**Что такое «тревожный чемоданчик»?**

«Тревожным чемоданчиком» - принято называть базовый набор вещей для выживания в экстремальных ситуациях до прибытия спасателей или до безопасной эвакуации из зоны чрезвычайной ситуации, будь то землетрясение, наводнение, пожар и т.п. Правильно укомплектованный «тревожный чемоданчик» может обеспечить автономное существование человека в экстремальных ситуациях, когда поблизости нет воды, еды, тепла, крыши над головой.

Минимальное количество запасов, необходимое для автономного пребывания, рассчитывается исходя из времени, за которое чрезвычайные службы смогут отреагировать и вмешаться в ситуацию. Период автономного пребывания в ожидании помощи спасателей зависит от вероятности возникновения природной или техногенной чрезвычайной ситуации в данной местности, а также удаленности от крупных населенных пунктов. Таким образом, в каждом конкретном случае «тревожный чемоданчик» комплектуется в соответствии с местом его проживания и индивидуальными особенностями человека.

**Как правильно укладывать вещи**

Строгих рекомендаций на этот счет нет, но лучше следовать туристическому правилу: легкие предметы и предметы первой необходимости - аптечка, фонарик, нож и т.п. - сверху и в карманах, сменное белье, еда - на дно.

Чтобы защитить содержимое от влаги - используйте вакуумные пакеты с зажимом. Также, перед укладкой вещи можно упаковать в обычные полиэтиленовые пакеты, предварительно обмотав скотчем.

**Обязательно ли иметь «тревожный чемоданчик»?**

Наличие «тревожного чемоданчика» зависит от отношения к окружающей действительности, жизненного опыта. Многие люди, пережившие Великую отечественную войну, делают запасы продуктов и всего необходимого на месяц вперед. Важно объективно учитывать необходимость наличия дома или на работе «тревожного чемоданчика», а также возможность его использования. Например, вероятность использования «тревожного чемоданчика» в мегаполисе и не в сейсмоопасном регионе - низка. В таком случае при себе желательно иметь комплект «первой необходимости» - легкий и компактный набор, который удобно с собой носить.

Комплект «первой необходимости» может включать в себя следующие предметы:

- Фонарик.

- Мини радиоприемник (многие мобильные телефоны с радиоприемником).

- Универсальный нож с набором инструментов.

- Спички (охотничьи) или зажигалка.

- Еда из расчета на сутки (любые калорийные, занимающие немного места, легкие продукты).

- Деньги. Документы (паспорт или его копия).

- Набор средств первой медицинской помощи: индивидуальные перевязочные пакеты, набор бактерицидных пластырей; клей БФ - используется вместо йода и зеленки, образует на ране защитную пленку; препараты, снижающие болевой синдром (зубная и головная боль, боль при травмах, ожогах, лихорадочное состояние); лекарства, применяемые при аллергии; набор прописанных врачом лекарств, принимаемых периодически или постоянно.

Перечисленные выше предметы не занимают много места, а их наличие поможет избежать многих затруднений.

Если вы живете в крупном населенном пункте, то обеспечение предметами первой необходимости и продуктами питания на 2-3 суток скорее всего не будет большой проблемой.

**В каких случаях особенно рекомендуется иметь «тревожный чемоданчик»?**

 Перечислим случаи, когда «тревожный чемоданчик» особенно рекомендуется держать дома.

Если вы живете в:

а) районе (зоне) возможных землетрясений (и/или цунами);

б) районе (зоне) повторяющихся серьезных наводнений (половодье);

в) районе (зоне) серьезных площадных лесных пожаров;

г) районе (зоне) проживания в пределах предприятий, работающих с вредными веществами;

д) зоне проживания, где есть вероятность возникновения вооруженных конфликтов;

е) других проблемных регионах.

**Выбор «тревожного чемоданчика»**

«Тревожный чемоданчик», как правило, представляет собой укомплектованный на случай чрезвычайной ситуации рюкзак, или сумку объемом около 30 литров. Содержимое рюкзака: необходимый минимум одежды, предметов гигиены, медикаментов, инструментов, средств индивидуальной защиты и продуктов питания.

Выбирайте рюкзак яркой расцветки со светоотражающими полосами – в случае чрезвычайной ситуации это должно привлечь внимание спасателей. Следует отказаться от камуфляжного цвета, т.к. в случае вооруженного конфликта человека с таким рюкзаком могут принять за участника боевых действий.

Предпочтителен рюкзак из непромокаемых, легких, но в то же время плотных, прочных материалов, так как содержимое должно быть защищено от возможных повреждений. Необходимо примерить и подогнать лямки рюкзак - вам должно быть удобно носить его длительное время.

Собирая «тревожный чемоданчик», помните: он должен быть компактным и не очень тяжелым.

**Возможный базовый набор для «тревожного чемоданчика»**:

- Аптечка первой помощи.

- Фонарик ручной и налобный (желательно диодный) и запас батареек к ним (можно инерционный с функцией подзарядки сотового телефона).

- Мини радиоприемник с запасом батареек (или сотовый телефон с функцией радио).

- Универсальный нож (с набором инструментов).

- Охотничий нож.

- Запас еды и воды (минимум на 3-е суток).

- Смена нижнего белья и носков.

- Свисток (потребуется, чтобы звать на помощь).

- Охотничьи спички, сухой спирт, газовые зажигалки (2-3 шт).

- Ремонтный комплект (нитки, иголки и пр.).

- Одноразовая посуда.

- Средства гигиены.

Если позволяет место и средства - положите спальный мешок, палатку (сейчас в специализированных магазинах представлен огромный их выбор), - газовую туристическую горелку с баллончиком 200-400 г. – этого вполне хватит на первое время для приготовления еды и обогрева.

Может пригодиться маленький блокнот и карандаш, который в отличие от шариковой ручки пишет всегда.

В зависимости от местности, в которой вы проживаете, будет меняться и содержимое «тревожного чемоданчика». Например, в сельской местности, понадобится компас, складная пила, а в городских условиях эти предметы вряд ли будут востребованы.

Рекомендуется протестировать уже собранный «тревожный чемоданчик», например, на даче, а затем скорректировать его содержимое.

* [Доврачебная помощь](http://www.culture.mchs.gov.ru/medical/)
* [Правила поведения в чрезвычайных ситуациях](http://www.culture.mchs.gov.ru/rules/)
* [**Гражданский тревожный чемоданчик**](http://www.culture.mchs.gov.ru/alert/)