

Wat te doen bij een noodsituatie?

Ook in Nederland kunnen we te maken krijgen met een noodsituatie of ramp. Het is verstandig u hierop voor te bereiden.

Zorg altijd voor een noodpakket.

U kunt zich bijvoorbeeld voorbereiden op een noodsituatie door een noodpakket samen te stellen. In een noodpakket zitten spullen die u helpen u in noodsituaties enige tijd te redden. Een noodpakket bevat in ieder geval: een radio op batterijen; een zaklamp; een eerstehulpdoos; lucifers in waterdichte verpakking; waxinelichtjes; warmhouddekens; een gereedschapset en een waarschuwingsfluitje. Daarnaast is het verstandig in ieder geval enkele flessen water in huis te hebben.

Algemene tips

Iedere noodsituatie is anders, maar voor elke noodsituatie geldt in ieder geval:

- Blijf zo rustig mogelijk en denk na voordat u handelt.
- Waarschuw en informeer mensen in uw omgeving.
- Als u gewond bent of in acuut gevaar verkeert, alarmeer dan de hulpdiensten of probeer anderen om hulp te vragen.
- Bent u zelf niet gewond, help dan waar mogelijk anderen.
- Probeer informatie te krijgen van een betrouwbare bron. Luister naar de calamiteitenzender of kijk op www.crisis.nl.
- Volg de instructies van de hulpdiensten en de overheid op.



DENK VOORUIT



Grote brand

- Blijf laag bij de grond en verlaat het gebouw zo snel mogelijk.
- Kunt u het gebouw niet meer verlaten? Ga dan voor een raam staan waar de brandweer u kan zien.
- Ga nooit terug een brandend gebouw in.



Groot verkeersongeval

- Loop niet onnodig over de snelweg.
- Houd de vluchtsstrook vrij voor brandweer, politie en ambulance.
- Bent u met de auto in een tunnel: verlaat uw auto en ga via de dichtstbijzijnde vluchtweg de tunnel uit.



Terroristische aanslag

- Breng uzelf in veiligheid.
- Ga niet kijken op de plek van de aanslag.
- Hebt u informatie die kan helpen bij het opsporen van de daders, neem dan contact op met de politie.



Ziektegolf

- Gebruik papieren zakdoekjes die u na gebruik meteen weggooit.
- Was regelmatig uw handen.
- Blijf thuis als u een besmettelijke ziekte heeft.



Instortingsgevaar

- Blijf laag bij de grond, schuil onder zwaar meubilair of een deurpost, blijf daar stil zitten en bescherm uw hoofd en nek met uw armen.
- Gebruik geen liften.
- Als u bedekt onder het puin ligt, blijf dan stil liggen en maak zo mogelijk geluiden op pijpen of buizen.
- Spaar uw krachten en schreeuw alleen als u geen andere mogelijkheden heeft om geluid te maken.




Extreem weer
Bij extreem slecht weer:

- Ga niet de weg/het water op als dit wordt afgeraden of als een weeralarm is afgegeven.
- Als u toch de deur uit moet, neem genoeg eten, water, dekens en warme kleding mee.



Bij een hittegolf:

- Drink per dag twee liter water.
- Blijf binnen tussen 12.00 en 16.00 uur.



Ordeverstoring

- Ga niet tegen de mensenstroom in.
- Blijf rustig en volg de aanwijzingen van de autoriteiten op.
- Ga niet naar de plek van de ordeverstoring toe.



Uitval stroom, gas, water of telefoon

- Luister naar de calamiteitenzender met uw radio op batterijen.
- Doet de telefoon het nog? Bel dan niet onnodig om overbelasting van het net te voorkomen.
- Doet de stroom het nog? Kijk dan op de website van uw gemeente of op www.crisis.nl. Als www.crisis.nl niet is ingezet, wordt u op een andere manier geïnformeerd.



Overstroming

- Wordt verwacht dat het water tot uw huis komt? Schakel gas en elektriciteit uit.
- Zorg voor een persoonlijk noodpakket.
- Als u niet weg kunt: luister naar de regionale calamiteitenzender op uw radio uit uw noodpakket.



Kernongeval

- Blijf binnen of ga naar binnen en sluit deuren en ramen en alles wat voor ventilatie dient, zoals afzuigkap, ontluuchtingskoker, muur- en toiletrooster.
- Consumeer geen kraanwater, geen regenwater, geen bladgroenten of moeilijk schoon te maken etenswaren.
- Houd huisdieren binnen en raak geen mensen en dieren aan die buiten zijn geweest.



Gevaarlijke stoffen

- Blijf binnen of ga naar binnen en sluit deuren en ramen en alles wat voor ventilatie dient, zoals afzuigkap, ontluuchtingskoker, muur- en toiletrooster.
- Ga naar een goed af te sluiten kamer waar het niet tocht, liefst midden in het huis of gebouw.
- Bent u buiten? Loop dwars op de wind in met een doek voor uw neus en mond.

GOED VOORBEREID ZIJN HEB JE ZELF IN DE HAND