

# Was bedeutet kein Strom in der Region?



**Kein Licht**  
von der Leselampe  
bis zur Straßenbeleuchtung



**Keine Kommunikation**  
Handy, Telefon, Internet,  
Fernsehen, Notruf



**Kein Geldverkehr**  
Geldautomat, Kassen,  
Zahlungsverkehr



**Kein Einkauf**  
Nahrungsmittel, Getränke,  
Supermarkt, Warenverkehr



**Kein Kraftstoff**  
Tankstelle



**Keine Kühlung**  
Kühlschrank, Gefrierautomat,  
privat und im Handel



**Keine Heizung**  
privat und öffentlich



**Keine Medikamente**  
Notfallmedizin, Erkrankungen

## Verhalten im Notfall

Bewahren Sie Ruhe!

Melden Sie:

- Ihren Namen
- Was ist passiert?
- Wie viele sind betroffen?
- Wo ist etwas passiert?

Warten Sie auf Rückfragen!

## Wo bekomme ich aktuelle Infos im Notfall?

Bei funktionierender Stromversorgung:

- offizielle Informationen und Warnungen gibt es über Apps wie z.B. NINA oder KATWARN
- Medien, Internet

Ohne funktionierende Stromversorgung:

- UKW-Radio (batterie- oder solarbetrieben)
- Autoradio
- mobile Lautsprecherdurchsagen
- aktuelle Handzettel/Flyer
- Anlaufstellen

Weitere Informationen im Netz: [www.frensdorf.de](http://www.frensdorf.de)

## Wichtige Telefonnummern

Bei funktionierendem Telefonnetz:

- Feuerwehr, Rettungsdienst 112  
Polizei 110  
Ärztlicher Notrufdienst 116 117  
Giftnotrufzentrale 089 192 40  
BBK-Hotline (zu Notfallvorsorge) 0228 99 550-3670  
Rathaus Frensdorf 09502/9449-0

## Anlaufstellen in der Gemeinde Frensdorf

Die Gemeinde Frensdorf errichtet im Fall eines länger andauernden und flächendeckenden Stromausfalls Anlaufstellen u.a. bei den Feuerwehrhäusern und der Schulturnhalle (Leuchttürme). Dort können Sie Gefahren melden und aktuelle Informationen erhalten. Achten Sie auf Radio-Durchsagen!  
Es findet dort keine Versorgung mit Lebensmitteln, Medikamenten etc. statt.

### • Schulsporthalle in Frensdorf:

Bahnhofstraße 1, 96158 Frensdorf

### • Feuerwehrhaus in Frensdorf:

Kellerstraße 2, 96158 Frensdorf

### • Feuerwehrhaus in Abtsdorf:

Abtsdorfer Mühle 2, 96158 Frensdorf

### • Feuerwehrhaus in Birkach:

Zum Alten Berg 6, 96158 Frensdorf

### • Feuerwehrhaus in Reundorf:

Schulgasse 1, 96158 Frensdorf

### • Rathaus in Frensdorf:

Kaulberg 1, 96158 Frensdorf

### Abschnittsführungsstelle für die Gemeinde Frensdorf:

#### • Feuerwehrhaus in Herrnsdorf:

Am Anger 5, 96158 Frensdorf

Vor den Feuerwehrhäusern bitte die Ein- und Ausfahrt freihalten.



# Ratgeber für den Notfall

Vorsorge, Kontakte und  
Anlaufstellen

Mit Checkliste

# Vorsorge

In einer Ausnahmesituation wie Hochwasser, Stromausfall oder Sturm können Lebensmittel zeitweise schwer zu bekommen sein. Sorgen Sie daher für einen ausreichenden Vorrat. Ihr Ziel sollte es sein, zehn Tage ohne Einkaufen überstehen zu können. Die Vorsorge liegt in Ihrer Verantwortung.

In der folgenden Übersicht finden Sie ein Beispiel für einen zehntägigen Grundvorrat für eine Person. Dieser entspricht ca. 2.200 kcal pro Tag und deckt damit im Regelfall den Gesamtenergiebedarf ab. Berücksichtigen Sie bei Ihrer Planung persönliche Vorlieben, Diät-Vorschriften und Allergien.

Denken Sie auch daran, Ihre wichtigsten Dokumente so zu ordnen und zu sichern, dass Sie diese immer griffbereit haben und eine beglaubigte Kopie an einem geschützten Ort hinterlegt haben.

## Grundsätzlich beachten

Nur was Sie mögen und vertragen. Nicht nur die Haltbarkeit bei Lebensmitteln ist entscheidend. Berücksichtigen Sie Allergien, Lebensmittelunverträglichkeiten oder besondere Bedarfe wie Babynahrung, aber auch persönliche Vorlieben beim Zusammenstellen Ihres Vorrats.

Prinzip "lebender Vorrat". Versuchen Sie, Ihren Vorrat in Ihren alltäglichen Lebensmittelverbrauch zu integrieren. So wird er immer wieder verbraucht und erneuert, ohne dass Lebensmittel verderben. Neu gekaufte Vorräte gehören nach "hinten" ins Regal. Brauchen Sie die älteren Lebensmittel zuerst auf.

Stück für Stück aufbauen. Es ist nicht erforderlich, den Vorrat "auf einen Schlag" anzulegen. Sie können ihn nach und nach aufbauen. Achten Sie darauf, den Vorrat aufzufüllen, bevor Sie die letzte Packung anbrechen.

Haustiere nicht vergessen. Achten Sie darauf, ausreichend Nahrung, Einstreu, Medikamente und weitere Produkte, die Ihr Tier benötigt, bevorratet zu haben.

Achten Sie auf Ihre Mitmenschen. Wenn es Ihnen möglich ist, kümmern Sie sich um hilfsbedürftige Nachbarinnen und Nachbarn.

## Was ist ein Blackout?

Darunter versteht man einen länger andauernden, meist überregionalen Strom-, Infrastruktur- und Versorgungsausfall. Regionale Ausfälle können häufig nach einigen Stunden behoben werden, überregionale Ausfälle erst nach einigen Tagen. Davon zu unterscheiden sind kurzzeitige technische Störungen (10 - 15 Minuten) in der Stromversorgung.

## Meine persönliche Checkliste

### • Grundvorrat (pro Person für 10 Tage)

Getränke: 20 Liter  
2 Liter pro Tag und Person für Trinkwasser und zur Nahrungszubereitung  
Getreide, Getreideprodukte, Brot, Kartoffeln, Nudeln und Reis: 3,5kg  
Gemüse, Hülsenfrüchte: 4,0kg  
Gemüse und Hülsenfrüchte im Glas oder in Dosen sind bereits gekocht. Für getrocknete Produkte wird zusätzlich Wasser benötigt.  
Obst, Nüsse: 2,5kg  
Bevorraten Sie Obst in Dosen und Gläsern und verwenden Sie als Frischobst nur lagerfähiges Obst.  
Milch, Milchprodukte: 2,6kg  
Fisch, Fleisch, Eier (bzw. Volleipulver): 1,5kg  
Frische Eier sind nur begrenzt lagerfähig, Volleipulver ist hingegen mehrere Jahre haltbar  
Fette, Öle: ca. 0,5kg  
Sonstiges:  
Nach Belieben z.B. Zucker, Süßstoff, Honig, Marmelade, Schokolade, Jodsalz, Fertiggerichte (z.B. Ravioli, getrocknete Tortellini, Fertigsuppen), Kartoffeltrockenprodukte (z.B. Kartoffelbrei), Mehl, Instantbrühe, Kakaopulver, Kekse, Salzstangen  
Bargeld: kleine Scheine, Münzgeld

### • Rundfunkgerät

ein für Batteriebetrieb geeignetes UKW-Radio oder Kurbelradio  
Reservebatterien

### • Hausapotheke

DIN-Verbandskasten  
vom Arzt verordnete Medikamente  
Schmerzmittel  
Hautdesinfektionsmittel  
Wunddesinfektionsmittel  
Mittel gegen Erkältungskrankheiten  
Fieberthermometer  
Mittel gegen Durchfall  
Insektenstich- und Sonnenbrandsalbe  
Splitterpinzette

### • Hygieneartikel

Wasch- und Desinfektionsmittel, (Schmier-)Seife  
Zahnbürste, Zahnpasta  
Haushaltspapier  
Toilettenpapier  
Müllbeutel  
Campingtoilette, Ersatzbeutel  
Haushaltshandschuhe  
FFP2-Maske

### • Brandschutz

Feuerlöscher  
Löschespray  
Löschecke  
Rauchmelder  
großer Behälter für Löschwasser  
Wassereimer  
Garten- oder Autowaschschlauch  
Keller und Dachboden entrümpeln

### • Energieausfall

Kerzen, Teelichter  
Streichhölzer, Feuerzeug  
Taschenlampe  
Reservebatterien  
Camping-, Spirituskocher mit Brennmaterial  
Heizgelegenheit, insbesondere mit Zulassung für geschlossene Räume (sonst Erstickungsgefahr)  
Kraftstoffe (z.B. für KFZ)