

Ohne Strom kochen

Bei einem Stromausfall funktioniert Ihr Elektroherd nicht mehr. Haben Sie einen Gasherd, können Sie diesen oft weiterhin nutzen. Es gibt auch noch weitere Alternativen:

Damit können Sie in Räumen kochen:

- Ein Stövchen mit Teelicht kann Essen aufwärmen (zum Beispiel Fertigsuppe).
- Ein Fondue-Set mit Brennpaste kann Essen in kleinen Mengen zum Kochen bringen.
- Ein Gaskocher kann zum Kochen genutzt werden, wenn er für die Nutzung in Innenräumen zugelassen ist.

Damit sollten Sie nur im Freien kochen:

- Camping-Kocher mit Gaskartusche
- Gas- oder Holzkohle-Grill



Wichtig

Gefahren beim Kochen und Heizen ohne Strom

Nutzen Sie innen nur Geräte, die für Innenräume zugelassen sind! Sie sind mit speziellen Sicherungsmechanismen versehen. Achtung auch bei offenem Feuer in Innenräumen! Wenn zu wenig Sauerstoff in der Atemluft ist, kann bei der Verbrennung Kohlenmonoxid entstehen. **Eine Kohlenmonoxidvergiftung ist lebensgefährlich.** Installieren Sie am besten geprüfte und zugelassene Kohlenmonoxid-Melder. Diese lösen bei einer kritischen Konzentration Alarm aus.



Tipps und Rezepte für Kochen ohne Strom finden Sie auf der Webseite des BBK:
www.bbk.bund.de/notfallkochbuch

Wenn die Heizung ausfällt

Ohne Strom funktioniert vielleicht auch Ihre Heizung nicht. Wenn im Winter die Heizung ausfällt, können Räume schnell auskühlen. Für den Innenraum zugelassene Gasheizer, Ethanolkamäne oder Petroleumöfen funktionieren ohne Strom und können in Innenräumen sicher genutzt werden.

Das können Sie tun

- Mit **warmer Kleidung, Decken und Schlafsäcken** können Sie den Ausfall eine Zeit lang überbrücken.
- **Fenster und Türen geschlossen halten**, um Auskühlen zu vermeiden, aber: **Regelmäßiges Stoßlüften!** Fenster für wenige Minuten ganz weit öffnen, um die Luftqualität zu verbessern.

