Тривожна валіза: список

Позначайте, що вже поклали. Вода у валізу: 2 л на людину на дві доби.
Удома: щонайменше 3 л питної води на людину на добу на 72 години.

Документи і гроші

- [ ] Паспорт і копії документів у поліетиленовому пакеті
- [ ] Цифрові копії та важливі номери офлайн
- [ ] Картки і готівка, розкладена по різних місцях
- [ ] Записка з групою крові та алергіями

Вода і їжа

- [ ] 2 л питної води на людину, у дорозі поповнювати
- [ ] Їжа на два дні, що не потребує багато води

Ліки

- [ ] Власні ліки на два тижні або місяць і рецепти
- [ ] Антисептик для ран, одноразові рукавички, бинти, пластирі
- [ ] Турнікет і навчання ним користуватися

Зв'язок і світло

- [ ] Заряджений павербанк і кабелі
- [ ] Ліхтарик і запасні батарейки
- [ ] Радіоприймач
- [ ] Номери 101, 102, 103, 104, 112 на папері
- [ ] Домовленість про місце зустрічі родини

Одяг і гігієна

- [ ] Теплий одяг, змінна білизна і шкарпетки
- [ ] Засоби гігієни

Діти й тварини

- [ ] Записка з даними дитини в рюкзаку і кишені
- [ ] Корм, вода, переноска, повідець, намордник для собаки небезпечної породи, пакети для прибирання і ветпаспорт для тварини

Перевірка

- [ ] Підняв рюкзак і пройшовся з ним
- [ ] Бірка з іменем і контактами в кишені рюкзака
- [ ] Рюкзак біля виходу з дому
- [ ] Строки придатності перевірено

Номери: 101 рятувальники, 102 поліція, 103 швидка, 104 газ, 112 екстрена допомога.

expertly.com.ua · за порадами «Довідка.інфо», ЦГЗ і МОЗ, жовтень 2026