



Sturm? Hochwasser? Feuer? Schneechaos? Hitze? Stromausfall für längere Zeit? Evakuierung?  
Deutschland ist gut vorbereitet – Wenn jeder vorbereitet ist!

## Persönliche Notfallvorsorge

„ Damit die wichtigen Dinge im Notfall nicht fehlen! „

### Vorrat

Halten Sie für jede Person ca.14 Liter Flüssigkeit je Woche vorrätig.

Geeignete Getränke sind Mineralwasser, Fruchtsäfte oder andere lagerfähige Getränke.

Achten Sie darauf, dass Sie immer einen Vorrat an Grundnahrungsmitteln haben, die im Bedarfsfall auch ohne Kühlung gelagert werden können.

Denken Sie daran, dass Sie bei Bedarf auch Spezialkost im Hause haben, z.B. für Diabetiker oder für Ihre Haustiere.

### Hygiene

Sollte die Wasserversorgung einmal ausfallen, sammeln Sie Wasser in allen zur Verfügung stehenden Gefäßen. Nutzen Sie das Wasser sparsam, verwenden Sie z.B. Einweggeschirr um Abwaschwasser zu sparen.

Wasserentkeimungsmittel bekommen Sie in jedem Campingartikelhandel.

Bevorraten Sie Seife, Waschmittel, Zahnpasta, Feuchttücher, Toilettenpapier und Desinfektionsmittel, vor allem für die Hände.

Wenn die Wasserversorgung ausfällt, funktionieren auch Toiletenspülungen nicht mehr!

### Hausapotheke

Als Hausapotheke eignet sich ein handelsüblicher Auto – Verbandskasten.

Zusätzlich sollten Sie die, in Ihrem Haushalt verwendeten, persönlichen Medikamente bevorraten.

Außerdem gehören Erkältungsmittel, schmerz- und fiebersenkende Medikamente sowie Mittel gegen Übelkeit, Erbrechen und Durchfall in die Hausapotheke.

Hautdesinfektionsmittel, Fieberthermometer und Pinzetten sind eine sinnvolle Ergänzung.



## **Dokumentenmappe**

In eine Dokumentenmappe gehören Papiere, die man im Notfall nicht mehr zusammen suchen kann oder die nach einem Ereignis nicht mehr zur Verfügung stehen ( Z.B. nach einem Brand oder nach Hochwasser).

Dazu gehören Familienurkunden (Geburts-Heirats-Sterbeurkunden) oder ein Stammbuch.

Bankunterlagen, Verträge, Steuerunterlagen, Rentenbescheide und Steuerunterlagen gehören ebenso in die Mappe, wie Testamente, Patientenunterlagen und Vollmachten.

Auch Kopien von Ausweisen und Pässen, Führerscheinen, Fahrzeugbescheinigungen und Grundbuchauszügen können im Notfall hilfreich sein.

## **Notfallgepäck**

Denken Sie daran, dass es Ereignisse gibt, die Vorbereitungen zeitlich nicht zulassen (z.B. Feuer oder Schadstoffaustritte mit Evakuierungen).

Besonders für solche Fälle wird ein ständig einsatzbereites Notfallgepäck empfohlen. Für jedes Familienmitglied soll maximal 1 Rucksack gepackt sein.

In diesen Rucksack gehören Erste-Hilfe-Material, persönliche Medikamente, Reservebatterien, die Dokumententasche, Hygieneartikel, Verpflegung für 2 Tage, Wasser, Essgeschirr und -besteck, Taschenlampe, Schlafsack oder Decke, Kleidung auch Wetterschutzkleidung und feste Schuhe.

Ein Mund- bzw. Halstuch ist sinnvoll.

Für Kinder sollte eine Anhängkarte mit persönlichen Daten dabei sein.

Wenn Sie im normalen Alltag auch den einen oder anderen Vorschlag belächeln, beachten Sie bitte, dass diese Listen aus den Erfahrungen von Notfallsituationen entstanden sind.

Gehen Sie davon aus, dass Sie im Notfall keine Zeit mehr haben, sich um diese Dinge zu kümmern.

Sie können auch nicht davon ausgehen, dass Sie im Notfall sofort von Hilfsorganisationen rundum versorgt werden können. Als zusätzliche Hilfe können sie die „Checkliste für den Notfall“ und die nachstehend gesonderten Informationen für besondere Ereignisse nutzen.

Informationen erhalten sie außerdem unter: [www.bbk.bund.de](http://www.bbk.bund.de)