



Wie sieht es aus mit Ihrem Notvorrat?

Überbrückung von Ausfällen im Bereich Strom, Wasser und Gas

Es ist erst zwei Jahre her, doch schon längst nicht mehr so richtig präsent. Im Herbst 2022 waren Stichworte wie „Energiemangellage“ oder „Blackout“ in aller Munde. Durch den russischen Angriffskrieg auf die Ukraine und die damit verbundenen Folgen bereitete man sich auf die Möglichkeit einer Mangelsituation bzw. Ausfälle im Bereich Strom, Wasser und Gas vor. Eine solche Mangelsituation ist nicht eingetreten, dennoch besteht eine Abhängigkeit von der so genannten kritischen Infrastruktur, weshalb man ein Stückweit vorbereitet sein sollte, falls diese doch mal ausfällt.

Unter der Annahme, dass mit allen Kräften versucht wird, diese Infrastruktur schnellstmöglich wiederherzustellen, muss der dann entstehende Zeitraum mit einem eigenen Vorrat überbrückt werden. Sowohl aus gesamtgesellschaftlicher als auch aus der individuellen Perspektive spielt der eigene Notvorrat die entscheidende Rolle.

Das Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe (BBK) empfiehlt einen Notvorrat für mindestens 10 Tage. Dies ist als Richtwert zu verstehen, da man annimmt, dass in diesem Zeitraum eine Ersatzinfrastruktur geschaffen werden könnte. Sollten Sie zunächst nur einen kleineren Vorrat anlegen können, so ist dies genauso wichtig und richtig.

Getränkervorrat

Noch viel wichtiger als ein Vorrat an Essen sind Getränke. Als Mindestmenge werden pro Person und Tag zwei Liter Wasser empfohlen. Damit ist nur das Trinkwasser gemeint. So genanntes „Brauchwasser“ zum Kochen, Spülen oder Waschen ist nicht mit eingerechnet und sollte zusätzlich berücksichtigt werden. Ein Sprudelautomat für Leitungswasser ist hier selbsterklärend nicht das Mittel der Wahl, da Leitungswasser unter Umständen nicht zur Verfügung steht. Vielmehr empfiehlt es sich, abgepacktes Wasser (das geht auch in Mehrwegflaschen) lichtgeschützt und kühl zu lagern. Ein Vorrat von - je nach Größe - 1,5 Kästen pro Person reicht im Allgemeinen. Für den empfohlenen 10-Tages-Vorrat ergäben sich für eine 4-köpfige Familie 80 Liter Wasser. Statt Wasser können auch andere Getränke vorgehalten werden. Wichtig ist, dass diese dem Körper wirklich ein hohes Maß an Flüssigkeit zuführen.

Essensvorrat

Beim Vorrat an Essen sind Ihrer Phantasie kaum Grenzen gesetzt. Wichtig ist, dass Sie bei Ihrer Planung einen Stromausfall miteinkalkulieren. Das heißt, Ihr Vorrat sollte ungekühlt lagern und mit den bei Stromausfall zur Verfügung stehenden Mitteln zubereitet bzw. unaufgewärmt verzehrt werden können. Empfohlen sind mindestens 2.200 kcal pro Person und Tag. Die genaue Zusammensetzung hängt von Ihren Essgewohnheiten und Vorlieben ab, daher können wir nicht mit konkreten Beispielen dienen. Lagern Sie keine Produkte ein, die Sie nicht mögen oder vertragen.

Sonstiges

Zu Ihrem Notfallvorrat sollten neben Essen und Trinken auch weitere Verbrauchsgüter, wie Hygieneprodukte oder das Futter für Haustiere gehören. Auch hier empfiehlt es sich, einen Puffer einzukaufen, den Sie regelmäßig verbrauchen. Einen ausführlichen Ratgeber mit Checkliste finden Sie auf den Internetseiten des Bundesamtes für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe (BBK) unter www.bbk.bund.de

Das Konzept, einen Vorrat anzulegen, ist keine neue Erfindung. Wenn Sie nur solche Produkte kaufen, die Sie tatsächlich auch verzehren, müssen Sie nichts wegwerfen. Achten Sie darauf, immer das Produkt mit der kürzesten verbleibenden Haltbarkeit zuerst zu nutzen. Die meisten Supermarktkonserven halten sich 5-10 Jahre. Es gibt aber auch Spezialprodukte mit besonders langen Haltbarkeiten. Diese könnten Sie auch in Ihren Vorrat integrieren, notwendig ist dies aber nicht unbedingt. Auch hier gilt: nur das bevorraten, was man auch essen möchte.

Übrigens: einen Notvorrat anzulegen, hat nichts mit „Hamstern“ zu tun. Legen Sie nach und nach etwas zurück. Wirklich unsolidarisch ist es, sich erst bei einer abzeichnenden Verknappung eines Gutes dies im Übermaß zu kaufen. Mit einem gut eingeräumten Notvorrat sind Sie auf der sicheren Seite.