

Mit
SICHERHEIT
zu mehr
WOHLBEFINDEN

KRISENVORSORGE

WORKBOOK + CHECKLISTE



PREPPO GMBH



KRISENVORSORGE



STELLEN SIE SICH FOLGENDE SITUATION VOR:

An einem Winterabend kommt es ohne erkennbare Vorzeichen zum Zusammenbruch, einem sog. „Black Out“ des Stromnetzes. Plötzlich herrscht völlige Unklarheit. Seltsame Gerüchte machen in der Nachbarschaft die Runde, doch keiner weiß etwas Genaues über die Ursachen und vor allem, wann wieder mit Strom zu rechnen ist. Schnell wird klar, dass alle gewöhnlichen Informationsquellen, wie Internet und Telefon, versiegt sind – auch das Radio ohne Strom ist verstummt. Die Straßen hüllen sich in Dunkelheit. An Kreuzungen bildet sich aufgrund der erloschenen Ampeln ein Verkehrschaos. Ratlosigkeit, Wut und Verzweiflung macht sich an den Registrierkassen der Supermärkte und Discounter breit, als klar wird, dass keine Bezahlungen mehr abgewickelt werden können, selbst die bis oben hin gefüllten Wagen mit dem Tageseinkauf im Laden verbleiben müssen. Warenkühlung und Schiebetüren streiken ebenfalls. Hält dieser Zustand länger an – realistische Szenarien gehen von bis zu zwei Wochen aus –, kann es zu gewaltsamen Plünderungen der noch vorhandenen Waren in den Geschäften kommen und neue Ware bleibt, infolge der Beeinträchtigung der EDV-gestützten Logistik, gänzlich aus.

Weitere Versorgungsprobleme, die aufgrund eines Blackouts entstehen: Kein Zugang zu Kraftstoffen, keine Versorgung mit Frischwasser, keine nutzbaren sanitären Anlagen, mangelnde Beleuchtung.

Wie Sorge ich richtig vor?

Gefährliche Selbsteinschätzung: Kommt es zu einer Krise werden ich vom Staat automatisch mit dem Nötigsten versorgt.

Es gibt zwar große staatliche Notreserven, die an geheimen Orten vorgehalten werden, jedoch können bis zum Eintreffen von Hilfslieferungen an Bedürftige etliche Stunden, ja Tage vergehen. Die Kapazitäten sind begrenzt und zum Erhalt der Hilfsgüter sind zusätzliche Strapazen, wie lange Wege zu Ausgabestellen und quälende Wartezeiten, in Kauf zu nehmen.

Nur wer selbst aktiv wird und im Vorfeld geeignete Vorkehrungen trifft, kann die Folgen eintretender Krisen mildern und für die eigene Sicherheit vorsorgen.

Das [Bundesamt für Katastrophenhilfe](#) empfiehlt, einen Mindestvorrat für zwei Wochen anzulegen.

Haftungsausschluss: Das vorliegende Dokument kann keine abschließende Gefahrenvorsorge bieten. Es ersetzt keinesfalls ein kontinuierliches und eigenständiges Hinterfragen und Beurteilen von Situationen hinsichtlich Ihres ganz spezifischen Risikopotenzials in Ihrer eigenen häuslichen Umgebung.



- 1 Anlegen von Vorräten
- 2 Tauschmittel bereithalten
- 3 Stromversorgung
- 4 Beleuchtung
- 5 Kochen von Speisen während einer Krise
- 6 Wasserversorgung
- 7 Aufrechterhaltung der Körperwärme
- 8 Radio

1. ANLEGEN VON VORRÄTEN

Bricht in Folge einer Krise die alltägliche Warenversorgung zusammen, werden im Alltag selbstverständliche Dinge zu einem knappen Gut.

Lebensmittel

Das Anlegen eines Lebensmittelvorrats macht Sie für einen längeren Zeitraum unabhängig von Einkaufsmöglichkeiten. Zur Einlagerung eignen sich Konserven, wie Gemüse und Hülsenfrüchte im Glas oder Dosen, die eine lange Haltbarkeit aufweisen. Speziell erhältliche Notnahrung („Emergency Food“) deckt in kompakter Form den Tagesbedarf einer Person vollständig ab und kann gut portioniert werden.

Hygiene-Artikel, das Gold der Krise

Bei unerlässlichen Gebrauchsartikeln, die wir zur täglichen Hygiene benötigen, spricht man vom Gold der Krise, weil deren Wert in einer Notsituation enorm steigt, wenn man es dringend braucht, aber nicht hat. Deshalb ist es wichtig ausreichend Hygiene-Artikel für den täglichen Bedarf – wie Toilettenpapier, Zahnpasta und -bürsten, Seife etc. – einzulagern.

2. TAUSCHMITTEL BEREITHALTEN

Tauschmittel dienen während einer Krisensituation als verlässlicher Währungsersatz, da sie einen unmittelbaren Nutzen stiften. Zu den gängigsten Tauschmitteln zählen Zigaretten und Hochprozentiges sowie Produkte aus der Kategorie Gold der Krise. Auch echtes Gold spielt eine Rolle. In speziell gegossener Tafelform (Goldtäfelchen) lässt es sich kinderleicht (wie Schokolade) in 1g Stücke unterteilen und als wertbeständiges Zahlungs- und Tauschmittel verwenden.

3. STROMVERSORGUNG

Ein Stromgenerator versorgt Sie beim Zusammenbruch des öffentlichen Netzes mit elektrischer Energie. Moderne Generatoren sind kompakt gebaut und besonders effizient. Das heißt, sie passen ihre Produktion der Energiemenge an, die durch die angeschlossenen Geräte benötigt wird und regeln ihre Drehzahl entsprechend. Um Haushaltgeräte wie gewohnt nutzen zu können, benötigen Sie einen invertierten Generator, der einen gleichmäßigen Wechselstroms erzeugt. Ohne diese Technologie können Spannungsschwankungen zur Beschädigung empfindlicher Elektrogeräte führen. Das zum Betrieb benötigte Benzin kann über Jahrzehnte lang gelagert werden. Aus Sicherheitsgründen ist gesetzlich festgelegt, dass maximal 20 Liter im gesamten Haus bzw. in Garage/Keller gelagert werden dürfen, selbst wenn es aus mehreren Abteilen verschiedener Parteien besteht.

4. BELEUCHTUNG

Das Vorhalten eines Vorrats an Teelichtern ist die einfachste und kostengünstigste Möglichkeit, um während eines Stromausfalls etwas Licht ins Dunkel zu bringen. Auch sogenannte „Knicklichter“ eignen sich zur Überbrückung. Nach einer geringen Durchbiegung wird durch das Zusammenfließen verschiedener Substanzen eine chemische Reaktion (Chemilumineszenz) in Gang setzt, die über viele Stunden hinweg elektromagnetische Strahlung in Form von ultravioletten Licht aussendet. Auch mit speziellen, für den Outdoor- und Kriseneinsatz konzipierten tragbaren LED Lampen – Batterie/Solar/Dynamo betrieben –, lässt sich eine homogene Not-Beleuchtung innerhalb von Aufenthaltsräumen erzielen.

5. KOCHEN VON SPEISEN WÄHREND EINER KRISE

Sorgen Sie für eine netzunabhängige Kochmöglichkeit, um Speisen zubereiten zu können. Hierzu eignen sich ein gasbetriebener Campingkocher oder mit Brennpaste gefüllte Kartuschen. Diese erzeugen für mehrere Stunden Wärme und können mehrmals verwendet werden, bis der Brennstoff aufgebraucht ist.

Dabei ist es äußerst wichtig, sich der Gefahren durch das Kohlenmonoxid – CO – bewusst zu sein. So dürfen offene Feuerstellen bzw. gas- und brennstoffbetriebene Kocher ausschließlich im Freien genutzt werden. Als Vorsichtsmaßnahme gegen CO-Unfälle sollte auch zu normalen Zeiten der Haushalt mit CO-Meldern ausgestattet sein (siehe hierzu die Ausführungen im Workbook Brandschutz).

Ohne Kochmöglichkeit jederzeit zur warmen Mahlzeit

Mit „HOT ACTION Food“-Produkten haben Sie jederzeit eine warme Mahlzeit parat, unabhängig davon, wo Sie sich gerade befinden. Ein integriertes Erheizungssystem mit einem einfachen chemischen Prozess, macht Sie unabhängig von Herd, Gaskocher oder Feuerstelle und ist kinderleicht zu handhaben. In Notfällen oder Krisenzeiten, aber auch bei einer längeren Abwesenheit von Zuhause. Nach einer knappen Viertelstunde steht das Gericht zum Verzehr bereit. Auch Einsatzkräfte von Rettungsdiensten, Polizei und Feuerwehr sowie die Bundeswehr setzen bei ihren (Auslands-)

Einsätzen dieses System zur Verpflegung ein.

6. WASSERVERSORGUNG

Sofort nach dem Eintritt eines Stromausfalls sollten Sie die Badewanne mit Wasser füllen. In speziellen Wassersäcken bleibt das darin enthaltene Wasser länger frisch. Für den täglichen Bedarf sollte man zwei Liter pro Person einplanen – 1,5 Liter zum Trinken plus 0,5 Liter für Kochen und Hygiene. Ein Einsatz von Feuchtetüchern erleichtert die Körperhygiene und spart wertvolles Wasser.

Einlagerung von Trinkwasser

Zur Einlagerung von Trinkwasser gibt es spezielle, lebensmittelechte Kanister. Die befüllten Kanister sollten lichtgeschützt in einem kühlen, trockenen und geruchsneutralen Raum gelagert werden.

Vorhalten eines Wasserfilters

Mit einem speziellen Wasserfilter lässt sich auch gesammeltes Wasser aus der umgebenden Natur sicher aufbereiten und wie durch einen Strohhalm trinken. Der Filter entfernt Verschmutzungen und Keime, die im Regen- und Oberflächenwasser vorkommen können. Die Wasseraufnahme mithilfe des Filters kann durch Trinken aus einem zuvor befüllten Beutel oder direkt aus dem Halm erfolgen. PET-Getränkeflaschen sind, als Alternative zum Beutel, bei einigen Systemen leicht auf das Gewinde aufzuschrauben. Entkeimungstabletten stellen eine weitere Möglichkeit der Wasseraufbereitung dar (z. B. Micropur Classic/Forte, dessen charakteristischer Chlorgeschmack nach erfolgter Behandlung durch ein Anti-Chlor-Geschmacksmittel entfernt werden kann).

7. AUFRECHTERHALTUNG DER KÖRPERWÄRME

Zur Aufrechterhaltung der Körperwärme und um Unterkühlungen vorzubeugen, eignen sich die aus dem Verbandskasten des PKW bekannten Rettungsdecken. Sie reflektieren die Wärmestrahlung des Körpers und verhindern damit, dass ein Großteil der Wärme an die Umgebung abgegeben wird. Aufwändiger verarbeitete Varianten sind für den mehrmaligen Einsatz geeignet und können auch als Not-Zelt im Freien genutzt werden. Die zusätzliche Nutzung von Wärmepads ergibt bis zu acht Stunden lang Wärme.

8. RADIO

Im Fall eines länger andauernden Stromausfalls (Blackout) brodelt die Gerüchteküche. Ein netzunabhängiges Radio stellt dann die einzige Verbindung zur Außenwelt dar. Es gibt Antworten auf dringende Fragen, wie: Was ist eigentlich geschehen, wie lange dauert es an, wie soll man sich verhalten? Mit Hilfe des Radios sind Sie in der Lage, jederzeit entsprechende Meldungen und Nachrichten von einschlägigen staatlichen Stellen zu empfangen. Und dies kann in einer handfesten Krise lebenswichtig sein.



CHECKLISTE



Sind Leuchtmittel vorhanden, um bei einem Stromausfall Licht zu haben?

Stehen Hilfsmittel bereit, um sich vor Kälte/Wärme zu schützen?

Gibt es einen Stromgenerator und Treibstoffvorrat zur Überbrückung?

Gibt es ausreichend Trinkwasservorräte um den Bedarf aller Personen im Haushalt decken zu können?

Kann Oberflächenwasser selbstständig zu Trinkwasser aufbereitet werden?

Gibt es ausreichend Nahrungsmittelvorräte zur Überbrückung?

Besteht die Möglichkeit stromunabhängig warme Speisen zuzubereiten?

Ist ein ausreichender Vorrat an Hygieneartikel vorhanden?

Wurden Vorkehrungen zur medizinischen Versorgung (Senioren, Kranke, Kleinkinder) getroffen?

Wurden Kurse (Outdoor/Survival etc.) besucht, um sich auf den Ernstfall vorzubereiten?



CHECKLISTE



Ist ein batteriebetriebener Funkempfänger vorhanden, um staatliche Informationen zum Krisenfall empfangen zu können und wird ein ausreichender Vorrat an Ersatzbatterien für derartige Verbraucher vorgehalten?

Verfügen Sie über geeignete Tauschmittel, um an zusätzlich benötigte Güter zu gelangen?

Steht ein Notfallrucksack mit den wichtigsten Utensilien parat, falls eine Flucht erforderlich wird?