ЯКЩО КРИЗА ЧИ ВІЙНА:

ЯК ПОВОДИТИСЯ

Інформаційне видання для всіх жителів Литви

ВИДАННЯ ПІДГОТОВЛЕНЕ:

МІНІСТЕРСТВО НАЦІОНАЛЬНОЇ
ОБОРОНИ ЛИТОВСЬКОЇ РЕСПУБЛІКИ

ВИДАННЯ ПІДГОТОВЛЕНЕ ЗА СПІВПРАЦІ:

ЛИТОВСЬКА
АРМІЯ

ДЕПАРТАМЕНТ МОБІЛІЗАЦІЇ ТА
ЦИВІЛЬНОГО ОПОРУ ПРИ МІНІСТЕРСТВІ
НАЦІОНАЛЬНОЇ ОБОРОНИ

BLUE / YELLOW

Бібліографічна інформація видання представлена в
Національному банку бібліографічних даних (NBDB)
національної бібліотеки ім.Мартінаса Мажвідаса

ISBN 978-609-412-249-1

© Министерство охраны края Литовской республики, 2024

Зміст

Чому це видання важливе? / 4

1. Підготовка до кризи чи війни / 5

- Чому підготовка необхідна вже зараз? / 5
- Чи буду я дійсно корисним? / 5

2. Підготовка у мирний час / 6

- Як підготувати свій будинок? / 6
- Як сім'ї підготуватися до кризи чи війни? / 7
- Як підготувати набір для надання першої допомоги? / 8
- Про які запаси продуктів харчування варто подбати заздалегідь? / 9
- Що має бути в «тривожній валізці»? / 10
- Рекомендації організації «Blue / Yellow» та українців / 12

3. Цивільний опір / 13

- Стійкість та дезінформація / 13
- Громадянська воля / 14

4. Як поводитися під час кризи чи війни? / 14

- Що робити у разі виникнення небезпеки для Литви? / 14
- Що потрібно знати, якщо буде оголошено мобілізацію? / 15
- Як поводитися під час воєнного стану? / 16
- Якщо ви знаходитесь на окупованій території... / 18
- Якщо ви вирішили чинити опір, то ви маєте право... / 18
- Евакуація / 18

5. Психологічна допомога у воєнний час / 19

Чому це видання важливе?

Литва переживає один із найтриваліших періодів життя в умовах свободи та економічного зростання за всю свою історію. Ми створили безпечне та стабільне суспільство, ми є сильною державою, ми належимо до наймогутніших союзів світу. Однак, як показала наша багаторічна історія та сучасні світові події, безпеку та незалежність необхідно постійно захищати та зміцнювати.

Незважаючи на те, що ми є членами найсильнішого альянсу безпеки - НАТО, і маємо серйозні зобов'язання в галузі безпеки в Європейському Союзі, кожен з нас має бути готовим подбати про свою безпеку та безпеку своїх близьких у разі кризи. У цьому виданні Ви знайдете практичні поради про те, як підготуватися до кризових ситуацій і як поводитися при їх настанні, як вижити протягом перших 3 днів, допоки державні установи не відновлять необхідні послуги або не нададуть необхідну допомогу. Ось чому дуже важливо, щоб із цим виданням ознайомився кожен мешканець Литви.

Наша сила – у нашій здатності допомагати один одному та готовності до будь-яких загроз. Збережіть це видання – Ваша готовність є гарантом безпеки всіх нас.

Давайте берегти та захищати нашу Батьківщину, сім'ю та дім.

Підготовка до кризи чи війни

Чому підготовка необхідна вже зараз?

Відключення електроенергії та води, закриття магазинів, відсутність зв'язку та Інтернету – все це може стати реальністю у разі кризи чи війни. У таких умовах складно запастися їжею, водою чи паливом, дістати необхідні ліки чи зв'язатися із родичами. Тому дуже важливо заздалегідь подбати про необхідні речі та знати, як діяти під час кризи.

Чи я дійсно буду корисним?

Спостерігаючи за війною в Україні, багато хто з нас думав: що б я робив, якби це сталося у Литві? Як би я повівся, чим міг би бути корисним і як би подбав про своїх близьких? Кожен громадянин може зробити свій внесок у збереження та боротьбу за свободу. Приклад України показує, що потрібне лише бажання – ви обов'язково знайдете спосіб своїми знаннями та вмінням зробити свій внесок у опір.

Ось, кілька прикладів:

- Ви працюєте у сфері медицини, поліції чи пожежної охорони? Ви відіграєте дуже важливу роль у порятунку населення та забезпеченні порядку під час кризи.
- Якщо ви пенсіонер? Приєднуйтесь до некомерційних організацій (НКО), допоможіть найуразливішим членам суспільства.
- Ви працюєте у ЗМІ, у сфері науки чи є лідером формування громадської думки? Ваша допомога буде безцінною в інформаційній війні.

- Ви вмієте керувати дроном? Ваші навички можуть допомогти Вам контролювати територію або відстежувати пересування супротивника.
- Ви мешкаєте за кордоном? Розповсюджуйте інформацію у своїй країні, спростовуйте дезінформацію, організовуйте підтримку.

Докладніше про роль кожного з нас Ви можете дізнатися у цьому виданні у підрозділі «Що потрібно знати, якщо буде оголошено мобілізацію?».

Підготовка у мирний час

Нині в Литві безпечно, але важливо бути готовим до будь-якої ситуації – ці знання та навички можуть стати в нагоді у різних кризових ситуаціях.

Як підготувати свій будинок?

Переконайтеся, що ці предмети є у Вас вдома:

- ☐ набір для надання першої допомоги;
- ☐ готівка, бажано дрібнішими купюрами;
- ☐ електропостачання: зовнішні акумуляторні батареї, акумулятори;
- ☐ універсальний інструмент – ніж;
- ☐ джерела світла: ліхтарики, свічки;
- ☐ сірники чи запальнички;
- ☐ дорожня газова плита для приготування їжі;
- ☐ радіоприймач із запасними батарейками;
- ☐ вогнегасник;
- ☐ теплі ковдри, спальні мішки;
- ☐ «тривожна валізка» на випадок від'їзду чи евакуації.

Як сім'ї підготуватися до кризи чи війни?

Поговоріть із членами сім'ї

З'ясуйте, що може статися, і обговоріть, що б ви зробили, дотримуючись наведених рекомендацій щодо підготовки та дій.

Зверніть увагу на найбезпечніші місця у разі виникнення надзвичайної ситуації

- Дізнайтеся, де знаходяться найближчі будівлі та притулки колективного захисту.
- З'ясуйте, які місця у будинку найбезпечніші. Інформацію про це можна знайти у наступних розділах цього видання.
- Якщо у Вас є підвал або підземний гараж, подумайте про те, щоб перетворити його на безпечний особистий притулок.

Подбайте про дітей

- Покажіть дітям найбезпечніші місця в будинку та навчіть їх, що робити у разі виникнення надзвичайної ситуації.
- Майте в наявності освітні інструменти, книжки-розмальовки, ігри, щоб діти були зайняті та продовжували навчатися.
- Підготуйте іграшки та інші улюблені речі, які допоможуть знизити стрес. Забезпечте достатні запаси дитячого харчування для тривалого зберігання.

Подбайте про людей похилого віку

- Переконайтеся, що у людей похилого віку є достатньо ліків, принаймні на місяць, якщо це необхідно.
- Підготуйте інвалідні коляски або інші засоби пересування, щоб можна було легко перевозити людей похилого віку в разі потреби евакуації.
- Переконайтеся, що у людей похилого віку є список важливих контактів і вони могли зв'язатися зі своїми близькими та спеціальними службами.

Подбайте про людей з обмеженими можливостями

- Підготуйте необхідне медичне приладдя та обладнання, такі як: додаткові батареї для слухових апаратів, інвалідні коляски, засоби зв'язку та інші необхідні предмети.
- Складіть план евакуації із запасами першої необхідності або без них, якщо вони будуть втрачені або пошкоджені.

Подбайте про домашніх тварин

- Майте для вихованця запас сухого корму, зробіть щеплення тварині від сказу, майте в наявності коробку, повідець, намордник; повісьте на шию тваринного бирку з його ім'ям та контактами двох людей.
- Якщо можливо, заздалегідь домовтеся з друзями або членами сім'ї, які мешкають у безпечному районі, про догляд за твариною.

Обговоріть сімейний план дій

- Передбачте два місця зустрічі членів сім'ї на випадок надзвичайної ситуації та необхідності залишити будинок: одне на вулиці та одне у близьких родичів чи знайомих.
- Договоріться про те, що Ви робитимете, якщо опинетеся в різних місцях у разі кризи.
- Запишіть номери телефонів близьких людей, а також адреси місць зустрічей.
- Підготуйте автомобіль до можливої евакуації. Слідкуйте, щоб завжди був повний бак бензину Вашого автомобіля та заправляйте його, коли він наполовину порожній. Майте діючу страховку та картку результатів технічного огляду (звіт). Ніколи не виймайте з автомобіля аптечку та вогнегасник.

Як підготувати набір для надання першої допомоги?

Кожному члену сім'ї рекомендується мати:

- стандартний набір для надання першої допомоги (аптечка, як у машині);
- 2 турнікети;
- додаткові необхідні ліки та ліки, що регулярно використовуються.

Рекомендовані додаткові ліки

- знеболювальні та жарознижувальні ліки, наприклад: ібупрофен 400 мг, парацетамол 500 мг або інші;
- ліки для покращення роботи травної системи: ліки від діареї, наприклад, лоперамід 2 мг; від запору, наприклад, бісакодил 5 мг; від підвищеної кислотності шлунка, наприклад, омепразол 20 мг;
- ліки від алергії або інші антигістамінні препарати, наприклад, біластин 20 мг;
- антисептик;
- щоденні ліки членів сім'ї (зверніть увагу на термін придатності).

Які продукти харчування слід підготувати заздалегідь?

- ☐ М'ясні консерви;
- ☐ сублімовані (ліофілізовані) продукти харчування;
- ☐ сушене м'ясо;
- ☐ суміші білків та вуглеводів (їх найчастіше використовують спортсмени);
- ☐ горіхи або халва з них;
- ☐ чорний шоколад;
- ☐ зернові та протеїнові батончики;
- ☐ сушені сухарі та зернові крекери;
- ☐ сухофрукти або їх суміші;
- ☐ вівсяні пластівці.

Зберігайте всі ці продукти у сухому, темному місці. Запасіться достатньою кількістю їжі, щоб вистачило Вашій родині щонайменше на 3 дні.

Як накопичувати, відновлювати та зберігати запаси їжі?

- Роблячи запаси, віддавайте перевагу звичайним та улюбленим продуктам.
- Слідкуйте за терміном придатності продуктів харчування.
- Подумайте, як би ви готували, якби припинилося постачання електрики чи води. Майте в наявності продукти, які можна вживати без води та підігріву.

Подбайте, щоб удома були запаси води

- Людині необхідно близько 9-12 літрів води (для харчування та гігієни) на 3 дні.
- Вода в бачку унітазу, якщо вона не застоялася, теж придатна для вживання.
- Купуйте дорожній фільтр для води або таблетки для очищення води, щоб можна було використовувати воду з водойм.

Що має бути в «тривожній валізці»?

Дорожня сумка («тривожна валізка») - це місткий, міцний і зручний рюкзак або сумка. Складіть у нього найнеобхідніше згідно з нижче рекомендованими списками.

ОБОВ'ЯЗКОВО

1. Сухий пайок на 3
2. Вода на 3 дні
3. Фільтр або таблетки для очищення води
4. Аптечка першої допомоги та розчин перекису водню
5. Спальний мішок або міцна ковдра
6. Комплект найнеобхіднішого одягу
7. Найважливіші документи, гроші, коштовності

ВАЖЛИВО

1. Водонепроникні футляри для грошей, прикрас та документів
2. Налобний ліхтар із додатковими елементами
3. Радіоприймач із додатковими елементами ildomais elementais
4. Універсальний інструмент-ніж
5. Сірники та/або запальничка, поміщені у водонепроникну коробку
6. Зовнішній акумулятор для заряджання телефону та кабель для заряджання
7. Роздруковані фотографії близьких (на випадок, якщо Вам знадобиться їх шукати)

ДОДАТКОВО

1. Гіпотермічна ковдра
2. Туристична тканина (pastogei)
3. Одяг для перевдягання
4. 12 л води у маленьких пляшках
5. Туалетне приладдя
6. Олівець та блокнот
7. Зовнішні акумулятори та портативні зарядні пристрої
8. Набір столових приладів та легка тарілка
9. Респіратор
10. Мотузка (мінімум 3 м)
11. Бінокль
12. Дитяче харчування, підгузки, вологі серветки.
13. Дитячі іграшки та книги
14. Захисна косинка
15. Міцний карабін (тримач)
16. Набір швейного приладдя
17. Плащ
18. Цигарки (як предмет обміну)
19. Металевий гнучкий провід (не менше 2 м)

Рекомендації організації «Blue / Yellow» та українців

- **Дружні стосунки із сусідами**. Познайомтеся один з одним, розвивайте добрі стосунки з сусідами, дізнайтеся, які навички вони мають і чим ви можете бути корисні один одному.
- **Відповідальність перед суспільством**. Лідери дуже потрібні за часів кризи. Якщо ви маєте цей тип особистості, розвивайте свої лідерські якості.
- **Психологічна підготовка**. Намагайтеся дивитися вперед і передбачити, що може статися. Підготуйтеся як практично, так і психологічно. Якщо Ви відчуваєте сильну тривогу, поговоріть з людьми, яким Ви довіряєте.
- **Запаси палива**. Якщо ви маєте можливість, тримайте близько 100 літрів палива в запасі. Майте на увазі, що дизельне паливо необхідно міняти не рідше одного разу на 6 місяців.
- **Обладнання для приготування їжі**. Майте при собі воду та обладнання для приготування їжі ємністю не менше одного літра.
- **Дотримуйтесь суворої гігієни**. Завжди мийте руки, коли це можливо.
- **Інструменти**. Майте при собі набір робочих інструментів (викрутки, плоскогубці і тощо) або хоча б одну гарну металеву лопату та ніж.
- **Запас електроенергії**. Майте хоча б кілька зовнішніх акумуляторів для кожного члена сім'ї.
- **Письмові речі**. Майте при собі папір, ручки та маркери.
- **Компас**. Майте простий компас і навчитеся ним користуватися.
- **Фен для сушіння волосся**. Якщо є можливість, візьміть його із собою у разі надзвичайної ситуації. Українці використовували фен для сушіння взуття, шкарпеток та одягу щоразу, коли у них з'являлася електрика.

«Blue/Yellow» уже 10 років спонсорує боротьбу України за свободу.

Можете висловити підтримку, зателефонувавши

1482

(5 €) або іншими способами -
www.blue-yellow.lt

Цивільний опір

Цивільний опір може бути подвійним:

- **беззбройний опір (участь громадян у державній обороні з використанням невійськових, ненасильницьких засобів);**
- **збройний опір (участь громадян у захисті держави військовими засобами, вступ до лав збройних сил Литви).**

Стійкість та дезінформація

Чим більше ми стійкі, тим важче нашим противникам завдати нам шкоди. Тому **НЕОБХІДНО** критично оцінювати всю отриману інформацію.

Поради, як уникнути пасток дезінформації

- **Перевіряйте інформацію самостійно**. Завжди проводьте власне дослідження та перевіряйте отриману інформацію.
- **Використовуйте кілька джерел**. Не вірте чуткам і використовуйте більше одного надійного джерела для перевірки інформації.
- **Не розповсюджуйте необґрунтовані чутки**. Якщо ви не впевнені, що інформація є достовірною, не діліться нею далі.
- **Реагуйте на дезінформацію**. Якщо ви зіткнулися з неправдивою інформацією, надайте факти та спростуйте її, щоб захистити інших громадян.
- **Запам'ятайте!** Якщо на Литву нападе інша країна, ми ніколи не здамося. Вся інформація про припинення опору буде хибною.

Громадянська воля

Потенційний агресор, бачачи рішучість суспільства чинити опір, може сумніватися і відмовитися від своїх намірів вторгнутися.

Громадянська воля

- виховання патріотичних цінностей у сім'ї;
- прояв інтересу до життя держави та участь у ньому, підтримувати демократичні процеси;
- участь у діяльності неурядових організацій;
- цікавитися історією, культурою та звичаями держави.

Як поводитися під час кризи чи війни?

Що робити, якщо Литві загрожуватиме небезпека?

- Намагайтеся зберігати спокій і зосередженість.
- Почувши сирени чи інші сигнали тривоги, увімкніть національне телебачення чи радіо, стежте за достовірними офіційними джерелами інформації – новинами, які публікують державні органи.
- Якщо ви отримали повідомлення про кризу або небезпеку через ЗМІ або мобільний телефон, дотримуйтесь інструкцій.
- Не виходьте з дому без особливих причин.
- Якщо можливо, продовжуйте працювати, особливо якщо Ви працюєте в компанії або в установі, що надає необхідні послуги.

Що потрібно знати, якщо буде оголошено мобілізацію?

Сейм Литовської Республіки може ухвалити рішення оголосити в країні мобілізацію, щоб підвищити здатність Литви до самооборони. Після оголошення мобілізації суспільство має згуртуватися, щоб забезпечити життєво важливі функції держави. Після оголошення мобілізації Вас можуть попросити допомоги різними способами.

Для державних службовців

- Якщо Ви перебуваєте в резерві цивільного мобілізаційного персоналу (CMPR), дотримуйтесь плану мобілізації Вашого робочого місця.
- Якщо Ви не належите до CMPR, подбайте про безпеку своїх близьких та йдіть на роботу.

Для призовників та колишніх воїнів професійної військової служби

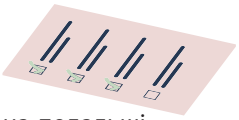
- Якщо Ви перебуваєте на обліку в CMPR, то виконуйте план мобілізації на робочому місці. Якщо Ви не знаєте, чи рахуєтеся Ви у списках чи ні, значить, Вас немає у списках CMPR.
- Якщо Ви не перебуваєте на обліку в CMPR, подбайте про безпеку своїх близьких, ходіть на роботу та слухайте інформацію через загальнодоступні засоби інформації.

Для співробітників компаній, установ чи інших організацій

Якщо ваша організація припинила свою діяльність, то до Вас за послугами може звернутись адміністрація міського самоврядування.

Для медичних працівників, поліцейських, пожежників

Продовжуйте виконувати свої прямі обов'язки, якщо не буде вказано інше.



Для громадян, які мають зброю

Якщо Ви не призовник, член CMPR або стрілок, то чекайте на подальші вказівки влади.

Членам комендатури

Якщо Ви включені до списків комендатури і маєте військові навички, то Ви будете охороняти важливі об'єкти у своїй житловій місцевості, стежити за дотриманням комендантської години, стежити за довкіллям або виконувати інші завдання, поставлені армією Литви.

Для безробітних, які не мають зброї та не перебувають на обліку в CMPR або для стрільців, активних громадян

- Приєднуйтесь до добровольчих організацій (Червоний Хрест, Каріто, Мальтійський Орден, Продовольчий Банк).

LIETUVOS RAUDONASIS KRYŽIUS

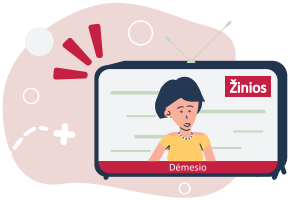
caritas

Maltiečiai

Maistobankas

- Допомагайте своєму самоврядуванню: зробіть свій внесок у виконання завдань, поставлених директором адміністрації, щоб разом ми могли забезпечити готовність держави до оборони чи інших життєво важливих функцій.

Як поводитися під час воєнного стану?



У разі нападу противника, повітряної загрози чи інших військових загроз

- Увімкніть телевізор або радіо та слухайте офіційні державні новини.
- Зберігайте спокій, не панікуйте та попередьте своїх родичів та сусідів.
- Не залишайте місце проживання без особливих причин.
- Після отримання вказівки піти в укриття, необхідно одягтися, взяти заздалегідь підготовлену сумку («тривожну валізку») і поспішити у вказаний військовий притулок.
- Якщо ви залишаєтеся вдома, вимкніть світло, завісьте штори, заклейте вікна клейкою стрічкою, впустіть домашніх тварин усередину, сховайтеся в кімнаті без вікон або в підвалі. Якщо Ви ховаєтеся в підвалі, повідомте про це сусідам або друзям.

Коли поряд лунають постріли або йде перестрілка

- Якщо Ви знаходитесь на вулиці, не біжіть, впадіть на землю і закрийте голову руками.
- Поки лунають постріли, постарайтеся максимально притиснутись до землі, а коли вони вщухнуть, відповзіть у безпечніше місце (підземний перехід, підвал, канаву тощо).
- Якщо Ви знаходитесь вдома і чути постріли, то не підходьте до вікон.
- Якщо Ви чуєте постріли, перебуваючи вдома, впадіть на підлогу, повзіть, щоб вимкнути світло, непомітно закрийте штори, заповзіть у кімнату без вікон (наприклад, у ванну кімнату).
- Якщо вдома небезпечно, йдіть до найближчої споруди колективного захисту, де Вас прихистять та нададуть допомогу.

На місці вибуху (або після вибуху)

- Впадіть на землю і прикрийте голову руками, по можливості використовуючи будь-яке відповідне укриття.
- Після вибуху не поспішайте виходити з укриття.
- Якщо вибух стався у будівлі, скористайтесь запасними виходами. Користуватись ліфтами забороняється.
- За наявності постраждалих допомогти їм евакуюватися у безпечне місце та надати першу допомогу.
- Не торкайтеся підозрілих предметів або вибухових речовин.
- Допоможіть розчистити руїни, дороги, усунути наслідки повітряного нальоту.

Якщо у Вашому місті чи поселенні з’явилися ворожі солдати

- Намагайтеся зберігати спокій.
- Якщо ви побачите у дворі солдатів, не наближайтесь до них. Подбайте про дітей, не випускайте їх на вулицю.
- Не знімайте та не фотографуйте ворожих солдатів або робіть це непомітно.
- Не тримайте руки в кишенях і не робіть різких рухів під час розмови із озброєною людиною. Не сперечайтеся з людиною, яка має в руках зброю.

- Якщо до вас у дім прийшли озброєні люди і мають намір у ньому оселитися, то йдіть з дому.
- Якщо Вам потрібно поїхати в місто, то краще йдіть пішки, а не користуйтесь автомобілем.

Якщо Ви опинились на окупованій території

- евакуїруйтесь до частини країни, контрольованої литовською армією;
- продовжуйте дотримуватися законів Литовської Республіки;
- не покладайтеся на окупаційні сили;
- дистанціюйтеся від рішень та дій противника;
- не беріть участь у демонстраціях та кампаніях противника, не давайте інтерв'ю ворогові та не дозволяйте знімати себе на відео;
- не беріть участь у незаконних виборах та референдумах.

Якщо ви вирішите чинити опір, ви маєте право

- у взаємодії з литовською армією здійснювати збройний опір (у тому числі саботаж) сил противника;
- проводити акції громадянської непокори, наприклад, непокору законам, прийнятим окупаційними силами;
- відмовитися вступати до лав ворога і працювати на нього;
- організовувати масові страйки та брати участь у них;
- підтримувати рух опору.

Евакуація

- Уважно слухайте оголошення про процес евакуації. Запишіть місце евакуації, напрямок та пункт збору.
- Вимкніть електрику, закрийте крани газу та води, закрийте вікна, замкніть двері будинку.
- Завжди носіть посвідчення особи або паспорт.
- Використовуйте маршрути, рекомендовані владою, та уникайте невідомих доріг.

- Якщо ви не маєте можливості скористатися автомобілем, йдіть до найближчого пункту збору.
- Повідомте сім'ю про евакуацію.
- Візьміть із собою «тривожну валізку».

Психологічна допомога у воєнний час

Багато людей страждають від невизначеності, незахищеності, занепокоєння, страху та втоми під час війни. Психологи радять, як керувати собою у критичних ситуаціях та як допомогти своїм близьким.

- Підтримуйте соціальні зв'язки: поділіться почуттями, думками з близькими, слухайте одне одного.
- Наскільки це можливо, дотримуйтесь нормального порядку дня, звички та особистої гігієни.
- Подбайте про своє фізичне здоров'я: правильне харчування, режим сну, фізичну активність.
- Використовуйте методи релаксації, які підходять саме Вам, наприклад медитацію, релаксацію або дихальні вправи.
- Якщо Ви помітили, що Ваша близька людина перебуває в стані сильного стресу:
  - намагайтеся поговорити з ним, дивитись у вічі, скажіть: *ти мене чуєш? Подивися на мене, потисни мені руку;*
  - не використовуйте слова *заспокойся*, *візьми себе до рук*;
  - не застосовуйте насильство та агресію;
  - виявіть підтримку: *я з тобою, я подбаю про тебе, ти не один, я тебе не залишу;*
  - дайте йому кілька простих завдань, наприклад: попити води.
- Зверніться за професійною психологічною допомогою, якщо Ви або Ваша близька людина довго погано себе почуває.

9 786099 650111

Способи участі в обороні держави

Щоб зробити свій внесок у зміцнення безпеки Литви та водночас набути базові знання щодо поводження зі зброєю, командної роботи, надання першої допомоги та інші знання, які стануть у пригоді в різних життєвих ситуаціях і допоможуть захистити близьких, Ви можете вибрати різні форми служби в литовській армії або членство в «Спілці стрільців» Литви.

ПОСТІЙНА ОБОВ'ЯЗКОВА ПЕРВИННА ВІЙСЬКОВА СЛУЖБА

ДОБРОВОЛЬЧІ СИЛИ НАЦІОНАЛЬНОЇ ОБОРОНИ ЛИТОВСЬКОЇ АРМІЇ

СОЮЗ СТРІЛКІВ ЛИТВИ

ВІЙСЬКОВІ КОМЕНДАТУРИ

ВІЙСЬКОВІ КОМЕНДАТУРИ

ЛИТОВСЬКА ВІЙСЬКОВА АКАДЕМІЯ ІМЕНІ ГЕНЕРАЛА ЙОНАСА ЖЯМАЙТІСА

Макетував відділ візуальної інформації Департаменту спільних справ Міністерства національної оборони, вул. Тоторю 25, LT-01121 Вільнюс

Друк: UAB Spaudos kontūrai, тираж 10 000 екз.