



CHECKLISTE **KRISENVORSORGE**

Blackout / Stromausfall

WAS TUN WENN DIE ENERGIE AUSFÄLLT

Das Telefon ist tot, die Heizung springt nicht an, warmes Wasser fehlt, der Computer streikt, die Kaffeemaschine bleibt aus, das Licht ist weg. Wie abhängig wir von Strom, Gas, Öl oder Fernwärme sind merken wir erst, wenn es zu spät ist.

In der Regel werden Ausfälle dieser Art in wenigen Stunden behoben. Aber es kann in Notsituationen durchaus auch Tage dauern, bis die Energie wieder verfügbar ist.

WORAN ERKENNE ICH EINEN BLACKOUT?

Der Strom ist auch in der gesamten Nachbarschaft ausgefallen. Es stehen nicht mehr alle Radiosender zum Empfang bereit. Auf Riodurchsagen achten. Netzfrequenzmessung im Internet.

VERHALTEN BEI EINEM BLACKOUT

- Alle elektronischen Geräte vom Stromnetz trennen
- Radio eingeschaltet lassen
- Familienmitglieder versammeln
- Unnötige Telefonate vermeiden
- Wasser sparen
- verderbliche Lebensmittel als erstes konsumieren
- Abfall wo immer möglich vermeiden
- Am besten zu Hause bleiben
- Wenn Strom länger ausfällt, Badewanne füllen für Trink- / Nutzwasser
- Wenn Strom wieder da ist, über mehrere Stunden hinweg ein Gerät nach dem anderen einschalten

VORBEREITUNG IST WICHTIG!

Mit der nachfolgend zusammengestellten Checkliste können Sie sich auf einen Blackout / Stromausfall und andere Krisensituationen vorbereiten und vorsorgen.

ERSTE HILFE

Verbandskasten nach DIN 13157

Rettungsdecken

vom Arzt verschriebene persönliche Medikamente

Antibiotikum

Mittel gegen Erkältungskrankheiten

Mittel gegen Durchfall

Mittel gegen Schmerzen

Kaliumiodid-Tabletten

Flächendesinfektionsmittel

Wunddesinfektionsmittel

Fieberthermometer

Insektenstichsalbe

Sonnenbrandsalbe

Splitterpinzette

Schutzmaske CBRN oder FFP2/3

Tourniquet

Israelbandage

WÄRME

Schlafsack und / oder dicke Decke für jede Person im Haushalt

Isomatte

Heizmöglichkeiten (z.B. Gasheizung, Petroleumheizung, Holzheizung)

Kohlenmonoxid Melder

Brennstoffe für mindestens 3 Wochen

Kerzen, Teelichter für mindestens 3 Wochen

Streichhölzer und / oder Feuerzeuge für mindestens 3 Wochen

GETRÄNKE / WASSER

2 L Trinkwasser / Getränke pro Person für mindestens 3 Wochen (45 L pro Person)

Nutzwasser z.B. Toilettenspülung 3 x 5 L pro Tag und Person (350 L pro Person)

Trink- und Nutzwasserquellen ausfindig machen (Notfallbrunnen, kleine Bäche etc.)

Wasserfilter $\leq 0,1$ Micron + Aktivkohlefilter + Vorfilter (z.B. Kaffeefilter)

Chlortabletten (Wasseraufbereitung)

Silberionentabletten (Wasserlagerung)

NAHRUNG

Frühstück für mindestens 3 Wochen pro Person (z.B. Müsli)

Mittagessen für mindestens 3 Wochen pro Person (z.B. Dosen, Nudeln)

Abendessen für mindestens 3 Wochen pro Person (z.B. Suppen, Dosenbrot, Knäckebrötchen)

Bei Bedarf: Babynahrung für mindestens 3 Wochen

Bei Bedarf: Tiernahrung für mindestens 3 Wochen

Vitamine / Mineralstoffe für mindestens 3 Wochen

Campingkocher / Spirituskocher

Geeigneter Kocherbrennstoff für mindestens 3 Wochen

Einweggeschirr für mindestens 3 Wochen pro Person

Einwegbesteck für mindestens 3 Wochen pro Person

Dosenöffner

Topf

Küchenrolle für mindestens 3 Wochen

Müllbeutel (100 Stück)

Campingtoilette oder großer Eimer

Toilettenbeutel für Campingtoilette (mindestens 40 Stück pro Person)

Toilettenpapier für mindestens 3 Wochen

HYGIENE & GESUNDHEIT

Seife für 3 Wochen

Waschmittel für Handwäsche

Handtücher

Waschlappen

Zahnbürste, Zahnpasta (1 Stück pro Person)

Haushaltshandschuhe (50 Paar)

Hand- / Flächendesinfektionsmittel

Schmierseife

Feuchttücher für mindestens 3 Wochen pro Person

Bei Bedarf: Monatshygieneartikel

Bei Bedarf: Windeln

SONSTIGES / WERKZEUG

Taschenlampe (inkl. Reservebatterien oder Powerbank für mindestens 3 Wochen)

Kerzen

Powerbank / Solarpanel für Handy, Funk und Radio

Taschenmesser

Mittel zur Selbstverteidigung

Treibstoffkanister für Kfz

BRANDSCHUTZ

ABC Feuerlöscher

Rauchmelder (monatlicher Funktionstest)

Löschspray / Löschdecke

Gartenschlauch

Behälter / Eimer für Löschwasser

KOMMUNIKATION / INFORMATION

Analoges Radio (Kurbel, Solar oder Batterien für mindestens 3 Wochen)

Alternativ Handy / Smartphone mit Kopfhörer und Radiofunktion

Funkgeräte als Kommunikationsmittel

Batterien oder Akkuzellen für mindestens 3 Wochen oder Powerbank / Solarpanel

DOKUMENTENSICHERUNG

Dokumentenmappe erstellt und griffbereit?

Familienurkunden

Grundbuchauszug

Versicherungsunterlagen

Fahrzeugbrief

Führerschein

Ausweispapiere

Qualifizierungsnachweise / Zeugnisse

Bankunterlagen / Wertpapiere

Waffenbesitzkarte

Vollmachten / Verfügungen / Testament

Weitere Verträge

Dokumente (verschlüsselt) auf USB Stick / Handy speichern

NOTSTROMVERSORGUNG

Kühlschrank / Gefriertruhe (400 - 800 W)

Licht (15 W - 100 W je Lampe)

Heizung: Gastherme 150 W, Ölheizung mit Pumpe 300 W

Handy 15 W, Laptop 100 W, PC 300 - 500 W

Fernsehen + Spielekonsole 150 - 400 W

WEITERES

Notfalltreffpunkt festlegen, wenn keine Kommunikation möglich ist - wer holt wen und wo ab?

Bei Bedarf: Vorkehrungen treffen um pflegebedürftige Angehörige selbst versorgen zu können

Get Home Bag: Wenn Busse und Züge nicht mehr fahren, um zu Fuß nach Hause zu kommen.

Getränke, Nahrungsmittel

Decke

Kartenmaterial

Nässeschutz

Wanderschuhe

Kommunikationsmittel

Radio

Bargeld

Ausreichend Treibstoff im Tank belassen (für mindestens 150 km)

Rettungspunkte im Ort ausfindig machen (Feuerwehr, Krankenhaus, THW, Stadtverwaltung etc.)

Bücher, Spiele etc. gegen Langeweile

PERSÖNLICHE PUNKTE UND NOTIZEN



NOTFALLRUCKSACK

Das Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe empfiehlt einen sogenannten Notfallrucksack als Vorsorge für jede Person.

Es gibt Situationen, in denen Sie schnellstmöglich Ihren Wohnraum verlassen müssen. Bei einem Blackout, Feuer, Erdbeben oder einer Überschwemmung bleibt unter Umständen keine Zeit die notwendigen Dinge zusammenzusuchen.

Daher ist es sinnvoll, für jedes Familienmitglied einen fertig gepackten Notfallrucksack bereitzuhalten. So sind Sie für jede Situation gut gerüstet.

Sie können damit sich selbst und anderen Personen helfen und entlasten damit gegebenenfalls Einsatzkräfte.

Wer sich gut vorbereitet, schützt sein eigenes Leben und kann in Notsituationen Gutes tun.

NOTFALLRUCKSACK

Rucksack, ausreichend groß mit bequemen Tragesystem

Wäsche zum wechseln (Unterwäsche, Strümpfe, T-Shirt, Pullover)

Wasserdichte Jacke / Regenschutz

strapazierfähige, warme Kleidung sowie Mütze und Handschuhe

Arbeitshandschuhe

wasserdichte hohe Schuhe oder Gummistiefel

Schlafsack

Isomatte

Tarp / Zelt

vom Arzt verschriebene persönliche Medikamente

Erste-Hilfe Set / Material für die Wundversorgung

Taschenlampe

Schutzmaske / Atemschutz / Schutzanzug

Essgeschirr, Essbesteck, Becher, Thermoskanne

Flasche für Getränke 1 - 3 Liter (z.B. Faltflaschen)

Kartenmaterial der Umgebung

Fotoapparat oder Fotohandy / Fotos von Angehörigen für Suchmannschaften

Wasserfilter $\leq 0,1$ Micron + Aktivkohlefilter + Vorfilter (z.B. Kaffeefilter)

Streichhölzer / Feuerzeuge / Feuerstarter

Nahrung für 3 Tage

Kocher (z.B. Esbit, Gaskocher sowie passender Brennstoff)

Topf

Funkgeräte & Radio (Kurbel, Batterie)

Powerbank / Solarpanel

Taschenmesser / Multitool mit Säge / Dosenöffner

Kompass

Notizblock

Paracord

Handtuch und Waschlappen

