

CHECKLISTE SICHER VORGESORGT

Mit dieser Liste machen Sie Ihren Haushalt sicherer!
Passen Sie den Vorrat Ihrer Familie an, vergessen Sie Ihre Haustiere nicht.
Wenn „Kochen“ nicht zu Ihren Lieblingsbeschäftigungen zählt,
bevorraten Sie sich mit Fertigprodukten (achten Sie auf das Ablaufdatum!).
Diese Liste ist ein Vorschlag und kann/soll Ihren persönlichen Bedürfnissen angepasst werden.
Haben Sie eine spezielle Frage? Wir beraten Sie gerne!

Vorrat an Lebensmitteln (Achten Sie auf Ihre Allergien)

Getränke

- ☐ Mineralwasser (bevorzugt in Glasflaschen)
- ☐ Verdünnungs- und konservierte Säfte
- ☐ Tee, Kaffee, Kakao (Pulverform)

Getreideprodukte

- ☐ Teigwaren, Reis
- ☐ Zwieback, Knäckebrot oder vakuumverpacktes Brot
- ☐ Mehl, Grieß, Haferflocken

Milchprodukte

- ☐ Haltbarmilch, Milchpulver
- ☐ Käsesorten mit langer Haltbarkeit

Gemüse / Obst

- ☐ Obst- und Gemüsekonserven
- ☐ Hülsenfrüchte in Konserven (Bohnen, Erbsen, Linsen)
- ☐ Nüsse und Trockenfrüchte
- ☐ Kartoffelpüree-Pulver

Fertigprodukte (nichts Tiefgekühltes)

- ☐ Konserven (z.B. Ravioli, Sugo, etc.)
- ☐ Aufstriche in Dosen
- ☐ Fischkonserven
- ☐ Suppen (Pulver und Dosen)

Sonstige Lebensmittel

- ☐ Salz, Pfeffer
- ☐ getrocknete Gewürze
- ☐ Speiseöl
- ☐ Honig
- ☐ Marmelade
- ☐ Zucker
- ☐ Traubenzucker (andere Süßigkeiten)

95 % der Wiener
Haushalte sind auch bei
einem Stromausfall mit
Trinkwasser
versorgt



Nutzen Sie bewusst
Ihre nächste
Einkaufstour
zum „Sicherheits“-
Shopping.



Gesundheit

- Reservebrille
- rezeptpflichtige Medikamente
- Verbandskasten (Pflaster, Pinzette, etc.)
- schmerzstillende- und fiebersenkende Medikamente
- Desinfektionsmittel für Verletzungen
- Wund- und Heilsalbe
- Fieberthermometer

Körperpflege- und Hygieneprodukte

- Zahnbürste und Zahnpasta
- Seife, Duschgel, Haarshampoo
- Rasierer
- Binden und Tampons
- Toilettenpapier
- Waschmittel
- Müllbeutel

Dokumentenmappe

- Reisepass oder Personalausweis
- Geburtsurkunde
- Meldezettel
- Zeugnisse
- Staatsbürgerschaftsnachweis
- Versicherungspolizzen
- Sparbücher
- Sonstige Urkunden
- Liste und Fotos der versicherten Gegenstände (z. B. auf USB-Stick)

Schnellpackliste für den Notfall

- | | |
|---|---------------------------------|
| □ Bargeld und Ausweis | □ Dokumentenmappe |
| □ Reservebrille | □ Medikamente |
| □ Taschenlampe | □ Zünder, Feuerzeug |
| □ Warme Kleidung | □ Regenschutzkleidung |
| □ Feste Schuhe | □ Notproviant |
| □ Thermosflasche | □ Hygieneartikel |
| □ Taschenmesser | □ Eventuell Handy und Ladegerät |
| □ Karte mit den wichtigsten Kontakten und Adressen | |
| □ Für Sie unwiederbringbare Gegenstände (z.B. alte Fotos) | |

Für den Stromausfall

- 2 Taschenlampen (Batterie- oder Dynamoantrieb)
- Radio (Batterie- oder Dynamoantrieb)
- Reservebatterien
- Teelichter (standsicher), Zünder, Feuerzeug
- Campingkocher
- Brennpaste (zum Erwärmen von Speisen)
- Gesellschaftsspiele (Zeitvertreib)

Sicherer Haushalt

- Löschdecke
- Rauchmelder
- CO-Melder



Besuchen Sie
einen unserer
kostenlosen
Vorträge!



Weitere Maßnahmen

- ☐ Ein (Batterie-/Auto-/Handy-) Radio einschalten oder regelmäßig zur vollen Stunde aktivieren, um die aktuellen Nachrichten und Informationen hören zu können.
- ☐ Taschenlampen, Kerzen, Streichhölzer, Wärmequellen, Ersatzkochmöglichkeiten etc. überprüfen und bereitstellen.
- ☐ Stolperfallen im Wohnraum entfernen (dies gilt auch außerhalb eines Blackouts. Stürze in den eigenen vier Wänden sind eine sehr häufige Unfallursache).
- ☐ Wasservorräte überprüfen und eventuell noch ein paar Behältnisse (Kochgeschirr, Kübel, Kanister, Flaschen) befüllen. Sorgsam mit Wasser umgehen.
- ☐ Gibt es eine private Hebeanlage für die Kanalisation? Eventuell vorhandene Rückstauklappen in den öffentlichen Kanal überprüfen.
- ☐ Nochmals alle Vorbereitungen, die Sie getroffen haben, überprüfen (Checkliste!).
- ☐ Sollte es im Haus einen Aufzug geben: Kontrollieren Sie, ob Menschen eingeschlossen sind. Wenn niemand drinnen ist, den Aufzug im Erdgeschoss mit „Überprüft, es ist niemand eingeschlossen“ markieren. Damit wissen andere sofort, dass der Aufzug überprüft wurde.
- ☐ Verderbliche Lebensmittel bald essen oder – wenn möglich – verkochen.
- ☐ Tiefkühlgeräte im Auge behalten und auf einen möglichen Flüssigkeitsaustritt achten. Achtung: Besonders bei Kombigeräten wird der Abtauprozess früher einsetzen. Tücher für das Abtauwasser vorbereiten.
- ☐ Notfälle: Wo ist die nächstgelegene Möglichkeit, um einen Notfall zu melden?
- ☐ Bestandsaufnahme Medikamente: Sollte ein Familienmitglied auf überlebenswichtige Medikamente angewiesen sein (z.B. Insulin): Überprüfen wie lange die vorhandenen Vorräte reichen, mit der nächstgelegenen Apotheke/Rettungsdienststelle/Arzt in Kontakt treten und den Bedarf melden. Achtung: Insulin muss gekühlt werden. Für eine bestmögliche Lagerung sorgen.
- ☐ Notstromversorgung: Falls vorhanden, diese vorbereiten oder aktivieren.
- ☐ Wärme/Heizung: Falls eine Holzzentralheizung vorhanden ist, darauf achten, dass es zu keiner Überhitzung kommt.
- ☐ Abfall/Müll: In den vorbereiteten Müllsäcken sammeln. Vor allem nasse Abfälle (Geruchsentwicklung, Krankheitserreger!) soweit als möglich reduzieren.
- ☐ Ersatztoilette vorbereiten, falls die Wasserver- oder Abwasserentsorgung nicht funktionieren sollte.
- ☐ Haustiere/Aquarium: Dafür sorgen, dass die Wärme- bzw. Sauerstoffzufuhr auch weiterhin sichergestellt ist. Möglicherweise brauchen auch andere Haustiere eine besondere Betreuung.

- Aufenthalt: Wer nicht für wichtige Aufgaben (Infrastruktur, Einsatzorganisation, etc.) benötigt wird, bleibt zu Hause bzw. in seinem Wohnumfeld. Unnötige Fahrten vermeiden, Treibstoff sparen.
- Nachbarn auf die Situation ansprechen. Nicht alle werden den Stromausfall sofort mitbekommen. Bestehende oder provisorische Anschlagbretter nutzen, um Infos auszuhängen. Überprüfen, ob es pflegebedürftige oder kranke Menschen im Umfeld gibt, zu denen kein Pflegedienst oder Essen-auf-Rädern mehr kommt. Nachbarschaftliche Notfallteams organisieren, um ihnen zu helfen.
- Hauszutritt in Wohnhausanlagen: Die Klingelanlagen funktionieren nicht mehr. Wie wird der Zutritt ermöglicht?
- Achtsam bleiben! Dinge, die nicht in Ordnung sind - u.a. der Austritt von Kanalabwässern, Feuer, Kriminalität, etc. - sofort einer Einsatzorganisation melden. Sollte es notwendig werden, zur Deeskalation von kritischen Situationen beitragen. Achtung! Niemals selbst in Gefahr begeben!
- Bestmöglich „gestrandeten“ Personen (Pendler, Touristen, Schüler etc.) helfen.
- Erste-Hilfe-Kenntnisse auch in der Nachbarschaft anbieten.
- In der Gruppe überlegen, wie man am besten zusammenhelfen kann und welche weiteren Maßnahmen im Wohnumfeld notwendig werden könnten. Stets miteinander im Gespräch und Kontakt bleiben und wichtige Infos austauschen.