

**Vorrat.  
Zur Sicherheit!**



## Die Haushaltsbevorratung – wozu?

Unerwartete Ereignisse wie Notfälle, Krisen, Streiks, Verkehrsbeeinträchtigungen, Naturkatastrophen bzw. extreme Wetterbedingungen sowie technische Pannen, wie Strom-, Gas- oder Wasserausfälle beziehungsweise Reaktorunfälle können schnell zu ernststen Versorgungsengpässen führen. Aber auch plötzliche Krankheitsfälle oder auch unangemeldete Gäste zeigen, dass die Bevorratung unverzichtbar ist für die alltägliche Haushaltsführung. Die Haushaltsbevorratung ist somit ein notwendiger Selbstschutzzfaktor zur Schadensbegrenzung bzw. zur eigenen Sicherheit und erweist sich als äußerst vorteilhaft im Alltag. Eine gelungene Bevorratung sollte die Nahrungs- und Energieversorgung einer Person für mindestens 14 Tage sichern können. In dieser Hinsicht gilt natürlich: Bevorraten Sie nur, was Ihnen auch schmeckt und Ihren normalen Essgewohnheiten entspricht, und füllen Sie Ihren Vorrat immer nach.

## Die Haushaltsbevorratung – wie?

Grundsätzlich muss kein eigenes Vorrats Paket gehortet werden. Leichter ist es, vor allem wegen der Haltbarkeit der Produkte, den Vorrat in die alltäglichen Essgewohnheiten einzugliedern und sich danach zu richten was schmeckt. So wird alles verbraucht - der Vorrat steht für den normalen Alltag, aber auch automatisch für den Ernstfall zu Verfügung.

## Getränke und Lebensmittel

- mind. 2,5 Liter Wasser und andere Getränke pro Person/ Tag
- lang haltbare und reich kalorienhaltige Lebensmittel mit lebenswichtigen Nährstoffen lagern
- Haltbarkeitsfristen immer kontrollieren und die Lebensmittel danach aufbrauchen
- gegebenenfalls hochwertige Notfallnahrung (ca. 15 Jahre und länger haltbar) bevorraten
- auf Babynahrung bzw. spezielle Diätahrung achten und die Haustiere nicht vergessen

## Apotheke und Pflege

- Gut gefüllter Erste-Hilfe-Koffer mit Kaliumiodid-Tabletten. Beim Hausarzt informieren!
- Artikel für allgemeine Hygiene und Körperpflege ausreichend bevorraten

## Stromausfallvorbeugung oder sonstige Energieversorgung

- Kerzen, Zündhölzer, Taschenlampen, Petroleum- oder Gaslampe
- Batteriebetriebener- oder Kurbelradio als Informationsquelle
- Gaskocher und alternative Heizmöglichkeiten
- Ein stets vollgetanktes Auto sichert Radio, Wärme und Handylademöglichkeit

