

Praktische checklist voor langdurige stroomuitval

Basisvoorbereiding (direct regelen)

- Zorg voor een compleet noodpakket
- Leg alles op een vaste, makkelijk bereikbare plek
- Bespreek een noodplan met je gezin
- Spreek verzamelpunten af (thuis en buiten de wijk)
- Noteer belangrijke telefoonnummers op papier
- Zorg dat iedereen weet wat te doen bij stroomuitval

Water en voedsel (minimaal 3 dagen)

- Minimaal 2 tot 3 liter drinkwater per persoon per dag
- Houdbaar voedsel (conserven, rijst, pasta en noten)
- Babyvoeding en dieetproducten (indien nodig)
- Handmatige blikopener
- Waterfilters of zuiveringstabletten
- Koelbox of alternatieve opslag

Licht en stroom

- Meerdere zaklampen
- Extra batterijen
- Powerbanks (opgeladen)
- Draagbare accu (powerstation)
- Kaarsen en lucifers (alleen veilig gebruiken)
- Noodradio op batterijen of opwindbaar

Noodstroom (indien mogelijk)

- Generator (alleen buiten gebruiken)
- Brandstofvoorraad (veilig opgeslagen)
- Verlengkabels en stekkers
- UPS (Uninterruptible Power Supply) voor belangrijke apparaten

Verwarming en bescherming tegen kou

- Warme kleding (meerdere lagen)
- Dekens en slaapzakken
- Alternatieve verwarming (veilig gebruiken)
- Tochtwering (deken of handdoeken bij deuren)

Veiligheid in en rond het huis

- Ramen en deuren goed afsluitbaar
- Noodverlichting bij ingangen
- Brandblusser en rookmelders controleren
- Koolmonoxidemelder aanwezig
- Waardevolle spullen uit het zicht

Gezondheid en hygiëne

- EHBO-kit compleet
- Medicatie voor meerdere dagen
- Desinfectiemiddel en zeep
- Toiletpapier en vochtige doekjes
- Afvalzakken
- Emmer of noodtoilet (bij wateruitval)

Communicatie en informatie

- Radio op batterijen
- Extra batterijen of een opwindbare radio
- Lijst met noodcontacten op papier
- Afspraken met familie en burens

Mobiliteit en vervoer

- Tank je auto op tijd vol
- Parkeer strategisch (makkelijk bereikbaar)
- Fiets beschikbaar en in goede staat
- Noodkit in de auto

Mentale voorbereiding

- Blijf rustig en voorkom paniek
- Maak een dagindeling
- Houd jezelf bezig (boeken, spelletjes)
- Blijf in contact met anderen

Samenwerking in de buurt

- Ken je burens en maak afspraken
- Help kwetsbare mensens in de omgeving
- Spreek af wie wat controleert
- Deel informatie en middelen waar nodig

Wat te doen tijdens stroomuitval (snelle checklist)

- Blijf kalm en verzamel informatie
- Gebruik stroom en water zuinig
- Open koelkast en vriezer zo min mogelijk
- Gebruik geen generator of barbecue binnen
- Controleer de veiligheid in huis
- Blijf in contact met je omgeving

Na de stroomuitval

- Controleer voedsel goed; gooi het bij twijfel weg
- Sluit apparaten één voor één weer op het stroomnet aan
- Controleer op schade
- Vul je noodvoorraad opnieuw aan
- Evalueer wat beter kan