

Checklist Nood Situaties

In onze checklist hebben we een aantal, minimale vereisten neergezet. Het is belangrijk dat je de checklist als leidraad gebruikt, wij kunnen niet jouw persoonlijke situatie meenemen in deze lijst. Controleer je voorraad ook elke 6 maanden, zodat je zeker weet dat je niet misgrijpt als het wel misgaat!

Je kan de laatste versie vinden op: <https://noodhulpadvies.nl/noodhulp-checklist/>

Inhoud

Checklist Nood Situaties	1
Water:	2
Voedsel:	2
Verlichting:	2
Communicatie:	2
Gereedschap:	2
Kookvoorzieningen:	2
Persoonlijke hygiëne:	3
Sanitatie:	3
Kleding:	3
Belangrijke documenten:	3
Financiën:	3
Kinderen:	3
Huisdieren:	3
Mobiliteit:	3
Energievoorziening:	3

Water:

- ☐ Drinkwater: Minimaal 3 liter per persoon per dag, voor ten minste drie dagen. Dit omvat zowel drinkwater als water voor voedselbereiding en hygiëne.
- ☐ Wateropslag: Gebruik voedselveilige containers of flessen voor opslag.
- ☐ Waterzuivering: Waterzuiveringstabletten of een draagbaar waterfilter voor noodgevallen.

Voedsel:

- ☐ Granen: Rijst, pasta, havermout.
- ☐ Blikgroenten en -fruit: Sperziebonen, maïs, perziken, ananas.
- ☐ Blikvlees en -vis: Tonijn, kip, corned beef.
- ☐ Peulvruchten: Kikkererwten, linzen, zwarte bonen.
- ☐ Noten en zaden: Amandelen, walnoten, zonnebloempitten.
- ☐ Gedroogd fruit: Rozijnen, abrikozen, veenbessen.
- ☐ Ontbijtgranen: Muesli, cornflakes.
- ☐ Zuivelproducten: Lang houdbare melk of melkpoeder.
- ☐ Smeerbaar beleg: Pindakaas, chocopasta, jam.
- ☐ Soepen en bouillon: Bliksoepen, bouillonblokjes.
- ☐ Koolhydraatrijke snacks: Crackers, rijstwafels, energierepen.
- ☐ Babyvoeding: Indien van toepassing, voldoende voorraad voor ten minste drie dagen.
- ☐ Dieetvoeding: Speciale voedingsmiddelen voor allergieën of dieetbeperkingen.

Verlichting:

- ☐ Zaklampen met extra batterijen.
- ☐ Kaarsen en lucifers of aanstekers.
- ☐ Opladbare LED-lampen.

Communicatie:

- ☐ Radio: Op batterijen of opwindbare radio voor nieuws en informatie.
- ☐ Noodtelefoonlijst: met belangrijke contactnummers.

Gereedschap:

- ☐ Multi-tool of zakmes.
- ☐ Ducttape.
- ☐ Basisgereedschap: Hamer (spijkers), schroevendraaiers (schroeven), tang.

Kookvoorzieningen:

- ☐ Campingkookstel met voldoende brandstof.
- ☐ Potten en pannen.
- ☐ Eetgerei: borden, bekers, bestek.

Persoonlijke hygiëne:

- ☐ Toiletpapier.
- ☐ Vochtige doekjes of babydoekjes.
- ☐ Desinfecterend middel.
- ☐ Zeep en shampoo.
- ☐ Tandborstels en tandpasta.
- ☐ Maandverband of tampons.

Sanitatie:

- ☐ Vuilniszakken en plastic tassen voor afvalbeheer.
- ☐ Desinfectiemiddel voor oppervlakken.
- ☐ Noodtoiletvoorzieningen, zoals een chemisch toilet of emmer met deksel.

Kleding:

- ☐ Extra set kleding per persoon, geschikt voor het seizoen.
- ☐ Warme truien en jassen voor koude-omstandigheden.
- ☐ Stevige schoenen of laarzen.
- ☐ Regenkleding of poncho's.

Belangrijke documenten:

- ☐ Kopieën van identiteitsbewijzen (paspoort, rijbewijs).
- ☐ Verzekeringspolissen en medische dossiers.
- ☐ Eigendomsbewijzen van huis en voertuigen.

Financiën:

- ☐ Contant geld in kleine coupures, voor 2 weken aan boodschappen.
- ☐ Noodcontactnummers van financiële instellingen.

Kinderen:

- ☐ Speelgoed of boeken voor entertainment en comfort.
- ☐ Luiers en babyverzorgingsproducten.

Huisdieren:

- ☐ Voldoende voer en water.
- ☐ Voedselen drinkbakken.
- ☐ Dierenmedicatie en verzorgingsproducten.

Mobiliteit:

- ☐ Reservesleutels van huis en auto.
- ☐ Kaarten van de omgeving voor het geval GPS niet beschikbaar is.

Energievoorziening:

- ☐ Powerbanks voor het opladen van mobiele apparaten.
- ☐ Zonne-opladers of (draagbare) generatoren indien beschikbaar.