

«Тревожным чемоданчиком» принято называть базовый набор вещей для выживания в экстремальных ситуациях или до безопасной эвакуации из зоны ЧС, будь то землетрясение, наводнение, пожар и т.п.

Правильно укомплектованный «тревожный чемоданчик» может обеспечить автономное существование человека в экстремальных ситуациях.

В комплект входят вещи первой необходимости:
Документы, деньги (банковские карты);
Карты района (города, области), компас;
Продукты питания на 3-е суток;
Запас воды;
Комплект одежды (пара нательного белья, носки);

Средства личной гигиены;
Набор посуды (чашка, кружка, ложка, нож)
Фонарик и запас батареек;
Свеча, спички (зажигалка);
Ремонтный комплект (иглолка, нитки);
Аптечка первой помощи;
Зарядное устройство (дополнительный аккумулятор) для мобильного телефона.

Тревожный комплект можно хранить как дома, так и на рабочем месте.

Тревожный чемоданчик, это только название, на самом деле это вместительный рюкзак с именной биркой владельца, объемом свыше 30 литров, укомплектованный всем необходимым.



Аптечка. Есть простой и стандартный перечень необходимых средств оказания первой помощи, которыми обычно укомплектована аптечка, также аптечку можно доукомплектовать жизненно необходимыми лекарствами и препаратами. Важно понимать, что у каждого аптечка индивидуальна.



Питьевая вода. Можно хранить воду в пластиковой бутылке: так питьевая вода может храниться около полугода.



Продукты. Продукты должны быть самые необходимые. В тревожном чемоданчике не должно быть скоропортящихся продуктов, рационально взять с собой консервы мясные или рыбные, консервированные каши, лапшу, конфеты, сахар, хлебцы и т.п.



Огонь. Беря с собой зажигалку вместо спичек, стоит помнить, что на морозе газ уменьшается в объеме и ее сложно будет зажечь. Отдайте предпочтение туристическим или обычным спичкам. Хорошим вариантом станет кремень – главное научиться им пользоваться.



Спички должны быть герметично упакованы в пакет: зажечь их о размокший коробок будет проблематично.

Средства гигиены – это неотъемлемая часть заботы о своем здоровье, к этим средствам относятся: мыло, зубная паста и щетка, бритва с набором дополнительных лезвий (набор одноразовых бритв), несколько упаковок одноразовых салфеток/платков, рулон туалетной бумаги, маникюрные ножницы, средства женской гигиены, полотенце.

