

## Persönliche Notizen/ To Do Liste

### Notrufnummer:

- Polizei: 133
- Rettung: 144
- Feuerwehr: 122
- Euronotruf: 112
- Bergrettung: 140

WER ruft an?

WO wird Hilfe benötigt?

WAS ist passiert?

WIEVIELE Verletzte?

WARTEN Sie auf Rückfragen!



## Infoblatt

## Allgemeine Krisenvorsorge

### Bedeutung der Warn- und Alarmsignale im Katastrophenfall

#### Warnung

3 Minuten  
gleichbleibender Dauerton

Herannahende Gefahr!  
Radio oder Fernseher (ORF) einschalten,  
Verhaltensmaßnahmen beachten.

1 Minute  
auf- und abschwellender Heulton

Gefahr!  
Schützende Bereiche bzw. Räumlichkeiten aufsuchen, über Radio  
oder Fernseher (ORF) durchgegebene Verhaltensmaßnahmen befolgen.

#### Entwarnung

1 Minute  
gleichbleibender Dauerton

Ende der Gefahr!  
Weitere Hinweise über Radio oder Fernseher (ORF) beachten.

### Bedeutung weiterer Sirensignale

#### Signal für den Feuerwehreinsatz

3 x 15 Sekunden  
dazwischen jeweils 7 Sekunden Pause

#### Sirenenprobe

15 Sekunden  
jeden Samstag mittags



Checklisten zum Download auf:

[www.krisensurvival.at/downloads](http://www.krisensurvival.at/downloads)

[www.survivaltechnik.at/downloads](http://www.survivaltechnik.at/downloads)

Generell ist es empfehlenswert einen Vorrat für ca. 14 – 60 Tage anzulegen & regelmäßig zu kontrollieren / zu ergänzen

### Trockennahrung:

- Reis, Grieß, Mehl
- Teigwaren
- Zwieback, Knäckebrötchen
- Haferflocken
- Nüsse, Trockenfrüchte
- Bohnen, Erbsen, Linsen, Rollgerste getrocknet
- Suppenpulver
- Milchpulver
- Kartoffelpüree Pulver
- Öl
- Salz, Gewürze
- Honig, Marmelade, Schokolade Zucker
- Konserven, Aufstrich Konserven, Fischkonserven
- Trocken & Nassfutter für Haustiere

### Getränke:

- Mineralwasser in Glasflaschen
- Mineralwasser still (auch zum Kochen & Hygiene)
- Tee, Kaffee
- Säfte, Sirup

**Grundvorrat** *erweiterter Vorrat*

### Körperpflege & Hygiene:

- Toilettenpapier (alternativ Zeitungspapier)
- Küchenrollen
- Seife (in fester Form)
- Rasierzeug
- Waschmittel
- Zahnhygiene
- Binden oder Tampons

### Hausapotheke:

- Verbandszeug, Gummihandschuhe
- Desinfektionsmittel
- Schmerzmittel, Fiebersenkende  
Medikamente
- Kohle & Jodtabletten
- Pinzette, Schere, Fieberthermometer
- Tabletten zur Wasseraufbereitung
- Augentropfen
- Persönlich verschriebene Medikamente
- Medikamente für Kinder
- Wichtige ärztliche Befunde
- Brillenpass, Ersatzbrille
- Wund und Brandsalbe
- Magnesium, Calcium, Vitaminpräparate

### Technische & Sicherheitsausrüstung:

- Kerzen, Teelichter
- Zünder, Feuerzeuge, Funkstahl
- 2 Taschenlampen (Batterie oder Dynamo)
- Radio (Batterie oder Dynamobetrieb)
- Campingkocher (Espit, Spiritus, Gaskartusche)
- Löschdecke, Feuerlöscher
- Knüppel
- Messer (Multitool), Faltkanister
- Decken, Rettungsdecken (Gold-Silberfarben)
- Schlafsack (mind. 3 Jahreszeiten Schlafsack)
- Reservebatterien
- Nähzeug
- Karte deiner Umgebung

### Dokumente (physisch & digital):

- Reisepass, Personalausweis
- Führerschein, Waffendokumente
- Geburtsurkunde
- Staatsbürgerschaftsnachweis
- Heiratsurkunde
- Meldezettel
- KFZ-Dokumente
- Impfpässe, Blutgruppenpass, Brillenpass
- Testamente
- Bargeld, Schmuck, Wertsachen