

OBSAH

Kapitola 1

HLAVNÍ ZÁSADY BOJOVÉHO PŘEŽITÍ.....	6
1-1 Po přistání	6
1-2 Přesun do úkrytu	6
1-3 Volba úkrytu.....	6
1-4 Činnosti v úkrytu.....	7
1-5 Než se vydáte na cestu	7
1-6 Až se vydáte na cestu	7
1-7 Výběr místa pro evakuaci.....	8
1-8 Komunikační postupy v nouzové situaci	8

Kapitola 2

ÚNIK PŘED NEPŘÍTELEM.....	9
2-1 Plánování	9
2-2 Maskování	10
2-3 Místo pro odpočinek a spánek	15
2-4 Pohyb	18

Kapitola 3

ZDRAVOVĚDA	24
3-1 Ohrožení života	24
3-2 Obvyklá zranění a choroby.....	26
3-3 Hygiena	30
3-4 Jak zabránit nemocem	31

Kapitola 4

OSOBNÍ OCHRANA	32
4-1 Použití a péče o oblečení	32
4-2 Přístřešky	35
4-3 Rozdělení ohně	48
4-4 Další ochranné vybavení.....	54

Kapitola 5

SIGNALIZACE A EVAKUACE	57
5-1 Signalizační prostředky a techniky	57
5-2 Postup evakuace	63

Kapitola 6

POHYB V TERÉNU	67
6-1 Rozhodování o tom, jestli zůstat, nebo se přesunout.....	67
6-2 Navigace a stanovení vlastní polohy.....	68
6-3 Přesun	76
6-4 Rady na cestu	76
6-5 Cestování po řece	76
6-6 Cestování v oblastech se sněhem a ledem.....	77
6-7 Cestování v suchém klimatu	81
6-8 Cestování v teplém a vlhkém klimatu.....	81
6-9 Cestování na moři	82

Kapitola 7

VODA A POTRAVA	86
7-1 Zajištění vody	86
7-2 Získávání potravy	97
7-3 Příprava jídla	107
7-4 Uchování potravy	109

Kapitola 8

ZAMOŘENÍ ZBRANĚMI HROMADNÉHO NIČENÍ (JADERNÝMI, BIOLOGICKÝMI, CHEMICKÝMI)	112
8-1 Jaderné bojiště	112
8-2 Ohrožení biologickými zbraněmi	117
8-3 Útok chemickými zbraněmi	117