

---

## Checkliste: Notfallvorsorge bei Blackout & Naturkatastrophen

### 1. Notfallkommunikation & Kontakte

- **Notfallkontakte aktualisieren:**
  - Erfassen Sie alle wichtigen Telefonnummern (Familie, Freunde, Nachbarn, Hausarzt, Feuerwehr, Polizei, Rettungsdienst).
  - Legen Sie einen alternativen Kommunikationsplan fest (z. B. über Walkie-Talkies oder batteriebetriebene Radios).
- **Kommunikationsplan dokumentieren:**
  - Erstellen Sie eine Übersicht, wie und wann die Familienmitglieder im Notfall miteinander in Kontakt treten (z. B. über einen festgelegten Treffpunkt).

### 2. Notfallvorrat & Lebensmittel

- **Lebensmittelvorrat:**
  - Halten Sie einen Vorrat für mindestens 72 Stunden pro Person bereit.
  - Achten Sie auf haltbare Lebensmittel wie Konserven, Energieriegel und lang haltbare Trockenprodukte.
- **Wasserreserve:**
  - Planen Sie mindestens 2–3 Liter Trinkwasser pro Person und Tag ein.
  - Prüfen Sie regelmäßig das Haltbarkeitsdatum Ihrer Wasserbehälter.

### 3. Notfallausrüstung & Energieversorgung

- **Beleuchtung & Stromversorgung:**
  - Stellen Sie batteriebetriebene Taschenlampen, Notstromaggregate, Powerbanks und Solarladegeräte bereit.
  - Überprüfen Sie regelmäßig den Zustand und die Ladekapazitäten Ihrer Geräte.
- **Rettungsdecken & Wärmeschutz:**
  - Integrieren Sie hochwertige Rettungsdecken (z. B. in Gold & Silber) in Ihr Notfallkit, um Wärmeverluste zu minimieren.
- **Erste-Hilfe-Ausrüstung:**
  - Sorgen Sie für ein vollständig bestücktes Erste-Hilfe-Set inklusive persönlicher Medikamente.
- **Multifunktionswerkzeuge:**
  - Halten Sie Werkzeuge wie ein Taschenmesser, Multitool und ggf. einen Feuerzeug oder Streichhölzer bereit.

### 4. Evakuierungsplan & Sicherheit im Haushalt

- **Fluchtwege und Sammelpunkte:**
  - Erarbeiten Sie einen Evakuierungsplan für Ihr Zuhause, inklusive festgelegter Fluchtwege und eines Treffpunkts außerhalb des Gefahrenbereichs.
  - Erstellen Sie eine Karte Ihrer Umgebung mit Notausgängen.
- **Haussicherheit:**
  - Überprüfen Sie regelmäßig die Funktion von Rauch- und Kohlenmonoxidmeldern.

- Sichern Sie Fenster, Türen und lose Gegenstände, die bei starkem Wind zu Gefahren werden können.

## 5. Wichtige Dokumente & Finanzielle Sicherheit

- **Dokumentensicherung:**
  - Erstellen Sie Kopien wichtiger Dokumente (Personalausweis, Versicherungen, Kontoauszüge) und speichern Sie diese digital (z. B. in der Cloud) sowie in Papierform an einem sicheren Ort.
- **Bargeld und Zahlungsmittel:**
  - Halten Sie einen kleinen Bargeldvorrat bereit, falls elektronische Zahlungsmittel nicht verfügbar sind.

## 6. Wetterabhängige Vorbereitungen

- **Naturkatastrophenspezifische Maßnahmen:**
  - Legen Sie Sandsäcke oder andere Sturmsicherungen bereit, um Ihr Zuhause bei Überschwemmungen oder starkem Wind zu schützen.
  - Prüfen Sie den Zustand Ihres Daches und Ihrer Fenster auf mögliche Schwachstellen.
- **Notfallausrüstung für extreme Wetterlagen:**
  - Ergänzen Sie Ihren Vorrat bei Bedarf um zusätzliche warme Decken, wetterfeste Kleidung und wetterfeste Zelte oder Unterstände.

## 7. Technologische Lösungen

- **Alternative Kommunikationsmittel:**
  - Halten Sie batteriebetriebene Radios bereit, um auch bei Ausfall des Internets oder Mobilfunknetzen informiert zu bleiben.
- **Geräte zur Notstromversorgung:**
  - Prüfen Sie regelmäßig, ob Ihr Notstromaggregat und andere alternative Energiequellen betriebsbereit sind.

## 8. Gesundheit & Erste Hilfe

- **Erste-Hilfe-Kit:**
  - Überprüfen Sie, ob Ihr Erste-Hilfe-Set vollständig und aktuell ist.
- **Medikamentenversorgung:**
  - Sorgen Sie dafür, dass spezielle Medikamente und persönliche Gesundheitsprodukte in ausreichender Menge vorhanden sind.

## 9. Planung und Schulung

- **Regelmäßige Notfallübungen:**
  - Üben Sie gemeinsam mit Ihrer Familie den Notfallplan, inklusive Evakuierung und Anwendung der Notfallausrüstung.
- **Schulungen und Informationsveranstaltungen:**
  - Nehmen Sie an lokalen Notfalltrainings oder Workshops teil, um Ihr Wissen über Krisenmanagement zu vertiefen.

## 10. Nachbarschaftshilfe und lokale Netzwerke

- **Nachbarschaftsnetzwerk aufbauen:**
  - Knüpfen Sie Kontakte zu Ihren Nachbarn und organisieren Sie gemeinsame Notfallpläne.

- **Lokale Unterstützungsgruppen:**

- Informieren Sie sich über lokale Initiativen und Notfall-Communities, um im Ernstfall gegenseitig Hilfe leisten zu können.

### **11.Lagerung und regelmäßige Überprüfung**

- **Zustand der Vorräte:**

- Überprüfen Sie regelmäßig alle Vorräte und Geräte auf Funktionstüchtigkeit und Ablaufdaten.

- **Dokumentation:**

- Führen Sie ein Protokoll, in dem Sie Datum und Ergebnisse der Überprüfungen festhalten.
-