**Рекомендуем собрать сумку предметов первой необходимости при ЧС**

**В ней должны быть:**

* Лекарства, которые вы принимаете постоянно.
* Аптечка первой помощи — бинт, пластырь, болеутоляющие средства, антисептик.
* Личные документы.
* Два-три комплекта белья.
* Комплект одежды по сезону, тёплые вещи.
* Средства гигиены
* Запас еды и питьевой воды (консервы, хлебцы, галеты, шоколад и т.д.)
* Зарядные устройства для смартфона, планшета или ноутбука. Возможно, пригодится заряженный пауэрбанк.
* Фонарик
* Деньги
* Карта местности

**Мо тавсия медиҳем, ки як халта лавозимоти таъҷилӣ гиред**

**Он бояд дар бар гирад:**

• Доруҳое, ки шумо мунтазам истеъмол мекунед.

• Лавҳаи ёрии таъҷилӣ – бинт, гаҷ, доруҳои дардовар, антисептик.

• Ҳуҷҷатҳои шахсӣ.

• Ду-се маҷмӯи либоси таг.

• Мачмуи либос барои мавсим, чизхои гарм.

• Маҳсулоти гигиенӣ

• Таъмини ғизо ва оби ошомиданӣ (консервҳо, нон, печенье, шоколад ва ғ.)

• Пуркунандаи барқ ​​барои смартфонҳо, планшетҳо ё ноутбукҳо. Банки барқии пуркардашуда метавонад муфид бошад.

• Дурахш

• Пул

• Харитаи маҳаллӣ