

# Vorbereitung auf eine Strommangellage



Treffen Sie Vorkehrungen, um pflegebedürftige Angehörige notfalls für einige Zeit selbst pflegen zu können. Halten Sie Medikamente, Hilfsmittel und Hygieneartikel für eine Woche auf Vorrat. Stellen Sie sicher, dass Sie über wichtige Krankenakten und Rezepte in Papierform verfügen.



Wenn Sie ein Cheminée oder einen Holzofen haben, halten Sie Holz, Briketts oder Kohle auf Vorrat. Sorgen Sie auch für Ihr Heizungssystem vor z.B. Vorrat für Ölheizung, Pellets etc.



Mit Hilfe eines batteriebetriebenen Radios erhalten Sie auch bei einem Stromausfall wichtige Informationen der Behörden.



Mit Kerzen, Taschenlampen (inkl. Batterien) und Campingkocher mit Gaskartuschen (Achtung nur bei guter Belüftung verwenden, Brandgefahr) haben Sie auch ohne Strom Licht und die Möglichkeit, Essen zu wärmen.



Halten Sie stets eine gewisse Menge an Bargeld zuhause. Bei einem Stromausfall funktionieren Bancomaten und elektronische Zahlungsmittel nicht mehr.



Prüfen Sie Einrichtungen im Haushalt, welche ohne Strom nicht mehr verfügbar sind, auf welche Sie jedoch angewiesen sind wie z.B. lebenswichtige Systeme (Sauerstoff), elektronische Schliesssysteme, Treppenlifte, elektrisches Patientenbett etc.



Informieren Sie sich vorgängig über <http://www.notfalltreffpunkt.ch> wo sich in Ihrer Gemeinde der nächste Notfalltreffpunkt befindet (beachten Sie den entsprechenden Flyer der Gemeinde).



Testen Sie regelmässig die Funktionstüchtigkeit Ihres Notstromaggregates und die zugehörigen Treibstoffreserven.



Legen Sie ausreichend Vorräte an Wasser und Lebensmitteln an (siehe Checkliste "Notvorrat").



Schalten Sie nicht benötigte Geräte aus. Achten Sie darauf, dass das Gerät nicht im Stand-By-Modus weiterläuft.

# Richtiges Verhalten während Stromunterbruch



Bewahren Sie Ruhe und sorgen Sie für ausreichend Beleuchtung.



Schauen Sie nach, ob Leute in Aufzügen im Haus eingeschlossen sind; organisieren Sie Hilfe falls nötig.



Informieren Sie ältere Personen über den Stromunterbruch.



Wenn Sie Hilfe benötigen oder sich über die Lage informieren wollen, suchen Sie den nächstgelegenen Notfalltreffpunkt auf. (Sofern das Mobile funktioniert, melden Sie sich bei einem Notfall wie gewohnt an die Nummern 117, 118 und 144)



Nehmen Sie mit Nachbarn und alleinstehenden Personen Kontakt auf und überlassen Sie diese Personen keinesfalls ihrem Schicksal. Schliessen Sie sich zusammen und helfen Sie sich gegenseitig.



Hören Sie Radio; eventuell können Sie sich mit akkubetriebenen Geräten (z.B. Smartphone) auf der Website des Stromanbieters oder via Alertswiss informieren, ob spezifische Informationen zu erwarten sind.



Wenn Ihr Telefon noch funktioniert: Rufen Sie die Notrufnummern nur in Notfällen an und vermeiden Sie unnötige Anrufe (Gefahr der Netzüberlastung).



Tragen Sie warme Kleidung. Diese hilft, den Ausfall der Heizung zu kompensieren.



Halten Sie Kühlschränke und Tiefkühlgeräte möglichst geschlossen; vor sechs Stunden Stromunterbruch muss der Kühlschrank nicht geleert werden, das Tiefkühlgerät erst nach 24 Stunden.



Schalten Sie alle netzbetriebenen Geräte aus. Wenn der Strom wieder da ist, schalten Sie ein Gerät nach dem anderen ein.

# Checkliste Notvorrat



## Getränke

- 9 Liter Wasser (Pro Person)
- Weitere Getränke



## Lebensmittel (Für 1 Woche)

- Reis oder Teigwaren
- Öl oder Fett
- Konserven, z.B. Gemüse, Früchte oder Pilze
- Mehl, Trockenhefe
- Dauerwürste, Trockenfleisch
- Fertiggerichte, z.B. Rösti, Fertigsuppen
- Hartkäse, Schmelzkäse
- Bouillon, Salz, Pfeffer
- Kaffee, Kakao, Tee
- Müesli, Hülsenfrüchte, Dörrfrüchte, Nüsse
- Zwieback oder Knäckebrot
- Schokolade
- UHT-Milch, Kondensmilch
- Zucker, Konfitüren, Honig
- Spezialnahrung (z.B. für Säugling)
- Futter für Haustiere



## Hausapotheke / Hygiene

- Seife, WC-Papier
- Desinfektionsmittel
- 50 Hygienemasken pro Person
- Persönliche Medikamente
- Allgemeine Hausapotheke



## Technik

- Batteriebetriebenes Radio, (Kurbel-)Taschenlampe, Ersatzbatterien
- Powerbank für Akkugeräte
- Kerzen, Streichhölzer und/oder Feuerzeug
- Gaskocher, Rechaud
- Heizgelegenheit (z.B. Bettflasche)



## Und ausserdem ...

- Bargeld
- Wichtige Dokumente
- 
- 
- 
-