



Bevölkerungsvorsorgeplan

Persönliche Notfallvorsorge für jeden

Bevölkerungsvorsorgeplan von

Name: _____

Anschrift: _____

Tel.-Nr.: _____

Fax-Nr.: _____

Nächstgelegenes Krankenhaus: _____

Hausarzt: _____

Giftnotruf: _____

Sonstige: _____

Notfalltelefonnummern

Polizei: 110

Notarzt/ Rettungsdienst/ Feuerwehr: 112

Sperr-Notruf für EC- oder Kreditkarten: 116 116

Wichtige Telefonnummern auf einen Blick

Name: _____

Tel.-Nr.: _____

Bevölkerungsvorsorgeplan

Persönliche Notfallvorsorge für jeden

1. Einführung

Wir leben in unserer Gesellschaft in einem Zustand hochkomplexer Vernetzung. Alle Lebensbereiche sind miteinander verbunden und voneinander abhängig. Diese Abhängigkeit führt dazu, dass bereits bei der Störung eines Teilbereichs des Systems schwerwiegende Risiken entstehen können. Wie eine Studie aus dem Jahr 2011 zeigt, würde ein länger andauernder Energieausfall in Berlin bereits dazu führen, dass Tankstellen, die in der Regel über keine eigene Notstromversorgung verfügen, keinen Treibstoff mehr liefern könnten.¹ So besteht die Gefahr, dass in absehbarer Zeit nicht nur Privatfahrzeuge der Bevölkerung ausfallen, sondern auch Einsatzfahrzeuge von Feuerwehr, Polizei und Rettungsdienst. Genauso ist eine langfristige Notstromversorgung der Krankenhäuser nicht mehr möglich – die Folgen liegen auf der Hand.

Doch nicht nur die Versorgung mit Treibstoff gehört zu den gefährdeten Bereichen. Die sogenannten kritischen Infrastrukturen (KRITIS) umfassen alle Bereiche unseres Systems. Bei Störungen können diese weitreichende Konsequenzen für Industrie und Wirtschaft haben. Auch das alltägliche Leben der Bevölkerung wird schwerwiegend beeinträchtigt.

Im Folgenden erfahren Sie mehr darüber, welche Bereiche gemeint sind, inwiefern Sie damit verbunden sind und wie Sie sich und Ihre Familie bestmöglich vor den Konsequenzen einer Störung schützen können. Unser Ziel ist es, Ihnen durch Informationen und einen umfassenden Vorsorgeplan die Möglichkeit zu geben, **Ihre Sicherheit** zu erhöhen und für eintretende Krisen und Katastrophen gewappnet zu sein. So leisten Sie den nötigen Beitrag zur staatlichen Sicherheitsvorsorge, der für die Bevölkerung empfohlen wird (www.bbk.bund.de).

Eine fundierte Krisenvorsorge besteht im Wesentlichen aus 4 Bereichen:



1. Information

Allgemeine und persönliche Risikobereiche kennenlernen. → Gesteigertes Risikobewusstsein als Grundlage der Vorsorge.



2. Persönlicher Vorsorgeplan

Zusammenstellung wichtiger Dokumente und Kontakte. Bevorratung von Lebensmitteln und Notfallausrüstung. → Schnelles Zugreifen auf benötigte Informationen. Vorbeugen eines Versorgungsengpasses.



3. Vorkehrungsmaßnahmen und Verhaltenshinweise

Verhaltensempfehlungen vor und in einer Notsituation. → Gelasseneres und bedachteres Handeln. Größeren Schaden vermeiden.



4. Training und Vorsorgeaufrechterhaltung

Theorie in Praxis umsetzen. → Routiniertes Handeln erreichen.

1

2

3

4

Bevölkerungsvorsorgeplan

Persönliche Notfallvorsorge für jeden

1.1. Information

Auf den ersten Blick leben wir in Deutschland in völliger Sicherheit. Es gibt weder politische Unruhen, noch ist mit extremen unvorhersehbaren Naturkatastrophen, die mit anderen weltweiten Ereignissen zu vergleichen wären, zu rechnen. Dennoch lassen sich bei genauerem Hinsehen auch in unserem Umfeld erhebliche Gefahren- und Risikobereiche feststellen.

Besonders die Tatsache, dass die vielen Bereiche unserer hoch technologisierten Welt sehr eng miteinander verbunden und damit voneinander abhängig sind, hat zur Folge, dass bei der Störung eines Teilbereichs auch die anderen Bereiche betroffen sind.

Stellen Sie sich vor: Seit einer Woche herrscht ein großflächiger Stromausfall in Ihrer Region. Die Kühlung der Lebensmittel kann nicht mehr erfolgen und die meisten der Lebensmittel beginnen zu verderben. Wegen des fehlenden Stroms kann die komplexe Technik der Lebensmittelversorgung auf der Ebene der Hersteller, Auslieferer und Verkäufer zusammenbrechen. Das bedeutet, dass die umfassenden Logistikvorgänge nicht mehr störungsfrei ablaufen können und alle Abnehmer, besonders die Endverbraucher, von einem Versorgungsengpass betroffen sind.²

Auch auf Kommunikationsmittel wie Fernseher, Radio und Internet kann ohne Energieversorgung nicht mehr zugegriffen werden.

Die Notwendigkeit von **Vorsorgemaßnahmen** ist offensichtlich.



„Der Lebensmittelhandel erweist sich angesichts der erhöhten Nachfrage als das schwächste Glied der Lebensmittelversorgung. Schon nach wenigen Tagen ist mit ernsthaften Engpässen bei der Lebensmittelversorgung zu rechnen.“

Quelle: Ausschuss für Bildung, Forschung und Technikfolgenabschätzung 2011: 8

1

2

3

4

Bevölkerungsvorsorgeplan

Persönliche Notfallvorsorge für jeden

Hier sehen Sie die Risikobereiche noch einmal im Einzelnen aufgeführt. Nahezu alle Bereiche des alltäglichen Lebens sind in irgendeiner Form mit Infrastrukturen verbunden, die als kritische Infrastrukturen (KRITIS) bezeichnet werden.³



Quelle: BBK 2009

Gefahren und Störungen dieser Risikobereiche haben sehr vielfältige Ursachen. Sie können in drei Bereiche gegliedert werden:

Naturereignisse	Technisches/menschliches Versagen	Terrorismus, Kriminalität, Krieg
Extremwetterereignisse (Stürme, Starkniederschläge, Temperaturstürze, Hochwasser, Hitzeperioden, Dürren, etc.)	Systemversagen (Planungsfehler, Hardware- oder Softwarefehler)	Terrorismus
Wald- und Heidebrände	Fahrlässigkeit	Sabotage
Erdbebewegungen, seismische Ereignisse	Energieausfall	Sonstige Kriminalität
Epidemien und Pandemien bei Mensch, Tier und Pflanzen	Unfälle und Havarien (Gefahrstoffunfall, AKW-Unfall)	Bürgerkriege und Kriege
	Organisatorisches Versagen (Defizite im Risiko- und Krisenmanagement, unzureichende Koordination und Kooperation)	Politische Unruhen
		Krawalle

Quelle: Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe und Bundesamt für Sicherheit in der Informationstechnik 2011-2012.

1

2

3

4

Bevölkerungsvorsorgeplan

Persönliche Notfallvorsorge für jeden

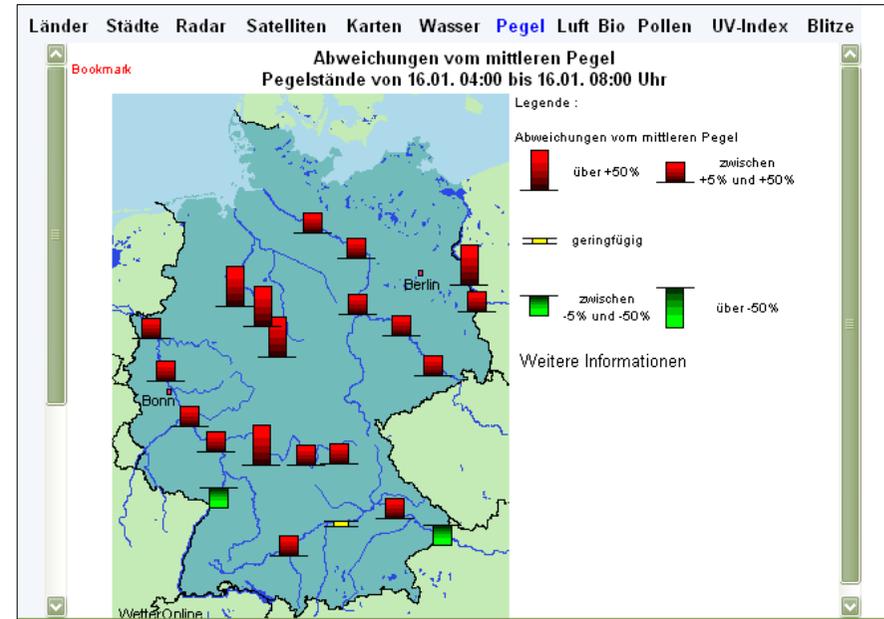
1.2. Individuelles Risiko

Neben den allgemeinen Risiken kann je nach Wohnlage eine individuelle Gefährdung hinzukommen. Individuelle Vorkehrungen sind daher notwendig, je nachdem ob Sie z. B. in einer hochwassergefährdeten Region oder in der Nähe einer chemieverarbeitenden Fabrik oder eines Atomkraftwerkes leben.

Deshalb ist es für Ihre persönliche Krisen- und Katastrophenvorsorge besonders wichtig, dass Sie sich über die Risiken in Ihrer konkreten Umgebung informieren und Ihren Vorsorgeplan entsprechend anpassen. Informationen über mögliche Risikobereiche können Sie bei Ihrer Gemeinde oder Stadtverwaltung sowie auf verschiedenen Internetseiten erhalten. Eine Übersicht mit nützlichen Links finden Sie im Anhang.

Mögliche Risikobereiche:

- Deiche (Nord-/Ostsee/Flüsse)
- Sturmflut
- Starkes Unwetter
- Starker Schneefall
- Sehr ländliche Gegend
- Hohe Besiedlungsdichte
- Chemieverarbeitende Fabrik in unmittelbarer Nähe
- Atomkraftwerk in der Nähe
- Gewässer



Quelle: www.wetteronline.de



Quelle: www.bfs.de/kerntechnik/ereignisse/standorte/karte

1

2

3

4

Bevölkerungsvorsorgeplan

Persönliche Notfallvorsorge für jeden

Von welchen Risikobereichen sind Sie betroffen?

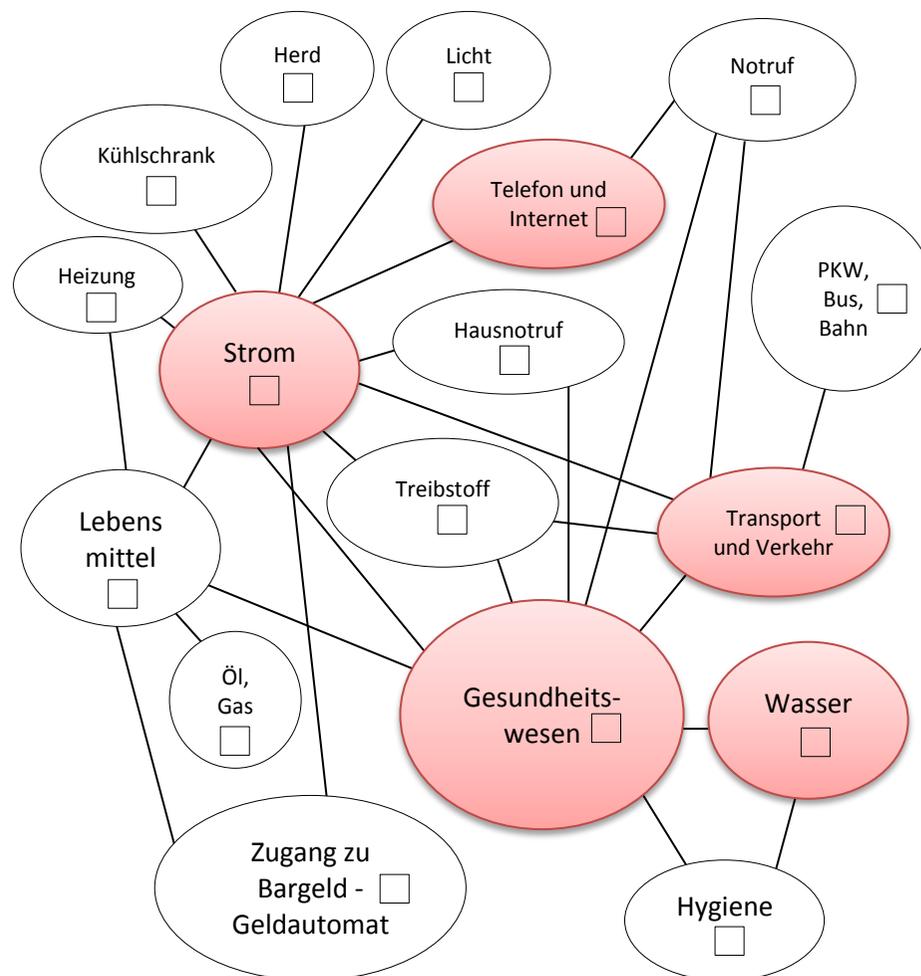
Damit Sie noch einmal die Gelegenheit haben zu überprüfen, welche der Risikobereiche eine Rolle in Ihrem Alltag spielen, haben wir hier einen kurzen Test erstellt. Bitte markieren Sie alle Punkte, die Sie täglich in Anspruch nehmen. Überlegen Sie im nächsten Schritt in welcher Situation Sie wären, wenn Sie auf Grund einer Störung des versorgenden Netzwerkes für mehrere Tage nicht auf sie zurückgreifen könnten und zudem das Haus nicht verlassen dürften.

Wären Sie auf so eine Situation vorbereitet? Hätten Sie ausreichend Lebensmittel bevorratet und wüssten Sie, wie Sie sich am besten verhalten? Die nächsten Seiten bieten Ihnen für genau diese Fragestellungen Antworten.

Gründe für Störungen

- Energieausfall (z. B. Strom)
- Hochwasser
- Terrorismus
- Schneechaos
- AKW-Unglück
- Chemieunfall
- Pandemie (z. B. Virusgrippe)

Kreuzen Sie an, was Sie täglich in Anspruch nehmen.



1

2

3

4

Bevölkerungsvorsorgeplan

Persönliche Notfallvorsorge für jeden

2. Der Bevölkerungsvorsorgeplan

2.1. Dokumente und Informationen

In Ihrem persönlichen **Vorsorgeplan** finden Sie alle wichtigen persönlichen Informationen und Kontaktdaten für den Notfall in einem Dokument zusammengefasst. So können Sie in einer Notsituation mit minimalem Zeitaufwand auf alle notwendigen Informationen zurück-greifen.

Aber nicht nur in Notsituationen ist der Vorsorgeplan eine Erleichterung, sondern auch im Alltag kann es praktisch sein, die zentral gesammelten Dokumente schnell zur Hand zu haben.

Sie sollten den Plan an einer zentralen Stelle in Ihrem Haushalt aufbewahren, die allen Familienmitgliedern bekannt ist. Um einen Missbrauch der angegebenen Daten zu vermeiden, achten Sie bitte darauf, dass keine weiteren Personen Zugang zu Ihrem Dokument haben. Besonders wichtig ist, dass Sie Ihren Vorsorgeplan auf Ihre Bedürfnisse zuschneiden und regelmäßig, alle vier bis sechs Monate, aktualisieren.

2.2. Lebensmittel und Notfallausstattung

Möglicherweise wird es den zuständigen Rettungskräften im Falle einer Katastrophe nicht sofort möglich sein, Ihnen Hilfe zu leisten. Es ist deswegen unbedingt notwendig, dass Sie sich eine grundlegende Notfallausstattung zulegen, damit Sie sich in einer Notsituation über einen Zeitraum von **5 - 7 Tagen** unabhängig von der Versorgung von außen selbst versorgen können. Das Bundesamt für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz empfiehlt einen Vorrat für den Zeitraum von 14 Tagen. Bei entsprechender Lagermöglichkeit kann diese Empfehlung auch gerne umgesetzt werden. Die Notfallausstattung beinhaltet einen Lebensmittelvorrat sowie einige nützliche Gegenstände.

So können Sie also mit einfachen Mitteln selbst Ihre persönliche Sicherheit erhöhen. Sollte es zu einer Notsituation kommen, gibt es keinen Grund zur Panik, denn durch Ihre Krisenvorsorge sind Sie für die nächsten Tage versorgt. Außerdem sind Sie zusätzlich in der Lage Hilfebedürftigen in Ihrem Umfeld zu unterstützen und ggf. selbst einen Platz im Hilfeleistungssystem (medizinischer, technischer oder organisatorischer Bereich) einzunehmen.

Anhand der Checklisten können Sie nicht nur einen Notvorrat anlegen, sondern auch überprüfen, was sich bereits in Ihrem Haushalt befindet. Zumeist handelt es sich hierbei um Gegenstände des alltäglichen Lebens. Deshalb werden Sie feststellen, dass Sie mit großer Wahrscheinlichkeit bereits, ohne es zu wissen, einen Großteil für Ihre Krisenvorsorge erledigt haben.

1

2

3

4



Bevölkerungsvorsorgeplan

Persönliche Notfallvorsorge für jeden

Ausfüllhilfe

Die folgenden Tipps sollen Ihnen das Ausfüllen Ihres persönlichen Vorsorgeplans (Seite 10 – 28) erleichtern.

1. Haushaltsmitglieder – Übersicht (S. 10)

- Füllen Sie alle Felder entsprechend der Mitglieder Ihres Haushaltes aus.

1.1 Persönliches Datenblatt (S. 11-13)

- Für jede Person im Haushalt wird ein persönliches Datenblatt ausgefüllt. Bei Bedarf drucken Sie sich noch weitere Blätter aus und vermerken es im dafür vorgesehenen Feld.
- Erfassen Sie allgemeine Angaben zu Ihrer Person und Kontakte Ihrer Arbeitsstelle. Für Kinder tragen Sie bitte die entsprechenden Informationen über deren Schule oder Kindergarten ein, um in einer Notsituation schnell Kontakt mit der entsprechenden Einrichtung aufnehmen zu können.
- Tragen Sie die Kontaktdaten des Hausarztes und Facharztes der betreffenden Person ein.
- Halten Sie einen Vorrat an benötigten Medikamenten bereit, der für 7 - 14 Tage ausreichen sollte. Lassen Sie sich von Ihrem Hausarzt über die Lagerung der Medikamente beraten.
- Falls Sie mehr Platz für medizinische Angaben brauchen, benutzen Sie das zusätzliche Formular und vermerken Sie es auf Ihrem Datenblatt.
- Um im Notfall die Kontaktdaten der jeweiligen Versicherung zur Hand zu haben, tragen Sie bitte in die entsprechenden Felder die nötigen Informationen ein.

- Falls Sie mehr Platz für diese Versicherungsangaben brauchen, benutzen Sie das zusätzliche Formular und vermerken Sie es auf Ihrem Datenblatt.
- Achtung: bitte tragen Sie aus Sicherheitsgründen auf keinen Fall Ihre PIN-Nummer zu Ihren Bankdaten ein.
- Sorgen Sie dafür, dass Ihre Dokumente durch eine Kopie in Papierformat oder digital (USB-Stick, CD-ROM, etc.) gesichert sind. Und legen Sie diese Dokumente als Anlage zum Vorsorgeplan. Auf diese Kopien können Sie bei Verlust des Originals jederzeit zugreifen.

1.2 Datenblatt Haustiere (S. 14)

- Tragen Sie die Kontaktinformationen Ihres Tierarztes ein und notieren Sie für jedes Ihrer Haustiere die entsprechenden Impfungen sowie gegebenenfalls die Versicherungsdaten.

2. Kontakte

2.1 Servicekontakte (S. 15)

- *Gemeinde:*
Informieren Sie sich bei Ihrer Gemeinde, an welche Einrichtung (Bürgeramt, Landratsamt, o. ä.) Sie sich in einem Notfall wenden können.
- Erfassen Sie hier die relevanten Servicekontakte (Elektriker, Installateur, Hausmeister, etc.). Sofern Ihr Vermieter/ Hausverwalter diese Aufgabe übernimmt, notieren Sie sich seine Kontaktdaten.

1

2

3

4

Bevölkerungsvorsorgeplan

Persönliche Notfallvorsorge für jeden

2.2 Persönliche Kontakte und Treffpunkte (S. 16)

- *Treffpunkt in der Wohnung/ im Haus:* Legen Sie einen Treffpunkt in Ihrer Wohnung oder Ihrem Haus fest an dem Sie sich im Notfall treffen. Tragen Sie diesen Treffpunkt in das entsprechende Feld ein.
- *Ansprechpersonen/ Treffpunkte in der Nachbarschaft:* Tragen Sie zwei von Ihnen festgelegte Notfallkontakte in Ihrer Nachbarschaft ein, bei denen Sie sich in einem Notfall treffen können oder die Sie um Hilfe bitten können. Sprechen Sie dies im Vorfeld mit den Notfallkontakten ab. Besonders für Kinder muss dieser Treffpunkt gut erklärt und das Aufsuchen des Notfalltreffpunktes eingeübt werden.
- *Fernkontakte:* Die Fernkontakte sind Ihre Notfallkontakte außerhalb der Nachbarschaft. Sollten Sie nicht nur Ihr Haus oder Ihre Wohnung verlassen müssen, sondern den ganzen Ort, ist der Fernkontakt der Treff- und Kontaktpunkt der Familie.

3. Hilfreiche Tipps rund um handwerkliche Belange (S. 17)

- Machen Sie sich mit dem Sicherungskasten in Ihrem Haus oder Ihrer Wohnung vertraut. Welche Sicherungen sind für welchen Raum zuständig und wo ist der Hauptschalter?
- Notieren Sie sich gegebenenfalls in den entsprechenden Zeilen Hinweise, die für Sie hilfreich sind, um mit den Reglern für Strom, Gas und Wasser umgehen zu können.

4. Lageplan (S. 18)

- Fertigen Sie eine grobe Skizze Ihrer Wohnung/ Ihres Hauses an. Tragen Sie wichtige Punkte, wie zum Beispiel Wasseranschlüsse, Sicherungskasten und den Standort des Feuerlöschers ein.

5. Aufgabenverteilung im Notfall (S. 19)

- Bitte tragen Sie unter Punkt 5. die Schritte ein, die im Notfall ergriffen werden müssen. Für einen strukturierten Ablauf sollte im Voraus jede Aufgabe einer Person mit Stellvertreter zugeteilt werden.

6. Notfallausstattung und Lebensmittelbevorratung (S. 20-23)

- Für die grundlegende Notfallausstattung gehen Sie die Liste mit hilfreichen Gegenständen durch und erfassen Sie, was sich bereits in Ihrem Haushalt befindet und was Sie noch ergänzen müssen. Beschreiben Sie den Aufbewahrungsort der entsprechenden Gegenstände und die Menge. Die fehlenden Gegenstände können Sie auf den Einkaufszettel am Ende der Listen schreiben und beim nächsten Einkauf nutzen.

6.1 Lebensmittel und Trinkwasser (S. 24-28)

- Füllen Sie die Checklisten bezüglich Ihres Lebensmittelvorrates aus. Die Mengentabellen dienen zur Orientierung. Es wird unterschieden zwischen einem Minimum, einer ausreichenden oder einer überdurchschnittlichen Bevorratung.

Wichtig: Überprüfen Sie alle 6 Monate Ihren Vorrat und sortieren Sie ablaufende Lebensmittel aus, um diese zeitnah zu verbrauchen. Natürlich müssen sie dann im Vorrat ersetzt werden.

1

2

3

4

Bevölkerungsvorsorgeplan

Persönliche Notfallvorsorge für jeden

1. Haushaltsmitglieder – Übersicht

Nr.	Name	Geburtsdatum	Kommentar	Persönliches Datenblatt (1.1) ausgefüllt?
1				Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>
2				Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>
3				Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>
4				Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>
5				Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>
6				Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>
7				Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>

1

2

3

4

Bevölkerungsvorsorgeplan

Persönliche Notfallvorsorge für jeden

1.1 Persönliches Datenblatt von Person Nr. 1 (Name, Vorname) _____

Tel. Nr.: _____

Handynummer: _____

E-Mailadresse: _____

Geburtsdatum: _____

Arbeitsstelle / Schule: _____

Adresse: _____

Tel.-Nr.: _____

Hausarzt: _____

Facharzt: _____

Krankenversicherung: _____

Versicherungsnummer: _____

Vorerkrankungen: _____

Allergien: _____

Medikamente: _____

Medizinische Hilfsmittel: _____

Geburtsort: _____

Bank: _____

Konto-Nr.: _____

BLZ: _____

Abteilung / Klasse: _____

Ansprechpartner: _____

Versicherung: _____

Versicherungsnummer: _____

Versicherungsart: _____

Ansprechpartner: _____

Adresse: _____

Tel.-Nr.: _____

Dokumentensicherung

Kopie digital / Papierform
vorhanden:

Personalausweis: ja nein

Reisepass: ja nein

Geburtsurkunde: ja nein

Familienurkunde: ja nein

Sozialversicherungs-
ausweis: ja nein

Weitere: _____
ja nein

Zusatzblatt med.
Angaben
vorhanden:

Ja Nein

Zusatzblatt
Versicherungen
vorhanden:

Ja Nein

Sonstiges/Kommentare

1

2

3

4

Bevölkerungsvorsorgeplan

Persönliche Notfallvorsorge für jeden

1.1 Persönliches Datenblatt von Person Nr. 2 (Name, Vorname) _____

Tel. Nr.: _____

Handynummer: _____

E-Mailadresse: _____

Geburtsdatum: _____

Arbeitsstelle / Schule: _____

Adresse: _____

Tel.-Nr.: _____

Hausarzt: _____

Facharzt: _____

Krankenversicherung: _____

Versicherungsnummer: _____

Vorerkrankungen: _____

Allergien: _____

Medikamente: _____

Medizinische Hilfsmittel: _____

Geburtsort: _____

Bank: _____

Konto-Nr.: _____

BLZ: _____

Abteilung / Klasse: _____

Ansprechpartner: _____

Versicherung: _____

Versicherungsnummer: _____

Versicherungsart: _____

Ansprechpartner: _____

Adresse: _____

Tel.-Nr.: _____

Dokumentensicherung

Kopie digital / Papierform
vorhanden:

Personalausweis: ja nein

Reisepass: ja nein

Geburtsurkunde: ja nein

Familienurkunde: ja nein

Sozialversicherungs-
ausweis: ja nein

Weitere: _____
ja nein

Zusatzblatt med.
Angaben
vorhanden:

Ja Nein

Zusatzblatt
Versicherungen
vorhanden:

Ja Nein

Sonstiges/Kommentare:

1

2

3

4

Bevölkerungsvorsorgeplan

Persönliche Notfallvorsorge für jeden

1.1 Persönliches Datenblatt von Person Nr. 3 (Name, Vorname) _____

Tel. Nr.: _____

Handynummer: _____

E-Mailadresse: _____

Geburtsdatum: _____

Arbeitsstelle / Schule: _____

Adresse: _____

Tel.-Nr.: _____

Hausarzt: _____

Facharzt: _____

Krankenversicherung: _____

Versicherungsnummer: _____

Vorerkrankungen: _____

Allergien: _____

Medikamente: _____

Medizinische Hilfsmittel: _____

Geburtsort: _____

Bank: _____

Konto-Nr.: _____

BLZ: _____

Abteilung / Klasse: _____

Ansprechpartner: _____

Versicherung: _____

Versicherungsnummer: _____

Versicherungsart: _____

Ansprechpartner: _____

Adresse: _____

Tel.-Nr.: _____

Dokumentensicherung

Kopie digital / Papierform
vorhanden:

Personalausweis: ja nein

Reisepass: ja nein

Geburtsurkunde: ja nein

Familienurkunde: ja nein

Sozialversicherungs-
ausweis: ja nein

Weitere: _____
ja nein

Zusatzblatt med.
Angaben
vorhanden:

Ja Nein

Zusatzblatt
Versicherungen
vorhanden:

Ja Nein

Sonstiges/Kommentare:

1

2

3

4

Bevölkerungsvorsorgeplan

Persönliche Notfallvorsorge für jeden

1.2. Datenblatt Haustiere

Tierarzt: _____

Anschrift: _____

Tel.-Nr.: _____

Haustier	Kommentare	Versicherungsangaben

1

2

3

4



Bevölkerungsvorsorgeplan

Persönliche Notfallvorsorge für jeden

2. Kontakte

2.1. Servicekontakte

Bereich	Firma/Ansprechpartner	Anschrift	Telefonnummer	Kommentar
Hausmeister				
Notfallkontakt Gemeinde				
Wasseranbieter				
Wasserinstallateur				
Stromanbieter				
Elektriker				
Gasanbieter				
Gasinstallateur				
Öllieferant				
Telefontechnik				

1

2

3

4



Bevölkerungsvorsorgeplan

Persönliche Notfallvorsorge für jeden

2.2. Persönliche Kontakte und Treffpunkte

Hinweis: Legen Sie genau fest, wann Sie sich wo einfinden wollen. So können Sie sicher gehen, dass alle Personen **denselben** Treffpunkt aufsuchen werden. Dies ist besonders für Kinder wichtig.

Ihnen muss unbedingt verständlich erklärt werden, wo der Ort liegt, und wann sie diesen aufsuchen sollen. Am besten Sie sehen ihn sich gemeinsam an.

Treffpunkt in der Wohnung/ im Haus	
------------------------------------	--

Kontakt	Nr.	Name	Anschrift	Telefonnummer	Handynummer	E-Mail-Adresse	Beziehung
Ansprechperson/ Treffpunkt <i>in der</i> Nachbarschaft	1.						
	2.						
Fernkontakt/ Treffpunkt <i>außerhalb der</i> Nachbarschaft	1.						
	2.						

Wenn Sie möchten, fertigen Sie auf einem extra Blatt eine kleine Skizze des jeweiligen Treffpunktes für jede Person an.

1

2

3

4



Bevölkerungsvorsorgeplan

Persönliche Notfallvorsorge für jeden

3. Hilfreiche Tipps rund um handwerkliche Bereiche

Strom

Sollten Sie in eine Situation kommen, in der Sie die gesamte Stromversorgung abschalten müssen, tun Sie dies, indem Sie im Sicherungskasten einen Schalter nach dem anderen umlegen. Der Hauptschalter wird zuletzt betätigt. Um den Strom wieder einzuschalten, betätigen Sie zuerst den Hauptschalter und danach die restlichen Schalter.

Hilfreicher Tipp: Legen Sie eine kleine **Taschenlampe** direkt in den Sicherungskasten oder in dessen Nähe. So haben Sie immer Licht, selbst wenn Sie die Stromversorgung abschalten mussten.

Anmerkungen zu Standort und Bedienung der Anschlüsse:

Gas und Wasser

Finden Sie heraus, wo sich die zentralen Regler für die Wasser- bzw. Gaszufuhr befinden, wer dafür zuständig ist und wie sie funktionieren.

1

2

3

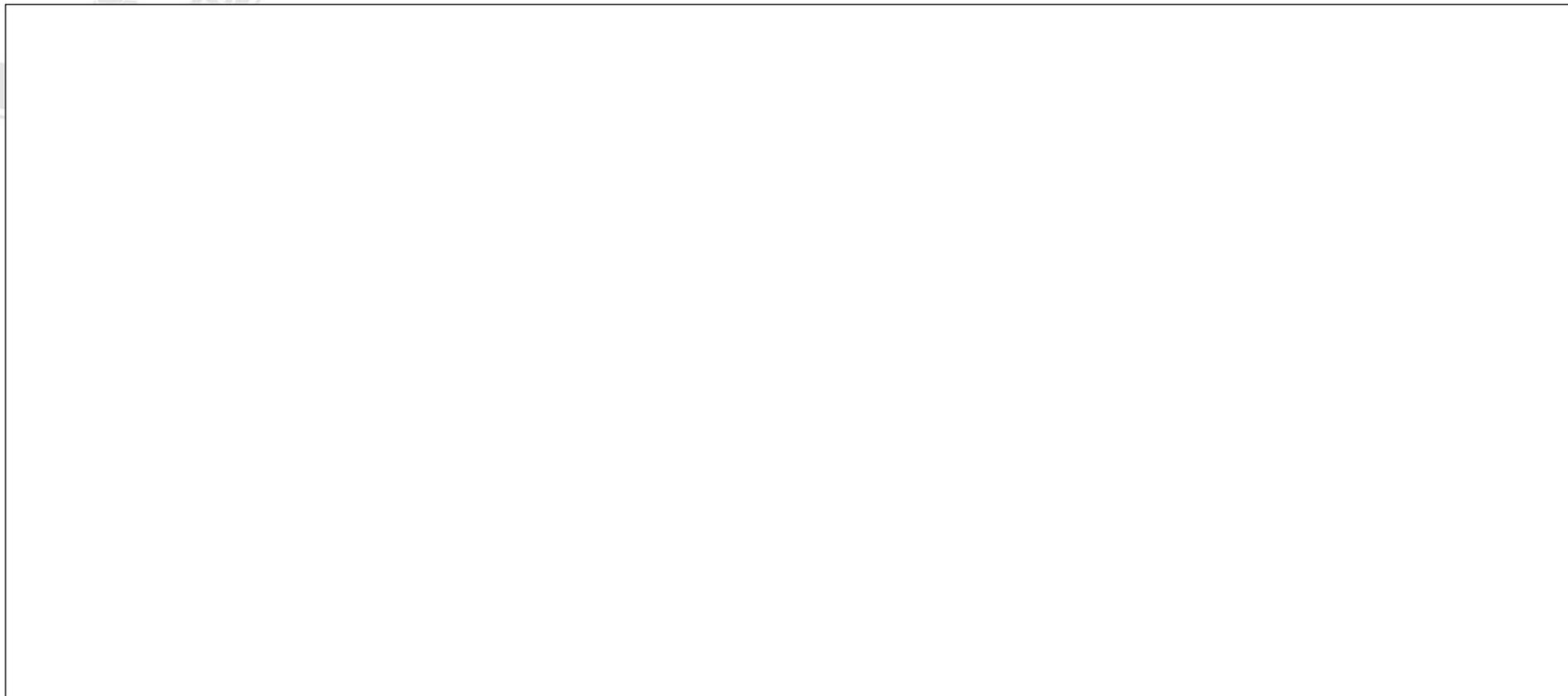
4



Bevölkerungsvorsorgeplan

Persönliche Notfallvorsorge für jeden

4. Lageplan



1

2

3

4

Zeichnen Sie den Grundriss Ihres Hauses/ Ihrer Wohnung auf und markieren Sie wichtige Punkte, wie zum Beispiel den Standort des Feuerlöschers, Sicherungskasten etc. Sollte der Platz nicht ausreichen, nehmen Sie sich ein weiteres Blatt hinzu.



Bevölkerungsvorsorgeplan

Persönliche Notfallvorsorge für jeden

5. Aufgabenverteilung im Notfall

Aufgabe	Verantwortlich	Eingewiesen?*	Stellvertreter	Eingewiesen?*
Strom abschalten		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>
Wasserversorgung abstellen		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>
Gas abstellen		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>
Wichtige Dokumente mitnehmen		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>
Weitere:		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>
Weitere:		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>
Weitere:		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>

*Wo und wie erfülle ich die Aufgabe?

1

2

3

4



Bevölkerungsvorsorgeplan

Persönliche Notfallvorsorge für jeden

6. Notfallausstattung und Lebensmittelbevorratung

6.1. Notfallausstattung

Schutz und Komfort		
Gegenstand	Menge	
Decken/Schlafsack (warm) + Isomatte		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
Erste-Hilfe-Kasten		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
Feuerlöscher		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
Kleidung, wetterfest		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
Mundschutz		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
Einweghandschuhe		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Standort:
Trillerpfeife		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:

Wichtige Unterlagen – wasserfest verpackt		
Gegenstand	Menge	
Vorsorgeplan		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
Medizinische Unterlagen		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
Versicherungspapiere		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
Bankunterlagen		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:

1

2

3

4

Bevölkerungsvorsorgeplan

Persönliche Notfallvorsorge für jeden



Hygiene/Gesundheit		
Gegenstand	Menge	
Wasservorrat		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
Persönliche Medikamente		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
Zahnbürste und Zahnpasta		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
Toilettenpapier		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
Seife		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
Entkeimungstabletten		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Standort:
Hand-Gel, antibakteriell		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
Campingtoilette + Beutel		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
Müllbeutel, groß + klein		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
Zahnpflegekaugummis		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:

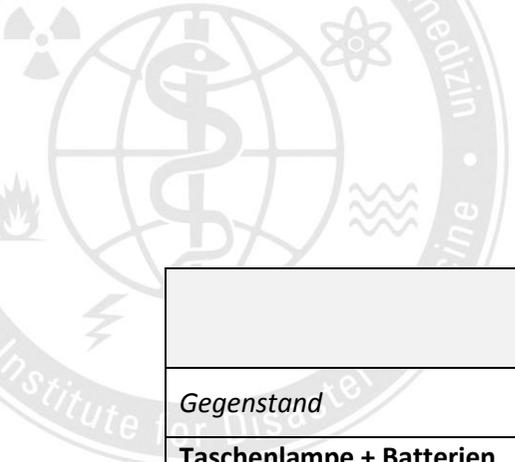
Werkzeug und Praktisches		
Gegenstand	Menge	
Treibstoffkanister, befüllt		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
Feuerzeug, Streichhölzer		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
Kerzen		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
Krepp- und Paketband		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
Campingkocher + Gas Alternative Kochmöglichkeit		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
Zange		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
Schraubenzieher, Kreuz/Schlitz		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
Dosenöffner, mechanisch		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:

1
2
3
4



Bevölkerungsvorsorgeplan

Persönliche Notfallvorsorge für jeden



Sonstiges		
Gegenstand	Menge	
Taschenlampe + Batterien (oder Dynamotaschenlampe)		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
Radio, batteriebetrieben Evtl. Mp3-Player mit Radiofunktion		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
Bargeld, Münzen + Scheine		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
Ersatzschlüssel		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
Einweggeschirr + Besteck		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
Schreibblock		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Standort:
Kugelschreiber, Bleistift		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
Prepaid-Telefonkarte		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
Umgebungskarte		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:

Stadtplan		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
Kinderspielzeug		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Standort:
		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:
		vorhanden? Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Lagerort:



Bevölkerungsvorsorgeplan

Persönliche Notfallvorsorge für jeden

6.2. Lebensmittel und Trinkwasser

Achten Sie auf einen ausreichenden Vorrat an Trinkwasser! Pro Tag und Person sollten Sie einen Vorrat von 2l Wasser und ggf. länger haltbaren, vitaminreichen Säften anlegen. **Weitere Informationen*** auf S. 27!

Getränke	Menge	Vorhanden?	Lagerort	Haltbarkeitsdauer
Wasser		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Säfte		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Sonstiges		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Instantgetränke, Tee/Kaffee		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Brausetabletten		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Summe:				

Getreideprodukte, Brot, Kartoffeln	Menge	Vorhanden?	Lagerort	Haltbarkeitsdauer
Vollkornbrot		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Zwieback		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Knäckebrot		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Nudeln		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Reis		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Hafer-/Getreideflocken, Cerealien		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Kartoffeln (Püree, Klöße...)		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Summe :				

Legende Bevorratung

- Minimum
- ausreichend
- unzureichend

	1	2	3	4	5	6
						
15 l						
30 l						
45 l						
60 l						
75 l						

Empfohlene Menge für den Zeitraum von 5 – 7 Tagen

	1	2	3	4	5	6
						
2 kg						
4 kg						
6 kg						
8 kg						
10 kg						
12 kg						
14 kg						

Empfohlene Menge für den Zeitraum von 5 – 7 Tagen

1

2

3

4



Bevölkerungsvorsorgeplan

Persönliche Notfallvorsorge für jeden

Legende Bevorratung

- Minimum
- ausreichend
- unzureichend

	1	2	3	4	5	6
						
2,5 kg						
5 kg						
7,5 kg						
10 kg						
12 kg						
15 kg						

Empfohlene Menge für den Zeitraum von 5 – 7 Tagen

	1	2	3	4	5	6
						
1 l						
2 l						
3 l						
4 l						
5 l						
6 l						

Empfohlene Menge für den Zeitraum von 5 – 7 Tagen

Gemüse, Hackfrüchte	Menge	Vorhanden?	Lagerort	Haltbarkeitsdauer
Bohnen in Dosen		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Erbsen/Möhren in Dosen		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Rotkohl in Dosen/Gläsern		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Sauerkraut in Dosen		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Mais in Dosen		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Pilze in Dosen		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Gurken im Glas		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Rote Bete		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Zwiebeln, frisch		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Summe:				

Milchprodukte	Menge	Vorhanden?	Lagerort	Haltbarkeitsdauer
H-Milch		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Hartkäse (50 g pro Person und Tag)		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Summe:				

1

2

3

4



Bevölkerungsvorsorgeplan

Persönliche Notfallvorsorge für jeden

Fisch, Fleisch, Eier	Menge	Vorhanden?	Lagerort	Haltbarkeitsdauer
Dosenfisch (z. B. Thunfisch)		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Fleischkonserven (z. B. Bockwurst)		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
5 Eier p.P.		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Summe:				

Fette, Öle	Menge	Vorhanden?	Lagerort	Haltbarkeitsdauer
Butter		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Margarine		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Öl (z. B. Sonnenblumen)		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Summe:				

Legende Bevorratung

- Minimum
- ausreichend
- unzureichend

 1	2	3	4	5	6
					
1 kg					
2 kg					
3 kg					
4 kg					
5 kg					
6 kg					

Empfohlene Menge für den Zeitraum von 5 – 7 Tagen

 1	2	3	4	5	6
					
200 g					
400 g					
600 g					
800 g					
1 kg					
2 kg					

Empfohlene Menge für den Zeitraum von 5 – 7 Tagen

1

2

3

4



Bevölkerungsvorsorgeplan

Persönliche Notfallvorsorge für jeden

Obst	Menge	Vorhanden?	Lagerort	Haltbarkeitsdauer
Kirschen im Glas		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Birnen in Dosen		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Aprikosen in Dosen		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Ananas in Dosen		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Rosinen		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Äpfel, roh		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Trockenobst		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
		Ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>		
Summe:				

Legende Bevorratung

- Minimum
- ausreichend
- unzureichend

	1	2	3	4	5	6
						
						
1,5 kg						
3 kg						
4,5 kg						
6 kg						
7,5 kg						
9 kg						

Empfohlene Menge für den Zeitraum von 5 – 7 Tagen

Quelle: www.ernaehrungsvorsorge.de

* Weitere Informationen

Diese Liste bietet Anhaltswerte. Die angegebenen Mengen liegen einer Energiezufuhr von 2200 Kilokalorien zugrunde und einer Bevorratung, mit der eine 7-tägige Versorgungsknappheit überbrückt werden kann. Schätzen Sie am besten selbst ab, wie viele und welche Lebensmittel sie bevorraten müssen. Es macht Sinn, den Vorrat nur mit Lebensmittel zu bestücken, die auch im Alltag verbraucht werden. So können Sie diese Lebensmittel in Ihren Alltag integrieren und haben praktisch keine Überschreitung der Mindesthaltbarkeit (MHD).

Bei ausreichend Lagerplatz für einen 14-tägigen Vorrat, können Sie natürlich gerne diese Mengen bevorraten, so wie vom Bundesamt für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz vorgeschlagen.

1

2

3

4



Bevölkerungsvorsorgeplan

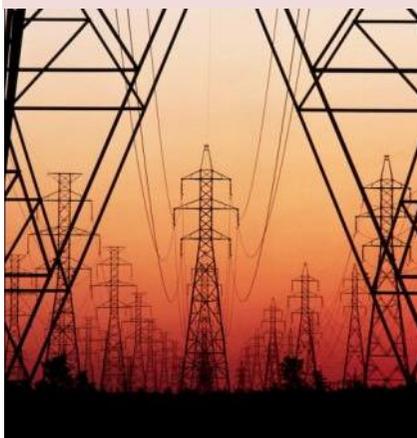
Persönliche Notfallvorsorge für jeden

3. Vorkehrungsmaßnahmen und Verhaltenshinweise

Um Ihre Sicherheit in Krisensituationen zu erhöhen, beschreiben wir Ihnen nun einige Vorkehrungsmaßnahmen und Verhaltensregeln, die Ihnen helfen werden, sich gefasst und korrekt zu verhalten, wenn Sie auf sich allein gestellt sind.

Dabei steht nicht nur die akute Situation im Vordergrund, sondern auch, beziehungsweise gerade die Vorsorge. Bereiche mit der größten Konsequenz für die Bevölkerung sind vor allem diese Risikobereiche:

Energie



Grundversorgung



Gefahrenstoffe



Auf den nächsten Seiten werden „Katastrophen“ aufgezeichnet, deren Folgen die drei Risikobereiche Energie, Grundversorgung und Gefahrenstoffe betreffen.

1

2

3

4



3.1 Verhalten in durch Naturereignisse hervorgerufene Katastrophen



Hochwasser

Bei einem Hochwasser gibt es unter anderem folgende Gefahrensituationen:

- Kellerräume können mit Wasser volllaufen.
- Bei Betreten der gefluteten Räume besteht Lebensgefahr!
- Ein ungesicherter Öltank kann aufschwimmen, beschädigt werden und das Öl auslaufen – auch andere gelagerte Gefahrenstoffe können auslaufen.
- Im Keller gelagerte Lebensmittel werden verunreinigt, die Räumlichkeiten zusätzlich beschädigt.
- Wenn Elektrogeräte mit Wasser in Kontakt kommen, besteht Stromschlag – und damit Lebensgefahr!
- Das Leitungswasser wird verunreinigt und kann nicht mehr verwendet werden.

Merke Überflutete Räume nicht betreten!
Öltank gegen Aufschwimmen sichern!
Strom aus!

Betroffen sind:



Heute (Vorkehrungsmaßnahmen)	Während dem Ereignis
<ul style="list-style-type: none"> • Wettermeldungen und Hochwasserwarnungen verfolgen • Schalplatten zur Abdichtung von Fenstern und Türen einlagern • gefährdete Fenster, Türen und Abflussöffnungen rechtzeitig abdichten • Hausentwässerungsanlage und Rückstauklappen überprüfen • Bevorratung entsprechend der Bevorratungslisten Ihres Vorsorgeplans für bis zu zwei Wochen anlegen • lagern Sie sensible Gegenstände (z. B. Chemikalien/elektronische Gegenstände) nicht im gefährdeten Bereich • sichern Sie den Öltank gegen Aufschwimmen • um zu erfahren, welche Schritte nach dem Hochwasser ergriffen werden müssen, wenden Sie sich an Ihre Gemeinde 	<ul style="list-style-type: none"> • Meldungen zum Hochwasserstand verfolgen • Strom abschalten, netzbetriebene Geräte sichern/abschalten • bei Austritt von Schadstoffen die Feuerwehr benachrichtigen • keine überfluteten Straßen befahren und Uferbereiche meiden – Lebensgefahr durch offene Schachtdeckel! • keine Spazierfahrten mit dem Boot auf den überfluteten Gebieten • kein Leitungswasser trinken oder zum Kochen verwenden – Verunreinigung durch ausgetretene Gefahrenstoffe! • nicht in die überfluteten Kellerräume gehen

Quelle: BBK

1

2

3

4



Bevölkerungsvorsorgeplan

Persönliche Notfallvorsorge für jeden



Unwetter

Gewitter, Hagel, Sturm – bei Extremwetterlagen besteht die Hauptgefahr für Passanten und Verkehrsteilnehmer in herumfliegenden Gegenständen. Es kann sich dabei um Äste, Dachziegel, umstürzende Bäume oder ähnliches handeln. Außerdem kann es zu Störungen im Telekommunikationsnetz oder der Stromversorgung kommen.

kommunikationsnetz oder der Stromversorgung kommen.

Merke Schutzbietendes Gebäude aufsuchen!
Überlandleitungen meiden!

Betroffen sind:



Heute (Vorkehrungsmaßnahmen)	Während dem Ereignis
<ul style="list-style-type: none">• halten Sie ein batteriebetriebenes Radio sowie eine Taschenlampe bereit• fertigen Sie einige Fotos von Ihrem Eigentum an, sodass Sie im Schadensfall der Versicherung diese Dokumente zur Verfügung stellen können• bilden Sie sich in Erster Hilfe aus, sodass Sie bei Bedarf Verletzten oder Kranken helfen können• Verfolgen Sie Unwetterwarnungen• Vereinbaren Sie Verhaltensregeln und Treffpunkte mit der Familie	<ul style="list-style-type: none">• Gewitter: Suchen Sie, wenn möglich ein Gebäude auf. Ansonsten gehen Sie in einer Vertiefung in die Hocke. Wenn Sie im Auto fahren, bleiben Sie im Fahrzeug. Meiden Sie Überlandleitungen. Wenn Sie sich zu Hause befinden, nehmen Sie Geräte wie den Fernseher oder den PC vom Netz• Hagel: Schließen Sie Rollläden oder Fensterläden. Suchen Sie, wenn Sie sich im Freien befinden, ein Gebäude auf• Sturm: Wenn Sie sich im Freien befinden, suchen Sie ein Gebäude auf. Achten Sie auf herumfliegende Gegenstände und verhalten Sie sich im Straßenverkehr besonders vorsichtig• Verfolgen Sie Unwetterwarnungen

Quelle: BBK

1

2

3

4



3.1 Verhalten in durch menschliches und technisches Versagen hervorgerufenen Notlagen



Energieausfall

Fällt der Strom aus, können netzbetriebene Geräte nicht mehr genutzt werden. Die Kühlung von Lebensmitteln oder die Kommunikation via Telefon, Mobiltelefon oder Internet kann nicht mehr gewährleistet werden.

Auf öffentlicher Ebene wirkt sich ein Stromausfall drastisch aus:

- Die Lebensmittelproduktion wird unterbrochen
- Geldautomaten und Tankstellen fallen aus
- Durch einen Energieausfall können ganze Bereiche im Gesundheitssystem, der öffentlichen Ordnung und des Versorgungssystem zusammenbrechen und somit Schaden bis hin zu akuter Lebensgefahr verursachen

Merke Ruhe bewahren – Notruf nur im Notfall wählen!
Nur im Notfall telefonieren!

Betroffen sind:



Heute (Vorkehrungsmaßnahmen)	Während dem Ereignis
<ul style="list-style-type: none">• legen Sie sich eine Notfallausstattung wie in Ihrem Vorsorgeplan beschrieben an• Verhaltensregeln und Treffpunkte mit der Familie vereinbaren• machen Sie sich mit Ihrem Sicherungskasten vertraut, damit Sie eigenständig prüfen können, ob es sich tatsächlich um einen Stromausfall handelt• wenn Sie Kinder haben, sprechen Sie gelegentlich mit Ihnen über einen möglichen Stromausfall. So wissen die Kinder was zu tun ist und sind nicht unnötig verängstigt	<ul style="list-style-type: none">• nehmen Sie bei Dunkelheit Ihre Taschenlampe zur Hand und schalten Sie alle netzbetriebenen Geräte aus. Wenn der Strom wieder da ist, schalten Sie langsam ein Gerät nach dem anderen wieder ein, um das eigene Stromnetz nicht zu überlasten• telefonieren Sie nur im Notfall und wählen Sie vor allem nur dann die Notrufnummer• wenn der Strom länger ausfällt, verwenden Sie die vorhandene Notfallausstattung wie z. B. den Campingkocher• wenden Sie sich bei Problemen an die entsprechende Stelle Ihrer Gemeinde

Quelle: BBK

1

2

3

4



Bevölkerungsvorsorgeplan

Persönliche Notfallvorsorge für jeden



CBRN*-Gefahrenlagen

Leben Sie in der Nähe einer chemieverarbeitenden Fabrik oder eines Atomkraftwerks?

Auch wenn keine dieser Einrichtungen in Ihrer Wohnumgebung liegen, kann es passieren, dass Sie aufgrund eines Gefahrstoffunfalls für einige Zeit Ihre

Wohnung oder Ihr Haus nicht verlassen dürfen.

***Info:** CBRN steht für chemisch, biologisch, radiologisch und nuklear. Die Bezeichnung CBRN-Gefahrenlage hat die früher bekannte Bezeichnung ABC-Gefahrenlage ersetzt.

Merke Anweisungen der Fachkräfte befolgen!
Meldungen über batteriebetriebenes Radio verfolgen!
In der Wohnung bleiben!
Fenster und Türen schließen!
Lüftungs- und Klimaanlage ausschalten!

Betroffen sind:



Heute (Vorkehrungsmaßnahmen)	Während dem Ereignis
<ul style="list-style-type: none">legen Sie sich einen wie in Ihrem Vorsorgeplan beschriebenen Vorrat an Lebensmitteln und eine Notfallausrüstung an. Vor allem Müllbeutel und Paketband können sehr hilfreich sein, wenn Sie zusätzlich Fenster und Türen abdichten müsseninformieren Sie sich über Gefahrstoffe auf den Seiten des Bundesamtes für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe (BBK)üben Sie welche Schritte Sie bei einem Gefahrstoffgeschehen einleiten müssen	<ul style="list-style-type: none">suchen Sie einen geschlossenen Raum auf und halten Sie Fenster und Türen geschlossenwenn Sie sich an einer Unfallstelle mit Gefahrenstoffen befinden, verlassen Sie diese nur, wenn die zuständigen Fachkräfte es Ihnen sagenfolgen Sie den Anweisungen der Rettungskräfte und der Polizeiwenn Sie sich im Auto befinden, schalten Sie die Klimaanlage und die Lüftung ausschalten Sie das Radio ein und folgen Sie den UnfalldmeldungenBei Bedarf sollten Sie bereit sein, gefährdete Passanten vorübergehend aufzunehmenWechseln Sie beim Betreten des Hauses ihre Oberbekleidung und die Schuhe, wenn Sie mit Gefahrstoffen in Kontakt gekommen sind und lassen Sie diese außerhalb des Hauses zurück

Quelle: BBK

1

2

3

4

Training und Vorsorgeaufrechterhaltung



Warum ist die Einübung der Krisenvorsorge so wichtig?

Die ersten drei Schritte der Krisenvorsorge haben Sie nun bereits erfolgreich bearbeitet:

Nachdem Sie überlegt haben, welche Gefahren in Ihrer Umgebung auftreten können und wie Sie mit kritischen Infrastrukturen in Verbindung stehen, haben Sie sich Gedanken über die Bevorratung von Lebensmitteln und wichtigen Hilfsmitteln gemacht. Dann haben Sie Ihre Vorräte den Checklisten entsprechend, und auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt, ergänzt.

Nun zur Praxis. Um sich in Katastrophensituationen richtig zu verhalten ist es wichtig, Gelerntes abrufen zu können. Das geschieht selten besser als durch die praktische Anwendung. Deshalb wollen wir Sie ermutigen, dass Sie mit allen Mitgliedern Ihres Haushaltes genau das tun. Nehmen Sie sich doch einfach einmal eine halbe Stunde Zeit ...

Die in ihrem persönlichen Vorsorgeplan zusammengetragenen Regeln und standardisierten Abläufe müssen auch deshalb erprobt werden, um zu erkennen, an welchen Stellen es noch Probleme gibt. So können alle notwendigen Änderungen rechtzeitig vorgenommen werden.

Wie kann ich üben?

Schritt 1: Risiken erkennen

Schreiben Sie sich auf, welche individuellen und welche allgemeinen Gefahren für ihren Alltag bestehen (siehe Punkt „1.2 Individuelles Risiko“). Leben Sie in einer Hochwasserregion oder in der Nähe einer chemieverarbeitenden Fabrik?

Schritt 2: Vorgehen festlegen

Wählen Sie einen Risikofaktor, wie zum Beispiel einen langandauernden Energieausfall für Ihr Probeszenario aus. Überlegen Sie, was passieren kann, wie Sie reagieren sollten und orientieren Sie sich dabei an Ihrem Vorsorgeplan.

Schritt 3: Die Praxis

Spielen Sie das Szenario genauso durch, wie Sie es sich in Ihrem Vorsorgeplan notiert haben. Die festgelegten Aufgaben sollten von den jeweiligen Personen erledigt werden. Achten Sie vor allem bei Kindern darauf, dass sie verstehen worum es geht und dass sie sich gut merken, was zu tun ist. Suchen Sie gemeinsam relevante Punkte in Ihrer Wohnung auf, um zum Beispiel die Taschenlampe oder die Dokumente zu finden.

Schritt 4: Bewertung

Wurde alles verstanden? Wurden alle benötigten Gegenstände gefunden? Was hat nicht geklappt? Was müssen wir ändern?

Schritt 5: Wiederholung (Vorsorgeaufrechterhaltung)

Wiederholen Sie diese Übung jährlich und aktualisieren Sie Ihren Plan. Wenn Ihnen beim Üben noch zusätzliche Punkte auffallen, die bisher nicht in Ihrem Vorsorgeplan auftauchen, überarbeiten Sie diesen noch einmal.

1

2

3

4



Bevölkerungsvorsorgeplan

Persönliche Notfallvorsorge für jeden

Beziehen Sie alle Eventualitäten in die Planung mit ein. Üben Sie vor allem mit Ihren Kinder ein, wie sie sich am zuvor festgelegten Treffpunkt einfinden.

Und nun viel Erfolg mit Ihrem persönlichen Vorsorgeplan.

Ihr Übungsplan:

Ich übe am: _____

Nächste Übung am: _____



Übung macht den Meister!

Bevölkerungsvorsorgeplan

Persönliche Notfallvorsorge für jeden

Anlage A

Notfallzettel für den Geldbeutel

Geldbeutelzettel

Name: _____

Anschrift: _____

Hausarzt, Tel.-Nr.: _____

Notfallrufnummern

Polizei: 110

Rettungsdienst / Feuerwehr: 112

Sperr-Notruf für EC- oder Kreditkarten: 116 116

Meine wichtigsten Telefonnummern auf einen Blick

Name: _____ Nr.: _____

Mehr Infos zum Vorsorgeplan: www.besser-vorgesorgt.info

Geldbeutelzettel

Kids

Name: _____

Anschrift: _____

Gemeinsamer Treffpunkt: _____

Notfallrufnummern

Polizei: 110

Rettungsdienst / Feuerwehr: 112

Meine wichtigsten Telefonnummern auf einen Blick

Name: _____ Nr.: _____

Eltern _____

Großeltern _____

Mehr Infos zum Vorsorgeplan: www.besser-vorgesorgt.info

Drucken Sie sich bei Bedarf weitere **Geldbeutelzettel** aus. Sie stehen im Downloadbereich auf www.besser-vorgesorgt.info zur Verfügung.

Bevölkerungsvorsorgeplan

Persönliche Notfallvorsorge für jeden

Links, Kontakte, Ansprechpartner

Information

- www.bbk.bund.de (Bundesministerium für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe - BBK)
- www.kritis.bund.de (Kritische Infrastrukturen)
- www.dwd.de (Deutscher Wetterdienst)
- www.hochwasserzentralen.de (Hochwasser- Pegelstände)
- www.bfs.de/kerntechnik/ereignisse/standorte (AKW Standorte)
- www.votekk.de (Vorbereitung auf Terroranschläge, Krisen und Katastrophen)
- www.hochwasser.de (Bürgerinitiative Hochwasser Köln-Rodenkirchen)

Hilfsorganisationen:

- www.asb.de
- www.drk.de
- www.johanniter.de
- www.malteser.de
- www.thw.de

Anwendungshilfen

- Vorsorgeplan des Bundesamtes für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe
http://www.bbk.bund.de/SharedDocs/Downloads/BBK/DE/Publikationen/Broschueren_Flyer/Ratgeber_Brosch.html
- Hände richtig waschen
www.wir-gegen-viren.de
www.haendehygiene.de/haendehygiene/haendewaschen
- Ernährungsvorsorge-Tipps
www.ernaehrungsvorsorge.de
- Hilfe in allen Lebenslagen (Baden-Württemberg)
www.service-bw.de/zfinder-bw-web

Ansprechpartner für weitere Informationen

Das Landratsamt:

Die Gemeinde:

Ihre Feuerwehr:

Sonstige:

Bevölkerungsvorsorgeplan

Persönliche Notfallvorsorge für jeden

Literaturangaben

- **Ausschuss für Bildung, Forschung und Technikfolgenabschätzung 2011**
<http://www.tab-beim-bundestag.de/de/pdf/publikationen/berichte/TAB-Arbeitsbericht-ab141.pdf>
- **BBK 2009**
Bundesministerium für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe:
„Für den Notfall vorgesorgt“ (Broschüre)
- **Internetplattform zum Schutz Kritischer Infrastrukturen**
www.kritis.bund.de
- **Petermann, Bradke, Lüllmann, Poetzsch und Riehm 2011**
Petermann, Bradke, Lüllmann, Poetzsch und Riehm: **Was bei einem Blackout geschieht. Folgen eines langandauernden und großräumigen Stromausfalls**. Berlin: edition sigma 2011 (Studien des Büros für Technikfolgen-Abschätzung), Bd 33.
- **Von Stoephasius und Schweer 2011**
Hans-Peter von Stoephasius, Benedikt Schweer: Rechtliche Beurteilung möglicher Eingriffsmaßnahmen der Katastrophenschutzkräfte bei einem anhaltenden Stromausfall in Berlin. In: Beiträge aus dem FB 5 der HWR Berlin Heft 07/ 2011.

Bildernachweise

- S. 30 Fotobox / pixelio.de

Verweise

- 1 Vgl. Von Stoephasius und Schweer 2011, S. 4.
- 2 Vgl. Petermann, Bradke, Lüllmann, Poetzsch und Riehm 2011.
- 3 Vgl. www.kritis.bund.de
- 4 Vgl. BBK 2009.

Herausgeber

*Deutsches Institut für Katastrophenmedizin GmbH
Unteres Schloss Kilchberg
Bahnhofstr. 1
72072 Tübingen*

*Homepage: www.disaster-medicine.de
E-Mail: info@katastrophenmedizin.org*

Das DIFKM übernimmt keine Haftung für die Anwendung des Vorsorgeplans sowie die Verantwortung für die Inhalte externer Links.

