

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

unsere Welt spürt Veränderungen: Internationale Konflikte, Extremwetter, Stromausfälle und viele weitere Szenarien zeigen uns immer wieder auf, wie verletzlich unser Alltag sein kann.

In solchen Momenten zählt vor allem eines: vorbereitet zu sein. Die Behörden und Verwaltungen tun alles dafür, im Ereignisfall die Bürgerinnen und Bürger zu informieren, zu schützen und zu unterstützen. Doch echte Sicherheit entsteht erst, wenn wir gemeinsam als Gesellschaft Verantwortung übernehmen. Für uns selbst, für unsere Familien und für unsere Gemeinschaft.

Der BBK-Ratgeber „Vorsorge für Krisen und Katastrophen“ hilft Ihnen dabei, Schritt für Schritt krisenfest zu werden. Denn jede Vorsorge ist besser als keine Vorsorge. Schon kleine Maßnahmen können einen großen Unterschied machen.

In dieser und den kommenden Ausgaben unseres Amtsblatts stellen wir Ihnen die wichtigsten Inhalte aus dem BBK-Ratgeber vor – leicht verständlich und direkt umsetzbar.

Werden auch Sie Teil des Bevölkerungsschutzes! Für die Menschen, die Ihnen am Herzen liegen.

Ihr

Björn Kornmüller
Bürgermeister

Vorsorgen für Krisen und Katastrophen



Bundesamt
für Bevölkerungsschutz
und Katastrophenhilfe

Vorsorge für den Ernstfall – Gut vorbereitet in Krisensituationen!

Ob Stromausfall, Unwetter oder andere außergewöhnliche Ereignisse:

Krisen treffen uns oft unerwartet!

Mit etwas Vorbereitung bleibt man handlungsfähig. Der neue Ratgeber „Vorsorge für Krisen und Katastrophen“ des Bundesamts für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe unterstützt dabei.

In den kommenden Wochen stellen wir ihn im Mitteilungsblatt vor – kompakt und verständlich, für mehr Sicherheit im Ernstfall.



Baden-Württemberg
Bevölkerungsschutz

Der vollständige Ratgeber kann **kostenfrei** bestellt oder heruntergeladen werden unter www.bbk.bund.de/ratgeber



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.



Wenn der Alltag unterbrochen wird

Unser Alltag kann aus vielen Gründen unterbrochen werden. Ein **Unfall**, **Extremwetter** oder **Sabotage** können die **Leitungen für Strom, Wasser, Gas oder Mobilfunk beschädigen**. **Cyberangriffe** können die **IT-Systeme stören**, die wir im Alltag brauchen, zum Beispiel in Krankenhäusern, Versorgungswerken oder Supermärkten. Einzelne Störungen können gleichzeitig unterschiedliche Auswirkungen haben und viele Menschen betreffen. Es kann dauern, bis alle Betroffenen Hilfe erhalten. In diesen Situationen entlastet Vorsorge.

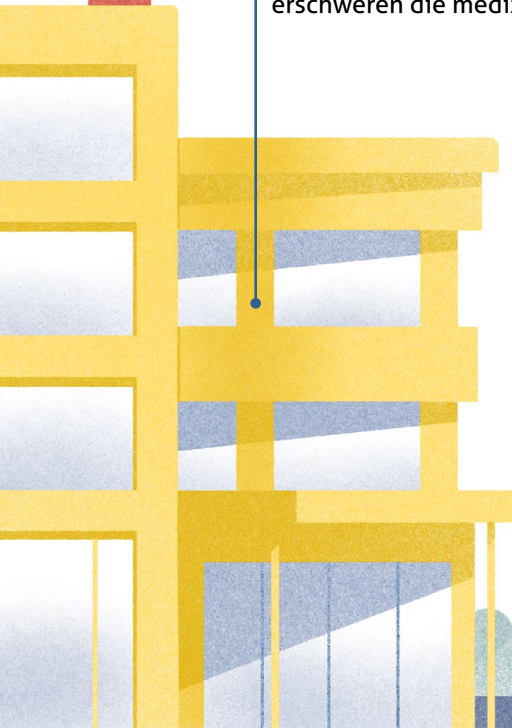


Behandlungen

Der Ausfall von Strom- oder Wasserversorgung, IT-Ausfall oder auch eingeschränkte Kapazitäten in Krankenhäusern erschweren die medizinische Behandlung.

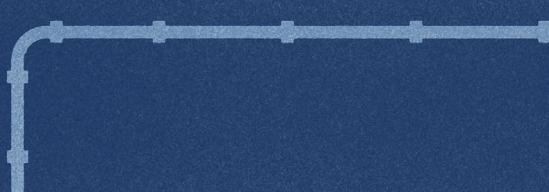
Bestellungen/Lieferungen

Wenn IT-Systeme nicht funktionieren, können Waren nicht bestellt oder geliefert werden.



Leitungswasser

Wasserwerke benötigen Strom und digitale Systeme. Ohne sie fällt die Wasserversorgung aus.



Internet/Mobilfunk

Ohne Strom oder funktionierende digitale Systeme fällt das Mobilfunknetz aus. Es gibt kein Internet mehr und man kann nicht mehr telefonieren.

Zahlungsverkehr

Ohne Strom oder IT-Systeme fallen elektronische Zahlungssysteme aus. Abhebungen an Bankautomaten und das Bezahlen per Karte oder Handy funktionieren nicht mehr.

Kühlung

Der Kühlschrank geht aus.

Kochen

Der Herd bleibt aus.

Trinken und Waschen

Es kommt kein Wasser aus der Leitung.

Information

Der Fernseher und das Radio bleiben aus.

Licht

Die Lampen bleiben aus.

Wärme

Die Heizung bleibt aus.



Essen und Trinken bevorraten

Ein **Vorrat** kann in vielen Situationen hilfreich sein – sei es bei einem plötzlichen Stromausfall, extremen Wetterlagen, einer plötzlichen Erkrankung oder wenn die Regale im Lebensmittelgeschäft leer bleiben. Sie sollten sich für möglichst **10 Tage** selbst versorgen können. Aber auch ein Vorrat für **zumindest 3 Tage** hilft schon sehr. Darauf können Sie schrittweise aufbauen.

So kann ein sinnvoller Vorrat aussehen

Essen: Welche Produkte für Ihren Vorrat geeignet sind, hängt von Ihren persönlichen Bedürfnissen ab. Auch diese Punkte sind wichtig und können Ihnen bei der Zusammenstellung helfen:

- **Haltbar.** Essen, das nicht gekühlt werden muss, verdirbt während eines Stromausfalls nicht.
- **Fertig.** Essen, das nicht gekocht werden muss, ist essbar, auch wenn der Herd nicht mehr funktioniert.
- **Kurze Kochzeit.** Bei Essen, das mit wenig Energie gekocht werden kann, hält die wertvolle Energie aus dem Camping-Kocher oder Grill länger.
- **Für wen ist der Vorrat?** Gibt es Allergien oder Essgewohnheiten, zu denen Ihr Vorrat passen muss? Haben Sie Vorräte für (Klein-)Kinder und Haustiere, die Sie in einem Notfall auch versorgen müssen?



Wer es lieber ganz genau wissen will:

Tabellen für Beispielvorräte, Tipps zur Haltbarmachung und Lagerung sowie einen **Vorratskalkulator** finden Sie hier:

www.ernaehrungsvorsorge.de/private-vorsorge/notvorrat/vorratskalkulator



Wasser: Ein Wasservorrat ist wichtig, wenn kein Wasser mehr aus der Leitung kommt oder das Leitungswasser verschmutzt ist. Trinkwasser ist sehr wichtig, wichtiger als Essen.

- **Wie viel Wasser?** Idealerweise 2 Liter pro Person und Tag. Davon sind 0,5 Liter als Wasser zum Kochen gedacht. Denken Sie auch an Ihre Haustiere!

Wasserbedarf für 3 Personen

