Prepper Einkaufsliste: Deine Checkliste zum Abhaken

Auf welches Szenario du dich auch vorbereiten möchtest: Mit dieser Checkliste weißt du auf einen Blick, was in deine Ausrüstung für den Notfall gehört. Beachte unbedingt, dass du die Ausrüstung gegebenenfalls an den Bedarf deiner Familie anpassen musst!

Notfallrucksack-Packliste

Jedes Familienmitglied bekommt seinen eigenen Rucksack mit:

- ☐ Erste-Hilfe-Set
- ☐ Schlafsack
- ☐ Tarp
- ☐ Feuerzeug oder Streichhölzern und Feueranzündern
- ☐ Nahrung und Wasser für 72 Stunden
- ☐ Taschenlampe
- ☐ Tarp
- ☐ Paracord
- ☐ Multitool

Bringe alle Notfallrucksäcke so unter, dass sie sich im Notfall schnell erreichen und mitnehmen lassen - beispielsweise im Hausflur oder deinem PKW.

Werkzeuge

Entscheide dich für hochwertige Werkzeuge, die einen robusten und langlebigen Eindruck machen. Denn: Im Notfall werden diese hohen Belastungen ausgesetzt.

- ☐ Bushcraft-Messer
- ☐ Taschenmesser
- ☐ Eine kleine Axt
- ☐ Eine Astsäge
- ☐ Feuerstahl
- ☐ Hammer
- ☐ Zange
- ☐ Kabelbinder
- ☐ Stirnlampe

Wasser

- ☐ Mindestens 1,5l Trinkwasser pro Tag und Person
- ☐ Zusätzliches Wasser zum Kochen und Waschen
- ☐ Entkeimungstabletten
- ☐ Wasserfilter

Lebensmittel

- ☐ Konserven: Fleisch und Fisch in der Dose, Gemüse und Früchte in der Dose
- ☐ Trockene Lebensmittel: Hülsenfrüchte, Reis, Nudeln
- ☐ Zubehör wie Dosenöffner, Essbesteck, Gaskocher, Becher und Teller
- ☐ Milchpulver
- ☐ Energieriegel
- ☐ Zucker und Salz

Hygieneartikel

- ☐ Seife
- ☐ Zahnpasta und Zahnbürste
- ☐ Waschmittel
- ☐ Desinfektionsmittel
- ☐ Toilettenpapier
- ☐ Mülltüten
- ☐ Damenbinden oder Tampons

Sonstiges

- ☐ Atemschutzmaske
- ☐ Batteriebetriebenes Radio
- ☐ Kompass und Karten