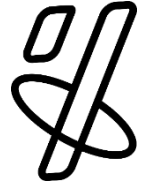




Мы Волонтеры

добровольческое движение учеников 7 школы ELIPS
mercyV.com | mv7.ru | эл. почта: school@ir7.com



ПАМЯТКА

Чем можно помочь воинам на фронте?

«Я считаю, что поучаствовать в гуманитарной помощи необходимо всем россиянам. Не важно, согласен ты с происходящим или нет — важно, что мы одна страна и все за одного. Сейчас мы спокойно гуляем под мирным небом, на улицах работают светофоры... но что может случиться завтра, мы не знаем. Я планирую собрать посылку и отнести; конечно, список необходимого огромен. Вероятно, это будут крохи, но нас миллионы и если один член семьи в стране принесет то, что ему по силам — всё экстренно важное наберется быстро».

Лариса Дорофеева, доброволец, г. Новосибирск

• Какие медицинские препараты необходимы солдатам на СВО?

Возможное содержимое аптечки:

Зелёнка, йод, хлоргексидин, салициловая кислота (70%), бинты и жгуты-турникеты (это новый шнур для остановки крови), спиртовые салфетки, пластыри, клей БФ антисептический (помогает быстро заливать ссадины и порезы). Активированный уголь, смекта, панкреатин. Обезболивающие: цитрамон, кетанов/кеторол, солпадеин. От простуды: парацетамол в таблетках, санорин/пиносол в каплях, спрей гексорал и/или мирамистин, антибиотик вроде азитромицина. От аллергии: цитрин и супрастин. Противогрибковые препараты: кетоконазол, тербинафил. Мазь «звёздочка», валерьянка, персен форте

в таблетках, мелаксен (для сна), цитрамон (от головных болей), капотен (быстро снижает давление), беруши силиконовые, пантенол (крем-мазь от ожогов), аполло-гель (гидрогель ранозаживляющий), обезболивающие, жаропонижающие, мази от ожогов, детский крем.

Желательно не приносить лекарства в стеклянных баночках и перекись водорода. (В ходе переправки груза они могут вытечь или разбиться.)

- **Какую одежду и обувь необходимо передать солдатам на СВО?**

Нательное бельё (много носков, майки, футболки), термобельё, термоноски, резиновые сапоги, берцы, флисовые костюмы, шапки чёрные или тёмного цвета, дождевики, стельки, ортопедические стельки, перчатки / тактические перчатки / наколенники. (Перчатки помогут беречь руки, а наколенники помогут сберечь колени, т. к. падать на землю в ходе военных действий приходится часто.)

- **Какие туристические принадлежности и прочие вещи необходимы воинам на фронте?**

Фонарики с запасом батареек, например, светодиодный тактический фонарик и комплект батареек ААА, также налобные (головные) фонари. Газовые горелки, спички, туристические сидения (карепоп или кусочек каремата с резинкой), туристический коврик (каремат), индивидуальные фляги и термосы.

- **Средства личной гигиены:**

Стиральный порошок, щипчики для ногтей и заусенцев, зубные щётки, пасты, расчёски, туалетная бумага, влажные салфетки и одноразовые полотенца, носовые платки.

Еду, продукты решено не собирать (этим активно занимаются иные организации). Денежные пожертвования также не собираются. Пожалуйста, сделайте акцент на чём-то из содержания памятки.

Пункт сбора — на вахте, пост охраны.

Огромная Вам благодарность
за отклик и участие в большом важном деле.