

Рекомендуемый «Тревожный набор» при укрытии в заглубленных и других помещениях подземного пространства

При подготовке к укрытию в заглубленных и других помещениях подземного пространства **рекомендовано укрываемым иметь с собой «Тревожный набор», который должен обеспечить безопасное пребывание** в заглубленном или другом помещении подземного пространства **в течение одних или двух суток.**

В «Тревожном наборе» **должны быть** средства индивидуальной защиты, основные документы, продукты питания, вода, аптечка, сменная одежда, одеяло, телефон и некоторые другие необходимые принадлежности.

«Тревожный набор» должен храниться в рюкзаках или сумках, которые могут быть распределены для переноски между членами семьи. Раз в год «Тревожный набор» проверяется и обновляется.

Вес «Тревожного набора» и других необходимых принадлежностей должен составлять не более:

- для мужчин – 30 кг;
- для женщин – 10 кг;
- для юношей и девушек в возрасте:
 - 14 лет – 12 и 4 кг;
 - 15 лет – 15 и 5 кг;
 - 16 лет – 20 и 7 кг;
 - 17 лет – 24 и 8 кг соответственно.

Средства индивидуальной защиты

Каждому укрываемому настоятельно рекомендуется иметь с собой самоспасатель, но могут быть и другие индивидуальные средства защиты, такие как противогаз, респиратор.

Аптечка

Состав аптечки: бинты, лейкопластырь, йод, перекись водорода, кровоостанавливающий жгут, а также медицинские препараты (средства), которые члены семьи вынуждены принимать постоянно.

Основные документы

Паспорт, военный билет, трудовая книжка, пенсионное удостоверение, свидетельство о браке, свидетельство о рождении детей, документы об образовании, свидетельство о государственной регистрации права собственности, страховое свидетельство Государственного пенсионного фонда, свидетельство о постановке на учет физического лица в налоговом органе, банковские пластиковые карты, денежные знаки и особо ценные вещи.

Продукты питания и запасы воды

Из продуктов питания нужно брать такие, которые могут долго храниться без холодильника. Предпочтительнее продукты без острых запахов и в защитной упаковке (в пергаментной бумаге, целлофане, различного вида консервы).

Рекомендуется следующий набор:

для взрослого человека - сухари, печенье, галеты в бумажной или целлофановой упаковке, мясные или рыбные консервы с консервным ножом и готовые к употреблению, высококалорийные продукты (шоколад, печенье), чай, конфеты, сахар-рафинад, соль и т.д.;

для детей, учитывая их возраст и состояние здоровья - специальное детское питание (по возрасту), сгущенное молоко, сухое молоко, фруктовые напитки и т.д.

Необходимо взять с собой не менее 4,5 литров воды на сутки на каждого человека. В жару потребность воды увеличивается вдвое. Вода должна храниться в пластиковой или эмалированной таре. Ни в коем случае не используйте стеклотару, которая может разбиться.

В экстренных ситуациях звоните на единый номер спасения - «112».