam.lt/lt/ka_turime_zinoti_apie_pasirengima_ekstremalioms_situacijoms_ir_karo_atvejui.html).

Labai lauksime Jūsų minčių apie leidinį, kurį dabar laikote savo rankose ar vartote internete. Tikiuosi, kad jis suteiks Jums tikrai naudingų žinių.



Krašto apsaugos ministras
Juozas Olekas



Iš anksto pasidomėkite,
kur yra artimiausi kolektyvinės
apsaugos statiniai, kuriuose
ekstremaliųjų situacijų ar karo
metu bus galima pasislėpti

Nė viena valstybė nėra apsaugota nuo įvairiausio pobūdžio nelaimių. Dažniausiai nuo jų nukenčia gyventojai, dėl to tokiais atvejais jiems reikia valstybės institucijų ir kitų visuomenės narių pagalbos. Jei būsite iš anksto susipažinę ir vadovausitės praktiniais patarimais, ką reikėtų daryti patiems ir kaip pagelbėti šalia esantiems, apsisaugoti nuo nelaimių ar pergyventi nelaimės laikotarpį bus daug lengviau.

Kaip šeimai pasirengti nelaimės atvejams

- Pakalbėkite su šeimos nariais apie galimas nelaimes.
- Išsiaiškinkite, kokių nelaimių gali nutikti.
- Pasitarkite, ką darytumėte kiekvienos galimos nelaimės atveju.
- Išsiaiškinkite su visais šeimos nariais, kurios vietos namuose saugiausios, kokiais atvejais reikėtų slėptis kuo toliau nuo langų, kokiais atvejais slėptis negalima.



- Susitarkite, kaip veikssite, jeigu, nutikus nelaimei, visi būsite skirtingose vietose.
- Susitarkite, kaip pasirūpinsite mažais, senais ir negalią turinčiais šeimos nariais.
- Numatykite, kur susitikssite su šeimos nariais, jeigu, nutikus nelaimei, reikės staiga palikti namus ir visi būsite skirtingose vietose.
- Numatykite dvi šeimos narių susitikimo vietas: vieną – lauke, kitą – pas jums artimus žmones.
- Įsidėmėkite susitikimo vietų adresus ir artimų žmonių telefonus.
- Iš anksto pasidomėkite, kur yra artimiausi kolektyvinės apsaugos statiniai, kuriuose ekstremaliųjų situacijų ar karo metu bus galima pasislėpti (šie statiniai pažymėti specialiuoju ženklu – lygiakraščiu mėlynu trikampiu oranžinio fono kvadratu, apibrėžtame mėlynos spalvos rėmeliu).
- Pagalvokite, kaip pasirūpinsite augintiniais.

Kaip pasirengti galimai evakuacijai

- Apsvarstykite, ką darysite tuo atveju, jeigu pareigūnai nurodys evakuotis, t. y. išvykti iš namų į saugią teritoriją.
- Iš anksto paprašykite draugų ar giminaičių, kurie gyvena kituose miestuose, kad jie suteiktų prieglobstį nelaimės atveju.
- Pagalvokite, kaip galėtumėte evakuotis kuo greičiau.
- Apsvarstykite, kaip evakuositės.
- Būkite pasirengę išvykti bet kuriuo metu.
- Evakavimo atvejui būkite prisipildę automobilio degalų baką.
- Būtinausius daiktus turėkite sudėtus iš anksto.

Atsargos, reikmenys, pagrindiniai ir papildomi daiktai

- Iš anksto susidėkite reikalingus daiktus, kurių gali prireikti ne tik skubiai evakuojantis, bet ir liekant nelaimės atveju namie.
- Laikykite juos visai šeimai žinomoje vietoje, kad prireikus būtų galima greitai paimti.
- Turėkite namuose maisto, gyvybiškai svarbių vaistų atsargų – bent tiek, kiek jūsų šeimai pakaktų trimis dienoms.
- Laikykite atsargas sandariai, sudėję į tvirtą kuprinę, kurią lengva pakelti.
- Prie kuprinės iš anksto pritvirtinkite kortelę, kurioje būtų nurodytas vardas ir adresas (tam atvejui, jeigu daiktai bus pamesti).
- Smulkesnius reikmenis galite pasidėti ir laikyti mašinos bagažinėje.
- Dokumentų originalus laikykite saugioje vietoje.

Pagrindiniai daiktai:

- vanduo (ne mažiau kaip 3 litrai vandens kiekvienam šeimos nariui);
- pirmosios medicinos pagalbos reikmenys;
- nuolat vartojamų vaistų atsargos;
- pinigai (grynieji ir kreditinės kortelės);
- dokumentai (pasas ir (ar) asmens tapatybės kortelė, socialinio draudimo pažymėjimas, draudimo polisai, gimimo ir mirties liudijimai, nuosavybės dokumentai);
- degtukai (įpakuoti į vandeniui atsparią pakuotę), žiebtuvėliai;
- negendančios maisto atsargos trimis dienoms (mėsos, žuvies, daržovių ir vaisių konservai, konservuotos sultys, pienas, sausos

sriubos, vytintas ir džiovintas maistas, cukrus, druska, makaronai, kruopos, riešutai, džemas, sausainiai, ledinukai, šokoladas, kava, arbata ir pan.);

- maistas kūdikiams, senyvo amžiaus arba turintiems laikytis specialios dietos žmonėms;
- nešiojamasis radijo ar televizijos imtuvas su atsarginiais elementais;
- nešiojamasis žibintas su atsarginiais elementais;
- atsarginis automobilio raktų komplektas;
- signalinės priemonės;



- specialios individualios priemonės (pvz., vatos ir marlės raištis, nuolat vartojamų vaistų receptai ar jų kopijos, klausos aparato ar invalido vežimėlio atsarginės baterijos, atsarginiai akiniai ir kt.);
- šeimos narių mobilieji telefonai ir jų krovikliai.

Papildomi daiktai (evakuacijos atveju):

- atsarginių drabužių kiekvienam šeimos nariui komplektas (avalynė, neperšlampamos striukės, kepurės ir pirštinės, šilti drabužiai, akiniai);
- antklodė ar miegmaišis kiekvienam šeimos nariui;
- virtuviniai reikmenys (skardinių atidarytuvas, vienkartinės stiklinės, lėkštės, universalus peiliukas, šiukšlių maišai);
- sanitarinės ir higienos priemonės (tualetinis popierius, šiukšlių maišai, vienkartinės servetėlės, rankšluosčiai, muilas, dezinfekavimo priemonės, šampūnas, dezodorantas, dantų pasta ir dantų šepetėlis, šukos, lūpų balzamas ir kt.);
- priemonės, padėsiančios praleisti laiką laukiant (knygos, žaidimai, žaislai vaikams);
- šeimos relikvijos, kelios šeimos nuotraukos;
- kiti reikmenys (popierius, rašiklis, siūlai ir adatos, kastuvėlis, replės, veržliaraktis, švilpukas, palapinė, kompasas, virvė, lipni juosta ir pan.);
- žemėlapis ir telefonų numeriai tos vietovės, į kurią numatote išvykti.

Iš anksto susidėkite reikalingus daiktus, kurių gali prireikti ne tik skubiai evakuojantis, bet ir liekant nelaimės atveju namie



Kaip rūšį paversti slėptuve

- Geriausiai tinka rūšiai betoninėmis perdangomis, 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 rūšio, jeigu yra galimybė, jį įsirenkite.
- Rūsyje įsirenkite vėdinimo angą. Numatykite ir papildomą ventiliaciją – tinka apie 150 mm skersmens vamzdis. Pagalvokite, kaip greitai galėsite jį pritaikyti.
- Jeigu rūsyje turite krosnelę, išveskite dūmtraukį į lauką, o grindis po krosnele, kad apsisaugotumėte nuo gaisro, išklorkite plytomis, uždenkite betonine plokšte ir pan.
- Rūšio grindis išklorkite lentomis ar medžio plokštėmis, tai padės sulaikyti šilumą.
- Jeigu rūsys su langais, rūšio langus iš išorės uždenkite smėlio pripildtais maišais, kad po sprogoimo į vidų nepatektų skeveldrų.
- Atsineškite į rūšį nešiojamąją voryklę (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;
- galėsite bendrai gaminti valgį, bendromis pastangomis papildyti maisto produktų ir vandens atsargas.

Ką daryti nutikus nelaimei

- Elkitės ramiai, susikaupkite ir nurimkite.
- Jeigu išklausėte pranešimą, kad įvyko nelaimė ar artinasi pavojus, ar gavote apie tai pranešimą į mobilųjį telefoną, vadovaukitės nurodymais.



Jeigu norite pranešti apie reikalingą pagalbą, sužeistus asmenis ar apie koki nors netikėtą pavojų ar kilusią nelaimę, skambinkite bendruoju pagalbos telefonu 112

- Jeigu norite pranešti apie reikalingą pagalbą, sužeistus asmenis ar apie kokį nors netikėtą pavojų ar kilusią nelaimę, skambinkite bendruoju pagalbos telefonu 112.
- Stenkitės be būtino reikalo neskambinti artimiesiems, draugams ir pažįstamiems mobiliojo ar fiksuotojo ryšio telefonais, nes tuomet ryšio linijos gali būti perkrautos ir užblokuotos.
- Be ypatingos priežasties niekur nevažiuokite.

Ką daryti išgirdus kaukiančią sireną

- Išgirdę kaukiančią sireną – įspėjamąjį pulsuojančio 3 minučių trukmės kaukimo garsinį signalą (jį sudaro garsas (9 ± 1 sekundė) ir pauzė (6 ± 1 sekundė), kuris reiškia „Dėmesio visiems“:
 - įsijunkite radiją arba televizorių ir išklauskite informaciją bei rekomendacijas;



Išgirdę kaukiančią sireną, įsijunkite radiją arba televizorių ir išklauskite informaciją bei rekomendacijas

- griežtai laikykitės rekomendacijų;
- būkite įsijungę LRT radijo ir (arba) LRT televizijos programas;
- laukite tolesnių nurodymų.

Informacija, teikiama paskelbus gyventojų evakavimą:

- per kiek laiko privalote išvykti iš nesaugios teritorijos;
- kaip bus evakuojami gyventojai, neturintys savo transporto;
- kur yra jų evakavimo punktai (gyventojų surinkimo punktai);
- kur yra tarpiniai gyventojų evakavimo punktai (jeigu reikia);
- kur reikia evakuotis ir kur yra gyventojų priėmimo punktai (tiems, kurie evakuojasi savo transportu);
- ką pasiimti;
- kokių saugumo priemonių imtis prieš paliekant namus;
- kokiais keliais (evakavimosi maršrutais) vykti.

Ką daryti, jeigu pareigūnai nurodė evakuotis ar jūs nusprendėte, kad likti namuose nesaugu

- Pasiimkite būtiniausius reikmenis, kurių jums gali prireikti evakuojantis ir apsistojus kitoje vietoje.
- Persirenkite drabužiais, kurie suteiks tam tikrą apsaugą (ilgos kelnės, neperšlampama striukė, guminiai batai, kepurė).
- Išvažiuoti pasirinkite rekomenduojamus kelius, nebandykite sutrumpinti kelio, nes kiti keliai gali būti užblokuoti.
- Būkite atsargūs važiuodami tiltais ir viadukais, nesustokite po aukštos įtampos elektros laidais.

- Jeigu pavėlavote išvykti automobiliu – eikite pėsčiomis.
- Žinokite, kad išvykti geriau per anksti negu per vėlai.
- Jeigu turite automobilį, vykite vienu automobiliu, tai sumažins galimybę šeimos nariams pasimesti (išvykimo keliai turi būti apgalvoti iš anksto).
- Jeigu neturite galimybių saugiai apsistoti pas draugus ar giminaičius, vykite į pareigūnų nurodytas vietas, kur jums bus suteiktas prieglobstis ir būtina pagalba.
- Vykite tik nurodytais maršrutais.
- Jeigu neturite galimybių išvykti savo automobiliu, sužinokite iš anksto, kur artimiausi evakavimo punktai, iš kurių gyventojai, ištikus didelei nelaimei, bus evakuojami organizuotai.
- Prieš išvykdami apsaugokite savo namus (užsukite vandens ir dujų sklendes, išjunkite (ištraukite iš elektros lizdų) visus elektros prietaisus, išimkite produktus iš šaldytuvų ir šaldiklių, uždarykite



ir užrakinkite duris, uždarykite langus, įneškite į namus lauko baldus, vaikų žaislus).

- Jeigu pareigūnai nurodė evakuotis, bet jūs atsisakote tai daryti, turėsite pateikti rašytinį atsisakymą evakuotis, nurodydami savo vardą, pavardę, gimimo datą, gyvenamąją vietą.

Kaip elgtis, jeigu namuose nesaugu, o evakuotis nėra galimybės

- Jeigu iškilo staigi grėsmė ir atsirado būtinumas pasitraukti į saugią vietą, eikite į artimiausią kolektyvinės apsaugos statinį, pažymėtą specialiuoju ženklu.
- Skubėdami slėptis į kolektyvinės apsaugos statinį, pasiimkite asmens dokumentus ir vaistų (jei turite sveikatos problemų).
- Jeigu einate su mažu vaiku, paimkite maisto vaikui, vienkartinį vystyklą, antklodę, žaislą.



Jeigu bus paskelbtas gyventojų evakavimas, būsite informuojami, kaip elgtis toliau

Ką daryti kilus cheminiam pavojui

- Kuo skubiau išeikite iš užterštos zonos.
- Judėkite statmenai vėjo kryptiai, kad vėjas pūstų į šoną, venkite žemesnių vietų.
- Saugokite kvėpavimo takus: nosį ir burną užsidenkite vienkartinė kauke, drėgnu rankšluosčiu ar nosine. Jei turite, naudokite respiratorių.
- Saugokite odą – apsivilkite vandens nepraleidžiančius drabužius ir apsiaukite tokią avalynę.

Saugokite kvėpavimo takus;
užsandarinkite gyvenamųjų patalpų
langus, orlaides, uždenkite vėdinimo angas;
pakilkite į viršutinius namo aukštus





Grįžę iš lauko, būtinai nusiprauskite po dušu, apsirenkite švariais drabužiais, o užterštus sudėkite į polietileninį maišą ir išneškite iš gyvenamųjų patalpų

- Grįžę į namus iš lauko, būtinai nusiprauskite po dušu, apsirenkite švariais drabužiais, o užterštus sudėkite į polietileninį maišą ir išneškite iš gyvenamųjų patalpų.
- Jei nėra galimybės skubiai pasitraukti iš taršos zonos, likite uždarose patalpose arba, jei esate lauke, eikite į vidų.
- Uždarykite ir lipnia juosta ar kitomis tinkamomis medžiagomis užsandarinkite išorinius ir vidinius gyvenamųjų patalpų (namo ar buto) langus, orlaides, vėdinimo angas uždenkite audiniu arba užklijuokite popieriumi, lauko duris uždenkite sudrėkintu audiniu.
- Pakilkite į viršutinius namo aukštus, nes daugelis pavojingų cheminių medžiagų kaupiasi žemesnėse vietose.
- Be reikalo neikite į lauką.
- Ruoškitės galimam evakavimui.
- Nepasiduokite panikai, perspėkite artimuosius, kaimynus.

Ką daryti kilus radiaciniam pavojui

- Nepasiduokite panikai, perspėkite artimuosius, kaimynus.
- Likite uždaroje patalpoje arba, jei esate lauke, eikite į vidų.
- Nedelsdami uždarykite langus, orlaides, duris, dūmtraukių sklenkes, uždenkite vėdinimo angas. Viską sandariai uždarę, langų ir durų tarpus apklijuokite popieriaus arba izoliacinėmis juostelėmis. Plastikiniai langai bei balkonų durys labai sandarūs, jų papildomai sandarinti nebūtina.
- Išjunkite vėdinimo, oro tiekimo, kondicionavimo ir šildymo oru sistemas.



Jeigu turite gyvulių
ar naminių gyvūnų,
juos suvarykite į patalpas

- Maisto produktus sudėkite į sandariai uždaramus indus, stiklainius, polietilenuosius maišelius. Bulves ir daržoves supilkite į dėžes, išklotas popieriumi, polietileno plėvele, ir iš viršaus uždenkite brezentu arba kitokiu tankiu audeklu.
- Be reikalo neikite į lauką, prireikus išeiti, stenkitės neįkvėpti radioaktyvių dulkių – saugokite kvėpavimo takus: nosį ir burną užsidenkite vienkartinę kaukę, keliais sluoksniais sulankstyta nosine ar rankšluosčiu. Jei turite, lauke naudokite dujokaukę ar respiratorių.
- Geriamąjį vandenį saugokite sandariai uždarytuose induose, stiklainiuose.
- Pasirūpinkite stabiliojo jodo preparatais (kalio jodidu arba kalio jodatu), jei buvo toks nurodymas.
- Jeigu turite gyvulių ar naminių gyvūnų, juos suvarykite į patalpas, uždarykite šiltnamius, uždenkite šulinius.
- Grįžę į namus iš lauko, būtinai nusiprauskite po dušu, apsirenkite švariais drabužiais, o užterštus sudėkite į polietileninį maišą ir išneškite iš gyvenamųjų patalpų.
- Ruoškitės galimam evakavimui.

Jodo profilaktika

- Jeigu per visuomenės informavimo priemones bus nurodyta, kad reikia vartoti stabiliojo jodo preparatus, pavartokite kalio jodido (KI) arba kalio jodato (KIO_3) tablečių arba 5 % jodo tinktūros.
- Rekomenduojama tokia stabiliojo jodo preparatų vienkartinė paros dozė:
 - suaugusiems ir 13–16 metų paaugliams – 130 mg kalio jodido arba 170 mg kalio jodato;

- vaikams nuo 3 iki 12 metų – 65 mg kalio jodido arba 85 mg kalio jodato (pusė suaugusiųjų dozės);
 - kūdikiams nuo 1 mėnesio iki 3 metų – 30–35 mg kalio jodido arba 40–45 mg kalio jodato (ketvirtis suaugusiųjų dozės);
 - naujagimiams iki 1 mėnesio – 15 mg kalio jodido arba 20 mg kalio jodato (aštuntadalis suaugusiųjų dozės).
- Neturint tablečių, galima vartoti 5 % jodo tinktūrą. Vaikams iki 2 metų skiriama 1–2 lašai 5 % jodo tinktūros 3 kartus per dieną ne ilgiau kaip 7 paras. Vaikams nuo 2 metų ir suaugusiesiems skiriama 3–5 lašai 5 % jodo tinktūros 3 kartus per dieną ne ilgiau kaip 7 paras.

Kai bus nurodyta, vartokite stabiliojo jodo preparatus



Kaip elgtis grįžus iš cheminėmis, biologinėmis ar radioaktyviosiomis medžiagomis užterštos aplinkos

- Nesilieskite prie artimųjų, kad nepernešumėte teršalų ant jų.
- Nusivilkite visus drabužius, kuriuos dėvėjote.
- Drabužius nusivilkite tokia seka (pradedant nuo viršaus į apačią): pirma švarką, marškinius ar palaidinukę ir kt., tada – kelnes ar sijoną. Drabužių nesimaukite per galvą, kad teršalai nuo drabužių nepatektų ant veido, akių.
- Nusivilkę drabužius, suvyniokite juos užterštu paviršiumi į vidų, sudėkite į maišus (supakuokite du kartus) ir padėkite saugioje vietoje. Vėliau gausite nurodymus, ką su jais daryti.
- Labai kruopščiai nusiprauskite duše šiltu (38–40 °C) arba šaltu vandeniu ir būtinai su muilu (geriausia – ūkiniu).
- Pirmiausia gerai nusiplaukite rankas, paskui – veidą, kaklą, akis, ausis, skalaukite nosį ir burną, kruopščiai nusiplaukite sunkiau prieinamas kūno vietas.
- Prauskitės ne trumpiau kaip 3–5 minutes. Radioaktyviosios taršos atveju – ne trumpiau kaip 10 minučių.

Ką daryti pastebėjus įtartinaį daiktą ar sprogmenį

- Nelieskite jo! Nebandykite patys išsiaiškinti, kas tai, neneškite, nekilnokite jo, nemeskite į šalį.
- Nerūkykite ir nesinaudokite mobiliuoju telefonu šalia įtartinų daiktų.

- Pasitraukite nuo įtartino daikto ir pasislėpkite už patvarios konstrukcijos, geriausia – už pastato.
- Kuo greičiau apie tai praneškite policijos pareigūnams.
- Būtinai sulaukite policijos pareigūnų, nes jūs galite tiksliausiai apibūdinti įtarimą sukėlusį daiktą ir tiksliai nurodyti jo buvimo vietą.
- Laukdami policijos neleiskite prie įtartino daikto kitų žmonių, perspėkite netoliese esančius žmones ir paprašykite jų pasitraukti į saugesnę vietą.
- Jeigu tokį daiktą aptikote viešajame transporte, būtinai praneškite vairuotojui.



Jei šalia įvyko sprogimas, kriskite ant žemės ir rankomis užsidenkite galvą, pasinaudokite bet kokia priedanga

Ką daryti, jeigu šalia įvyko sprogitas

- Kriskite ant žemės ir rankomis užsidenkite galvą.
- Pasinaudokite bet kokia priedanga, tai gali būti pastatas, griovys, dauba, medis; jeigu esate patalpoje, – spintelė, stalas, siena.
- Neskubėkite palikti priedangos, nes kai kurios skeveldros skrenda bumerango principu ir apsukusios ratą nukrenta netoli sprogitos vietos.
- Padėkite sužeistiesiems evakuotis į saugią vietą ir suteikite pirmąją pagalbą.
- Jeigu nenukentėjote, o skeveldros nebekrenta, pasitraukite iš sprogitos vietos.



Padėkite sužeistiesiems evakuotis į saugią vietą, suteikite jiems pirmąją pagalbą ir apie įvykį praneškite bendruoju pagalbos telefonu 112

- Rinkdamiesi saugią vietą, venkite apgriuvusių pastatų, nes jie ar jų dalis gali visiškai sugriūti.
- Jeigu sprogimas įvyko pastate, išeidami naudokitės avariniais išėjimais. Nesinaudokite liftais!
- Apie įvykį praneškite bendruoju pagalbos telefonu 112.

Kaip elgtis patekus po nuolaužomis

- Svarbiausia – neprarasti vilties. Kvėpuokite giliai, įvertinkite situaciją ir stenkitės bet kokia kaina išgyventi.
- Atsargiai, stengdamiesi nesujudinti virš jūsų kabančių nuolaužų, lėtai pajudinkite ir atlaisvinkite prispaustas rankas ir kojas.
- Apsižiūrėkite žaizdas; jeigu stipriai kraujuojate, prispauskite žaizdos vietą.
- Jeigu lauke šalta, atsigulkite ant šono, susirieskite į kamuoliuką ir pakiškite po savimi ranką, kad sąlytis su šalta žeme būtų kuo mažesnis.
- Jeigu galite sėdėti, kelius pritraukite prie krūtinės, pasilenkite ir galvą pridenkite rankomis.
- Stenkitės kaip nors pranešti apie savo buvimo vietą: šaukite, belskite (efektyviausias garsas bus beldžiant gelžgaliu, akmeniu per kokį nors nutrūkusį vamzdį), ypač jeigu girdite, kad vyksta gelbėjimo darbai.
- Jeigu turite mobiliąjį telefoną – skambinkite ir praneškite apie save.
- Žinokite, kad gelbėtojai kiekvieną paieškos valandą išjungs veikiančią techniką ir suorganizuos bent 10 minučių tylos, kad galėtų išgirsti pagalbos šaukiančių žmonių balsus.



Jeigu galite sėdėti, kelius pritraukite prie krūtinės, pasilenkite ir galvą pridenkite rankomis; jeigu turite mobilųjį telefoną – skambinkite ir praneškite apie save

- Bandykite rasti galimą išėjimą. Tik nereikia beatodairiškai bandyti išjudinti sugriuvusių balkių, plytų ir kitokių nuolaužų, nes gali būti, kad būtent jie laiko virš jūsų kabančias pastato nuolaužas. Neatsargiai ištraukę laikančią „detalę“, galite būti prispausti viso kalno kitų nuolaužų.
- Bandykite išsiaiškinti, ar šalia nėra daugiau žmonių, patekusių į tokią situaciją.

Kaip saugiai elgtis patekus į spūstį minioje

- Patekę į didelę spūstį ar būdami panikos apimtoje minioje, užsisekite neužsegtas sagas, užtrauktukus, išmeskite visus duriančius, aštrius daiktus, kurie gali sužeisti jus ir aplinkinius.
- Jei nešiojate akinius, juos nusiimkite (geriau būti be akinių negu susižeisti akis), taip pat išsisekite auskarus, nusisekite grandinėles, karolius, nusiriškite šalikus, skareleles.
- Nelaikykite rankų kišenėse.
- Judėkite į minios pakraštį, kuo toliau nuo scenos, tribūnų.
- Jeigu patekote į spūstį uždaroje erdvėje, stenkitės nebūti minios centre ar pačiame pakraštyje.
- Judėkite su minia kartu, nesikabinkite už jokių objektų.
- Nesiartinkite prie neblaivių, agresyviai nusiteikusių ar ginkluotų žmonių.
- Jeigu patekote į didelę spūstį, laikykite rankas ties diafragma arba šonuose, sulenktas per alkūnes – minioje didesnė tikimybė ne suklypti, o būti suspaustam.
- Nesistenkite kelti nuo žemės nukritusių daiktų, netgi labai brangaus daikto – gyvybė brangesnė.
- Jei minia spaudžia, pamėginkite apsisukti ir atsistoti su dviem šalia stovinčiais žmonėmis suremdami pečius trikampio forma. Tai minimaliai padėtų padaryti vietos judėti krūtinės ląstai (kvėpuoti).
- Pargriuvę saugokite galvą ir stenkitės atsistoti. Jeigu atsistoti nepavyksta, susirieskite, kelius priglauskite prie pilvo ir rankomis užsidenkite galvą, stengdamiesi apsaugoti gyvybiškai svarbius organus.

Kaip elgtis nelaimei praėjus ir jums grįžus į namus

- Būkite atsargūs sugrįžę į vietovę, kur įvyko nelaimė.
- Atsargiai apžiūrėkite pastatus. Jie gali būti apgadinti arba net suniokoti, todėl ypač pavojingi, nes gali bet kada sugriūti.
- Įeidami į pastatą jokia būdu nešvieskite sau kelio fakelu ar žvake. Nerūkykite, nes gali kilti gaisras arba įvykti sprogimas. Tai gali atsitikti dėl daugelio priežasčių. Pirmiausia – dėl išsiveržusių dujų, išsiliejusių degiųjų medžiagų.
- Laikykitės toliau nuo nutrūkusių laidų (taip pat telefono). Bet kuris laidas – mirtino pavojaus šaltinis.
- Nejunkite elektros jungiklių, kol neįsitikinsite, kad laidai tvarkingi ir nepažeisti.
- Patikrinkite, ar name arba šalia jo nėra dujų, kitų cheminių medžiagų kvapo.

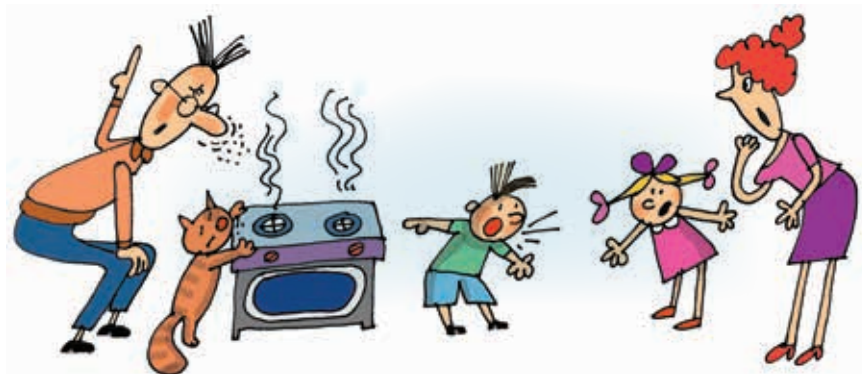


Laikykitės toliau
nuo nutrūkusių laidų
(taip pat telefono)



- Neskubėkite vartoti namie likusių maisto produktų. Pirmiausia patikrinkite. Jie gali būti pažeisti cheminių medžiagų, pelėsio arba sugedę.
- Neskubėkite vartoti vandentiekio ar šulinio vandens. Vartokite tik įsitikinę, kad jis švarus.
- Jeigu atsidūrėte netoli vietos, kur vyksta gelbėjimo darbai, o jūsų pagalbos ten nereikia, be reikalo netrukdykite gelbėtojams.

Patikrinkite, ar name arba šalia jo nėra dujų,
kitų cheminių medžiagų kvapo



Ką daryti, jeigu jus paėmė įkaitu

- Prisiminkite, kad turite tik vieną tikslą – išgyventi.
- Susitaikykite su esama padėtimi ir būkite pasiruošę laukti. Pasi-
stengkite nusiraminti ir neleiskite panikuoti kitiems įkaitams.
- Žinokite, kad bijoti yra normalu. Pirmosios 15–45 minutės yra
pačios pavojingiausios, todėl vykdykite visas grobėjų instrukcijas.
Kuo ilgiau būsite kartu, tuo mažesnė tikimybė, kad grobėjas jus
sužalos.
- Nekalbėkite be reikalo, tik jei būtina, stenkitės būti draugiškas,
bet nesukčiaukite.
- Nemaldaukite, nesiteisinkite ir neverkite.
- Nesakykite pastabų ir neduokite pasiūlymų grobėjams.
- Nesiginčykite su grobėjais ir kitais įkaitais, išreikškite bendrą
požiūrį.
- Neatsukite į grobėjus nugaros, jeigu negausite iš jų tokio nuro-
dymo. Akių kontaktas gali būti geras dalykas, žmonės linkę
mažiau žudyti, jei į juos žiūrima, bet nespoksokite į grobėjus be
perstojo.
- Jeigu jums siūlo pavalgyti, neatsisakykite, net jeigu nenorite. Tai
jums suteiks jėgų, o atsisakymas supriešins.
- Pabandykite pailsėti, atsisėskite, jeigu galite. Jeigu situacija ilgai
užsitęstų, pabandykite pamiegoti.
- Nebandykite bėgti, kol nebūsite visiškai tikras, kad pasiseks, ir
netgi jei esate tikras, pagalvokite dar kartą prieš bandydamas.
- Jei kam nors iš įkaitų reikalinga medicinos pagalba, praneškite
tai grobėjams, kalbėkite trumpai ir ramiai, nieko nedarykite, kol
negausite leidimo.



Nemaldaukite,
nesiteisinkite ir neverkite

Neatsukite
į grobėjus nugaros



Neatsisakykite,
jeigu jums siūlo pavalgyti



Nekalbėkite be reikalo



Pabandykite pailsėti

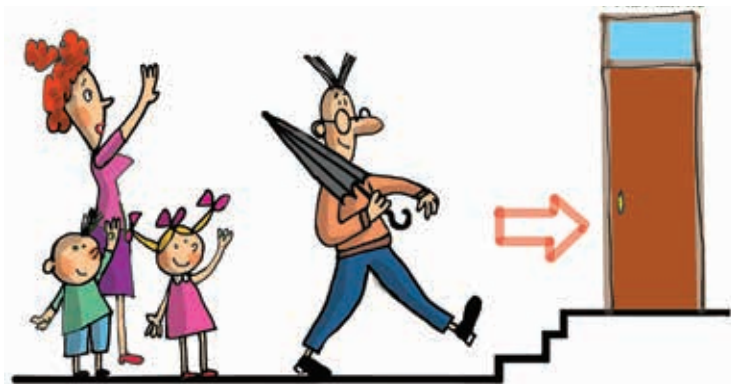
- Jei tikite, kad gelbėjimo operacija tuoj įvyks arba girdite triukšmą ir susišaudymą, pasiieškokite saugios vietos, gulkite ant grindų, galvą užsidenkite rankomis ir nedarykite jokių staigių judesių. Jokiu būdu nebėkite pareigūnų, kurie vykdo išlaisvinimo operaciją, link, nes galite būti palaikyti grobėjais.

Siekiant apginti Tėvynę ar vykdant tarptautinius įsipareigojimus, valstybėje gali būti paskelbta mobilizacija. Šiuo veiksmu siekiama užtikrinti visuomenės saugumą ir valstybės stabilumą. Paskelbus mobilizaciją valstybės veikla pertvarkoma, todėl karo prievolininkams ir kitiems gyventojams svarbu žinoti, kokių veiksmų jiems reikėtų imtis.

Ką reikia žinoti, jeigu bus paskelbta mobilizacija

Karo prievolininkams

- Galite būti pašauktas į karo tarnybą, jeigu esate nuo 18 iki 55 metų amžiaus karo prievolininkas, įgijęs pradinį karinį parengtumą (atsargos karininkams, generolams (admirolams) ir atsargos kariams, turintiems gydytojo ar gydytojo padėjėjo specialybę, šaukimas taikomas, iki jiems sukanka 60 metų).
- Jeigu esate karo prievolininkas, tačiau neįgijęs pagrindinio karinio parengtumo, galite būti pašauktas į karinius mokymus, o, juos baigęs, paskirtas (pagal turimą karinę ir (ar) civilinę specialybę) į pareigas ginkluotosiose pajėgose.
- Jeigu esate moteris, galite būti pašaukta, jeigu esate įgijusi pradinį karinį parengtumą arba baigusi aukštojoje mokykloje

KARO PRIEVLĖS
IR KOMPLEKTAVIMO
PADALINYS

medicinos, slaugos ar akušerijos studijų programas (tokias studijas baigusios moterys karo prievolę turi, iki joms sukanka 60 metų).

- Apie šaukimą kiekvieną karo prievolininką papildomai asmeniškai informuos už karo prievolės administravimą atsakingi kariuomenės padaliniai.
- Užsienyje gyvenantiems karo prievolininkams informaciją suteiks Lietuvos ambasados ir konsulatai.

Kitiems šalies gyventojams

- Jeigu esate įrašytas į civilinį mobilizacinio personalo rezervą, privalėsite toliau vykdyti jums pavestas pareigas ir užduotis, o šaukimas į karo tarnybą jums bus atidėtas, kol jas vykdysite.
- Kol nesate pašauktas į karo tarnybą ir nesate įrašytas į civilinį mobilizacinio personalo rezervą – nepamirškite ir tęskite savo ūkinę ir darbo veiklą kaip įprasta.

KARO PRIEVOLĖS IR KOMPLEKTAVIMO PADALINYS

Apie šaukimą kiekvieną
karo prievolinką
papildomai asmeniškai
informuos už karo prievolės
administravimą atsakingi
kariuomenės padaliniai



Kur turės atvykti karo prievolinkai, pašaukti į karo tarnybą

Karo prievolinkai, pašaukti į karo tarnybą, turės atvykti į šiuos karo prievolės ir komplektavimo padalinius:

- **Alytaus**, Naujoji g. 2-320, tel. (8 ~ 315) 74 139 (Alytaus m., Alytaus r., Varėnos r., Druskininkų savivaldybės);
- **Jurbarko**, Vytauto Didžiojo g. 7-1, tel. (8 ~ 447) 53 471 (Jurbarko r., Šakių r., Raseinių r. savivaldybės);
- **Kauno**, Jonavos g. 64, tel. (8 ~ 706) 74 301, (8 ~ 706) 74 303, (8 ~ 706) 74 305, (8 ~ 706) 74 308 (Kauno m., Kauno r., Prienų r., Kaišiadorių r., Jonavos r., Kėdainių r., Kazlų Rūdos, Birštono savivaldybės);
- **Klaipėdos**, Vytauto g. 5, tel. (8 ~ 46) 41 26 11 (Klaipėdos m., Klaipėdos r., Plungės r., Rietavo, Kretingos r., Skuodo r., Palangos m., Neringos savivaldybės);
- **Marijampolės**, Vilkaviškio g. 2, tel. (8 ~ 343) 54 628 / 53 581 (Marijampolės, Vilkaviškio r., Lazdijų r. ir Kalvarijos savivaldybės);
- **Molėtų**, Amatų g. 4, tel. (8 ~ 383) 52 963, (8 ~ 612) 96 193 (Ukmergės r., Visagino, Ignalinos r., Švenčionių r., Molėtų r. savivaldybės);

- **Panevėžio**, Dembavos g. 30, tel. (8 ~ 45) 59 45 56 / 59 45 32 (Panevėžio m., Panevėžio r., Pasvalio r., Biržų r., Kupiškio r. savivaldybės);
- **Šiaulių**, Dvaro g. 77, tel. (8 ~ 41) 52 46 82 (Šiaulių m., Šiaulių r., Radviliškio r., Joniškio r., Kelmės r., Pakruojo r. savivaldybės);
- **Tauragės**, V. Kudirkos g. 9, tel. (8 ~ 446) 61 697 (Tauragės r., Šilutės r., Šilalės r., Pagėgių savivaldybės);
- **Telšių**, Karaliaus Mindaugo g. 1, tel. (8 ~ 444) 74 886 (Telšių r., Akmenės r., Mažeikių r. savivaldybės);
- **Utenos**, Maironio g. 9, tel. (8 ~ 389) 55 94 75 (Utenos r., Rokiškio r., Anykščių r., Zarasų r. savivaldybės);
- **Vilniaus**, Mindaugo g. 26, tel. (8 ~ 5) 210 3720 / 210 3702 / 210 3773 (Vilniaus m., Vilniaus r., Šalčininkų r., Širvintų r., Trakų r., Elektrėnų savivaldybės).

Ką turi žinoti kariai, išleisti į atsargą

- Išleisti į atsargą kariai per 5 darbo dienas turi kreiptis į karo prievolės ir komplektavimo padalinį (pagal gyvenamąją vietą), kuris juos įtrauks į karinę įskaitą ir išduos atsargos / dimisijos kario ar privalomosios karo tarnybos baigimo pažymėjimą (privalomajai karo tarnybai priskiriama privalomoji pradinė karo tarnyba (nuolatinė privalomoji pradinė karo tarnyba, jaunesniųjų karininkų vadų mokymai, baziniai kariniai mokymai), taip pat tarnyba rezerve ir tarnyba paskelbus mobilizaciją).
- Neturintys atsargos kario statusą patvirtinančio pažymėjimo kariai, kurie yra išleisti į atsargą atlikę profesinę karo tarnybą ar privalomąją pradinę karo tarnybą, turi kreiptis į karo prievolės ir komplektavimo padalinį (pagal gyvenamąją vietą) dėl tokių pažymėjimų išdavimo.
- Visi parengtojo rezervo kariai, gavę šaukimą į karo tarnybą (gavę šaukimo nurodymą ar kitu būdu informuoti apie tai, kad turi atvykti į karo prievolės ir komplektavimo padalinius), turi kreiptis į karo prievolės ir komplektavimo padalinius (pagal savo gyvenamąją vietą).

Jeigu kiltų karo veiksmų grėsmė jūsų gyvenamojoje vietovėje ar tokie veiksmai prasidėtų, svarbu žinoti, kaip elgtis patekus į susišaudymo zoną, kaip evakuotis iš karo veiksmų zonos ir kaip išgyventi likus priešo užimtoje teritorijoje. Pateikiami patarimai padės jums apsisaugoti, žinosite, kaip padėti kitiems gyventojams prasidėjus karo veiksmams.

Ką daryti pastebėjus savo gyvenamojoje aplinkoje ar kitoje šalies vietoje neišskias ginkluotų asmenų grupes

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



Ką daryti, jeigu skelbiamas oro pavojus

- Išjunkite iš elektros tinklo nenaudojamus elektros prietaisus, užsukite vandens ir dujų sklendes.
- Užgesinkite šviesą, užtraukite užuolaidas, slėpkitės rūsyje ar kitoje priedangoje.
- Jeigu namuose nėra kur slėptis, 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.
- Nepasiduokite panikai, perspėkite artimuosius, kaimynus.

Ką daryti, pasirodžius priešiškiems kariams jūsų mieste ar gyvenvietėje

- 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.

- 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.

Ką daryti, jeigu šalia aidai 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 aidai šūviai, stenkitės kuo labiau prispausti prie žemės, o jiems nutilus, šliaužkite į patikimesnę vietą (požeminę perėją, rūšį, pirmą pastato aukštą, griovį, už šiukšlių konteinerio ir pan.).



Jeigu matote kieme kareivius, nesiartinkite prie jų – būdami šalia galite tapti taikiniu ar atsitiktinės kulkos auka

- 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.

Kaip patiems evakuotis iš karo apimtos teritorijos

- Jei galite, kuo skubiau išvykite iš miesto į gyvenvietę, kaimą, pas draugus, giminačius, nes ten mūsų 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 būtiniausiųs 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, būtiniausiųs 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 evakuimosi 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, vėčiau jų nelieskite.
- Jeigu konfliktas nesibaigė ir jūsų gyvenamąją vietovę vis dar kontroliuoja priešų pajėgos, o jūs iš jos buvote pasitraukę, stenkitės negrįžti, kad nebūtumėte apkaltinti šnipinėjimu.

Kaip išgyventi likus priešų 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 nesprogušių 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 priešišių 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

- 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 prieš karius: kuo kuklesniais ir paprastesniais drabužiais, be jokių emblemų ir kariškų elementų.
- Moterys ir merginos turėtų rengtis kuo uždaresniais, beformiais drabužiais, nes joms prieš 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.

- 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 apsaugoti 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 akiai užsibarikaduosite, užgriuvus perdangoms, liksite įkalinti. Norint išvengti tokių atvejų, privalu pagalvoti apie atsarginį išėjimą. Langas tokiu atveju yra tinkamiausia vieta.

Kaip elgtis, jeigu prieš kariai tikrina patalpas ir reikalauja parodyti dokumentus

- Į patikrinimą reaguokite kaip į nemalonų, bet neišvengiamą dalyką.
- Jeigu prieš 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.

Kaip elgtis, jeigu agresoriaus karinės pajėgos laikinai įsitvirtino jūsų gyvenvietėje ar mieste ir įsteigė okupacinę administraciją

- Nebendradarbiaukite su okupacine administracija, nevykdysite 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 prieš visuo-menei, kokias nusikalstamas veikas daro jos autoritetai, lyderiai, vadai ar vyriausybė, bei pranešumėte apie vykdomą agresiją (rekomenduotina kreiptis laiškais, per socialinius tinklus, žinias-klaidą, tarptautines informavimo priemones).
- Naudodamiesi socialiniais ir mobiliojo ryšio tinklais, taip pat tie-siogiai (asmeniškai) bendraudami platinkite informaciją savo ir kitų šalių žmonėms apie tikrąją padėtį.
- Esant galimybei, vaizdo įrašymo priemonėmis fiksuokite agreso-riaus pajėgų veiksmus ir prieinamais būdais (pvz., internetu) per-duokite įrašus tarptautinėms žinių tarnyboms (CNN, BBC ir t. t.).
- Jeigu prasidėjus kariniam konfliktui, išliks galimybių naudotis internetu, renkite kibernetines atakas prieš agresoriaus ar oku-panto informacines sistemas.
- Padėkite nukentėjusiesiems nuo okupantų smurto ir represijų.

Lietuvos kariuomenės skiriamieji ženklai

Taikos metu Lietuvos kariuomenė naudoja daug įvairių skiriamų-jų ženklų; jos kariai dėvi keletą tipų uniformas (kokie yra kariuo-menės skiriamieji ženklai ir uniformos, galite sužinoti interneto svetainėje www.kariuomene.lt). Kad vykstant kariniam konfliktui galėtumėte atskirti Lietuvos karius nuo kitų kariškai apsirengusių asmenų, reikėtų atkreipti dėmesį į šiuos dalykus:

- Ant Lietuvos kario dėvimos maskuojamųjų spalvų lauko uni-formos dešinės rankovės yra pritvirtintas antsiuvas su Lietuvos Respublikos valstybės vėliavos atvaizdu, o ant kairės – dalinio, kuriame karys tarnauja, skydo formos ženklas.

- Ant maskuojamųjų spalvų lauko uniformos karinio laipsnio skiriamasis ženklas visų karinių laipsnių kariams tvirtinamas centre, krūtinės aukštyje.
- Galvos apdangalai gali būti įvairūs, su ženklais ir be jų, todėl karinė tapatybė pagal juos nenustatoma.
- Kostiumo tipo kario uniformos elementai nešiojami ta pačia tvarka kaip ir lauko uniformos elementai, tik karininkų karinio



Metalinis žetonas
su tapatybės
duomenimis

Lietuvos kario
maskuojamųjų
spalvų uniforma

laipsnio skiriamieji ženklai (antpečiai) dedami ant abiejų uniformos pečių, o seržantų ir kareivių laipsnių antsiuvai tvirtinami ant abiejų uniformos rankovių.

Taip pat svarbu žinoti, kad:

- Lietuvos karys, dėvintis maskuojamųjų spalvų uniformą, privalo su savimi turėti asmens ženklą – metalinį žetoną su tapatybės duomenimis, kurį gali parodyti.
- Lietuvos karys turi kalbėti valstybine lietuvių kalba.
- Lietuvos karys paklaustas nurodys savo vado vardą, pavardę ir padalinio pavadinimą.

SAUSUMOS PAJĖGŲ KARIŲ LAIPSNIŲ ŽENKLAI

KAREIVIŲ

Jaunesnysis
eilinis

Eilinis

Vyresnysis
eilinis

PUŠKARININKIŲ



Grandinis

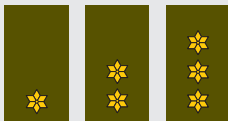
Seržantas

Vyresnysis
seržantasŠtabo
seržantas

Viršila

Seržantas
majorasSeržantas
specialistasVyresnysis
seržantas
specialistasŠtabo
seržantas
specialistas

JAUNESNIŲJŲ KARININKŲ



Leitenantas

Vyresnysis
leitenantas

Kapitonas

VYRESNIŲJŲ KARININKŲ



Majoras

Pulkininkas
leitenantas

Pulkininkas

GENEROLŲ

Brigados
generolasGenerolas
majorasGenerolas
leitenantas

KARINIŲ ORO PAJĖGŲ KARIŲ LAIPSNIŲ ŽENKLAI

KAREIVIŲ

Jaunesnysis
eilinis

Eilinis

Vyresnysis
eilinis

PUŠKARININKIŲ



Grandinis

Seržantas

Vyresnysis
seržantasŠtabo
seržantas

Viršila

Seržantas
majorasSeržantas
specialistasVyresnysis
seržantas
specialistasŠtabo
seržantas
specialistas

JAUNESNIŲJŲ KARININKŲ



Leitenantas

Vyresnysis
leitenantas

Kapitonas

VYRESNIŲJŲ KARININKŲ

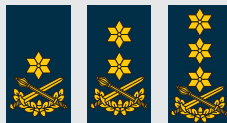


Majoras

Pulkininkas
leitenantas

Pulkininkas

GENEROLŲ

Brigados
generolasGenerolas
majorasGenerolas
leitenantas

KARINIŲ JŪRŲ PAJĖGŲ KARIŲ LAIPSNIŲ ŽENKLAI

JŪREIVIŲ

Jaunesnysis
jūreivis

Jūreivis

Vyresnysis
jūreivis

PUŠKARININKIŲ



Grandinis

Seržantas

Vyresnysis
seržantasŠtabo
laivūnas

Laivūnas

Vyresnysis
laivūnasSeržantas
specialistasVyresnysis
seržantas
specialistasŠtabo
laivūnas
specialistas

JAUNESNIŲJŲ KARININKŲ



Leitenantas

Vyresnysis
leitenantasKapitonas
leitenantas

VYRESNIŲJŲ KARININKŲ

Komandoras
leitenantas

Komandoras

Jūrų
kapitonas

ADMIROLŲ

Flotilės
admirolasKontr-
admirolasVice-
admirolas

LIETUVOS KARIUOMENĖS IR KITŲ KRAŠTO APSAUGOS SISTEMOS INSTITUCIJŲ SKIRIAMIEJI ŽENKLAI



Krašto apsaugos
ministerija



Kariuomenės
vadas



Kariuomenės vyriausiasis
puskarininkis



Lietuvos
kariuomenė



Krašto apsaugos
ministerija ir jos
tarnybos



Jungtinis
štabas



Lietuvos didžiojo
kunigaikščio Gedimino
štabo batalionas



Karo policija



Ordinariatas



Generolo Jono
Žemaičio Lietuvos
karo akademija



Antrasis
operatyvinių tarnybų
departamentas
prie KAM



Centralizuota finansų
ir turto tarnyba
prie KAM



Kibernetinio
saugumo ir
telekomunikacijų
tarnyba prie KAM



Mobilizacijos
ir pilietinio pasipriešinimo
departamentas prie KAM



Infrastruktūros plėtros
departamentas
prie KAM



Sausumos
pajėgos



Mechanizuotoji
pėstininkų brigada
„Geležinis Vilkas“



Generolo Romualdo
Giedraičio artilerijos
batalionas



Karaliaus
Mindaugo husarų
batalionas



Didžiosios
kunigaikštiesienės Birutės
ulonų batalionas



Lietuvos didžiojo
kunigaikščio Butigeidžio
dragūnų batalionas



Sausumos pajėgų
Juozo Lukšos
mokymo centras



Juozo Vitkaus
inžinerijos
batalionas



Krašto apsaugos
savanorių pajėgos



Karinės oro
pajėgos



Oro gynybos
batalionas



Oro erdvės
stebėjimo ir
kontrolės valdyba



KOP Aviacijos
bazė



KOP Ginkluotės
ir technikos
remonto depas



Karinės jūrų
pajėgos



Specialiųjų
operacijų pajėgos



Vytauto
Didžiojo jėgierių
batalionas



Ypatingos
paskirties tarnyba



Kovinių narų
tarnyba



Logistikos
valdyba



Lietuvos didžiojo
kunigaikščio Vytenio
bendrosios paramos
logistikos batalionas



Dr. Jono
Basanavičiaus
karo medicinos
tarnyba



Mokymo ir
doktrinų valdyba



Didžiojo Lietuvos
etmono Jonušo
Radvilos mokomasis
pulkas



Divizijos generolo
Stasio Raštikio
Lietuvos kariuomenės
mokykla



Generolo Adolfo
Ramanausko kovinio
rengimo centras



Kolektīvines apsaugos statinīo žymējimo
specialusis ženkls



Tarptautinis civilinēs gynybos
skiriamasis ženkls

1. BANIULIENĖ, Renata; ir kt. *Civilinė sauga. Mokymo priemonė profesinio mokymo įstaigoms*. Kaunas, 2014. 256 p.
2. BANIULIENĖ, Renata; ir KRULIKAUSKAS, Valdas. *Protection of the population and environment in Georgia. Family mobilisation before any disaster*. Tbilisi, 2013. 98 p.
3. *Dešimt praktinių patarimų, kaip išgyventi prasidėjus karui* [interaktyvus]. Portalas 15min.lt, 2014-03-18 [žiūrėta 2014 m. lapkričio 30 d.]. Prieiga per internetą: <http://www.15min.lt/naujiena/aktualu/karo-zona/desimt-praktiniu-patarimu-kaip-isyventi-prasidedus-karui-784-412730>.
4. LIEPNIKIS, Jurgis. *Kaip elgtis, jei prasidėtų karas* [interaktyvus]. [Žiūrėta 2014 m. balandžio 29 d.]. Prieiga per internetą: <http://www.sarmatas.lt/03/kaip-elgtis-jei-prasidetu-karas/>.
5. *Lietuvos Respublikos civilinės saugos įstatymas* [interaktyvus]. [Žiūrėta 2014 m. lapkričio d.]. Prieiga per internetą: http://www3.lrs.lt/pls/inter3/dokpaieska.showdoc_l?p_id=465456&p_tr2=2.
6. *Lietuvos Respublikos ginkluotos gynybos ir pasipriešinimo agresijai įstatymas* [interaktyvus]. [Žiūrėta 2014 m. lapkričio 30 d.]. Prieiga per internetą: http://www3.lrs.lt/pls/inter3/dokpaieska.showdoc_l?p_id=373781&p_tr2=2.
7. *Lietuvos Respublikos karo prievolės įstatymas* [interaktyvus]. [Žiūrėta 2014 m. lapkričio 30 d.]. Prieiga per internetą: http://www3.lrs.lt/pls/inter3/dokpaieska.showdoc_l?p_id=403776&p_tr2=2.
8. *Lietuvos Respublikos mobilizacijos ir priimančiosios šalies paramos įstatymas* [interaktyvus]. [Žiūrėta 2014 m. lapkričio 30 d.]. Prieiga per internetą: http://www3.lrs.lt/pls/inter3/dokpaieska.showdoc_l?p_id=442322&p_tr2=2.
9. *Lietuvos Respublikos Vyriausybės 2010 m. spalio 20 d. nutarimas Nr. 1502 „Dėl gyventojų evakavimo organizavimo tvarkos aprašo patvirtinimo“* [interaktyvus]. [Žiūrėta 2014 m. lapkričio 30 d.]. Prieiga per internetą: http://www3.lrs.lt/pls/inter3/dokpaieska.showdoc_l?p_id=384075&p_tr2=2.
10. MANKEVIČIUS, Vytautas; ir DAUGIRDAS, Albertas. *Pilietinis pasipriešinimas*. Vilnius, 2002. 187 p.
11. MINIOTAITĖ, Gražina. Pilietinis pasipriešinimas Lietuvos saugumo ir gynybos sistemoje: raida ir perspektyvos. Iš *Lietuvos metinė strateginė apžvalga 2003*. Vilnius, 2004, p. 195–209.
12. MINIOTAITĖ, Gražina. Pilietinis pasipriešinimas Lietuvos saugumo ir gynybos sistemoje: raida ir perspektyvos. Iš *Vietoje išvadų: straipsnių rinktinė*. Vilnius, 2014, p. 43–62.
13. PAŠKEVIČIŪTĖ, Alina; ir kt. *Civilinė sauga mažiems ir dideliems*. Vilnius, 2007. 248 p.
14. SHARPAS, Gene. *Pilietinė gynyba. Postmilitarinių ginklų sistema*. Vilnius: Mintis, 1992. 161 p.
15. SHARPAS, Gene. *Savarankiška gynyba be bankroto ir karo*. Vilnius, 1992. 77 p.
16. *Emergency Preparedness: Taking Responsibility for Your Safety* [interaktyvus]. [Žiūrėta 2014 m. kovo 16 d.]. Prieiga per internetą: http://www.espfocus.org/uploads/ESP_DisabilPlan-LACO_0410.pdf.
17. *Talking About Disaster: Guide for Standard Messages* [interaktyvus]. Washington, D.C., 2007 [žiūrėta 2014 m. vasario 16 d.]. Prieiga per internetą: <http://www.crh.noaa.gov/Image/bis/AmericanRedCrossTalkingAboutDisaster.pdf>.

18. ИЛЬИЧЕВ, Андрей Александрович.
Большая энциклопедия городского выживания. Москва, 2000. 576 с.
19. *Опыт выживания во время гражданской войны (Босния)* [interaktyvus]. [Žiūrėta 2014 m. balandžio 29 d.] Prieiga per internetą: http://www.kramola.info/vesti*viastl/opyt-vyzhivaniya-vo-vremia-grazhdanskoj-vojny-bosnija.

KĄ TURIME ŽINOTI APIE PASIRENGIMĄ
EKSTREMALIOSIOMS SITUACIJOMS IR KARO METUI:
RIMTI PATARIMAI LINKSMAI

Atsakingasis redaktorius dr. Karolis Aleksa
Iliustracijų dailininkas Ilja Bereznickas
Kalbos redaktorė Renata Alauskaitė-Mikalainienė
Maketuotojos Aida Janonytė, Violeta Pikčiūnaitė

2015 10 21. Tiražas 30 000 egz. Užsakymas Nr. GL-440
Lietuvos Respublikos krašto apsaugos ministerija,
Totorių g. 25, LT-01121 Vilnius, www.kam.lt
Maketavo Krašto apsaugos ministerijos bendrųjų reikalų departamento
Leidybos skyrius, Totorių g. 25, LT-01121 Vilnius
Spausdino Lietuvos kariuomenės Karo kartografijos centras,
Muitinės g. 4, Domeikava, LT-54359 Kauno r.