

Checkliste: 72 Stunden (Basis)

Krisenhandbuch – zum Ausdrucken & Abhaken

Wasser & Hygiene

- Trinkwasser (mind. ____ Liter pro Person)
- Seife/Feuchttücher/Müllbeutel
- Plan für Abkochen/Filter

Licht & Energie

- LED-Licht/Stirnlampe
- Knicklichter (Orientierung)
- Powerbanks/Powerstation + Kabel

Information

- Kurbel-/Batterieradio
- Notfallkontakte offline (Papier)
- Nachbarn checken

Nahrung & Kochen

- 3 Tage haltbar + 1–2 Tage ohne Kochen
- Optional: Outdoor-Kocher + feuerfeste Unterlage
- Dosenöffner/Utensilien

Haustiere (falls vorhanden)

- Futtervorrat + Trinkwasser
- Leine/Transportbox/Decke
- Medikamente/Impfpass (Kopie)

Sonstiges

- Bargeld
- Wichtige Dokumente (Kopie)
- Erste Hilfe + Medikamente