



Чем нужно запастись?

[#flattenthecurve](#)
[#savegrandma](#)

 **Аптечка:** В аптечке должен быть организован месячный запас препаратов которые принимает человек на постоянной основе.

Так же необходимо проверить наличие жаропонижающих и обезболивающих средств, спазмолитиков, антисептиков, ранозаживляющих препаратов, антигистаминных препаратов, сорбентов и медицинские приборы (тонометр, термометр).


Средства гигиены: дезинфекторы, антибактериальное мыло, медицинские маски, спиртовые салфетки.

 **Бакалея:** Макароны, крупы, чай, сахар, соль, мука, сливочное и растительное масло, сухое печение, шоколад.

 **Овощи/фрукты:** картофель, морковь, лук, сухофрукты

 **Консервы:** мясные, рыбные и овощные

Хозтовары: шампуни, зубная паста, спички, туалетная бумага

 Следует запастись бутилированной водой

 Не забудьте о молочных продуктах (в тетрапаках) и яйцах

Заполнить морозильную камеру мясом, рыбой, овощами и замороженными фруктами/ягодами.

