



Informationsbroschüre zum
Thema

BLACKOUT NOTGEPÄCK KOMMUNIKATION

Eine Zusammenfassung
Von Petra Pauls-Gläsemann



Anlässlich des Vorrats- und Informationsabend am 7.10.2022 in der Gemeinde Freiburg im Breisgau, habe ich auf Wunsch die wichtigsten Informationen noch einmal zusammengestellt und stelle sie als PDF allen Interessenten zur Verfügung.
Im Anhang befinden sich auch einige Rezepte, soweit vorhanden.

Petra Pauls-Gläsemann
Vorratsbeauftragte der Gemeinde Freiburg
der Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage

Mail:

vorrat-gemeinde-freiburg@gmx.de

Internet:

www.vorrat-gemeinde-freiburg.de



BLACKOUT – mehr als nur ein Stromausfall

Von einem Blackout spricht man, wenn ein Stromausfall über einen längeren Zeitraum andauert sowie flächen-deckend und vor allem ungeplant ist.

Gründe für so ein Ereignis können sein:

- **zunehmende Netzeingriffe** - um das System stabil zu halten
- **Extremwetterereignisse** - Stürme, Extremfrost, Hochwasser usw.
- **technisches Versagen** - Stromunterbrechungen durch Einspeiseprobleme
- **Cyber-Angriffe** - Hackerangriffe, z.B. über Satellitenanlagen
- **Komplexitätsüberlastung** - wenn mehrere Störungen / Ereignisse auftreten
- **Marktmanipulation** - Ungleichgewicht in Stromeinkauf und Verkauf
- **Sonnenstürme** - Einfluss auf Satelliten und Oberstromleitungen
- **Erdbeben** - Zerstörung von Stromanlagen
- **Terror-Anschläge** usw. - Gezielte Zerstörung, Manipulation

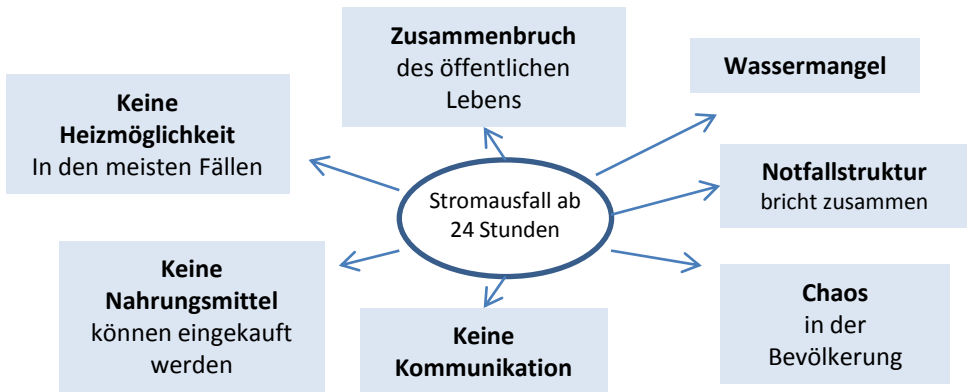
Auch zu Bedenken!

Selbst die Energiewende bringt Probleme mit sich und beim Netzausbau kann der Überschuss nicht optimal genutzt werden. Auch auf den Klimawandel ist die Infrastruktur nicht vorbereitet und somit ist es nur all zu verständlich, dass die Bundesregierung auf einen möglichen Blackout in Deutschland schon seit einiger Zeit hinweist.

Ob und **wann** es zu so einem Blackout kommen kann, kann daher niemand genau sagen, jedoch ist aufgrund der aktuellen wirtschaftlichen und politischen Lage jederzeit damit zu rechnen. Daher sollte sich jeder auf diese Krisensituation vorbereiten.



Die evtl. Folgen eines Blackouts



Mit anderen Worten

Beim Blackout ist das gesamte Stromnetz instabil – beim Stromausfall liegt ein wiederherstellbarer Defekt (Leistungsdefekt) vor.

Fest steht: Ein Blackout ist ein Szenario, das es noch nie gegeben hat. Daher sind die Folgen nicht abzuschätzen.

VORSORGE – das sollten Sie im Haus haben

- Warme Kleidung (Zwiebellook)
- Schlafsäcke
- Isomatten
- Streichhölzer, Feuerzeuge
- Holz / Brennstoffe
- Kerzen, Teelichter
- Taschenlampe (Batterien!)
- Kurbelradio
- Kurbellampe
- Reservebatterien
- Campingkocher, Grill
- Campingtoilette
- Behälter für Löschwasser
- USB-Solarzellen
- Bargeld
- Medikamente und 1. Hilfe-Set
- Notvorrat
- ausreichend Trink- und Brauchwasser



Ebenso zur Vorsorge gehören:

- Treffpunkte vereinbaren
- Wo finde ich was?
Wo sind die Kerzen, Schlafsäcke usw.
- Wie kommen die Kinder nach Hause? (Schule, Kindergarten)
- Wer kümmert sich um wem?
- Wer ist für was zuständig?
z.B. Nachbarschaftshilfe
- Notfallrucksack gepackt?
- Wie schütze ich mich und mein Zuhause? (Vor Plünderungen z.B.)

Tipps für den Notfall

Taschenlampe – immer aufgeladen, betriebsbereit haben und in der Nähe vom Bett aufbewahren. Meist braucht man sie in der Nacht. Das gilt auch für Kerzen und Feuerzeug.

Hygienekiste – Eine Kiste, Tasche, Karton mit allem, was man täglich benötigt wie Bürste, Medikamente, Feuchttücher (Wasser gibt es nicht!) usw. in Reichweite.

Kleiderbox – Mit warmer Kleidung, Schlafsäcken, Isomatten packen. Ideal auch für unter das Bett in staubsicheren Plastiktaschen.

Radio – Kurbelradio oder Lampe an einem zentralen Platz aufbewahren (Kleiderschrank z.B.) und immer wieder überprüfen auf Funktionsfähigkeit.



NOTGEPÄCK

Ein Notrucksack dient dazu, die ersten Tage nach einer Evakuierung gut zu überstehen. Er sollte alles enthalten, was uns wichtig ist.

Planen Sie Ihren individuellen Rucksack:

- Was brauchen Sie für drei Tage an Kleidung, Hygienemittel, Nahrungsmittel?
- Welche Dokumente sind für Sie wichtig?
- Gibt es einen sicheren Ort, den Sie aufsuchen können?
- Was benötigen Sie, falls Sie in Freien übernachten müssen?

TIPP: Packen Sie Ihren Rucksack oder Koffer (ideal mit Rollen oder Trolley) und leben Sie drei Tage lang nur mit den gepackten Utensilien.

Tipps für den Inhalt

Warme Kleidung zum Wechseln

Feuchttücher (falls es keine Waschmöglichkeit gibt)

Solar-Radio mit Batteriebetrieb und Leuchtstäbe (für die Nacht)

Dokumentenmappe und Bargeld

1.Hilfe-Midi-Set und Medikamente

Essgeschirr und Besteck

Ersatzbatterien, Taschenlampe

Trillerpfeife (zur Verständigung oder Abwehr)

Taschenmesser, Dosenöffner, Feuerzeug

Verpflegung, Wasserflasche

Schlafsack

Falls noch Platz:

Regenschutzkleidung, Mundschutz, Taschentücher (Stoff), Zelt

Klappspaten, Seil, Notfallanweisungen



DOKUMENTENMAPPE

Dokumente sind wichtig, deshalb sollten sie immer Vorrang haben.

Im Krieg hatten viele nur eine Tasche mit ihren Papieren als Notgepäck bei sich.

Im Original:

- Familienurkunden (Geburts-, Heirats-, Sterbeurkunden) bzw. Stammbuch

Im Original oder als beglaubigte Kopie:

- Sparbücher, Kontoverträge, Aktien, Wertpapiere, Versicherungspolizen
- Renten-, Pensions- und Einkommensbescheinigungen, Einkommenssteuerbescheide
- Qualifizierungsnachweise: Zeugnisse (Schulzeugnisse, Hochschulzeugnisse, Nachweise über Zusatzqualifikationen)
- Verträge und Änderungsverträge, zum Beispiel auch Mietverträge, Leasingverträge etc.
- Testament, Patientenverfügung und Vollmacht

Als einfache Kopie:

- Personalausweis, Reisepass
- Führerschein und Fahrzeugpapiere
- Impfpass
- Grundbuchauszüge
- sämtliche Änderungsbescheide für empfangene Leistungen
- Zahlungsbelege für Versicherungsprämien, insbesondere Rentenversicherung
- Meldenachweise der Arbeitsämter, Bescheide der Agentur für Arbeit
- Rechnungen, die offene Zahlungsansprüche belegen



SELBSTSCHUTZ

durch Vorsorge oder Notwehr

Beim Selbstschutz sind einige wichtige Dinge zu beachten. Machen Sie sich bewusst, dass in einem Krisenfall nicht nur Hab und Gut zu schützen ist, sondern auch das eigene Leben.

Sich schützen

vor bestimmten negativen Einflüssen

Sich Wissen aneignen

Fachbücher lesen, Fähigkeiten aneignen

Hilfe holen

Kontaktdaten zu Anlaufstellen Nachbarschaft, Familie

Ruhe bewahren

Evtl. auf Beruhigungsmittel zurückgreifen

Familie organisieren

Verständigung, Treffpunkte, Versorgung

Sich vorbereiten

Körperlich und seelisch



SELBSTSCHUTZ in Form von Eigensicherung

1. WACHSAMKEIT

Wachsam sein und bewusst reagieren. Stets einen Überblick über die Lage verschaffen. Nicht überstürzt handeln.

2. SICHERHEITSABSTAND

Sicherheitsabstand einhalten:
Gesprächsdistanz: eine Armlänge
Konfliktdistanz: eine Beinlänge.

3. SCHUTZ AUFBAUEN

Den eigenen Körper als Schutz aufbauen.
Hände bewegungsfrei halten, nicht in die Hosentasche stecken oder hinter dem Rücken verstecken.

4. UMGEBUNG NUTZEN

Die Umgebung als Vorteil nutzen, z.B. Witterung, Lichtverhältnisse, Räumlichkeiten.

5. ABSPRACHEN VORNEHMEN

In der Familie Codewörter verwenden. Wer spricht mit der Person, wer sichert ab?

6. ALARMIERUNG

Polizei benachrichtigen, Hilfe holen, Nachbarschaft alarmieren.



7. EIGENE GRENZEN ERKENNEN

Die eigenen Grenzen erkennen, sowohl körperlich, als auch psychisch.

8. FLUCHT ODER ABRUCH

Immer auf die eigene Sicherheit achten. Bei Lebensgefahr immer die Flucht anstreben. Sinn der Eigensicherung ist es, sich nicht unnötig in Gefahr zu bringen!

TECHNISCHE HILFMITTEL

- Alarmgeräte
- Taschenlampe
- Hieb- und Stichwaffen
- Abwehrspray
- Kabelbinder als Handfessel
- Handy (um Hilfe zu holen)

WICHTIG:

Der Sinn der technischen Hilfsmittel ist es, die Sicherheit zu erhöhen. Man sollte mit den Hilfsmitteln umgehen können. Funktion und Einsatzbereitschaft muss gewährleistet sein.



KOMMUNIKATION UND VERNETZUNG

Notkommunikationssysteme für die dezentrale Selbstorganisation im Krisenfall können sinnvoll sein, aber nicht immer umsetzbar. Bitte überprüfen Sie, was für Sie in Frage kommt und vor allem umsetzbar ist.

OHNE

Handy, Internet, Festnetz

KEINE KOMMUNIKATION

Alternativ

Satellitentelefon oder PMR Walkie-Talkie

1. SELBSTHILFE-BASEN

Selbsthilfe-Basen aufbauen und bei Bedarf aktivieren. Familien organisieren sich (je nach Bedarf und Möglichkeit 2-4 Familien) Fähigkeiten und Möglichkeiten besprechen wie: Wer ist für den Funkbetrieb zuständig? Wer setzt Notrufe ab? Funkzeiten vereinbaren. Wer organisiert die Grundversorgung (heißes Wasser zum Kochen, Heizmöglichkeiten, frisches Wasser, Lebensmittelnachschub usw.)? Wer übernimmt den Selbstschutz (Bewachung der Wohnungen oder Häuser bei Nacht)? Wer übernimmt medizinische Versorgung? Wer kümmert sich um Kinder, ältere Menschen und Pflegebedürftige? Wer kümmert sich um Futter für Haus – oder Nutztiere? Wer hält Kontakt zur Gemeinde, Polizei oder Feuerwehr (für den Notfall)?



2. EINFACHE VERBINDUNGSWEGE

Einfache Kommunikationsverbindungen sind notwendig. Über PMR-Funkgeräte kann beispielsweise in Notsituationen kommuniziert werden, wenn Handy- und Telefonnetz nicht mehr funktionieren. Durch die Funkgeräte können Brücken geschaffen werden. Es können Hilferufe abgesetzt werden. Im Idealfall bildet sich ein enges Netz an Funkgeräten, sodass möglichst schnell Hilfe an die richtige Stelle gesendet werden kann.

Satelliten-Handys sind in der Anschaffung recht teuer (300 – 900 Euro) und sollten gut überlegt werden, da dafür extrakosten von bis zu zwei Euro pro Gespräch anfallen können.

UNSER TIPP

Um ein Bürgernetzwerk in der Nachbarschaft aufzubauen, reicht folgendes Funk-gerät vollkommen aus. Es hat eine Reichweite von fünf Kilometer und ist günstig in der Anschaffung (unter 30 Euro bei Amazon, Stand September 2022, 3 AAA-Batterien notwendig).

PMR Long Distance Walkie Talkies VOX Freisprecheinrichtung, mit Taschenlampe LED-Hintergrundbeleuchtung

Stabiles Signal und lange Distanz. 16 Hauptkanäle, die eine maximale drahtlose Kommunikation von bis zu 5 km gewährleisten. Sie können 99 niederfrequente Töne verwenden, die Signale werden durch die Anti-Interferenz-Leistung nicht gestört.

Leichtes Walkie-Talkie-Gehäuse, ergonomisch geformt, um leicht in Ihre Hände zu passen.

Eingebauter LCD-Bildschirm mit Hintergrundbeleuchtung, der den Batteriestatus, die Kanalnummer sowie die Untertöne, die Lautstärke und den Signalstatus usw. anzeigt. Mit Taschenlampe für den Nachtbetrieb oder den Notfall. Kanalsperrfunktion. Einfach zu bedienen.



TAUSCHMITTEL

In Krisenzeiten können Tauschmittel von großem Wert sein. Bargeld ist rar oder steht gar nicht mehr zur Verfügung oder hat sogar an Wert verloren. Geschäfte sind geschlossen oder wurden geplündert, Nachschub ist nicht in Sicht.

Folgende Tauschmittel eignen sich besonders gut:

Kaffee

Alkohol

Zigaretten

Schmerztabletten

Zucker

Mehl

Schokolade

Feuerzeuge



Natürlich lässt sich die Liste beliebig erweitern. Alles Essbare wird zum Tauschmittel, ebenso warme Kleidung, Heizmaterial usw.

Es sollte klug und weise an dieses Thema herangegangen werden. Tauschmittel laden auch zur Plünderung ein!

Zucker niemals als 1 Kg – Paket tauschen, sondern eher in 100 g Tüten abfüllen. Das gleiche gilt für Kaffee, Schmerztabletten usw. Immer in kleinen Rationen tauschen!



ANSPRECHPARTNER

In Krisen oder Notallsituationen ist es immer gut zu wissen, an wen man sich evtl. wenden kann. Dazu ist es wichtig, Adressen und Ansprechpartner zu kennen oder griffbereit zu haben.

**An wen wende ich mich?
Wer/was ist für mich zuständig?
Wo erhalte ich Hilfe?
Wie ist die Familie organisiert?
Wie sind Ansprechpartner erreichbar?
Wer übernimmt Kontaktaufnahme?**

Ebenso ist es wichtig **ADRESSEN immer schriftlich aufbewahren**.
Nicht auf Computer oder Handy!

Eine Liste mit Telefonnummern und Adressen, sogar Logindaten und Passwörter sollten Platz im Notgepäck haben.
