



Checkliste Krisenvorsorge

Medizinische Hilfsmittel <ul style="list-style-type: none">• Klopapier und Hygieneartikel• Verbandskasten• Persönliche Medikamente• Desinfektionsmittel• Fieberthermometer• Salbe gegen Sonnenbrand oder Insektenstiche• Medikamente gegen Erkältung, Kopfschmerzen, Fieber und Durchfall• Waschmittel und Seife	Bei Stromausfall und für den Brandschutz <ul style="list-style-type: none">• Kerzen, Teelichter und Streichhölzer• Powerbank oder Solarpowerbank• Campinglaterne• Taschenlampe und Batterien• Campingkocher und Gaskartuschen• Feuerlöscher, Eimer• Löschdecke
Sonstige Hilfsmittel <ul style="list-style-type: none">• Schlafsack• Pinzette• Wasserkanister zum Befüllen mit Trinkwasser• Grillanzünder• Messer• Wasserfilter• Radio zum Kurbeln	Nahrungsmittel <p><i>Für 1 Person und 10 Tage</i></p> <ul style="list-style-type: none">• 20 Liter Getränke, vor allem Wasser• 4 kg Lagerfähiges Gemüse und Hülsenfrüchte wie Lauch, Kartoffeln, Kürbis, Karotten, Sellerie, rote Beete, Nudeln und Reis• 2,5 kg Obst, Nüsse und Samen wie Äpfel, Orangen, Mandarinen• 2,8 Liter H-Milch oder vegane Milch• 1,5 kg Volleipulver, Fleisch-, Fischkonserven• Sonstiges: Zucker, Honig, Marmelade, Gewürze, Ravioli in der Dose, Öl, Kartoffelpüree, Mehl, Kekse, Salzstangen, Schokolade, Instantkaffee <p>Und alle Dinge, die sich gut lagern lassen und die Ihr gerne esst!</p>
Wichtige Rufnummern <p>Polizei 110 Feuerwehr 112 Notarzt, Rettungswagen 116 11</p>	Eigene Notizen: