



Список складається з наступних речей:

Документи:

- Скановані копії всіх важливих документів необхідно завантажити на хмарний сервіс. Слід зробити та запам'ятати коротке посилання, яке дозволить у будь-який момент отримати доступ до файлів.
- Скановані копії документів також слід зберегти на окремій флешці.
- Декілька комплектів копій документів потрібно роздрукувати та покласти у водонепроникні пакети.
- Оригінали документів також варто покласти у водонепроникні пакети.
- Паперова мапа доріг України. На ній не можна робити жодних позначок.
- SIM-картки всіх мобільних операторів України з мінімальною кількістю грошей на них.
- Додатковий кнопковий мобільний телефон.
- Готівка у місцевій та іноземній валюті.

Аптечка:

- Якщо людина постійно вживає якісь ліки, їх потрібно взяти з собою з запасом на шість місяців.

- Загальні ліки: знеболювальні, антигістамінні, жарознижувальні, антибіотики широкого спектра, ліки проти розладу шлунку та отруєння.
- Перев'язувальні матеріали, засоби дезінфекції, джгут-турнікет.
- Захисні медичні маски.

Особисті речі:

- Засоби гігієни: мають бути максимально зручні в користуванні. Наприклад, сухий шампунь або шампунь і гель для душу "два в одному".
- Засіб дезінфекції рук.
- Спортивний рушник, який швидко сохне.
- Якщо людина носить лінзи або окуляри: запас лінз на 6 місяців, дві пари окулярів.
- Комплект білизни та шкарпеток по три одиниці.
- Термобілизна.
- Флісова кофта.
- Зручний одяг для заміни.
- Водонепроникна куртка.
- Спальний мішок.

Інші речі:

- Радіоприймач.
- Ліхтарик налобний та звичайний.
- Запасні батарейки.
- Сірники у водонепроникних пакетах.
- Зарядні пристрої.
- Павербанк.
- Мультитул.
- Блокнот та олівець.

Їжа:

- 1 літр води.
- Таблетки для очищення води.
- Сухпайок на три дні. Можна взяти туристичні або армійські набори з готовими стравами, але зверніть увагу на спосіб їхнього приготування.
- Енергетичні батончики, сухофрукти, горіхи, шоколад.