

# Tjekliste

Nedenfor finder du inspiration til en tjekliste. Tjeklisten består af forslag, der dækker de mest basale behov.

## Drikkevand

- 3 liter pr. person pr. døgn
- Evt. vand til husdyr

## Mad

- Mad til tre døgn, der er langtidsholdbar og let at tilberede

## Medicin og førstehjælp

- Nødvendig medicin for husstanden
- Førstehjælpskasse
- Evt. jodtabletter for personer under 40 år samt gravide og ammende

## Hygiejneartikler

- Toilettepapir
- Hånddesinfektion
- Bleer, bind/tamponer eller andet relevant for din husstand

## Varme

- Tæpper, dyner, varmt tøj

## Andre fornødenheder

- Powerbank eller batteripakke til fx din mobiltelefon
- Lommelygte
- Batterier
- Fysiske betalingskort (husk pinkode) og evt. kontanter i mønter og små sedler
- Evt. stearinlys og tændstikker

## Særlige behov

- Er der børn eller ældre i husstanden?
- Bor du udsat ift. fx oversvømmelser?
- Har du alternative transportmuligheder i tilfælde af fx oversvømmelser?
- Kan du hjælpe eller få hjælp af familie, naboer og venner?

## Kommunikation

- FM-radio, der kører på batterier/håndsving/solceller (eller evt. din bilradio).