

1. Voorbereiden begint dichtbij

Wat zou jij als eerste missen als dagelijkse voorzieningen uitvallen?

Vandaag

Nadenken over thuis. Eén praktische stap kiezen. Ontdekken hoe we elkaar kunnen helpen.

2. Waarom drie dagen?

Bij een grote verstoring kunnen voorzieningen uitvallen en kan hulp tijd nodig hebben.

Een richtpunt voor voorbereiding

72 uur is drie dagen. Het is geen garantie dat een storing dan voorbij is. Volg bij een echte noodsituatie de actuele officiële aanwijzingen.

3. Wat kan er wegvallen?

Denk aan gewone dingen die we elke dag gebruiken.

Bespreek met je buur

Licht en stroom. Drinkwater. Telefonie en internet. Betalen, winkels en vervoer. Ondersteuning of zorg. Wat raakt jou als eerste?

4. Elk huishouden is anders

Mensen, dieren, dagelijkse gewoonten en persoonlijke behoeften verschillen.

Kijk naar afhankelijkheden

Wat moet voor jou beschikbaar blijven? Wie helpt normaal gesproken? Bespreek medische apparatuur en medicijnen vooraf met de betrokken zorgverlener, leverancier of apotheek.

5. Begin met wat er al is

Pak de 72-uurs checklist uit de toolkit erbij.

Kies één actie

Bekijk je voorraad. Schrijf belangrijke nummers op. Controleer een zaklamp. Maak een afspraak met een huisgenoot. Een kant-en-klaar noodpakket kopen is niet nodig.

6. Wat kunnen we samen?

Lokale samenwerking begint met elkaar kennen.

Praat hierover

Hoe houden we contact zonder buurtapp? Wie wil helpen bij voorbereiding? Welke afspraken kunnen we werkelijk nakomen? Deel alleen persoonlijke informatie die je zelf wilt delen.

7. Waar lees je verder?

Kennis en hulpmiddelen om rustig verder te gaan.

Handige routes

3dagenvooruit.nl/voor-inwoners/ - kennis en scenario's.

3dagenvooruit.nl/toolkit/ - checklists en gesprekshulpmiddelen.

[Denkvooruit.nl](https://denkvooruit.nl) - actuele algemene overheidsinformatie.

8. Jouw volgende stap

Wat ga je deze week regelen, en wie kan daarbij helpen?

Samen 3 dagen vooruit

Schrijf één haalbare actie op. Deel wat je wilt delen. Meer bijdragen? Bekijk 3dagenvooruit.nl/ambassadeur-worden/.

Deze toolkit is productneutraal. 3 dagen vooruit is een maatschappelijk initiatief in ontwikkeling; 72 uur vooruit is een afzonderlijke commerciële organisatie.

Bronnen: Denk vooruit en 3D - onafhankelijkheid. Geraadpleegd 9 september 2026.