

# Checkliste Notfallvorsorge

Eine gute Vorsorge für Notfallsituationen ist wichtig – nicht nur aufgrund der aktuellen Diskussionen um mögliche längere Stromausfälle. Auch größere Schadensereignisse wie Stürme, Hochwasser oder schwere Schneefälle können die private Versorgung einschränken. Daher empfiehlt das Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe jedem Haushalt einen 10-Tage Vorrat an Lebensmitteln, Hygieneartikeln und Medizin, sowie das Vorhandensein wichtiger Gegenstände. Die Mitgliedskommunen der Kommunalen Allianz Aurach-Zenn empfehlen jedem Haushalt, sich an dieser Empfehlung zu orientieren und genügend Vorräte sowie wichtige Gegenstände für Notfallsituationen daheim zu lagern.

## Empfohlener Vorrat ( für 10 Tage pro Person)

Lebensmittel	Menge	
○ Wasser	20 Liter	
○ Getreideprodukte, Brot, Kartoffeln, Nudeln, Reis	3,5 kg	
○ Gemüse, Hülsenfrüchte	4,0 kg	Am besten in Glas und Dosen
○ Obst, Nüsse	2,5 kg	Am besten lagerfähiges und Konservenobst
○ Milch, Milchprodukte	2,6 kg	
○ Fisch, Fleisch, Eier	1.5 kg	Volleipulver ist mehrere Jahre haltbar
○ Fette, Öle	0,357 kg	
○ Sonstiges (Honig, Zucker, Schokolade, etc.)	Nach Belieben	

Hausapotheke	Hygieneartikel	Wichtige Gegenstände
○ DIN-Verbandskasten	○ Seife und Waschmittel	○ Kerzen, Teelichter
○ Verordnete Medikamente	○ Zahnbürste, Zahnpasta	○ Streichhölzer, Feuerzeuge
○ Schmerzmittel	○ Einweggeschirr und Besteck	○ Taschenlampen
○ Hautdesinfektion	○ Haushaltspapier	○ Batterien
○ Wunddesinfektion	○ Toilettenpapier	○ Campingkocher u. Brennmittel
○ Mittel gegen Erkältungen	○ Müllbeutel	○ Rundfunkgerät, batteriebetrieben oder z.B. ein Kurbelradio
○ Fieberthermometer	○ Campingtoilette, Ersatzbeutel	
○ Mittel gegen Durchfall	○ Haushaltshandschuhe	
○ Insektenstich- u. Sonnenbrandsalbe	○ Desinfektionsmittel, Schmierseife	
○ Splitterpinzette		

Weitere Infos finden Sie auf der Homepage des Bundesamts für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe: [www.bbk.bund.de](http://www.bbk.bund.de)

**Kommunale Allianz Aurach-Zenn e.V.**

**Mitgliedskommunen:** Emskirchen, Hagenbüchach, Markt Erlbach, Neuhof a.d.Zenn, Oberzenn, Trautskirchen, Wilhelmsdorf

**Tel.:** 09104/ 82 629 18

**Email:** [info@aurachzenn.de](mailto:info@aurachzenn.de)

