

# Vorbereitung zahlt sich aus

Deutschland ist eines der sichersten Länder der Welt. Dennoch erleben wir, dass auch in Deutschland Krisen unsere gewohnten alltäglichen Abläufe stören. Extreme Wetterereignisse nehmen zu. Durch Cyberattacken, Desinformation oder Sabotage finden Angriffe auf Infrastrukturen, Meinungsbildung und Zusammenhalt statt. Selbst ein Krieg scheint nicht mehr so ausgeschlossen zu sein wie noch vor einigen Jahren. Wenn etwas passiert, ist es besser, vorbereitet zu sein. Diese Broschüre unterstützt Sie dabei und zeigt Ihnen, wie Sie Extremsituationen möglichst sicher meistern.



## So hilft Ihnen Vorbereitung in einer extremen Situation

- Sie **wissen, was zu tun ist**, und können dadurch ruhiger bleiben.
- Sie können **sich und andere versorgen**, bis Hilfe eintrifft.
- Sie **entlasten Rettungskräfte**. Die können dann Menschen unterstützen, die sich nicht selbst helfen können.

Eine Übersicht empfohlener Vorbereitungen finden Sie in der Checkliste ab Seite 32.

### Schritt für Schritt

Alle Haushalte sollten sich möglichst **10 Tage** selbst versorgen können. Das bedeutet: Wasser und Essen, medizinische Versorgung und Hygiene für den Notfall sicherzustellen. Aber auch ein Vorrat für **zumindest 3 Tage** hilft schon sehr. Darauf können Sie schrittweise aufbauen.

**Dabei gilt: Jede Vorbereitung ist wertvoll.**

