

Обновлённый список для сбора гуманитарной помощи мобилизованным из запаса.

Медицина:

1. Жгуты – по количеству конечностей (два турникета и два резиновых жгута. Обратите внимание на турникеты: многим именно они спасли жизнь);
2. Перевязка, 2 единицы (может быть ИПП или два биндажа);
3. Космическое одеяло;
4. Обычные марлевые бинты;
5. Йод;
6. Жаропонижающие;
7. Противодиарейные;
8. Противоаллергенные;
9. Нурофен/аспирин, любое бытовое обезболивающие, противовоспалительное и противопростудное средство;
10. Кровоостанавливающие (целокс, гемофлекс, эллагра, гемостоп);
11. Уголь активированный;
12. Пластыри;
13. Пантенол, Апполо гель;
14. Детский крем;
15. Влажные салфетки;
16. Средство от насекомых.

Одежда и экипировка:

1. Термобельё (2 комплекта);
2. Нательное бельё (майка/футболка, носки, трусы);
3. Носки треккингвые, минимум 3 пары;
4. Флисовый костюм, шапка, перчатки;
5. Обувь хорошая с высоким берцем (2 пары);
6. Сапоги резиновые;
7. Плащ-накидка;
8. Форма полевая (2 комплекта) по сезону ЕМР, «Зелёный мох», универсально «Мультикам», либо один уставной ЕМР + горка
9. Маскхалат (по сезону);
10. Разгрузочный жилет тактический (в цвет формы);
11. Очки противоосколочные, тактические;
12. Перчатки военные, специальные (длинный палец);
13. Наколенники и налокотники (тактические);
14. Балаклава (летняя и демисезонная).

Снаряжение:

1. Рюкзак (РД) 25-35 литров с системой боковых ремней для фиксации принадлежностей, каркасный;
2. Спальный мешок (хороший);
3. Туристический коврик;
4. Сиденье туристическое;
5. Фонарь (2 шт) с запасом батарей, можно с функцией подзарядки от кабеля;
6. Налобный фонарь;
7. Бинокль или другая оптика;
8. Мультитул;
9. КЛМН (кружка, ложка, миска, нож, материал любой, кроме стекла);
10. Обычный широкий скотч;
11. Репшнур (25м) и карабин;

12. Газовая горелка;
13. Телефоны: смартфон (противоударный и водонепроницаемый) и кнопочный (по требованиям безопасности – без домашних симкарт);
14. Целлофановые мусорные мешки 5 шт. объём 40-50 литров для минимально изоляционных целей;
15. Фляга для воды;
16. Термос противоударный.

Продукты из расчета на 3 суток:

1. Каши быстрорастворимые в пакетах;
2. Шоколад, типа батончиков «Сникерс» – «Марс» (быстрые углеводы);
3. Сухофрукты;
4. Консервы (тушенка, рыбные);
5. Колбаса вяленая или копченая, непортящаяся;
6. Лапша быстрого приготовления (доширак, ролтон).

Разное:

1. Блок сигарет (даже для некурящих, это «валюта»);
2. Зажигалки самые дешёвые (2-3 шт.);
3. Спички туристические (2 коробки).