



Merkblatt: Notvorrat auf einen Blick



Wasser und Getränke

- 9 Liter Wasser pro Person
- weitere Getränke



Lebensmittel für eine Woche, zum Beispiel:

- Reis oder Teigwaren
- Öl oder Fett
- Konserven
- Mehl, Trockenhefe
- Trockenfleisch
- Fertiggerichte, z.B. Rösti
- Hartkäse
- Bouillon, Salz, Pfeffer
- Kaffee
- Hülsenfrüchte
- UHT-Milch
- Zucker, Konfitüren, Honig
- Nüsse
- Dörrfrüchte
- Futter für Haustiere



Gebrauchsgüter

- Batteriebetriebenes Radio
- Taschenlampe
- Ersatzbatterien
- Kerzen, Streichhölzer, Feuerzeug
- Gaskocher, Rechaud
- etwas Bargeld



Hygieneartikel und Hausapotheke

- Seife
- WC-Papier
- Desinfektionsmittel
- 50 Hygienemasken pro Person
- Persönliche Medikamente