



Wohlfahrts- Plan (1) „Umsetzung“ Pfahl Zürich „2016“



Dieser Umsetzungsplan ist für die Einheiten im Pfahl Zürich, und soll eine Hilfe in der Planung für geistige und materielle Eigenständigkeit sein. Bei Fragen und für Hilfestellung ist das Pfahl-Komitee für Sie da. Der zuständige Hoherat wird entsprechend vermitteln.

1.) Gemeinde & Pfahl :

- 1.1) Der Bischof leitet die „Wohlfahrts-Arbeit“ in der Gemeinde. Im Gemeinderat wird miteinander darüber beraten wie man den Mitgliedern helfen kann, die Grundsätze der Wohlfahrt zu verstehen und zu befolgen. *Siehe Handbuch 2, Jg. 2010, Kap. 6.*
- 1.2) Jede Einheit hat einen Berater/ Moderator für Eigenständigkeit & Selbständigkeit; wenn möglich ein Ehepaar. Diese sind die Kontaktpersonen zum „SR- Hoherat“. Kleinere Einheiten ohne Berater werden durch ihre Hoheräte unterstützt.
- 1.3) Jede Einheit führt regelmässig den Kurs „Mein Fundament & Mein Weg“ mit den 12 Lektionen durch. Das Ziel ist, dass der Erste Kurs noch in diesem Jahr stattfindet, und dass mit der Zeit jedes Mitglied die Möglichkeit bekommt diesen Kurs mindestens 1x zu durchlaufen.
- 1.4) Der Pfahl organisiert mindestens einen Fachkurs pro Halbjahr.
Robert Koch als zuständiger Hoherat für die Eigenständigkeit & Geschwister Kamm als Moderatoren übernehmen diese Verantwortung.

2.) Familie & Persönlich: (*siehe auch Internet: <Ids.org> Church – Mensch & Familie – Arbeit & Wohlfahrt – Hilfsmittel - Evang. Themen „Notfall“ -, etc.*)

- 2.1) Persönliche Analyse betreffend den eigenen Ressourcen u. Möglichkeiten, sowie Erstellen von eigenem Notfall-Plan.
- 2.2) Jede Familie / Person bemüht sich um einen Notvorrat, (Grundnahrungsmittel)
 - Wer noch nicht hat, beginnt mit dem Aufbau von 14 Tagen.
 - Wer schon etwas hat, fährt weiter auf 3 Monate.

3.) Grundsätze der Eigenständigkeit u. Selbständigkeit :

- 3.1) **Charakterbildung**: -„sich erneut besinnen auf“ –
 - Treue & Loyalität gegenüber pers. Verpflichtungen wie Familie/ Beruf/ Staat/ Kirche/ usw. Pflege einer positiven Denkweise, mit Dankbarkeit & Zuverlässigkeit.
 - Einfach und besonnen sein (Ansprüche evtl. neu anpassen).
 - Keine Schulden machen.
- 3.2) **Entscheidungsfreiheit**:
 - Zum Guten nutzen (Entscheidung f. Primär-Motivation zu Taten/ wenig Fremd-Druck).
 - Schriftstudium, Gebet, Nachsinnen, angebrachte Ziele & Visionen entwickeln.
 - Besinnung auf Bündnisse & Verheissungen.
- 3.3) **Selbständigkeit**:
 - Nicht mit anderen vergleichen (sich auf eigenes Hab & Gut kümmern).
 - Auf eigene Situation & Stärken achten & bauen.
 - Den Schritt wagen & „Tun“, dann Schritt für Schritt vorwärts gehen.



Notvorrat- Plan (1) „1 Person - 14 Tage“
Pfahl Zürich „2016“

25.05.2016/ rko



Notvorrat für 1 Erwachsene Person (2000 kcal/d) für 14 Tage :

Übersicht:

Getreideerzeugnisse:	4,5 kg	Milcherzeugnisse:	2,0 kg
Fetterzeugnisse:	0,5 kg	Obst:	2,0 kg
Fleischerzeugnisse: (Wurst & Fisch)	2,0 kg	Gemüse:	4,5 kg
Wasser/ Getränke:	21 Liter		

Detail - Vorratsliste (Empfehlung) (*) mit Haltbarkeitsdatum (HD) auf Packung vergleichen !

Nahrungsmittel:	Menge:	Lagerdauer (*):	Fam. -Bedarf:
Mineralwasser	21 Liter	Mehrere Jahre	
Nährmittel (ganzes Getreide, Ceralien, Teigwaren, Reis, Kartoffelpüree)	3,5 kg	1 Jahr	
Dauerbrot, Knäckebrot, Zwieback,	1,0 kg	1 Jahr	
Milchpulver	0,5 kg	1 Jahr	
Kondensmilch (Dosen)	0,8 kg	1 Jahr	
Speiseöl, Schmalz, Pflanzenfette	0,5 kg	1 Jahr	
Salz, Gewürze, Boullion,	0,3 kg	Unbegrenzt	
Zucker	0,5 kg	Unbegrenzt	
Marmelade und Honig	0,5 kg	1 Jahr	
Obst- und Gemüsekonserven	2 kg	1 – 2 Jahre	
Käse (Hartkäse)	0,3 kg	6 Monate	
Fleisch-, Fisch-, und Wurstkonserven	2 kg	2 Jahre	
Fertiggerichte und Suppenkonserven	4kg	2 Jahre	
Tee, Kakao	0,5 kg	bis 1 Jahr	

Baby-Nahrung : - nach Bedarf: z.B. Alter 7 – 12 Monate

Milchpulver	1,5 kg	HD
Fertignahrung (Gläser)	2,0 kg	HD
Tee (Granulat)	0,8 kg	HD
Fertigbrei (Pulver)	1,0 kg	HD
Fruchtsaft	1,0 Liter	HD
Geeignetes Wasser	15 Liter	HD
Keks	0,5 Kg	HD

Hygiene- und Apothekenmittel:

	Empfohlen:
Seife	1x
Waschmittel (Duschgel/ Haarwäsche)	1 + 1x
Zahnpaste & Zahnbürste	1x
Hautcreme	1x
Toilettenpapier	2 Rollen
Haushaltstücher	1 Rolle
Müllsäcke	10 Stk.
Gummihandschuhe	2 Paar
Hygiene - Artikel (Frauen)	Nach Bedarf
Flächendesinfektionsmittel (Konzentrat)	0,5 Liter
Hautdesinfektionsmittel (Konzentrat)	0,25 Liter



Notvorrat- Plan (1) „1 Person - 14 Tage“ Pfahl Zürich „2016“

25.05.2016/ rko



Apothekenartikel: „DIN Verbandskasten“ :

- Wunddesinfektionsmittel & Pflaster, Rezeptfreie Beruhigungs- & Schmerzmittel,
- Rezeptfreie Mittel gegen grippale Infekte,
- Vitamintabletten & Kohletabletten = nach Bedarf.
- Fieberthermometer.
- Rezeptpflichtige Medikamente (Absprache mit Hausarzt).

Bedarfs- und Gebrauchsmittel:

- Streichhölzer,
- Kerzen/ Teelichter,
- Taschenlampen & Ersatzbatterien,
- Camping- Kocher (Gas/Spiritus),
- Rundfunkgerät (mit Batterien),
- Decken, Schlafsack,
- Warme Unterwäsche,
- Festes Schuhwerk,
- Warme und wasserfeste Kleidung,
- Warme Kopfbedeckung,
- Arbeitsschutzhandschuhe,
- Multifunktionstaschenmesser,
- Rucksack,
- Staubmasken,
- Feuerlöscher (ABC).

Wassergeschützte Dokumentenmappe mit folgendem Inhalt und beglaubigten Kopien:

Personalausweis, Kranken-Versicherungskarte, Reisepass, wichtige Versicherungsunterlagen,
Familienbuch, Geburtsurkunden.

Notgepäck:

- Strapazierfähiger- großer Rucksack mit:
- Erste-Hilfe-Material und persönliche Medikamente,
- Verpflegung für 2 Tage,
- Persönliche Dokumente,
- Wasserflasche,
- Multifunktionstaschenmesser,
- Taschenlampe (mit Ersatzbatterien),
- Schlafsack/ Decke/ Isomatte,
- Warme, strapazierfähige Kleidung,
- Ersatzwäsche,
- Regenschutz,
- Arbeitshandschuhe,
- Hygieneartikel.