

ER DU FORBEREDT PÅ DET

UFORUTSETTE?

På Nordmøre er vi vant til barske værforhold, men plutselig kan naturens krefter bli så sterke at vi blir sittende uten strøm, vann og internett. Det kan også oppstå andre kriser som påvirker tilgangen på disse ressursene.

VÆR TRYGG HVIS NOE SKULLE SKJE

Å være forberedt på uventede situasjoner kan ha livsviktige utfall for deg og dine nærmeste. Ved å være i beredskap bidrar du også til at de som trenger det mest får hjelp først. Les mer på www.sikkerhverdag.no/egenberedskap

DETTE BØR DU HA I DITT EGET BEREDSKAPSLAGER:

- 9 liter vann per person
- holdbar mat for 3 døgn
- tørket frukt, nøtter og kjeks
- medisiner og jodtabletter
- alternativ kilde til oppvarming
- ekstra fyringsmaterialer
- grill, primus, stormkjøkken
- alternative lyskilder
- fyrstikker eller lighter
- varme klær, pledd og sovepose
- førstehjelpspakke
- batteridrevet DAB-radio
- batterier og ladere
- våtservietter og desinfeksjonsmiddel
- tørkepapir og toalett-papir
- kontanter
- ekstra drivstoff

VIKTIGE TELEFONNUMMER

110 Brann og redning

112 Politi

113 Akutt medisinsk legehjelp

71 57 40 00 Kristiansund kommune