

Notfallrucksack (Packliste)

Für den Fall, dass du dein Zuhause schnell verlassen musst. Hake ab, was du schon hast, und ergänze, was fehlt. Prüfe Verfallsdaten und Batterien einmal im Jahr.

- ☐ Trinkwasser (mind. 1,5 Liter) und Snacks/Energieriegel
- ☐ Persönliche Medikamente
- ☐ Taschenlampe/Stirnlampe
- ☐ Erste-Hilfe-Set und Rettungsdecke
- ☐ Wetterfeste Kleidung, Ersatzwäsche, feste Schuhe, Mütze, Handschuhe
- ☐ Wasserdichte Dokumentenmappe (Ausweiskopien, Versicherungen, Impfpass)
- ☐ Bargeld in kleinen Scheinen
- ☐ Powerbank und Ladekabel
- ☐ Kleines Kurbel-/Batterieradio
- ☐ Multitool
- ☐ Hygieneartikel
- ☐ Trillerpfeife
- ☐ Leichter Schlafsack oder Isomatte
- ☐ Ersatzbrille, Ersatzschlüssel, Papierkarte der Region