



NoodBox Checklist



Water & Voeding

- 3 liter drinkwater p.p. voor 3 dagen
- Langhoudbare voeding
- Waterzuiveringstabletten
- Kookset en brandstof
- Baby- en dierenvoeding



EHBO & Medicatie

- Complete EHBO-set
- Verband, pleisters, gaas, tape
- Ontsmettingsmiddel
- Pijnstillers
- Persoonlijke medicatie
- Nooddeken (thermal blanket)
- Handschoenen (nitril)



Licht & Energie

- Zaklamp of hoofdlamp
- Extra batterijen
- Powerbank (10.000–20.000 mAh)
- Laadkabels
- Kaarsen en lucifers
- Aanmaakblokjes / stormaansteker



Gereedschap & Praktisch

- Multitool / mes
- Ducttape
- Paracord / touw
- Notitieblok + pen
- Reddingsfluitje
- Klein gereedschapssetje
- Plastic zeil(en)
- Blusdeken



Regen & Weersbescherming

- Regenponcho (1–2 stuks)
- Waterdichte hoes voor documenten/telefoon
- Zeiltje (1,5×2 m)
- Elastieken / touw om schuilplaats te maken
- Extra droge sokken in waterdichte zak
- Nooddeken (dubbelgebruik: kou + regen)



Hygiëne

- Vochtige doekjes
- Handgel
- WC-papier
- Tandborstel + minisets
- Afvalzakken
- Zeep (compact of biologisch afbreekbaar)



Documenten & Veiligheid

- Kopieën ID / medische info
- Noodnummers
- Contant geld
- Kleine radio (wind-up of batterij)
- Kaart van de omgeving
- Reserve sleutels



Kleding

- Thermokleding, regenjas
- Ondergoed + warme sokken
- Fleece of warme trui
- Pet / handschoenen (seizoen afhankelijk)