

## **BLACKOUT - základní doporučení k nouzovému přežití**

V současné společnosti jsou energie integrované do všech součástí každodenního života. Pokud nejste dostatečně informováni a připraveni, může dlouhodobý (vícedenní) výpadek dodávky elektřiny zásadně omezit nebo znemožnit vytápění vašeho domu, přípravu stravy a řadu dalších nezbytných činností, které jsou v běžném životě samozřejmostí.

Ve většině případů, mají výpadky dodávky elektřiny - proudu jen krátké trvání; někdy ale mohou trvat dny nebo dokonce týdny. Výpadky proudu mohou být způsobeny námrazou, silným větrem, který poškodí elektrické vedení, ale i dalšími příčinami. Delší období chladného nebo naopak horkého počasí také může přetížít elektrizační soustavu se stejným dopadem.

### **Jaké problémy může výpadek proudu - BLACKOUT – způsobit?**

Je možné, že se ocitnete v situaci bez topení, chlazení, osvětlení, teplé vody nebo dokonce i tekoucí vody. Může postupně dojít k výpadu sítě telefonního operátora a tato služba pro vás tak nemusí být dostupná. Pokud nemáte rádio na baterie nebo rádio s dynamem, nebudete mít zřejmě žádný způsob, jak sledovat vysílání informačních zpráv o vývoji situace.

Je důležité, abyste vy a vaše rodina byli připraveni se o sebe během výpadku proudu sami postarat po dobu nejméně 72 hodin. Negativní dopady výpadku proudu můžete výrazně snížit tím, že se na ně předem připravíte. To zahrnuje tři základní kroky:

- zjistit co dělat před, během a po výpadku proudu (všeobecná doporučení pro jednotlivé fáze Blackoutu)
- vytvořit si „rodinný krizový plán“, aby každý člen domácnosti věděl, co má dělat a kam se obrátit, pokud přestanou fungovat komunikační služby (především kde se všichni sejdou)
- mít vytvořenu „sadu pro nouzové přežití“. Obsahuje základní potřebné věci, tak abyste vy a vaše rodina mohli být soběstační na dobu nejméně 72 hodin během výpadku proudu.

Podrobné informace a doporučení vycházející ze zkušeností na co a v jaké fázi se připravit jsou uvedeny v následujících přílohách tohoto dokumentu:

1. Blackout – všeobecná doporučení pro obyvatelstvo
2. Blackout - sada nouzového přežití

### **A co osoby se zdravotními problémy?**

Patříte-li vy nebo někdo z vašich blízkých do skupiny osob se zdravotním postižením nebo osob, které potřebují zvláštní pomoc, je kromě některých vhodných všeobecných doporučení nezbytné věnovat pozornost specifické přípravě. Pečlivě proto zvažte všechny okolnosti, jaký vliv může mít výpadek proudu na vaše postižení, a to zejména:

- vaši evakuační trasu - bez výtahu (je-li k dispozici) z vašeho domova,
- máte-li po ruce svítilnu a mobilní telefon, abyste mohli přivolat pomoc
- máte-li na dostupném místě uloženou svoji aktuální zdravotnickou dokumentaci (záznamy o zdravotním stavu a léčbě)

- osoby využívající podpůrné zdravotnické přístroje (např. plicní ventilátory, mechanickou srdeční podporu) jsou evidováni v národních registrech a u ZZS kraje. Používané přístroje mají až několikadenní zálohování zdroje elektrické energie. Před propuštěním do domácí péče jsou pacienti instruováni, jak řešit situaci při výpadku dodávky elektrického proudu. V naléhavých případech je třeba volat ZZS (155), která zabezpečí transport pacienta k místu, kde bude zajištěna dodávka elektrické energie.

**Chcete vědět o Blackoutu víc?**

Přejděte na výše uvedené přílohy 1 a 2, kde zjistíte další podrobnosti a doporučující jednání a opatření.

## "Blackout" - všeobecná doporučení pro obyvatelstvo

Na základě zahraničních zkušeností můžeme říci, že BLACKOUT nastává většinou naprosto nečekaně. Abychom dopady takovéto události eliminovali, je nutné se co nejdůkladněji připravit. K přípravě je vhodné využít zahraniční i domácí zkušenosti, ať již přímo s Blackoutem nebo s řešením dalších událostí s obdobnými dopady na obyvatelstvo. Pokusili jsme se proto v přehledné formě sestavit doporučená opatření pro jednotlivé časové fáze události.

Oblast	PŘED Jak se připravit na BLACKOUT?	V PRŮBĚHU Co dělat, když nastane BLACKOUT?	PO Co dělat po obnově dodávek elektřiny?
Voda a potraviny	Příprava by měla probíhat obdobně, jako byste se chystali na několikadenní výlet do zcela neobydlené oblasti s proměnlivými klimatickými podmínkami. Nejdůležitější částí příprav na BLACKOUT a jiné mimořádné události (např. povodně) je vytvoření si dostatečných zásob potravin a vody. Tyto zásoby by měly postačit minimálně na 3 dny pro všechny členy domácnosti, a to včetně všech Vašich domácích mazlíčků. K vytvoření si dostatečné zásoby pitné vody se nejlépe hodí balená voda, kterou je vhodné skladovat v chladných a tmných prostorech (např. sklepech). Obecně lze doporučit trvanlivé potraviny, které jsou vhodné k rychlé přípravě a které běžně v domácnosti využijete i v případě, že BLACKOUT nenastane, jako např.: konzervy a zavařeniny (např. masové a zeleninové), paštiky, fermentované nebo sušené maso, trvanlivé mléko, sušenky, čokoláda, energetické tyčinky, sušené ovoce, oříšky, cukr, med, sirup, apod.	Pokud funguje dodávka pitné vody z vodovodního potrubí, šetřete vodou v maximální míře. Máte-li možnost, zásobte se pitnou vodou ze studen nebo pramenů v okolí s ověřenou kvalitou vody. Pokud zrovna prší, snažte se zachytit co nejvíce dešťové vody do nádob, může se Vám později hodit.	Výpadek proudu se může v krátké době znovu opakovat, proto po obnově dodávek vždy co nejdříve doplňte své pohotovostní zásoby.
	V případě, že budete mít k dispozici funkční vařič a vodu, můžeme navíc doporučit např.: těstoviny, luštěniny, rýže, brambory, čaj, káva, olej, sůl, cibule, česnek, apod.	Pokud zrovna nemáte doma dostatečnou zásobu čerstvých potravin, tak co nejdříve navštivte nejbližší obchod. Ovšem nenakupujte zbytečně velké zásoby a jídlem rozhodně neplývejte! Lze předpokládat, že budou fungovat některé hypermarkety (ty které mají náhradní zdroje) a také malé prodejny nebo stánky (ty které nejsou závislé na elektronické evidenci prodeje). V případě, že nemáte vůbec žádné zásoby, požádejte o pomoc sousedy a příbuzné nebo se informujte na obecním úřadě, kdy a jakým způsobem bude možné čerpat humanitární pomoc. Očekávejte však, že v prvních hodinách po BLACKOUTu bude velmi složité takovou pomoc zorganizovat.	Doporučuje se zlikvidovat chlazené nebo mražené potraviny, které byly ponechány nad teplotou 6° C déle než 4 hodiny a jestliže mražené potraviny roztály a byly tak ponechány déle než 2 hodiny. Vždy platí, že pokud si nejste jisti, potraviny raději vyhoďte. V případě, že znehodnocené potraviny znečistily lednici či mrazák, tak tyto prostory důkladně dezinfikujte.
	Vzhledem ke snadné přípravě a možnosti dlouhodobého skladování se k tomuto účelu hodí různé typy dehydratovaných potravin, které můžete zakoupit např. v prodejnách s outdoorovým vybavením.		Jídlo neochutnávejte a nespolehejte ani na rozpoznání jejich nezávadnosti podle vzhledu či zápachu. Některé potraviny mohou vypadat, že jsou v pořádku, ale pokud byly při pokojové teplotě příliš dlouho, nebezpečné bakterie se mohou začít rychle šířit. Některé typy bakterií produkují toxiny, které nelze zničit ani převařením.

	Jako zdroj pitné nebo alespoň užitkové vody Vám může sloužit studna. Pokud vodu ze studny nemůžete čerpat mechanicky, je nutné mít k dispozici elektrocentrálu se samostatným čerpadlem. Můžete také využít dešťovou vodu, kterou je možné vývodem z okapu zachytávat do kádí (sudů).		
	Můžete případně použít tablety a roztoky na dezinfekci vody (např. Sanosil DDW, KATADYN Micropur, AQUASTERIL)		
Elektrina	Pokud bydlíte v rodinném domě, máte celou řadu dalších možností, jak se na takovou událost připravit. Např. velkou výhodou mají ty domácnosti, které disponují funkční elektrocentrálou. Před pořízením EC se ujistěte, zda bude její typ a výkon odpovídat alespoň Vaším základním potřebám (některé spotřebiče jsou citlivější na kvalitu výstupu). Instalaci EC vždy svěřte kvalifikované osobě.	Při provozu vždy postupujte dle návodu! Elektrocentrálu provozujte pouze venku na dobře odvětraném místě, v dostatečné vzdálenosti od dveří nebo oken, abyste zamezili vniknutí výfukových plynů do vašeho domova. Nikdy nepřipojujte elektrocentrálu přímo do zásuvky vaší domácí sítě. Příslušné spotřebiče zapojte přímo do EC. V případě použití prodlužovacího kabelu používejte jen ty kvalitní, testované.	Obnovou dodávky elektrické energie využijte prioritně k nejn nutnějším účelům.
	Bude-li pro vás nezbytné použití počítače, zvažte pořízení záložního zdroje UPS, který v závislosti na kapacitě zabezpečí nepřerušené napájení alespoň na určitou dobu po výpadku hlavního zdroje elektrické energie.	Vždy je velmi důležité odpojit všechna elektrická zařízení od sítě, aby při obnově dodávek el. energie nedošlo k opětovnému výpadku z důvodu přetížení sítě. Popřípadě nechte zapnuto jedno svítidlo nebo radiopřijímač, pomocí kterého si můžete ověřit, zda již byla dodávka el. energie obnovena.	V některých případech může jít pouze o krátkodobou obnovu dodávky v omezeném rozsahu, která bude střídavě zapínána a vypínána pro jednotlivé postižené oblasti. Do stabilizace situace nezapínejte energeticky náročné spotřebiče typu pračka, sušička, žehlička, myčka atd., které nejsou nezbytné pro Vaše okamžité potřeby.
Osvětlení	Mezi další důležité vybavení, které je vhodné mít připraveno patří: přenosné svítilny (nejlépe čelovky s LED diodami nebo „třepací“ svítilny) a zásobu baterií, popř. chemické světlo, příp. petrolejové lampy s reflektorem.	K nouzovému osvětlení použijte přenosné svítilny, svíčky používejte jen v krajním případě a pouze pod neustálým dozorem. Jako nouzové osvětlení lze použít např. i blikačku z jízdniho kola, displej tabletu apod.	
	Jako vhodný zdroj světla můžeme doporučit ruční svítilny s LED žárovkami, které jsou mnohem úspornější než ty klasické, a proto déle vydrží provozuschopné.		
Tepl o, vytápění	Při blackoutu nebude možný ani běžný provoz plynového kotle. Při zvažování možnosti alternativního zdroje vytápění však dbejte na bezpečnostní hledisko! Plynová topidla (kamna) na propan-butan nejsou určena k použití do uzavřených prostor, i když mohou být vybavena čidlem na detekci CO (oxidu uhelnatého), který může způsobit otravu. Používejte teplé zimní oblečení, čepice, šály, rukavice, spací pytle, deky. Pijte hlavně teplé nápoje.	Je pravděpodobné, že vytápění brzo přestane fungovat. Proto v zimním období uvážlivě hospodařte s teplem, tzn. zbytečně nevětrejte, ucpěte všechny škvíry pod dveřmi a okny. Je-li to možné, soustřeďte se za tím účelem v jedné místnosti. Máte-li tu možnost, zvažte odjezd na chalupu nebo chatu, pokud zde můžete vytápět tuhými palivy. Další možností je přesun k příbuzným, pokud mají rodinný dům s vytápěním tuhými palivy.	Po obnově dodávek el. energie vždy překontrolujte nastavení všech elektronických zařízení, zejména nastavení bezpečnostních systémů, ovládacích prvků vytápění apod. Plynové spotřebiče (kotel, sporák) používejte až po návštěvě specialisty z plynárenské společnosti.
Doprava, pohonné hmoty	Mějte alespoň z poloviny plnou palivovou nádrž v automobilu.	Šetřete pohonnými hmotami ve svém vozidle, většina čerpacích stanic bude mimo provoz.	

	Při pořizování elektrických garážových dveří a bran vždy myslíte na to, zda půjdou snadno mechanicky otevřít i v případě výpadku el. proudu. Předem si vyzkoušejte možnost manuálního otevření dveří.	Necestujte zbytečně, pravděpodobně nebude fungovat elektronické řízení dopravy (semafor), proto mohou vznikat na ulicích dopravní nehody a následné zácpy. Počítejte také s tím, že řada spojů nepojede, popřípadě bude mít značné zpoždění.	
		Při cestování autem věnujte zvýšenou pozornost průjezdu vozidel záchranných složek a vozidel pracovníků energetických služeb.	
Informace, komunikace	Mějte připraven funkční radiopřijímač s bateriemi (lze využít krátkodobě i rádio v automobilu nebo mobilním telefonu),	Pokuste se získat informace o situaci a o prognóze vývoje z médií. Pokud nemáte k dispozici rádio na baterie, využijte rádio v autě, popřípadě se zeptejte sousedů, ale nikdy si pro informace nevolejte na tísňové linky.	Obnovu dodávky využijte prioritně pro elektrické spotřebiče nezbytných pro řešení okamžitých nutných potřeb a získávání informací (dobití baterií mobilů, svítidel, rádií, načerpání zásob vody, nezbytné osvětlení pro činnosti, které nelze odložit).
	Je možné pořídit i radiopřijímače, nabíječky, svítilny (někdy i jako kombinované víceúčelové zařízení), které jako zdroj energie využívají dynamo poháněné pohybem nebo jsou dobíjeny pomocí malých fotovoltaických (solárních) panelů.	Nevolejte zbytečně na linky tísňového volání (112, 150, 155, 158)! Tyto linky neslouží jako informační služba veřejnosti, proto je používejte jen v případě stavu ohrožujícím život.	
	Poříďte si napájecí adaptér nebo měnič napětí do autozásuvky, v případě potřeby může automobil sloužit jako malá elektrocentrála - pozor na nebezpečí otravy výfukovými plyny!	Neriskujte zbytečně své zdraví! Výpadek proudu značně vytíží složky integrovaného záchranného systému, proto k Vám pomoc může dorazit s větší časovou prodlevou. Z tohoto důvodu se snažte vyvarovat činnostem, při kterých hrozí větší riziko zranění (rizikové aktivity v domácnosti, adrenalinové sporty apod.).	
	Je vhodné si předem vytvořit „Plán rodinné komunikace“, tzn. domluvit se svými blízkými kde se sejdeme, když BLACKOUT nastane, případně jakým způsobem si dáme vědět, že jsme v pořádku. V takových situacích je vždy vhodné informovat své okolí (sousedy, kolegy v práci) o tom, kde se budete nacházet, a to pro případ, že by Vás někdo z vašich blízkých hledal.	Při BLACKOUTU dojde pravděpodobně i k výpadku telekomunikačních a datových sítí.	
	Zvažte zavedení (nebo ponechání) pevné telefonní linky ve vaší domácnosti.	Mobilní telefonní spojení většiny operátorů tak nemusí po delší dobu fungovat.	Uvědomte o obnově dodávky i vaše sousedy.
Finance	Udržujte si finanční hotovost alespoň na tři dny provozu domácnosti.	Lze očekávat nefunkčnost bankomatů a el. bankovníctví.	
Skladování, chlazení	Vždy je nutné potraviny vhodně skladovat, pozorně sledovat dobu jejich trvanlivosti a podle potřeby je pravidelně obměňovat.	Přednostně zkonsumujte potraviny z lednice a mrazáku. V chladném období roku lze potraviny krátkodobě skladovat i na balkoně nebo pověšené na klíce z okna.	
	Při výpadku el. energie můžete některé mražené potraviny (zelenina, kostky ledu, apod.) přemístit z mrazáku do prostoru lednice, ty se zde postupně rozmrazí a pomohou tak uchovat ostatní potraviny déle chladné.	Neotevírejte zbytečně dvířka lednice a mrazáku! Čím méně je budete otevírat, tím déle vydrží vaše jídlo požitelné.	

Ohřev, úprava potravin	Výpadek el. energie vyřadí z provozu naprostou většinu kuchyňských sporáků. V tomto směru mají výhodu osoby, které mohou využít k ohřevu vody a jídla kachlová kamna a jiná zařízení na tuhá paliva. Vhodnou alternativou může také být campingový vaříč (plynový, benzínový nebo lihový). Důležité je mít v tomto případě zajištěnou dostatečnou zásobou paliva a zápalek (zapalovačů). K přípravě jídla lze využít i domácí gril (pouze ve venkovních prostorách).		Před opětovným zapnutím bojleru nebo zařízení na ohřev vody se ujistěte, zda je zařízení naplněno vodou.
	Za stejným účelem si můžete na zahradě vybudovat ohniště, nutné je pamatovat na dostatečnou zásobu paliva.		
Nádobí	Z důvodu omezené dodávky vody je vhodné použít pro servírování jídla jednorázové nádobí (papírové, plastové).		
Hygiena	Také je vhodné si vytvořit dostatečnou zásobu hygienických prostředků, mezi kterými by Vám určitě neměly chybět: jednorázové vlhčené ubrousky, dezinfekční gel na ruce, dezinfekční prostředek SAVO, pytle na odpadky, apod.	Pro účely splachování toalety udržujte např. ve vaně zásobu užitkové (příp. použité) vody. Pokud to není možné, dalším provizorním řešením je použití pytlů na odpadky vyrobených z odolných materiálů (používaných např. na stavbách) a nějaký druh steliva (pro domácí zvířectvo). Vak (pytel) umístěte do WC mísy nebo do kbelíku. Na dno přidejte stelivo. Po každém použití, přidejte další vrstvu steliva. Z důvodu následné manipulace dbejte na přiměřený objem (hmotnost) naplněného pytle. Důkladně utěsněte a bezpečně uložte ve venkovních prostorách.	
	Tablety a roztoky na dezinfekci vody je možné zakoupit v celé řadě lékáren, outdoorových obchodech a prodejnách s vojenským vybavením.		
Léky, zdravotnický materiál	Návštěva lékárny může být v dané situaci velmi problematická, proto si raději dopředu zajistěte dostatečnou zásobu léků a zdravotnického materiálu. Především si připravte: specifické léky, které obvykle užíváte, běžné léky (proti horečce, průjmů, bolesti, apod.), obvazy, dezinfekční prostředky, vitamínové tablety, apod.		

## 2. BLACKOUT - SADA NOUZOVÉHO PŘEŽITÍ

Následující doporučení se vztahují ke všeobecné přípravě na různé druhy krizových situací, nejen na situaci Blackoutu.

Sada nouzového přežití se skládá ze základních položek, které vaše domácnost může potřebovat v případě nouze. Sadu nouzového přežití se doporučuje sestavit s dostatečným předstihem.

Možná se budete muset někdy evakuovat z místa svého domova a vzít s sebou nejn nutnější věci. Pravděpodobně také nebudete mít v dané chvíli čas, vše co potřebujete hledat nebo nakoupit. Pro přípravu na evakuaci se používá termín evakuační zavazadlo. Dále se seznámíte s doporučeným obsahem sady nouzového přežití potřebných věcí, které budete potřebovat, pokud zůstanete ve svých domovech (např. situace Blackout) nebo s doporučeným obsahem evakuačního zavazadla, pokud bude třeba evakuace a opuštění vašeho domova (např. v případě povodní, radiální havárie apod.)

Může nastat situace, že se budete muset o sebe v době mimořádné události nebo krizové situace postarat sami. To znamená, mít připraveny své vlastní potraviny, vodu a další zásoby v dostatečném množství na dobu nejméně 72 hodin. Orgány krizového řízení a pracovníci humanitárních organizací budou plnit své úkoly, aby obyvatelstvu poskytl potřebnou pomoc v oblasti nouzového přežití. Není však reálné a technicky možné (zejména v případě situace déletrvajícího Blackoutu), aby byly naráz uspokojeny všechny potřeby všech osob. Pomoc tak může přijít do několika hodin, ale může to trvat i několik dnů.

Dále je nutné si uvědomit, že nejen dodávka elektřiny, ale i dalších základních služeb jako, dodávky plynu, vody, čištění odpadních vod a telekomunikační služby mohou být vyřazeny z provozu na dny, nebo dokonce i déle než týden. Sada nouzového přežití by tak měla obsahovat položky, které vám pomohou zvládnout dobu při výpadku dodávky elektřiny.

### **Při sestavování nouzových zásob potravin zvažte následujících skutečnosti:**

- skladujte nejméně třídenní zásobu trvanlivých potravin
- nezapomeňte na případné speciální dietní potřeby
- vyhýbejte se potravinám, které zvyšují potřebu příjmu tekutin
- vybírejte si sušenky bez soli, celozrnné obiloviny a konzervované potraviny s vyšším podílem tekutin.

Pořídte si konzervované, sušené a další vhodné druhy potravin, které nevyžadují chlazení, tepelnou úpravu, vodu nebo speciální přípravu.

### **Doporučené druhy potravin**

Při výběru nouzových dodávek potravin jsou doporučeny následující položky. Řadu z nich již možná máte doma k dispozici.

- konzervované maso, ovoce, zelenina (nezapomeňte na otvírák na konzervy!!)
- proteinové nebo ovocné tyčinky
- sušené obiloviny nebo müsli
- arašídové máslo
- sušené ovoce
- ořechy
- brambůrky, křupky,
- balené džusy
- trvanlivé pasterované mléko
- energetické potraviny
- vitamíny
- potraviny pro kojence

- antistresové potraviny (např. čokoláda, ořechy, bobuloviny, káva, avokádo, mrkev, banány, aj.)
- další trvanlivé potraviny

### **Doporučené zásoby pitné vody**

Voda je základním prvkem pro přežití a nezbytnou součástí nouzové sady. V důsledku krizové situace nemusí být pitná voda dostupná. Dodávka pitné vody z běžně používaného zdroje může být přerušena nebo může být zdroj pitné vody kontaminován (např. domácí studna). Vytvořte si vlastní zásobu pitné vody, která bude odpovídat potřebám vaší rodiny během krizové situace nebo mimořádné události.

### **Jaké množství vody je třeba?**

Normy platné pro nouzové zásobování pitnou vodou stanovují množství

- pro první dva dny 5 litrů na osobu a den
- pro třetí a další dny 10 až 15 litrů na osobu a den

Jedná se o pitnou vodu ke konzumaci a zajištění osobní hygieny.

Individuální potřeby se ovšem liší v závislosti na věku, zdraví, fyzickém stavu, aktivitě, stravě a klimatu.

V úvahu vezměte rovněž následující skutečnosti:

- děti, kojící matky a nemocní lidé mohou potřebovat více vody
- v teplém počasí bude potřeba vyšší množství. Za velmi vysokých teplot se může spotřeba vody zdvojnásobit
- udržujte alespoň třídní zásobu vody na osobu.

### **Jak vodu pořídit a skladovat?**

Za účelem přípravy nejbezpečnější a nejspolehlivější dodávky pitné vody se doporučuje předem zakoupit komerčně balenou vodu. Balenou pitnou vodu skladujete v původním obalu a otevřete, až v případě potřeby. Zkontrolujte si, zda již není prošlá minimální trvanlivost. Zásoby vody skladujte na chladném a tmavém místě.

K úpravě vody na pitnou vodu lze případně využít tablety a roztoky na dezinfekci vody (např. Sanosil DDW, KATADYN Micropur, AQUASTERIL).

### **Další možné položky sady nouzového přežití**

- zásoby vody a potravin pro domácí mazlíčky
- zápalky, zapalovače
- papír a tužku, propisku
- píšťalku
- klíče, kleště k případnému uzavření přívodů energií
- mapy, plánky
- další potřebné předměty

V případě nutnosti opuštění Vašeho domova budete potřebovat s sebou vzít některé nezbytné předměty

### **Doporučený obsah evakuačního zavazadla**

- trvanlivé potraviny na 2 - 3 dny,
- tekutiny v nádobě (obalu) - voda, čaj, šťávy apod.,
- osobní doklady (občanský průkaz, cestovní pas, rodný list, řidičský průkaz, kartu zdravotní pojišťovny, včetně dokladů rodinných příslušníků);
- léky a zdravotnické pomůcky (osobní léky, obvazy a další vybavení běžné lékárničky), dioptrické brýle;
- cennosti (peníze, šperky, vkladní knížky, cenné papíry, pojistné smlouvy, platební a sporožirové karty);
- sezónní oblečení (náhradní oděv, obuv, prádlo, pláštěnka);



- toaletní a hygienické potřeby (včetně vlhčených ubrousků, hygienické potřeby pro ženy, kojence apod.)
- přenosné rádio s rezervními bateriemi;
- mobilní telefon s nabíječkou;
- kapesní svítilna a náhradní baterie;
- spací pytel nebo přikrývku, karimatku nebo nafukovací lehátko;
- potřeby pro šití, kapesní nůž.
- předměty pro zkrácení volného času (drobná hračka, kniha k zabavení menších dětí apod.)

**ŠTĚSTÍ PŘEJE PŘIPRAVENÝM !**