HEB JIJ ALLES IN HUIS VOOR EEN NOODGEVAL?

CHECKLIST

Voedsel
Zorg dat je voor ten minste twee weken aan voedsel voor jezelf en al je huisgenoten op voorraad hebt. Denk daarbij aan houdbare producten zoals:
☐ Flessen water (2 liter p.p. per dag)
☐ Ingeblikt voedsel
☐ Soep (in blik of instant)
☐ Crackers/toast
☐ Noten/studentenhaver
☐ Mueslirepen + gedroogd fruit
☐ Houdbare melk
☐ Potjes babyvoeding/poedermelk
☐ Frisdrank
☐ Voedsel voor je huisdier(en)
☐ Overig: .....

Medicatie
☐ EHBO-set
☐ Pijnstillers
☐ Diarreestopper (Norit/actieve kool)
☐ Noodzakelijke persoonlijke medicatie
☐ Vitaminepreparaten
☐ Overig: .....

Persoonlijke hygiëne
☐ Waterfiltratiesysteem of -zuiveringstabletten
☐ Desinfecterende handgel
☐ Deodorant/parfum (ook voor wanneer douchen langere tijd onmogelijk is)
☐ Toiletpapier
☐ Babydoekjes
☐ Luiers
☐ Tampons/maandverband
☐ Overig: .....

Veiligheid
☐ Opgeladen powerbank en/of handmatige/zonnecelgenerator
☐ Transistorradio op batterijen en/of zonnecellen
☐ Contant geld
☐ Kaarsen/theelichtjes (geen geurkaarsen)
☐ Kopie van ID en verzekeringspapieren
☐ Reservesleutels van huis en auto
☐ Plattegrond van omgeving/autokaart
☐ Telefoonnummers van mogelijke opvangadressen (zie ook Crisis.nl)
☐ Kandelaars/theelichthouders
☐ Zaklampen en/of knijpkat
☐ Batterijen (AA, AAA, D, 9-volt, knoopcel)
☐ Lucifers/aanstekers
☐ Slaapzakken + dekens
☐ Winterkleding
☐ Petroleumkachel of andere niet-elektrische verwarmingsbron + brandstof
☐ Overig: .....

Overige voorzieningen
☐ Blikopener (handmatig)
☐ Zakmes/multitool
☐ Campingbrander
☐ Niet-elektrisch gereedschap
☐ Werkhandschoenen
☐ Ducttape
☐ Schep (om ontlasting te begraven)
☐ Emmers (ook eentje voor ontlasting)
☐ Vuilniszakken
☐ Pen/potlood en papier
☐ Boeken en/of bordspellen
☐ Jerrycan voor drinkwater
☐ Overig: .....

Om over na te denken bij een beginnende/aankomende noodsituatie
☐ Vaak is het water niet direct afgesloten. Leg een watervoorraad aan door je bad of emmers te vullen. Ook de spoelbak van de wc bevat zo'n 8 liter water. Water uit de radiatoren is (na zuivering) ook drinkbaar. Zet bij een regenbui pannen buiten om regenwater op te vangen.
☐ Zorg dat je auto is volgetankt, voor het geval je onverwacht nog van huis moet.
☐ In veel huishoudelijke apparaten zitten batterijen, die je kunt gebruiken als je zaklamp stopt.
☐ Er zijn verschillende survivalgidsen op de markt. Handig om er een in huis te hebben, want als de stroom uitvalt, kun je geen websites meer bezoeken.
☐ Steek nooit kaarsen of gasbranders aan in een afgesloten ruimte. Laat ook nooit een open vlam onbewaakt achter.

En gaat het echt compleet mis…
Als een noodsituatie langer duurt gaan mensen plunderen. Eerst zullen dat winkels zijn, maar ook de gewone burger loopt gevaar. Zorg dat je jezelf en je naasten in veiligheid kunt houden, bijvoorbeeld door planken in huis te halen om deuren en ramen te barricaderen en/of een legaal verkrijgbaar voorwerp in huis te halen dat je als wapen kunt gebruiken (bijv. een hockeystick).