

ТВОЯ ЗБРОЯ — НЕ ТІЛЬКИ АВТОМАТ

Профілактика хронічних захворювань

Військовослужбовці з хронічними хворобами (діабет, астма, гіпертонія) потребують особливого підходу.

- Запас медикаментів. Завжди майте при собі запас необхідних ліків на кілька днів або тижнів, згідно з рекомендаціями лікаря.
- Контроль стану. Регулярно контролюйте свій стан за допомогою портативних приладів (наприклад, глюкометр, тонометр).
- Інформація про хворобу. Повідомте командира та медика підрозділу про своє захворювання, щоб у разі потреби вам могли надати належну допомогу.

ЗАПАС ЛІКІВ — ЗАВЖДИ НА СОБІ

ТВОЯ ЗБРОЯ — НЕ ТІЛЬКИ АВТОМАТ

Профілактика хронічних захворювань

Військовослужбовці з хронічними хворобами (діабет, астма, гіпертонія) потребують особливого підходу.

- Запас медикаментів. Завжди майте при собі запас необхідних ліків на кілька днів або тижнів, згідно з рекомендаціями лікаря.
- Контроль стану. Регулярно контролюйте свій стан за допомогою портативних приладів (наприклад, глюкометр, тонометр).
- Інформація про хворобу. Повідомте командира та медика підрозділу про своє захворювання, щоб у разі потреби вам могли надати належну допомогу.

ЗАПАС ЛІКІВ — ЗАВЖДИ НА СОБІ



Захист від ворожого вогню
(Фортифікація). Окоп для стрільби.

Перше, що ти робиш на новій позиції —
“окопуєшся”.

- Розміри: Глибина для стрільби стоячи — 110–150 см.
- Бруствер: Викопану землю викидай вперед і вбік (висота до 30 см), це твій перший бар'єр.
- Використовуй мішки заповнені землею.
- Сектор обстрілу: Розчисти куші перед собою, але не демаскуй себе.
- Зробить боковий підкоп для місця відпочинку (лисячу нору).

- Накрийте дах укриття гілками або колодами та насипте зверху землі або дерну.

- Накрийте дах укриття гілками або колодами та насипте зверху землі або дерну.
- Вхід роби “Г-подібним”, щоб вибухова хвиля не потрапила всередину.
- Натягуй рибальські або спеціальні металеві сітки над окопом на висоті 1.5–2 метри. Вони ініціюють детонацію кумулятивного заряду до того, як він влучить у бруствер.
- Вхід в бліндаж має бути завішений цупкою тканиною або брезентом, щоб приховати тепловий силует.



Захист від ворожого вогню
(Фортифікація). Окоп для стрільби.

Перше, що ти робиш на новій позиції —
“окопуєшся”.

- Розміри: Глибина для стрільби стоячи — 110–150 см.
- Бруствер: Викопану землю викидай вперед і вбік (висота до 30 см), це твій перший бар'єр.
- Використовуй мішки заповнені землею.
- Сектор обстрілу: Розчисти куші перед собою, але не демаскуй себе.
- Зробить боковий підкоп для місця відпочинку (лисячу нору).

- Накрийте дах укриття гілками або колодами та насипте зверху землі або дерну.

- Накрийте дах укриття гілками або колодами та насипте зверху землі або дерну.
- Вхід роби “Г-подібним”, щоб вибухова хвиля не потрапила всередину.
- Натягуй рибальські або спеціальні металеві сітки над окопом на висоті 1.5–2 метри. Вони ініціюють детонацію кумулятивного заряду до того, як він влучить у бруствер.
- Вхід в бліндаж має бути завішений цупкою тканиною або брезентом, щоб приховати тепловий силует.