

## **СПИСОК ПОТРЕБНОСТЕЙ**

### **ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЕ ТОВАРЫ**

- Консервы (мясные, рыбные)
- Консервированные горошек, кукуруза
- Чай в пакетированный
- Кофе растворимый
- Кофе 3 в 1 порционный
- Молоко сгущённое
- Молоко ультрапастеризованное (в картонных коробках)
- Молоко сухое
- Макароны изделия и крупы (рис, гречка, манка)
- Лапша, суп, пюре и каши быстрого приготовления
- Масло подсолнечное
- Масло топленое
- Сахар, соль и перец порционные
- Хлопья, мюсли (которые можно залить холодной водой, соком)
- Хлебцы для диабетиков
- Хлебцы, сухари, сушки, печенье
- Орехи, сухофрукты
- Шоколад, конфеты
- Протеиновые батончики
- Джем, повидло (в мягких и порционных упаковках)
- Вода в бутылках, соки в картонных коробках

### **МЕДИКАМЕНТЫ**

- *Антигистаминные препараты* (например, лоратадин, супрастин, зодак, кларитин)
- *Спазмолитики* (например, спазмалин, дротаверин, но-шпа, папаверин)
- *Нестероидные противовоспалительные средства* (например, анальгин, ибупрофен, нурофен, кетанов, нимелок)
- *Анальгетики и жаропонижающие препараты* (например, цитрамон, парацетамол, терафлю)
- *Антибиотики широкого спектра действия* (например, азитромицин, ципрофлоксацин, амоксициллин, левофлоксацин)
- *АПФ-блокаторы, препараты от повышенного давления* (например, каптоприл)
- *Противодиарейные, противорвотные препараты* (например, лоперамид, смекта, имодиум, энтеросгель, регидрон, креон, мезим)

- *Антацидные средства* (например, маалокс, гастал, гевискон)
- *Поливитаминовые комплексы и витамины* (например, витамин С, компливит, центрум)
- *Антисептические средства* (например, йод, хлоргексидин, спиртовые салфетки в индивидуальной упаковке, перекись водорода 3%, теймурова мазь)
- *Противокашлевые препараты* (например, бутамират, омнитус, коделак)
- *Капли глазные с хранением вне холодильника* (например, альбуцид, левомецетин)
- *Капли ушные* (например, отипакс)
- *Сосудосуживающие препараты* (например, спреи тизин, санорин, ксимелин)
- *Успокоительные препараты* (например, дормиплант, ново-пассит)
- *Противогрибковые, противомикробный и противоожоговые препараты* (например, мазь нистатин, тетрациклиновая мазь, пантенол, гели от ожогов (НЕ МАЗИ) апполо гель, повязки от ожогов, банеоцин)
- *Перевязочные средства* (например, бинт самофиксирующийся когезивный, лейкопластыри, бинты марлевые стерильные, ножницы тупоконечные, повязки и салфетки самоклеющиеся гидрогелевые (окклюзионные))
- *Кровоостанавливающие средства* (например, жгут Эсмарха, жгут-турникет, гемостатические повязки//бинты/губки, коллоидная губка)
- *Другие медицинские изделия и расходные материалы* (например, аптечка с креплением МОЛЛЕ, перчатки медицинские, шприцы, воздухопроницаемые пластыри и бинты для фиксации капельниц, маркеры, пластырь компид)

## **ОБЩЕБЫТОВЫЕ ПОТРЕБНОСТИ**

- Влажные салфетки
- Влажная туалетная бумага
- Крем увлажняющий с пантенолом
- Фольгированное одеяло
- Металлические кружка, ложка, вилка
- Набор иголок и ниток
- Коврик и сиденье туристические (пенка фольгированная)
- Полотенца
- Поясная аптечка
- Палатка

- Спальный мешок
- Рюкзак
- Фляга для воды
- Зубная паста
- Зубная щётка
- Средства для бритья
- Дезодорант
- Мыло
- Машинки для стрижки

## **ОДЕЖДА И ОБУВЬ**

- Сапоги резиновые пененные (размеры от 40 до 45)
- Ботинки трекинговые с высоким берцем, берцы (размеры от 40 до 45)
- Термостельки
- Носки хлопковые (размеры от 40 до 45)
- Нательное термобельё и флисовое бельё (размеры от 46 до 56)
- Кофта флисовая (размеры от 46 до 56)
- Свитер тёплый (размеры от 46 до 56)
- Балаклава хлопковая
- Снуд
- Шапка флисовая защитного цвета
- Перчатки тактические
- Накидка-дождевик
- Теплоид (индивидуальная одноразовая химическая грелка)
- Стельки самонагревающиеся

## **ОБМУНДИРОВАНИЕ**

- Фонарик диодный и прорезиненный
- «AA» и «AAA» батарейки
- Мультитул
- Защитные очки
- Карабин страховочный
- Карты памяти на большой объём для квадрокоптеров
- Охотничьи спички
- Паракорд
- PowerBank