

# Stromausfall - Tipps und Hinweise

**Die Notfall-Infopunkte sind dazu da, Notrufe abzusetzen.**

## Essen & Trinken ohne Strom:



- Nutzen Sie Lebensmittel, die Sie schnell zubereiten können, z.B. Brot, Müsli, Obst, Rohkost, Konserven, Nüsse.
- Verbrauchen Sie frische Lebensmittel, die schnell verderben, zuerst.



- Wasser können Sie am Kamin, Grill oder Campingkocher (wenn vorhanden) erhitzen.
- Campingkocher oder Gaskocher am besten nur draußen nutzen!
- Thermoskannen und Isolierflaschen verwenden.



- Füllen Sie Flaschen, Töpfe und andere Gefäße etc. mit Leitungswasser
- Halten Sie Ihren Kühlschrank/Tiefkühler geschlossen - Lebensmittel bleiben 12 bis 24 Stunden kalt.

## Elektrische Geräte



- Schalten Sie alle Elektrogeräte (z. B. Herd, Bügeleisen) aus, damit sie beim Wiederkehren des Stroms keine Gefahr darstellen.
- Wählen Sie eine Lampe aus, die Sie eingeschaltet lassen, damit Sie merken, wenn der Strom wieder da ist.
- Lokale Radiosender über Batterieradio oder Autoradio hören.
- Prüfen Sie, ob Personen in Aufzügen festsitzen (falls im Haus vorhanden).
- Nutzen Sie Ihr Handy sparsam.
- Prüfen Sie den Akkustand, aktivieren Sie den Energiesparmodus, reduzieren Sie die Displayhelligkeit, um den Akku zu schonen.
- Nur kurz für wichtige Nachrichten oder Notrufe verwenden.

## Wärme sichern



- Ein Zimmer als Aufenthaltsraum wählen, Türen geschlossen halten. Vorhänge/Jalousien gegebenenfalls schließen.
- Kerzen spenden geringe Wärme, aber Vorsicht wegen der Brandgefahr. Nur auf feuerfeste Unterlagen stellen.
- Decken, Schlafsäcke, Jacken, Mützen anziehen.
- Mit Familie und/oder Freunden zusammensetzen und Wärme teilen.
- Sich regelmäßig bewegen, um sich warmzuhalten.
- Nutzen Sie keine offenen Flammen zum Heizen (Brand- und Erstickungsgefahr)!

# Stromausfall - Tipps und Hinweise

## Hilfe & Gemeinschaft



- Nachbarn ansprechen – oft haben ältere Menschen oder Familien mit kleinen Kindern besondere Bedürfnisse.
- Gemeinsam Ressourcen teilen: Licht, Kocher, Powerbank, Infos etc.



- Wenn jemand auf stromabhängige medizinische Geräte angewiesen ist, wählen Sie den Notruf 112, damit Hilfe organisiert wird. Falls dies nicht mehr möglich ist, suchen Sie den Notfall-Infopunkt auf.

## Toilettengang



- Eimer mit dicht schließendem Deckel nutzen (wenn vorhanden). Alternativ auch mit Plastikmüllbeutel auskleiden. Zum Aufsaugen/Gerüche binden können unter anderem auch Katzenstreu, Sägespäne oder Holzasche genutzt werden.
- Zur Handdesinfektion z.B. Desinfektionsmittel oder Feuchttücher verwenden.

## Wenn der Strom wieder da ist



- Schalten Sie nur die nötigsten Geräte wieder ein. Es kann einige Zeit dauern, bis die Stromversorgung wieder stabil funktioniert. Darum muss eine Überlastung der Netze vermieden werden.



Alle Infos online:

[www.minden.de/krisenvorsorge](http://www.minden.de/krisenvorsorge)