



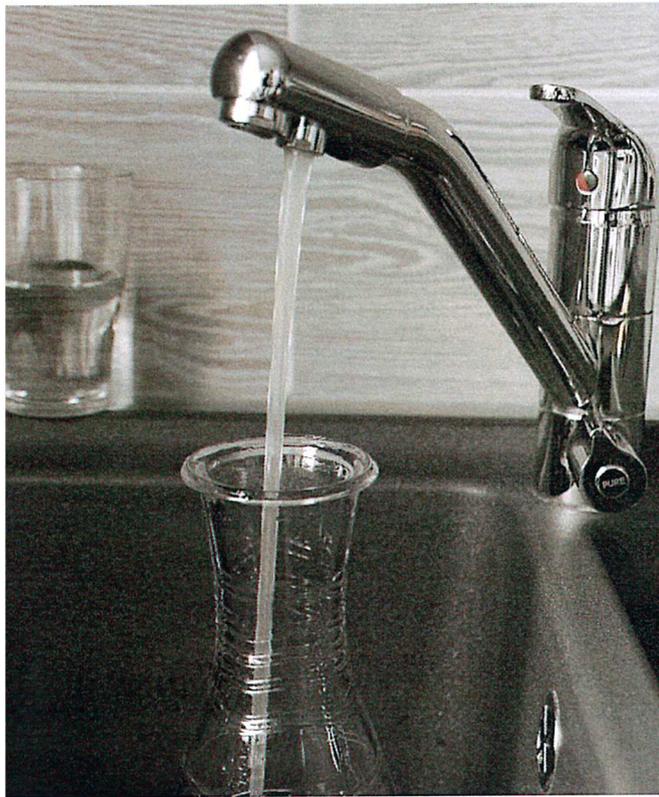
## Eine Woche ohne Einkaufen

Jeder Haushalt in Österreich sollte eine Woche ohne Einkaufen und Strom auskommen. Mit dieser Maßnahme ist auch Ihr Haushalt für die meisten Bedrohungsszenarien optimal vorbereitet. Es ist einfacher als man denkt. Unser Tipp: Stellen Sie sich einfach vor, Sie fahren eine Woche auf Campingurlaub. Auch die Anschaffungskosten halten sich in Grenzen.

Mit rund 40 Euro pro Person und Woche können Trinkwasser und Lebensmittel angeschafft werden. Hinzu kommen einmalige Kosten für Hygieneartikel, Werkzeuge oder eine stromunabhängige Kochgelegenheit und eine stromunabhängige Informationsquelle, wie etwa Kurbel- oder Batterieradio. Wobei ohnehin das meiste davon in unseren Haushalten

bereits vorhanden ist. Dennoch: Zwei Drittel aller Haushalte sind nicht optimal vorbereitet, jeder fünfte Haushalt hat überhaupt keine Vorräte zu Hause. Noch in den 70er Jahren hatte jeder Haushalt Vorräte für einen Monat eingelagert.

Deshalb unser Motto:  
**Denk daran:  
Schaff Vorrat an!**



## Zentral: Trinkwasser

Die Bevorratung von Trinkwasser ist sicher die wichtigste Maßnahme. Mindestens 1,5 Liter Wasser pro Tag braucht der Mensch zum Leben. Hinzu kommen noch rund 3,5 Liter Wasser zur persönlichen Hygiene. Eine einfache Möglichkeit im Ernstfall Wasser einzulagern bietet die Badewanne mit einem durchschnittlichen Volumen von

140 Litern. Um es haltbar und keimfrei zu machen und zu halten werden Micropur-Tabletten empfohlen. Die WHO empfiehlt zum Entkeimen auch das SODIS-Verfahren. Dazu wird Wasser in eine handelsübliche Pet-Flasche gefüllt und mindestens sechs Stunden in die Sonne gelegt. UV-Strahlung tötet bis zu 80% aller Keime ab.

## Haltbarkeit ist entscheidend



Die Menschheit hat schon immer versucht Lebensmittel noch haltbarer zu machen. Auch heute noch räuchern oder trocknen wir Fleisch, kochen Marmelade oder legen Gemüse in Essig ein. Dosen und Konserven sind fast durchgehend über ein Jahr haltbar. Aber Vorsicht: Es gibt zwei Möglichkeiten Vorräte anzulegen. Erstens: Vorräte, die man regelmäßig aufbraucht und nachkauft. Zweitens: Ein gesonderter Notfallvorrat, der jährlich überprüft wird. Wir empfehlen dabei den ersten Samstag im Oktober, der Zivilschutztag bzw. der Tag der Sirenenprobe.



## Die 10 wichtigsten Vorrats-Tipps

Die Trink- und Essgewohnheiten der Österreicherinnen und Österreicher sind vielfältig. Jeder zehnte ist Vegetarier, jeder achte hat Allergien. Deshalb gibt der Zivilschutzverband keine Empfehlungen für Produkte ab sondern konkrete Bevorratungstipps.

**Erstens:** Lagern Sie Trinkwasser ein, 1,5 Liter pro Tag und Person.

**Zweitens:** Lagern Sie Lebensmittel ein, die zumindest ein Jahr haltbar sind, 2.500 Kalorien pro Tag und Person.

**Drittens:** Sorgen Sie für eine stromunabhängige Kochmöglichkeit in Ihrem Haushalt. Das können

Gaskocher oder Brennpaste genau so sein, wie ein Gartengriller.

**Viertens:** Neben Trinkwasser brauchen Sie auch Wasser zur Hygiene und zum Kochen. Der Zivilschutzverband empfiehlt hierzu im Fall der Fälle die Badewanne anzufüllen.

**Fünftens:** Auch Hygieneartikel sind wichtig. Dazu zählen auch Müllbeutel, Plastikteller und Plastikbesteck.

**Sechstens:** Im Ernstfall sind Informationen mit das Wichtigste. Bei einem Stromausfall funktionieren Fernseher oder Internet nicht mehr. Deshalb werden Batterieradios

und noch besser Kurbelradios empfohlen. Aber auch ein Autoradio funktioniert.

**Siebtens:** Hausapotheke und Verbandskasten sollten vollständig sein und regelmäßig kontrolliert werden.

**Achtens:** Jeder Haushalt sollte immer etwas Bargeld gut versperrt bzw. versteckt zu Hause haben.

**Neuntens:** Die Dokumentenmappe sollte immer vollständig griffbereit sein und im Idealfall auch wasserdicht verpackt sein.

**Zehntens:** Im Ernstfall mit das Wichtigste ist gegenseitige Hilfe vor allem in der Nachbarschaft.

# Kennen Sie die Sirenensignale?

## PROBE



15 sec.

gleichbleibender Dauerton - Sirenenprobe

## WARNUNG



3 min.

gleichbleibender Dauerton - herrannahende Gefahr

## ALARM



1 min.

auf- und abschwelliger Heulton - unmittelbare Gefahr

## ENTWARNUNG



1 min.

gleichbleibender Dauerton - Ende der Gefahr

Mehr als 8.000 Sirenen alarmieren im Ernstfall die Bürgerinnen und Bürger. U.a. gibt es auch über 300 Strahlenmessstationen.

Jeden ersten Samstag im Oktober wird bei einem Probealarm die Funktionalität überprüft und alljährlich ein Wert von über 99% erreicht. Damit können die Bürgerinnen und Bürger rasch informiert werden.

Österreich verfügt über ein flächendeckendes Warn- und Alarmierungssystem.

## Für Sie da – Ihr Zivilschutzverband!



über 60 Jahren die wichtige Aufgabe die Bürgerinnen und Bürger zu informieren. Klar ist, dass eigene Schutzmaßnahmen die Arbeit der Behörden

und Einsatzorganisationen maßgeblich entlasten.

BR/Bgm. Martin Weber  
Präsident des StZSV

Im Rahmen des Staatlichen Krisen- und Katastrophenschutzmanagements übernimmt der Zivilschutzverband seit

**Zivilschutzverband  
Steiermark  
Florianstraße 24  
8403 Lebring  
Tel. 03182 7000 733  
[www.zivilschutzverband.steiermark.at](http://www.zivilschutzverband.steiermark.at)**

