



Huskeliste for egenberedskap

Når Meteorologisk institutt varsler ekstreme værforhold, bør man så snart som mulig ta sine forholdsregler og gjennomføre risikodempende tiltak der man har muligheten til det. Under følger en huskeliste for egenberedskap, med litt plass for egne notater i tillegg.

- I tilfelle langvarig strømutfall er det smart å alltid ha liggende stearinlys, fyrstøy, lommelykter, friske batterier mv. lett tilgjengelig i boden, eller i en egen "beredskapsskuff".
- Har du sikret deg med alternativ oppvarming? Dersom du ikke har mulighet for vedfyring bør du skaffe deg en gassovn (husk også gass).
- Sørg for å topplade mobiltelefoner / nettbrett mens du fortsatt har strøm.
- Har du nødladere så pass på at også disse er fulle / operative.
- Ha en batteriradio tilgjengelig.
- Ved utfall av strøm og / eller telenett, så husk på naboene dine. Sjekk at de har det greit.
- Ha i tankene at drikke er viktigere enn mat! Sikre deg og dine med drikkevann for minst ett døgn. Hver person trenger rundt 2 liter væske per døgn.
- Vann fra usikker kilde må kokes før det kan drikkes.
- Ta vare på brukt vann. Kan brukes til toalettet.
- Boksmat har tilnærmet ubegrenset holdbarhet, og kan sammen med tørrmat oppbevares lenge uten å bli ubrukelig. Det er smart å ha et lite lager med hermetikk og tørrmat i boden – men husk å bytte ut lageret med jevne mellomrom.
- Sørg for å ha gassbluss og gass tilgjengelig, til matlaging og eventuell vannkoking.
- Har du førstehjelpsutstyr på plass?
- Sørg også for å ha noe kontanter tilgjengelig.

.....

.....

.....

Utendørs sjekkliste:

- Er båten skikkelig fortøyd / sikret mot velt?
- Er trampolinen i hagen, utemøblene eller andre løse gjenstander tilstrekkelig sikret?
- Er takrennene rensset?

Ekstremvær kan være fascinerende å se på, men vær varsom. Ikke utsett deg eller andre for risiko ved å oppsøke utsatte områder under uvær. Det sikreste er å oppholde seg innendørs til uværet har lagt seg.

Viktige telefonnummer:

Brann **110** Politi **112** Ambulanse **113** Nasjonalt legevaktnummer **116 117**

Lyngdal kommunes vakttelefon (NB! Mottar ikke SMS) **945 06 086**

Besøksadresse:
Lyngdal Rådhus

Bankgiro: 3201 56 02421
Org. nr: 946 485 764

Postadresse:
Postboks 353
4577 Lyngdal

Tel: +47 38 33 40 00
Fax: +47 38 33 40 01
E-post:
post@lyngdal.kommune.no

