

VALMISTAUDU !

Hanki sähkökatkon varalle:

- puhtaita, kannellisia astioita tai kanistereita veden hakua varten
- taskulamppuja ja ladattavia lyhtyjä
- kynttilöitä, tuikkuja ja tulitikkuja
- paristokäyttöinen radio
- patterilaturi tai autolaturi, jolla voi ladata matkapuhelimen akun
- pattereita
- matkapuhelimeen vara-akku. Pidä se ladattuna.
- kuume- ja särkylääkkeitä, laastareita ja sidetarpeita
- reseptilääkkeitä vähintään viikon kulutuksen verran
- vaippoja, hygienia- ja vikoita
- kosteuspyyhkeitä ja käsien desinfiointigeeliä
- retkikeitin, jos käytössä ei ole grilliä tai kaasuhellaa
- hyvä makuupussi jokaiselle perheenjäsenelle
- tankkaa auto viimeistään, kun tankissa on neljännes polttoainetta jäljellä
- polttopuita, jos kotona on takka tai puu-uuni
- pieni summa käteistä rahaa

Kotivara auttaa katkon yli

Pidä kotona pieni varasto hyvin säilyviä ruoka-aineita, joista on helppo tehdä ruokaa retkikeittimellä tai jotka maistuvat kylminäkin.

Kotivaraksi sopivat ruoat, jotka maistuvat perheelle muutenkin ja sopivat perheen ruokavalioon. Niiden lisäksi herkkupalat pitävät yllä varsinkin lasten hyvää mieltä.

Hoida kotivaraa eli syö ja osta uusia ruokia tilalle.

Hanki kotivaraan esimerkiksi:

- säilykkeitä
- lastenruokia
- näkkileipää, keksejä, riisikakkuja ym.
- iskukuumennettua maitoa (UHT)
- juotavaksi valmista mehua ja pullotettua vettä
- pikariisiä, linssejä, pastaa, nuudeleita, pussikeittoja, valmiskastikkeita, kastikejauheita, muusijauhetta, soijarouhetta
- herkkuja lapsille ja aikuisille
- lemmikeille ruokaa

HUOM: Sijoita tavarat niin, että löydät ne pimeässäkin.

