

Checkliste für die Notfallvorsorge

Vorrat für zehn Tage für eine erwachsene Person nach den Empfehlungen des Bundesamtes für Bevölkerung des Bundesamtes für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe.

Getränke

Trinkwasser	20 l	<input type="checkbox"/>
-------------	------	--------------------------

Lebensmittel

Getreide, Getreideprodukte, Brot, Kartoffeln, Nudeln, Reis	3,5 kg	<input type="checkbox"/>
Gemüse, Hülsenfrüchte	4,0 kg	<input type="checkbox"/>
Obst, Nüsse	2,5 kg	<input type="checkbox"/>
Milch, Milchprodukte	2,6 kg	<input type="checkbox"/>
Fisch, Fleisch, Eier bzw. Volleipulver	1,5 kg	<input type="checkbox"/>
Fette, Öle	0,357 kg	<input type="checkbox"/>
Zucker, Süßstoff, Honig, Marmelade, Schokolade, Jodsalz, Fertiggerichte, Kartoffeltrockenprodukte, Mehl, Instantbrühe, Kakaopulver, Hartkäse, Salzstangen	Nach Belieben	<input type="checkbox"/>

Hausapotheke

DIN-Verbandskasten	<input type="checkbox"/>
Vom Arzt verordnete Medikamente	<input type="checkbox"/>
Schmerzmittel	<input type="checkbox"/>
Hausdesinfektionsmittel	<input type="checkbox"/>
Wunddesinfektionsmittel	<input type="checkbox"/>
Mittel gegen Erkältungskrankheiten	<input type="checkbox"/>
Fieberthermometer	<input type="checkbox"/>
Mittel gegen Durchfall	<input type="checkbox"/>
Insektenstich- und Sonnenbrandsalbe	<input type="checkbox"/>
Splitterpinzette	<input type="checkbox"/>

Energieausfall

Kerzen, Teelichter	<input type="checkbox"/>
Streichhölzer, Feuerzeuge	<input type="checkbox"/>

Taschenlampe	<input type="checkbox"/>
Radio mit Batterie- oder Kurbelbetrieb	<input type="checkbox"/>
Batterien	<input type="checkbox"/>
Camping- oder Spirituskocher mit Brennmaterial	<input type="checkbox"/>
Heizgelegenheit	<input type="checkbox"/>
Brennstoffe	<input type="checkbox"/>

Hygieneartikel

Seife	<input type="checkbox"/>
Waschmittel	<input type="checkbox"/>
Zahnbürste, Zahnpasta	<input type="checkbox"/>
Einweggeschirr und -besteck	<input type="checkbox"/>
Toilettenpapier	<input type="checkbox"/>
Müllbeutel	<input type="checkbox"/>
Campingtoilette mit Ersatzbeutel	<input type="checkbox"/>
Haushalthandschuhe	<input type="checkbox"/>
Desinfektionsmittel	<input type="checkbox"/>
Schmierseife	<input type="checkbox"/>
Ggf. Artikel für Damenhygiene	<input type="checkbox"/>

Brandschutz

Keller und Dachboden entrümpeln	<input type="checkbox"/>
Feuerlöscher	<input type="checkbox"/>
Löschspray	<input type="checkbox"/>
Rauchmelder	<input type="checkbox"/>
Garten- oder Autowaschschlauch	<input type="checkbox"/>
Behälter für Löschwasser	<input type="checkbox"/>
Wassereimer	<input type="checkbox"/>
Kübelspritze oder Einstellspritze	<input type="checkbox"/>

Dokumentensicherung

Erforderliche Dokumente festlegen	<input type="checkbox"/>
Unterlagen zweckmäßig ordnen	<input type="checkbox"/>
Wichtige Dokumente kopieren und ggf. beglaubigen lassen	<input type="checkbox"/>
Dokumentenmappe anlegen	<input type="checkbox"/>
Dokumentenmappe griffbereit ablegen	<input type="checkbox"/>

Notfallgepäck

Persönliche Medikamente	<input type="checkbox"/>
Behelfsmäßige Schutzkleidung	<input type="checkbox"/>
Wolldecke, Schlafsack	<input type="checkbox"/>
Unterwäsche, Strümpfe	<input type="checkbox"/>
Gummistiefel oder derbes Schuhwerk	<input type="checkbox"/>
Essgeschirr, -besteck, Thermoskanne, Becher	<input type="checkbox"/>
Material zur Wundversorgung	<input type="checkbox"/>
Dosenöffner und Taschenmesser	<input type="checkbox"/>
Strapazierfähige, warme Kleidung	<input type="checkbox"/>
Taschenlampe	<input type="checkbox"/>
Schutzmaske, behelfsmäßiger Atemschutz	<input type="checkbox"/>
Arbeitshandschuhe	<input type="checkbox"/>
Fotoapparat oder Fotohandy	<input type="checkbox"/>