

Gratis checklist

Directe blackout-check: de eerste 30 minuten

Wat je direct na een stroomuitval moet controleren, veiligstellen en voorbereiden.

Belangrijk

Werk deze lijst rustig van boven naar beneden af. Het doel is geen paniek, maar orde: veiligheid controleren, informatie verzamelen, energie besparen en de komende uren voorbereiden.

Deze checklist is bewust praktisch gehouden. Ze vervangt geen waarschuwingen van de overheid, geen medisch advies en geen professionele beoordeling van bijzondere gevaren. Bij acuut gevaar geldt: noodnummer, informatie van lokale autoriteiten en officiële waarschuwingskanalen hebben voorrang.

1. Rust bewaren en de situatie kort inschatten

- ☐ Even diep ademhalen. Geen overhaaste beslissingen nemen.
- ☐ Controleren: is alleen je eigen woning getroffen of ook burens, trappenhuis, straat of omgeving?
- ☐ Groepenkast of zekeringkast alleen controleren als dat veilig kan.
- ☐ Bij brandlucht, rook, vonken, verschroeide geur of natte elektrische delen afstand houden en hulp halen.
- ☐ Geen liften gebruiken. Als iemand in de lift vastzit: kalmeren en gebouwbeheer of nooddienst informeren.

Ezelsbrug

Eerst veiligheid, dan comfort. Stroomuitval is vervelend - gevaarlijk wordt het meestal door verkeerde reacties.

2. Licht en struikelgevaar veiligstellen

- ☐ Zaklamp, hoofdlamp of acculamp klaarleggen.
- ☐ Kaarsen alleen gebruiken als ze stabiel staan en nooit onbeheerd blijven.
- ☐ Struikelgevaar verwijderen: kabels, schoenen, speelgoed, natte plekken.
- ☐ Trappen, ingangen, badkamer en keuken eerst verlichten.
- ☐ Kinderen, oudere personen en huisdieren naar een veilige plek brengen.

3. Apparaten beschermen en energie sparen

- ☐ Fornuis, strijkijzer, waterkoker, straalkachel en andere warmteapparaten uitschakelen.
- ☐ Gevoelige apparaten indien nodig loskoppelen van de stroom: computer, tv, router, laders.
- ☐ Eén lamp ingeschakeld laten, zodat je merkt wanneer de stroom terugkomt.
- ☐ Mobiele telefoon in energiebesparingsmodus zetten.
- ☐ Powerbanks, accu's en solarlampen gericht inzetten en niet meteen alles verbruiken.

4. Koelkast en vriezer gesloten houden

- ☐ Koelkastdeur gesloten houden.
- ☐ Vriezer niet openen zolang het niet nodig is.
- ☐ Bederfelijke levensmiddelen niet onnodig controleren.
- ☐ Indien aanwezig: thermometer in koelkast of vriezer in de gaten houden.

Levensmiddelen

Bij gesloten deur blijft een koelkast meestal slechts enkele uren koud. Een volle vriezer houdt het duidelijk langer vol dan een halfvolle. Daarom: deuren dicht laten.

5. Informatie verzamelen

- ☐ Batterij-, zwengel- of solarradio inschakelen.
- ☐ Officiële waarschuwingsapp of overheidskanaal controleren als mobiel netwerk of internet werkt.
- ☐ Nieuws niet voortdurend verversen - accu sparen.
- ☐ Buren kort vragen of zij ook getroffen zijn of hulp nodig hebben.
- ☐ Noodnummers alleen bij echte noodsituaties gebruiken.

6. Water voorbereiden, zolang het nog loopt

- ☐ Schone flessen, jerrycans of pannen met drinkwater vullen.
- ☐ Voor wc of wassen extra emmers, teilen of badkuip met gebruikswater vullen.
- ☐ Drinkwater en gebruikswater duidelijk gescheiden houden.
- ☐ Water voor baby's, medicijnen of zorg eerst veiligstellen.

7. Mensen in het huishouden checken

- ☐ Zijn alle personen thuis of bereikbaar?
- ☐ Heeft iemand medicijnen, een zuurstofapparaat, beademing, koeling of andere elektrische hulpmiddelen nodig?
- ☐ Kinderen leeftijdsgeschikt informeren: rustig, kort en zonder dramatisering.
- ☐ Huisdieren veiligstellen, water klaarzetten en transportbox binnen handbereik houden.
- ☐ Een vaste ontmoetingsplek of contactweg afspreken als iemand later thuiskomt.

Medische apparaten

Als levensbelangrijke apparaten stroom nodig hebben, niet improviseren. Tijdig noodnummer, huisartsenpost, zorgcontact of lokale netbeheerder contacteren.

8. Na 30 minuten: beslissing nemen

- ☐ Is het een korte storing of lijkt het grootschaliger?
- ☐ Zijn water, licht, communicatie en belangrijke medicijnen veiliggesteld?
- ☐ Moet iemand geïnformeerd of opgehaald worden?
- ☐ Is koken, verwarmen of koelen voor de komende uren een thema?
- ☐ Als de stroom langer uitvalt: overstappen naar de 72-uurs-checklist.

Mijn belangrijkste contacten	Telefoonnummer	Notitie
Familie / huishouden		
Buur / gebouwbeheer		
Arts / zorg / apotheek		
Lokale energieleverancier		
Ontmoetingsplek		

Inhoudelijke oriëntatie

De inhoud is zelfstandig geformuleerd en voor Blackout-Tip.com gestructureerd. Inhoudelijk is ze gebaseerd op openbaar toegankelijke aanbevelingen van officiële instanties:

- ☐ Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe (BBK): gidsen en checklists voor noodvoorbereiding.
- ☐ Ready.gov / FEMA: aanbevelingen voor noodpakket, water, voedsel en gedrag bij stroomuitval.
- ☐ CDC / FoodSafety.gov: aanwijzingen voor voedselveiligheid bij stroomuitval.

Opmerking voor de website: Deze PDF is bedoeld als gratis download. Ze mag op blackout-tip.com beschikbaar worden gesteld en intern worden hergebruikt. Voor externe bronvermeldingen in artikelteksten moeten de officiële bronnen aanvullend worden gelinkt.