

Навчально-методичний центр
цивільного захисту та безпеки
життєдіяльності Хмельницької області

ПАМ'ЯТКА МОБІЛІЗОВАНОМУ

*Що взяти
з собою в армію*



Більше інформації:
<http://nmckm.jimdo.com>
тел. 2-04-40, 2-03-47

Навчально-методичний центр
цивільного захисту та безпеки
життєдіяльності Хмельницької області

ПАМ'ЯТКА МОБІЛІЗОВАНОМУ

*Що взяти
з собою в армію*



Більше інформації:
<http://nmckm.jimdo.com>
тел. 2-04-40, 2-03-47

Что взять с собой в армию

Средства защиты

(взять желательно, если есть возможность)

- Бронежилет (не ниже четвертого класса защиты)
- Шлем (кевларовый, не ниже второго класса защиты)

Экипировка

- Разгрузка + подсумки
- Балаклава (защитная маска)
- Камуфляж (не синтетика)
- Берцы
- Тактические очки (специальные защитные очки для военных)

Предметы быта

- Рюкзак (защитного цвета)
- Спальный мешок
- Каремат (непрмокаемый коврик)
- Сидушка туристическая («подпопник»)

Личные вещи

- Часы (водостойкие, противоударные)
- Фонарик (туристический)
- Фляга
- Нож (армейский или раскладной)
- Саперная лопатка
- Ложка, кружка, миска (металл)
- Мобильный телефон (подешевле, зарядку + автомобильную)
- Сигареты (блок)
- Зажигалка (2-3 штуки)

Одежда (время года – лето)

- Косынка (или бандана)
- Ветровка (непрмокаемая или дождевики клеенчатые)
- Джинсы
- Кроссовки
- Гольф (утепленный)
- Футболки х\б (3-4 штуки)
- Майки и трусы (3-4 пары х\б)
- Носки (не меньше 10 пар х\б)
- Перчатки
- Термобелье

Предметы гигиены

- Зубная паста + щетка
- Мыло туалетное (2-3 кусочка)
- Мыло хозяйственное (1-2 куски)
- Гель для душа
- Полотенце (2 темных)
- Набор для бритья
- Крем, увлажняющий для лица (можно детский крем)
- Влажные и гигиенические салфетки (3-4 упаковки)
- Туалетная бумага (2-3 рулона)

Аптечка

- Кровоостанавливающее ("Целокс")
- Стерильные бинты + вата
- Жгут резиновый
- Средство для дезинфекции раны (йод, зеленку, перекись)
- Обезболивающее (таблетки)
- Лейкопластырь (бактерицидный)
- Жаропонижающие (таблетки)
- Активированный уголь
- Любое средство от отравления (вздутие, диарея)
- Прокладки женские (вместо стелек в обувь)

Еда

- Консервы (рыбные или мясные с максимальным сроком годности – 2-3 банки)
- Печенье (типа крекер – вместо хлеба)
- Вода (негазированная 1,5-2 литра).
- Шоколад (батончики с орешками)

Остальные мелочи

- Кусачки для ногтей
- Средство от комаров
- Антибактерицидный спрей
- Нитки и иголки (белые, черные, зеленые)
- Бинокль, компас (если есть)
- Деньги (максимум тысячу гривен)
- Флаг Украины

Счастливого пути. Возвращайтесь живыми, здоровыми. С победой.

Что взять с собой в армию

Средства защиты

(взять желательно, если есть возможность)

- Бронежилет (не ниже четвертого класса защиты)
- Шлем (кевларовый, не ниже второго класса защиты)

Экипировка

- Разгрузка + подсумки
- Балаклава (защитная маска)
- Камуфляж (не синтетика)
- Берцы
- Тактические очки (специальные защитные очки для военных)

Предметы быта

- Рюкзак (защитного цвета)
- Спальный мешок
- Каремат (непрмокаемый коврик)
- Сидушка туристическая («подпопник»)

Личные вещи

- Часы (водостойкие, противоударные)
- Фонарик (туристический)
- Фляга
- Нож (армейский или раскладной)
- Саперная лопатка
- Ложка, кружка, миска (металл)
- Мобильный телефон (подешевле, зарядку + автомобильную)
- Сигареты (блок)
- Зажигалка (2-3 штуки)

Одежда (время года – лето)

- Косынка (или бандана)
- Ветровка (непрмокаемая или дождевики клеенчатые)
- Джинсы
- Кроссовки
- Гольф (утепленный)
- Футболки х\б (3-4 штуки)
- Майки и трусы (3-4 пары х\б)
- Носки (не меньше 10 пар х\б)
- Перчатки
- Термобелье

Предметы гигиены

- Зубная паста + щетка
- Мыло туалетное (2-3 кусочка)
- Мыло хозяйственное (1-2 куски)
- Гель для душа
- Полотенце (2 темных)
- Набор для бритья
- Крем, увлажняющий для лица (можно детский крем)
- Влажные и гигиенические салфетки (3-4 упаковки)
- Туалетная бумага (2-3 рулона)

Аптечка

- Кровоостанавливающее ("Целокс")
- Стерильные бинты + вата
- Жгут резиновый
- Средство для дезинфекции раны (йод, зеленку, перекись)
- Обезболивающее (таблетки)
- Лейкопластырь (бактерицидный)
- Жаропонижающие (таблетки)
- Активированный уголь
- Любое средство от отравления (вздутие, диарея)
- Прокладки женские (вместо стелек в обувь)

Еда

- Консервы (рыбные или мясные с максимальным сроком годности – 2-3 банки)
- Печенье (типа крекер – вместо хлеба)
- Вода (негазированная 1,5-2 литра).
- Шоколад (батончики с орешками)

Остальные мелочи

- Кусачки для ногтей
- Средство от комаров
- Антибактерицидный спрей
- Нитки и иголки (белые, черные, зеленые)
- Бинокль, компас (если есть)
- Деньги (максимум тысячу гривен)
- Флаг Украины

Счастливого пути. Возвращайтесь живыми, здоровыми. С победой.