

Тривожна валіза

екстрений набір, який варто мати вдома "про всяк випадок"

Війна, епідемія, катаклізм, евакуація – існує багато причин, чому вдома варто мати набір речей "про всяк випадок". Тривожний рюкзак, або як його ще називають екстрена валіза, слід зібрати до того, як настане ситуація, в якій він може знадобитися, тож слід заздалегідь підготувати усі необхідні речі.

Для початку, слід визначитися, у чому ви будете зберігати свій екстрений набір. Рекомендують для цього зручний рюкзак об'ємом до 30 літрів, це також може бути сумка, валізачи кейс, але головна запорука - незручність у перенесенні та міцність.

Коли ви обрали сумку, складіть туди корисні речі на випадок евакуації, швидкого переїзду, карантину чи інших надзвичайних ситуацій:

- копії важливих документів (паспорт, автомобільні права, документи на нерухомість тощо) у поліетиленовій упаковці, яка не пропускає вологу. Якщо є можливість, укомплектуйте їх так, щоб можна було швидко дістати й відкрити потрібний документ. Фото рідних також слід класти у футляри, які не промокають;
- кредитки, банківські картки й готівка. На випадок екстреної ситуації варто мати при собі трохи грошей, при можливості - запас іноземної валюти;
- дублікати ключів від дому та автомобіля, якщо вона є;
- аптечка першої допомоги: сюди варто покласти бинти, лейкопластир, вату, йод, активоване вугілля (інтоксикація), парацетамол (жарознижувачий препарат), пенталгін (знеболювальне), супрастин (алергія), імодіум (діарея), фталазол (шлункова інфекція), альбуцид (краплі для очей), джгут, шприци. Якщо ви приймаєте якісь препарати постійно, зробіть достатній запас і їх; покладіть до них інструкцію та інформацію про ваше дозування). До аптечки та одягу прикріпіть інформацію про вашу групу крові та алергії на препарати, якщо такі є (наприклад, на антибіотики чи певні вітаміни).

Це мінімальний набір, необхідний для "тривожного рюкзака". Окрім цих речей, можна взяти додаткові предмети:

- картку місцевості та інформацію про спосіб зв'язку й зустрічі в домовленому місці з родичами чи друзями;
- засоби гігієни: зубна паста і щітка, мило, рушничок, туалетний папір, сухі й вологі серветки, носові хустинки, засоби інтимної гігієни, бритва, манікюрний набір;

- одяг: підійде 2 комплекти нижньої білизни, 2 пари бавовняних та шерстяних шкарпеток, запасні штани, футболки або светри, дощовик, тепла шапка, рукавиці, шарф, зручне взуття на стійкій підшві;
- способи освітлення: ручний чи налобний ліхтар або обидва, батарейки до них, сірники (бажано туристичні чи мисливські), запальничка, свічки, хімічні ліхтарі;
- синтетичний шнур на 4 - 5 міліметрів товщиною, довжиною 20 метрів;
- компас і водонепроникний годинник;
- багатофункціональні інструменти, наприклад,
швейцарський ніж чи мультитул;
- зарядний пристрій до телефона, павербанк і зарядка до нього, флешка з дублікатами важливих документів та фотографіями родичів;
- фляга з питною водою.



Фото з соцмереж

Це стандартний набір, який рекомендує ДСНС України для "тривожного рюкзака", який допоможе вижити у критичній ситуації. Якщо є можливість, візьміть ще трохи корисних речей, які значно полегшать життя у складних умовах:

- засоби зв'язку та інформації (наприклад, невеликий радіоприймач з можливістю прийому ультракоротких хвиль (УКХ) в FM діапазоні);
- ніж чи невеличку сокиру, сигнальні засоби (хімічні ліхтарі або феєри);
- пакети для сміття, об'ємом 120 літрів, з яких можна зробити тент чи покласти речі для захисту від дощу;
- рулон широкого скотчу;

- упаковка презервативів, які можна використовувати як захист від вологі для сірників та запальничок. У них можна переносити воду й використовувати в якості джгута для зупинки кровотечі;
- блокнот і олівець, де можна робити важливі записи й помітки, використовувати для розпалювання вогнища чи передачі інформації;
- нитки й голки для ремонту одягу;
- міні-намет, поліуретановий килимок (каремат), спальник, якщо у вас для них є місце.

Такого набору має вистачити на перший час у випадку екстреної евакуації чи непередбачуваних обставин. Цей набір має в собі деякі елементи туристичного набору, але не є набором для виживання в лісі - радше для збереження здоров'я й майна у таборах біженців, пунктах евакуації чи тимчасових таборах.

На випадок, якщо у вас є діти чи родичі, які не можуть про себе подбати, у набір потрібно покласти речі й для них. Розмір "тривожного рюкзака" збільшиться, але ви зможете забезпечити рідних необхідним:

- посуд: казанок, фляга, ложка та металеве горня. Існують військові казанки, які легкі в перенесенні та розбираються на кілька елементів посуду, підійдуть і туристичні набори;
- запас їжі: для формування харчового запасу тривожного рюкзака, слід брати їжу, яка довго зберігається і не псується, щоб постійно не оновлювати її. У малий набір слід взяти галети, тушонку, суп-пакети, консерви, чорний шоколад, сухофрукти, горіхи. Для більшого запасу підійдуть крупи, макарони, суховоче вінапівфабрикати, горілка та питний спирт.
- запас питної води на 1-2 дні, який слід регулярно оновлювати.

Загалом, не варто збирати надто велику тривожну валізу, щоб її вага не перевищувала 50 кілограмів. Якщо після складання рюкзака ви не зможете його підняти або ледь підняли, зрозумійте, що далеко з ним не зайдете, і слід змінити його вміст.