

# > 72 STUNDEN KRISENREADY

## DIE CHECKLISTE FÜR DEN ERNSTFALL

*Bist du für drei Tage vorbereitet?*

### WASSER + GETRÄNKE\*

- Mindestens 6 besser 9 Liter Trinkwasser in Kanistern oder Flaschen gelagert
- 2–3 haltbare Getränke (Saft, Limonade oder Tee)
- Wasserfilter und Desinfektionstabletten (optional)

### NAHRUNG\*

- 6–9 Energieriegel oder ähnliche Snacks
- 300g Nüsse oder Studentenfutter
- 3–4 Konserven (Fertiggericht, kalt verzehrbare)
- 1 Brot-Alternative (Knäckebrot, Pumpernickel)
- Haltbarer Aufstrich („Dosenwurst“)
- 500 g Haferflocken oder Reis/Nudeln
- Elektrolyte
- Spezial- und Babynahrung nach Bedarf

### LICHT/STROM/INFORMATION

- Taschen- oder Stirnlampen
- Radio (Batterie oder Kurbel)
- Passende Ersatzbatterien
- Geladene Powerbanks
- Geladene Powerstation (empfohlen)
- Ladekabel (USB-C für Handy und ggf. Lampe)
- Warn-App (NINA und/oder KATWARN) installiert

### KOCHEN

- Campingkocher
- Gaskartuschen/ Brennstoff
- Feuerzeug oder Zündhölzer

### GESUNDHEIT+HYGIENE

- Erste Hilfe Set
- Medikamente (Persönliche und Basics, wie Schmerz- und Fiebermittel)
- Desinfektionsmittel
- Hygieneartikel (Feuchttücher, Zahnhygiene, Damenhygiene)
- Müllbeutel

### DOKUMENTE/KONTAKTE/ ORGANISATION

- Digitalisierte Dokumente griffbereit
- Kontaktliste ausgedruckt
- Bargeld
- Schlüssel und Ersatzschlüssel
- Nachbarn: klar, wer Unterstützung braucht oder helfen kann?
- Alle im Haushalt sind gebriefet

### SICHERHEIT+TOOLS

- Feuerlöscher oder Löschdecke
- Taschenmesser/Multitool

### HAUSTIERE

- Futter für 3 Tage
- Wasserbedarf einkalkuliert
- Medikamente (ggf.)

# VERSORGUNG STEHT?

Wenn du alles vorbereitet hast, geht es jetzt um den Umgang damit.  
Übe einfache Abläufe – zu Hause oder draußen. Dann weißt du, was funktioniert.

## WENN DU DEIN ZUHAUSE VERLASSEN MUSST

Jedes Jahr werden auf behördliche Anordnung zehntausende Menschen in Deutschland evakuiert. Oft bleibt dafür nur eine extrem kurze Vorlaufzeit. Damit dich eine Evakuierung nicht kalt überrascht, musst du jetzt nur noch ein paar Dinge organisieren – dein 72-Stunden-Vorrat hilft dir dabei extrem!

### NOTGEPÄCK

- Packliste unter [krisenready.de/evakuierung](https://www.krisenready.de/evakuierung) runterladen
- Rucksack oder Tragetasche bereithalten
- Notgepäck aus deinem 72-Stunden-Vorrat zusammenstellen und mit zusätzlicher Ausstattung (u.a. Bekleidung) Rucksack oder Tasche einmal probeweise packen
- Passt alles rein? Haken dran!

### VOR DEM GEHEN PRÜFEN

- Wasser und Strom sind abgestellt
- Fenster und Türen geschlossen
- Bargeld, digitalisierte Dokumente (z. B. auf USB-Stick), Schlüssel und Handy im Go-bag

Die wichtigsten Infos zu einer Evakuierung haben wir dir auch unter [krisenready.de/evakuierung](https://www.krisenready.de/evakuierung) zusammengefasst.

### NOTIZEN



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---