

# Meine Checkliste

## 1. Grundvorrat

vorhanden

- Getränke (28 Liter)
- Gemüse, Hülsenfrüchte (5,6 kg)
- Getreide, Getreideprodukte, Reis, Kartoffeln, Nudeln, Brot (4,9 kg)
- Milch, Milchprodukte (3,7 kg)
- Obst, Nüsse (3,6 kg)
- Fleisch, Fisch, Eier bzw. Volleipulver (2,1 kg)
- Fette, Öle (0,5 kg)
- Sonstiges nach Belieben

## 2. Hausapotheke

vorhanden

- DIN-Verbandskasten
- vom Arzt verordnete Medikamente
- Schmerzmittel
- Hautdesinfektionsmittel
- Wunddesinfektionsmittel
- Mittel gegen Erkältungskrankheiten
- Fieberthermometer
- Mittel gegen Durchfall

## 3. Hygieneartikel

vorhanden

- Seife, Waschmittel
- Zahnbürste, Zahnpasta

Einweggeschirr & Besteck

- Haushaltspapier
- Toilettenpapier
- Müllbeutel
- Campingtoilette, Ersatzbeutel
- Haushaltshandschuhe
- Desinfektionsmittel, Schmierseife

## 4. Brandschutz

vorhanden

- Feuerlöscher
- Rauchmelder
- Löschdecke (notfalls Woldecke)
- Behälter für Löschwasser
- Wassereimer
- Garten- oder Autowaschschlauch

## 5. Energieausfall

vorhanden

- Kerzen, Teelichter
- Streichhölzer, Feuerzeug
- Stromerzeuger
- Taschenlampe
- Reservebatterien
- Camping-, Spirituskocher mit Brennmaterial

# Meine Checkliste

Heizgelegenheit \_\_\_\_\_

Brennstoffe \_\_\_\_\_

Schutzmaske, behelfsmäßiger  
Atemschutz \_\_\_\_\_

Arbeitshandschuhe \_\_\_\_\_

## 6. Dokumente **vorbereitet**

Welche Dokumente sind unbedingt  
erforderlich für Sie? \_\_\_\_\_

Sind von wichtigen Dokumenten  
Kopien \_\_\_\_\_

vorhanden und diese ggf.  
beglaubigt? \_\_\_\_\_

Sind wichtige Dokumente  
griffbereit? \_\_\_\_\_

## 8. Rundfunkgerät **vorhanden**

Rundfunkgerät für Batteriebetrieb  
geeignet oder ein Kurbelradio \_\_\_\_\_

Reservebatterien \_\_\_\_\_

## 7. Notgepäck **vorhanden**

persönliche Medikamente \_\_\_\_\_

behelfsmäßige Schutzkleidung \_\_\_\_\_

Woldecke, Schlafsack \_\_\_\_\_

Unterwäsche, Strümpfe \_\_\_\_\_

Gummistiefel, derbes Schuhwerk \_\_\_\_\_

Essgeschirr, -besteck, \_\_\_\_\_

Thermoskanne, Becher \_\_\_\_\_

Material zur Wundversorgung \_\_\_\_\_

Dosenöffner und Taschenmesser \_\_\_\_\_

strapazierfähige, warme Kleidung \_\_\_\_\_

Taschenlampe \_\_\_\_\_

Kopfbedeckung, Schutzhelm \_\_\_\_\_