

# Krisensicher durch Selbstschutz

Kritische Situationen und Versorgungsengpässe können überall und jederzeit auftreten, etwa durch Hochwasser, Hagelunwetter, Blackouts und andere Ereignisse. Erfahrungsgemäß vergehen mehrere Tage, bis Hilfsmaßnahmen „vor Ort“ wirksam werden. Für Vorsorgemaßnahmen lässt sich kein allgemein gültiger Terminplan aufstellen. Allerdings sollten Sie nicht damit warten, bis eine Krisensituation bereits da ist. Es kann dann zu spät sein, sich noch mit all jenen Sachen einzudecken, die für einen **KRISENFESTEN HAUSHALT** benötigt werden. Kontrollieren Sie, wie weit Sie für Notfälle gerüstet sind!

## CHECKLISTE Lebensmittel & Getränke Haus- bzw. Zivilschutz- apotheke

	vorhanden	beschaffen
Lebensmittel (lt. Infoblatt VORRAT)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Trinkwasser und Entkeimungsmittel, Mineralwasser, Säfte (Pro Person und Tag min. 2,5 Liter)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kunststoff- oder Glasbehälter für Trinkwasservorrat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wasservorrat für Körperpflege vorsehen (ca. 2 Liter)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## CHECKLISTE Radio Beleuchtung Energie

Radio (netzunabhängig)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Reservebatterien	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Petroleum- oder Gaslampe	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kerzen und Zünder	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Taschenlampe	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gas-Campingkocher	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Benzinkocher	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Spirituskocher	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Brennstoff für Kocher (für min. 14 Tage)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Alternative Heizmöglichkeit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## CHECKLISTE Körperpflege Putzmittel

Vollwaschmittel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Spülmittel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Reinigungs- bzw. Scheuermittel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Müllbeutel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zahnbürste & Zahnpasta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Rasierzeug	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hautcreme	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Seife & Haarshampoo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Binden oder Tampons	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
WC-Papier	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Haushaltspapier oder Servietten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



**Vorrat  
ist kein Luxus**

# Richtige Bevorratung

## Kontrollieren:

Nahrungsmittel (auch Medikamente) haben eine begrenzte Haltbarkeit. Kontrollieren sie regelmäßig das Haltbarkeitsdatum.

## Verbrauchen:

Verbrauchen Sie Lebensmittel vor Ablauf der Haltbarkeitsfrist. Wenn Sie dies laufend machen, passt sich der Vorratsverbrauch leicht Ihrem täglichen Speiseplan an.

## Ergänzen:

Ergänzen Sie verbrauchte Lebensmittel. Berücksichtigen Sie dabei die Essgewohnheiten der Familie. Ergänzen Sie auch alle anderen Artikel des täglichen Bedarfs laufend.

**Warte nicht zu!**  
Beginne jetzt  
deinen Notvorrat  
anzulegen!

## Vorratsbeispiele pro Person für 2 Wochen

	Haltbarkeit	Menge
Mehl	5 Monate	1 kg
Reis	24 Monate	1 kg
Teigwaren	24 Monate	1/2 kg
Zucker	72 Monate	1 kg
Brot	4 Wochen	1 kg
Konserven	48 Monate	15x 1/2 kg Dosen
Dosenaufstrich	48 Monate	2 Dosen
Fischkonserven	36 Monate	2 Dosen
Kartoffeln	2 - 8 Monate	2 kg
Salate im Glas	12 Monate	2 Gläser
Haltbarmilch	12 Monate	2 x 1/2 Liter
Streichfett	3 Monate	250 Gramm
Speiseöl	9 Monate	1/2 Liter
Eier	2-4 Wochen	10 Stk.
Marmelade, Honig	24 Monate	1 Glas
Fruchtsaft	24 Monate	1/2 Liter
Kaffee, Kakao, Tee	12 Monate	nach Bedarf
Gewürze	unbegrenzt	nach Bedarf
Mineralwasser	24 Monate	21 Liter

**Wer jetzt für Vorrat sorgt,  
hat im Notfall  
weniger Sorgen!**

**Vergiss nicht auf den Vorrat  
für deine Haustiere!**

**Niederösterreichischer  
Zivilschutzverband**

Langenlebarner Straße 106  
A-3430 Tulln / Donau

Tel.: (+43)2272/61820

Fax.: (+43)2272/61820-13

E-Mail: [noezsv@noezsv.at](mailto:noezsv@noezsv.at)

 **HYPO NOE**

 **NV**



[www.noezsv.at](http://www.noezsv.at)