

Checkliste zur Blackout-Vorsorge



Wichtige Fragen, die Sie vorab beantworten sollten:

- Ist der Standort der Stromverteilung allen bekannt?
- Gibt es in der Familie spezielle Bedürfnisse? Zum Beispiel Nahrung für Kleinkinder, Medikamente für ältere Personen, Nahrung für Haustiere oder ähnliches?
- Kennen Sie lokale Anlaufpunkte im Falle des Stromausfalls? – Gemeindehaus, Pfarrheim, Sportheim

Haushaltsbevorratung für 10 Tage bereithalten:

Legen Sie sich einen Vorrat an Wasser und Lebensmitteln, Medikamenten und Hygieneartikeln für mindestens 10 Tage, besser noch für 14 Tage an. Achten Sie dabei auf länger haltbare Lebensmittel und rotieren Sie den Verbrauch in Ihrem Alltag (Kürzeres Haltbarkeitsdatum zuerst aufbrauchen).

LEBENSMITTEL PRO PERSON (BEISPIELHAFT)

- 2x Brot (in Dosen, Knäckebrot,..)
- 4x Wurst in Dosen oder vegetarische Aufstriche
- 2x Nudeln (500g)
- 1x Reis (500g)
- 2x Kartoffelpüree-Pulver (350g)
- 2x Haferflocken (500g) oder Gries
- 2x H-Milch
- 2x Tomatensauce
- 2x Sauerkraut oder Eingemachtes (500g)
- 2x Mais (300g)
- 2x Erbsen (300g)
- 10-20 L Wasser

ZUSÄTZLICH WER MÖCHTE:

- 2,5 kg Obst (in Gläsern/Dosen, lagerfähige Frischware)
- 1 kg Milchprodukte, Hartkäse, Eier
- 1 kg Fisch, Wurst (in Konserven oder Gläsern)
- 0,5 kg Fette, Öle (Margarine, Olivenöl...)
- Haltbares wie Marmelade, Brühe, Fertiggerichte, Kaffee

DAS SOLLTEN SIE SONST IM HAUS BEREITHALTEN:

- Campingkocher, Kohle/ Gas für Grill nur draußen verwenden! (ansonsten in den ersten Tagen kalte Küche)
- Campinglampen / Stirnlampen / Taschenlampen mit Batterien, Kerzen mit Feuerzeug/Streichhölzer
- batteriebetriebenes Radio / Autoradio
- Erste-Hilfe-Ausrüstung
- persönliche Medikamente (rechtzeitig neue besorgen)
- Babybedarf (Windeln, Babynahrung)
- Hygieneartikel (Damenhygiene, 1x Seife, 1x Zahnpasta, 1x Duschgel, 1x Deo, Desinfektionsmittel, Klopapier)
- Haustierbedarf (Futter, Medikamente, Einstreu...)
- Schlafsäcke, warme Decken und Kleidung
- Wichtige Dokumente an einem Ort greifbar
- Spiele, Blöcke, Schreibmaterial
- Bargeld in kleinen Scheinen und Münzen

PLATZ FÜR PERSÖNLICHES:

- _____
- _____
- _____

Richtiges Verhalten im Fall der Fälle:

WIE ERKENNE ICH EINEN LOKALEN STROMAUSFALL ODER EINEN BLACKOUT?

- Check der eigenen Stromversorgung (FI-Schalter und Sicherungen der Stromverteilung)
- Check der Umgebung (Licht bei Nachbarn, Straßenbeleuchtung)
- Check der Erreichbarkeit anderer Personen (Handy, Festnetz, Internet)

ERSTE MASSNAHMEN IN DER FAMILIE UND WICHTIGE HINWEISE:

- Alle Geräte, die gerade in Verwendung waren ausschalten.
- Sensible elektronische Geräte (Computer, Fernseher, Ladegeräte etc.) abstecken, um Schäden bei der Wiederkehr des Stromes zu verhindern.
- Eine Lampe eingeschaltet lassen, damit man bemerkt, wenn der Strom wieder da ist.
- Stromunabhängiges Radio einschalten und Sender suchen
- Abstimmung innerhalb der Familie bzw. Hausbewohner, ggf. Nachbarn
- Taschenlampen, Kerzen, Wärmequellen, Ersatzkochmöglichkeiten etc. herrichten und überprüfen.
- Wasservorräte überprüfen und eventuell noch ein paar Behältnisse (Kochgeschirr, Kanister, Flaschen) befüllen. Sorgsam mit den Wasserreserven umgehen.
- Lebensmittelvorräte, Medikamente und Hygieneartikel überprüfen und für 2 Wochen aufteilen.
- Leicht verderbliche Lebensmittel zuerst aufbrauchen.
- Tiefkühlgeräte im Auge behalten, auf Flüssigkeitsaustritt achten. Bei Kombigeräten wird der Abtauprozess rascher einsetzen.
- Bestandsaufnahme Medikamente: Ist ein Familienmitglied auf überlebenswichtige Medikamente angewiesen (z.B. Insulin): Überprüfen wie lange die vorhandenen Vorräte reichen, mit der nächstgelegenen Apotheke/ Arzt in Kontakt treten und den Bedarf melden. Achtung: Insulin muss möglichst kühl gelagert werden. Für bestmögliche Lagerung sorgen.
- Abfall/Müll: In den vorbereiteten Müllsäcken sammeln. Abfälle vermeiden. Feuchten und trockenen Müll getrennt sammeln (Geruchsbildung!).
- Falls die Wasserver- oder Abwasserentsorgung nicht funktionieren, muss eine Ersatztoilette vorbereitet werden (z. B. Müllsack in die Klomuschel hängen).
- Haustiere/Aquarium: Für Wärme- bzw. Sauerstoffzufuhr sorgen. Möglicherweise brauchen auch andere Haustiere eine besondere Betreuung.
- Notstromversorgung: Falls vorhanden, diese aktivieren.

Warnhinweise beachten:

Kerzen, offenes Feuer etc. vermeiden oder nur unter ständiger Aufsicht verwenden! Kerzen auf unbrennbare Materialien stellen und Löschmittel bereitstellen!

Keine Notstromaggregate oder Grills in geschlossenen Räumen betreiben – Erstickungsgefahr !

MASSNAHMEN IN DER GEMEINSCHAFT:

- Nachbarn auf die Situation ansprechen. Nicht alle werden den Stromausfall sofort bemerken.
- Pflegebedürftige oder kranke Menschen in der Nachbarschaft unterstützen
- Achtsam bleiben! Dinge, die nicht in Ordnung sind – u.a. der Austritt von Kanalabwässern, Feuer, Kriminalität – sofort melden.
- Tragen Sie, wo und wann immer es notwendig ist, zur Deeskalation bei.
- ! Achtung: Begeben Sie sich selbst nicht in Gefahr und gehen Sie gefährlichen Eskalationen aus dem Weg!
- Reagieren Sie nicht auf Gerüchte und tragen Sie nicht zu deren Verbreitung bei.
- In der Gruppe beraten, wie am besten geholfen werden kann und welche weiteren Maßnahmen im Wohnumfeld notwendig werden könnten. Stets im Gespräch und Kontakt bleiben und wichtige Informationen austauschen.
- Wenn möglich, bieten Sie sich auch in der Gemeinde zur Unterstützung bei der Organisation von Hilfsmaßnahmen an. Es wird jede Hand gebraucht.

WAS TUN, WENN DER STROM WIEDER FLIESST?

Die Stromversorgung muss erst wieder auf europäischer Ebene stabil funktionieren, damit es zu keinen erneuten Ausfällen kommt. Das kann durchaus mehrere Tage dauern. Daher beginnt noch keine Normalität, wenn der Strom kurz wieder da ist. Warten Sie, bis über Radio informiert wird, dass die Stromversorgung wieder stabilisiert ist. Es wird auch noch längere Zeit dauern, bis Handy, Festnetz und Internet wieder stabil funktionieren. Erst dann können Warenproduktion und Verteilung wieder beginnen.

- Zuletzt betriebene Geräte überprüfen, ob diese auch wirklich ausgeschaltet sind (Brandgefahr!).
- Nur Geräte und Lampen einschalten, die unbedingt benötigt werden. Unnötigen Stromverbrauch vermeiden.
- Elektronische Geräte (Computer, Fernseher, Netzteile, Ladegeräte etc.) weiterhin ausgesteckt lassen, damit sie bei Spannungsschwankungen nicht zerstört werden können.
- Wichtige Geräte (Heizung, Kühlschrank etc.) kontrollieren
- Weiterhin Informationen über Radio abwarten und den Anweisungen der Behörden folgen.
- Auch wenn das Telefonnetz wieder zur Verfügung steht, so wenig wie möglich telefonieren, um Überlastungen der Netze zu verhindern. Notrufe und wichtige Koordinierungsgespräche haben jetzt Vorrang.
- Bleiben Sie weiterhin mit Ihrer Umgebung und Ihren Nachbarn in Verbindung und helfen Sie zusammen, bis wieder mehr funktioniert!
- Versuchen Sie eine Kontaktaufnahme mit Ihrem Arbeitgeber, bevor Sie in die Arbeit fahren.
- Nehmen Sie Gerüchte nicht ernst und verbreiten Sie auch keine!
- Helfen Sie mit, um möglichst rasch wieder eine Normalität herzustellen

Eigene Notizen:

Wichtige Telefonnummern:

RETTUNGSDIENST / FEUERWEHR	112
POLIZEI	110
ÄRTZL. NOTDIENST	116 117
KRANKENTRANSPORT	19222
GIFTNOTRUFZENTRALE	089 19240
ÜZ STÖRUNGSDIENST	09382-604-601

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____