# ТРИВОЖНА ВАЛІЗА. ЩО НЕОБХІДНО ВЗЯТИ З СОБОЮ?

**«ТРИВОЖНА ВАЛІЗА»** – це узагальнене визначення набору речей, який необхідний кожній цивільній людині, щоб вижити в будь-якій екстремальній ситуації і являє собою міцний і зручний рюкзак від 25 літрів і більше

## ВМІСТ «ТРИВОЖНОЇ ВАЛІЗИ»:

- Паспорт, військовий квиток, документ про освіту, трудову книжку або пенсійне посвідчення, свідоцтво про народження, документи на власність, гроші.
- Радіоприймач, ліхтарик, повербанк, компас, годинник, мультитул, ніж, свисток, пакети для сміття – 120 л (як тент), блокнот, олівець, нитки, голки, сірники, запальнички.
- Одяг (нижня білизна, шкарпетки бавовняні, запасні штани, кофта, плащ, шапка, рукавички, шарф, надійне зручне взуття.
- Гігієнічні засоби.
- Аптечка, медичний спирт (горілка), сухий спирт, необхідні медичні препарати, які вживаються щодня.
- Посуд (казанок, фляга, кружка металева).
- Продукти харчування (які довго зберігаються і не потребують додаткового приготування) на три доби, воду, яку треба періодично оновлювати.
- Загальна вага – не більше 50 кілограмів на кожного члена сім'ї.
- Дітям дошкільного віку вкладається у кишеню або пришивається до одягу записка, де вказано прізвище, ім'я та по-батькові, вік, домашня адреса та номер контактного телефону батьків.