

Wees voorbereid op het onverwachte:
alles wat je wilt weten over het
samenstellen van een goed noodpakket.

Bij langdurige stroomuitval, waterschaarste of een andere noodsituatie zoals een overstroming of cyberaanval, is het belangrijk dat je een basisvoorraad in huis hebt. Weet wat je in huis moet hebben met deze handige checktlist.

Hygiëne & Sanitair

Even geen schoon stromend water uit de kraan en voor je toilet is niet zo erg. Maar wanneer dit dagen of weken duurt, loop je kans onhygiënische situaties.

Vochtige doekjes 	Hygiëne-producten voor dames
Toiletpapier 	Zeep of desinfecterende gel
Wegwerp-maskers 	Tandpasta en tandenborstel

Water & Voeding

Een mens kan gemiddeld tot wel 3 weken overleven zonder eten. Zonder drinken maar 3 tot 5 dagen afhankelijk van de omstandigheden.

Drinkwater Minimaal 3 liter drinkwater per persoon per dag (3 dagen) 	Bestek en servies Wegwerp
Lang houdbaar voedsel Blikgroenten, soep, crackers, noten en energierepen 	Blikopener Handmatig
Camping-kooktoestel met extra gasflessen of brandstof 	Waterfilters en waterzuiverings-tabletten

Warmte & Bescherming

Bij een noodsituatie kan het zijn dat je weinig invloed hebt op de omstandigheden waarin je verkeert. Denk aan hitte, kou of vocht waar je bescherming voor nodig hebt.

Warme dekens of nooddekens (thermodekens) 	Regenponcho's of waterdichte jassen
Extra warme kleding, handschoenen en mutsen 	Slaapzakken en eventueel een tent

Documenten & Geld

Wanneer de stroom uitvalt of er een cyberaanval is, kan het zomaar zijn dat al het bankverkeer plat ligt en je dus bent aangewezen op cash geld.

Belangrijke documenten ID-kaarten, verzekeringspapieren, medische gegevens 	Noodnummers op papier Familie, huisarts en alarmnummer
Contant geld 70 euro contant geld wordt aangeraden	

Communicatie & Verlichting

Geen elektriciteit betekent geen verlichting maar ook geen werkende apparaten zoals computers en mobiele telefoons.

Radio op batterijen of opwindbaar model 	Fluitje voor het seinen van hulp
Extra USB-kabels voor opladen 	Powerbank Opgeladen
Kaarsen 	Zaklamp of hoofdlamp met extra batterijen

EHBO & Medicatie

In een noodsituatie kan het zijn dat je zelf of iemand in je omgeving medische hulp nodig heeft. Een goede basis EHBO-set biedt dan uitkomst.

Wegwerp-handschoenen 	EHBO-kit met pleisters, verband, pincet, schaar, etc.
Thermometer 	Pijnstillers paracetamol en ibuprofen
Reinigende handgel of alcohol 	Persoonlijke medicijnen voor minimaal 3 dagen

Extra's (voor specifieke situaties)

Met een aantal handige en praktische tools ben je voorbereid op het onverwachte en maak je jezelf redzamer.

Babyvoeding en luiers 	Speelgoed of vermaak voor kinderen
Waterdichte tas of rugzak 	Huisdier-benodigdheden Voer, water, medicatie en riem
Extra set sleutels van je huis 	Afvalzakken voor afval en noodtoilet

Veiligheid & Gereedschap

Met een aantal handige en praktische tools ben je voorbereid op het onverwachte en maak je jezelf redzamer.

Ducttape 	Brandblusser
Multitool of zakmes 	Lucifers en aansteker Waterdicht bewaren
Touw, tie wraps of paracord 	Kaarten van de regio bij stroomuitval werkt GPS mogelijk niet