

Примерное содержание «Тревожного чемоданчика»

Базовый набор

Документы (оригиналы паспорта, водительских прав, медицинских полисов, свидетельств о рождении и других важных документов). Целесообразно поместить их в водонепроницаемый герметичный чехол;

- **деньги** (наличные и банковские карты). Стоит учитывать, что в случае ЧС банкоматы могут не работать;

- **средства связи** (сотовый телефон и зарядное устройство к нему);

- **Аптечка первой помощи** (включает индивидуальные перевязочные пакеты, бактерицидные пластыри, клей БФ (вместо йода и зелёнки), антисептические препараты, адсорбирующие средства (например, активированный уголь), обезболивающие, антигистаминные препараты, сердечные средства, спазмолитики, препараты от кишечных инфекций). Можно добавить лекарства, которые человек принимает регулярно при хронических заболеваниях;

- **фонарик** (ручной и/или налобный, желательно диодный) и запас батареек к ним;

- **мини-радиоприёмник** (с запасом батареек) или сотовый телефон с функцией радио;

- **универсальный нож** с набором инструментов;

- **запас еды и воды** (подойдут калорийные, занимающие немного места продукты: энергетические батончики, сублимированные продукты, орехи, сухофрукты, консервы);

- **сменное бельё и одежда** по сезону;

- **средства гигиены** (зубная щётка и паста, мыло, влажные салфетки, туалетная бумага, прокладки, ушные палочки, шампунь, бритвенный станок, дезодорант, расчёска);

- **свисток** (чтобы звать на помощь);

- **охотничьи спички, сухой спирт, газовые зажигалки** (2-3 штуки);

- **ремонтный комплект** (нитки, иголки и пр.).

Дополнительные вещи

- **туристический складной табурет** или стул;

- **спальный мешок** или тёплое покрывало, походный коврик (если есть место и предполагается, что помощь придётся ждать больше суток);

- **респиратор** или маска (для защиты дыхательных путей от пыли и мелких частиц);

- **блокнот** и карандаш;

- **сигнальные флажки** или светоотражатели (для обозначения своего местоположения);

- **полиэтиленовый мешок** (200 л) (для укрытия от дождя или сбора воды);

- **компас, складная пила** (в сельской местности).

Рекомендации:

Вес (чемоданчик не должен быть слишком тяжёлым);

Защита от влаги (можно использовать вакуумные пакеты с зажимом, обычные пластиковые пакеты, замотанные скотчем, или непромокаемую упаковку);

Расположение вещей (лёгкие предметы и предметы первой необходимости (аптечка, фонарик, нож) лучше класть сверху и в карманах, а тяжёлые предметы на дно);

Тестирование (рекомендуется протестировать уже собранный «тревожный чемоданчик», а затем скорректировать его содержимое).