



ПАМ'ЯТКА ДЛЯ НАСЕЛЕННЯ

ТРИВОЖНА ВАЛІЗА



«ТРИВОЖНА ВАЛІЗА» — підготований набір необхідних речей збільшить ваші шанси на виживання.

Речі на випадок евакуації ліпше скласти заздалегідь. Якщо час «Ч» настане — із магазинів миттєво зникне все необхідне, і в цьому разі збирати тривожну валізу можна буде хіба що з того, що знайдете вдома.

Що взяти з собою насамперед?

Важливо зібрати всі документи, копії документів (як паперові, так і відскановані й навіть ті, що «закинуті» на флешку): **паспорт, водійське посвідчення, документи на право власності, військовий квиток** тощо. Завважте, що паспорт краще тримати так, аби його можна було швидко дістати. Решту документів запакуйте в герметичний пакет: підійдуть, наприклад, великий зіплок або канцелярська папка, обклеєна скотчем.



Туди ж можна покласти **кредитні картки, невелику кількість готівки**. До речі, готівку радять розділити на кілька частин: частину покладіть із документами, частину заховайте на дно рюкзака, частину тримайте в кишені. Не завадить мати ще й кілька доларових чи єuroвих купюр.



Окрім документів, до папки можна покласти **аркуш із базовою медичною інформацією про вас і членів вашої родини: групою крові, наявними проблемами зі здоров'ям** (тут, зокрема, варто зазначити інформацію про алергію на медичні препарати), переліком ліків, які ви приймаєте (з описом способу їхнього застосування та дози), рецепти, імена та мобільні телефони ваших лікарів тощо.



Найкраще все це складати у вологостійкий міцний рюкзак об'ємом від 20 до 50 літрів. Але якщо ви плануєте тікати разом з одним-двома іншими людьми, то великого об'єму краще уникати: це може викликати підозри. **Рюкзак не має бути яскравого кольору, і так само краще обійтися без кольорів хакі.**

ПАМ'ЯТКА ДЛЯ НАСЕЛЕННЯ

ТРИВОЖНА ВАЛІЗА



Які ліки брати з собою?

Підготуйте стандартний вміст домашньої аптечки: **бактерицидний пластир, крем від поверхневого ураження шкіри, активоване вугілля, засіб від нежитю, антибіотики, перекис водню, етиловий спирт.** Окрім цього, варто придбати засоби для надання першої допомоги: **бинт, лейкопластир, вата, йод, турнікети чи джгути Есмарха, індивідуальні перев'язувальні пакети.**

Також купіть **таблетки для очищення води.**

Назви конкретних препаратів: *парацетамол (жарознижувальне), пенталгін (знеболювальне), супрастин (протиалергічне), імодіум (ліки проти діареї), фталазол (ліки проти шлункової інфекції), альбуцид (краплі для очей).*

А медикаментів, які ви приймаєте регулярно або періодично, має вистачати щонайменше на тиждень.

Як і документи, аптечка має бути в зоні безпосереднього доступу.

Яку їжу потрібно брати?

Продуктовий набір обов'язковий — візьміть хоча б **півтора літри води на людину та запас їжі на три доби.**

Це можуть бути **швидкорозчинні супи, вермішель швидкого приготування, тушонка, галети, м'ясні чи рибні консерви, низькокалорійні льодяники** (їхня цінність у тому, що вони висококалорійні, але не тануть і не псуються на сонці). Все це можна спакувати у невеликий казанок місткістю літр-півтора.



Розігріти їжу допоможе **туристичний пальник або таганок.**

Візьміть із собою **металевий посуд: горня, флягу, ложку, миску, ніж.**

Що брати з собою з одягу?

Значну частину часу вам доведеться провести або на вулиці, або у холодних приміщеннях, тож **беріть із собою одяг, у якому не змерзнете протягом доби:** теплий светр, шапку, рукавиці, шарф. Важливо взяти **дощовик** (целофановий теж підійде). **Взуття має бути зручним, спортивним.**

Якщо ви цивільний — **унікайте навіть найменших елементів камуфляжу в одязі:** вас можуть помилково ідентифікувати як комбатанта ворожої армії.

ПАМ'ЯТКА ДЛЯ НАСЕЛЕННЯ

ТРИВОЖНА ВАЛІЗА

Що ще допоможе вижити?

Знадобляться також **ліхтарики**: налобний з акумулятором і зарядкою та ручний зі змінними батарейками. Також не забудьте **герметично заповані сірники** (краще туристичні — їх можна купити в туристичних і мисливських магазинах), **запальничку, свічки**.



Точно знадобляться швейцарський ніж і мультитул. Вельми ймовірно, **сокира або складна пила** теж стануть у нагоді.

Можливо, ви опинитесь в ситуації, коли буде треба позначити своє місце розташування: для цього підійдуть **свисток, фаср чи димова шашка**.

Ще візьміть **пару пачок сухих та вологих серветок і декілька пакетів для сміття об'ємом 120 літрів**: останні можуть знадобитися навіть для захисту від дощу. Ще краще підійде **кілька квадратних метрів міцної клейонки**.

Окрім усього цього, до обов'язкового набору входять **голки та нитки, клей, широкий рулон прозорого скотчу** — з його допомогою можна й тента змайструвати, і речі захистити від вологи, **пару метрів міцного шнура**.

Під час евакуації вас можуть розмістити в спортивному залі школи: у такому разі вам точно **знадобляться каремат і спальний мішок або термopокривало**.

ДСНС радить також взяти зайву упаковку презервативів — їх за необхідності можна використовувати для захисту від вологи сірників і запальничок, надійного закупорювання ємностей від комах та піску, а також для перенесення води.