

Tjekliste Nødtaske (GO' Bag)

	Kategori	Hvad skal der i tasken?	Hvorfor er det vigtigt? (Formål)
	Vand	1-2 liter vand på flaske	Livsvigtig og øjeblikkelig hydrering de første timer.
	Mad & Energi	Nødrationer eller energibarer	Mad med mange kalorier, der <i>ikke</i> kræver tilberedning eller opvarmning.
	Lys	Pandelygte + ekstra batterier	Giver dig lys og frigør samtidig begge dine hænder.
	Værktøj & Ild	Multiværktøj (kniv) og en lighter	Til basale reparationer, åbne emballage eller skabe varme.
	Førstehjælp	Lille, kompakt førstehjælpskit	Til at håndtere mindre sår, skader og smertelindring.
	Medicin	Receptpligtig medicin (til min. 3 dage)	Sikrer, at du ikke mangler livsvigtig medicin, hvis du ikke kan komme hjem.
	Varme (Shelter)	Overlevelsesfolietæppe (Alu-tæppe)	Fylder ingenting, men er ekstremt effektivt til at holde på kropsvarmen.
	Kommunikation	Fuldt opladet Powerbank + kabel	Gør at du kan holde telefonen i live og kontakte pårørende/myndigheder.
	Dokumenter	Fysiske kopier af Pas, ID og Sygesikring	Pakket i en vandtæt pose. Uundværligt hvis systemerne er nede, eller pungen mistes.
	Økonomi	Kontanter (små sedler og mønter)	Gør det muligt at købe mad eller transport, hvis dankort-terminalerne er nede.
	Nøgler	Ekstra husnøgle og bilnøgle	Så du altid har adgang til dine vigtigste værdier og transportmiddel.
	Sikkerhed	En lille fløjte	Den mest effektive måde at tilkalde opmærksomhed på, hvis du har brug for hjælp.
	Tøj (Sæsonbestemt)	Et komplet sæt skiftetøj + ekstra varme sokker	Tørt tøj (især sokker) er afgørende for at holde varmen. Skiftes ud sommer/vinter.
	Vejrbeskyttelse	Let regnjakke eller vindjakke	Beskytter mod elementerne under selve evakueringen.
	Hygiejne	Tandbørste, håndsprit, evt. bind/tamponer	Sikrer basal renlighed og mindsker risikoen for infektioner.