**11. ODPORÚČANÁ HMOTNOSŤ A ZLOŽENIE ÚKRYTOVEJ A EVAKUAČNEJ BATOŽINY**

Odporúčaná hmotnosť úkrytovej batožiny: 10 - 15 kg   
Odporúčaná hmotnosť evakuačnej batožiny: do 25 kg pre deti, do 50 kg pre dospelých  
  
**Čo vám nemá chýbať v batožine?**

* osobné doklady, dôležité dokumenty, peniaze, cennosti malých rozmerov,
* osobné lieky, vitamíny a nevyhnutné zdravotnícke potreby,
* základné trvanlivé potraviny a nápoje v nepriepustných obaloch na 2-3 dni,
* predmety osobnej hygieny a dennej potreby,
* náhradná bielizeň, odev, obuv, nepremokavý plášť,
* prikrývka, spací vak,
* vrecková lampa, sviečka a zápalky,
* ďalšie nevyhnutné osobné veci podľa potreby a uváženia (mobilný telefón),
* pre deti nezabudnite pribaliť hračku.

**Zoznam vecí, ktoré je zakázané brať do úkrytu:**

* zbrane všetkého druhu, alkohol a iné návykové látky, zapáchajúce a ľahko zápalné látky,
* objemné predmety, kočíky, periny a pod.,
* domáce zvieratá, psy, mačky a iné,
* zapaľovače, cigarety, ponorné variče, jedlá podliehajúce rýchlemu znehodnoteniu.