



Heb jij
alles in
huis...

...voor de
eerste 72 uur
van een
noodsituatie?

Altijd handig

Ook in een noodsituatie

Maak je noodpakket compleet.
Kijk op denkvooruit.nl/noodpakket



Denk
vooruit

Weet jij wat je nodig hebt tijdens een noodsituatie?

Een noodsituatie: het kan zomaar gebeuren. Dan is het fijn als je voorbereid bent. Een goed noodpakket bestaat uit spullen die je in het dagelijks leven óók kunt gebruiken. Kijk goed naar je eigen situatie en wat jij zelf nog extra nodig hebt. Heb jij bijvoorbeeld hier al aan gedacht?

Houdbaar eten

Denk bij lang houdbaar eten bijvoorbeeld aan een blik groente, blik vis of vlees, maar ook crackers, appelstroop, jam, tortilla's, gedroogd fruit, noten, houdbare melk, kant en klare maaltijdzakken, soep, appelmoes, ontbijtkoek, noedels etc.

Water

Je hebt minimaal 9 liter per persoon voor de eerste 72 uur nodig. Gebruik het als drinken, om te koken of om je handen te wassen.

Noodradio

Als de stroom uitvalt en er geen internetverbinding meer mogelijk is, kan de regionale publieke omroep nog wel blijven uitzenden via de radio. Daarom raden we aan om een noodradio in huis te hebben. Deze werkt via een dynamo, zonnepaneel of batterijen. Iedere regio heeft een eigen rampenzender: noteer de frequentie en plak deze op de radio. Extra functies zoals een ingebouwde zaklamp of SOS-signaal zijn ook handig.

Opgeladen powerbank

Bij stroomuitval is een powerbank erg handig om je apparaten op te laden. Bij de aanschaf van een powerbank is de capaciteit belangrijk: hoe vaak je een apparaat kunt opladen. Kijk ook naar de mogelijkheid tot snelladen, het aantal en type aansluitingen en de juiste aansluitkabels.

Persoonlijke spullen

Denk bij het klaarmaken van je noodpakket ook aan je persoonlijke situatie. Bekijk de samenstelling van je huishouden en bijbehorende behoeften. Denk bijvoorbeeld aan: diervoeding, medicatie zoals pijnstillers of ORS, babyvoeding, lenzenvloeistof of een kaart van je omgeving.

Benieuwd wat er nog meer in een noodpakket zit? Bekijk de hele checklist op denkvooruit.nl/noodpakket en maak jouw noodpakket compleet.

Altijd handig

Ook in een noodsituatie



**Denk
vooruit**