

WAS TUN, WENN DER STROM AUSFÄLLT

OFFIZIELLE QUELLE LU-Alert · RTL, 100.7 · 112

DAS TUN SIE JETZT

- 1** Sehen Sie nach draußen. Wenn es bei den Nachbarn auch dunkel ist, ist es ein Ausfall, nicht Ihr Sicherungskasten.
- 2** Schalten Sie Herd, Heizgeräte, Waschmaschine und das Ladegerät des Elektroautos aus und ziehen Sie die Stecker, damit nichts von selbst anläuft, wenn der Strom zurückkommt.
- 3** Lassen Sie Kühlschrank und Gefrierschrank zu. Geschlossen bleibt ein Kühlschrank etwa **4 Stunden** kalt und ein voller Gefrierschrank etwa **24–36 Stunden**.
- 4** Füllen Sie Badewanne, Flaschen und Töpfe mit Wasser, solange noch Wasser kommt. Pumpen können stehen bleiben, wenn der Strom ausfällt.
- 5** Benutzen Sie Taschenlampen statt Kerzen. Betreiben Sie nie einen Grill, Campingkocher oder Generator im Haus: Die Abgase töten.
- 6** Schalten Sie ein Batterie- oder Autoradio ein und stellen Sie **RTL, 100.7** ein. Schreiben Sie statt anzurufen, lassen Sie ein Telefon eingeschaltet und stellen Sie es auf Energiesparmodus.
- 7** Sehen Sie nach Nachbarn, die älter, krank oder allein sind, besonders dort, wo der Aufzug stehen geblieben ist.

VORHER

DAS NOTIGSTE VORRÄTIG HABEN

- Wasser: **4 L** pro Person und Tag, für **72 Stunden**.
- Lebensmittel, die Sie ohne Kochen essen können. Ein Gas-Campingkocher mit Ersatzkartuschen, nur für draußen oder auf dem Balkon.
- Eine Taschenlampe für jede Person (**1** pro Person) mit **2 Sätzen** Ersatzbatterien, oder eine Kurbeltaschenlampe.
- Ein Batterie- oder Kurbelradio, UKW oder DAB+. Das Autoradio geht auch.

- Eine geladene Powerbank und die Kabel für jedes Telefon.
- Bargeld in kleinen Scheinen: **€70** pro Erwachsenen und **€30** pro Kind.
- Ihre Medikamente für mindestens **7 Tage**, und ein Erste-Hilfe-Set.
- Decken oder Schlafsäcke, warme Kleidung und ein Plan, wie Sie einen Raum warm halten.
- Ein Kohlenmonoxid-Melder auf jeder Etage, auf der Menschen schlafen.

DAS ZUHAUSE VORBEREITEN

- Wissen Sie, wo der Sicherungskasten ist und wie Sie das Garagentor von Hand öffnen.
- Halten Sie den Tank des Autos mindestens **½ voll**. Zapfsäulen brauchen Strom.
- Wenn Sie je einen Generator benutzen, lassen Sie ihn im Freien laufen, mindestens **6 Meter** von Türen und Fenstern entfernt.
- Prüfen Sie den Notvorrat **zweimal im Jahr, bei der Zeitumstellung**.
- Vereinbaren Sie mit Ihrem Haushalt, wo Sie sich treffen und wer die Kinder abholt, wenn Telefone und Verkehrsmittel ausfallen.

DANACH

- Wenn der Strom zurückkommt, warten Sie, bevor Sie alles wieder einschalten. Schließen Sie zuerst die Heizung wieder an, dann Kühlschrank und Gefrierschrank, und warten Sie dann **10–15 Minuten** vor dem Rest.
- Prüfen Sie die Lebensmittel. Werfen Sie alles Verderbliche weg, das **2 Stunden** oder länger wärmer als **4 °C** war. Lebensmittel, die noch Eiskristalle haben, können wieder eingefroren werden.
- Stellen Sie Uhren, Wecker und Zeitschaltuhren neu.
- Füllen Sie nach, was Sie verbraucht haben: Wasser, Batterien, Lebensmittel, Bargeld.
- Wenn der Ausfall lang oder beängstigend war, sprechen Sie mit den Menschen um Sie herum darüber. Sich ein paar Tage erschüttert zu fühlen, ist normal.

🕒 ÄLTERE DOKUMENTE SAGEN

Die infocrise-Seite zum Stromausfall (zuletzt aktualisiert November 2022) sagt, ein voller Gefrierschrank halte Lebensmittel 24 bis 36 Stunden gefroren. Die Lebensmittelbehörden in den USA und Kanada nennen etwa 48 Stunden für einen vollen und 24 Stunden für einen halb vollen Gefrierschrank. Der niedrigere Wert ist der sicherere für die Planung.

WENN SIE ...

MIT KINDERN

- Halten Sie eine Taschenlampe und etwas zum Beschäftigen in Reichweite. Dunkelheit ist für Kinder schwerer als für Sie.
- Sagen Sie in einfachen Worten, was passiert und was Sie dagegen tun.

ÄLTER, KRANK ODER MIT BEHINDERUNG

- Wenn Sie auf medizinische Geräte mit Strom angewiesen sind, vereinbaren Sie jetzt mit Ihrem Arzt einen Ersatzplan, und sagen Sie einem Nachbarn oder der Hausverwaltung, dass Sie Hilfe brauchen könnten.
- Halten Sie Ersatzbatterien für Hörgeräte und ein Ladegerät für den Rollstuhl im Notvorrat.

MIT HAUSTIEREN

- Halten Sie sie drinnen und nah bei sich. Rechnen Sie ihr Futter und Wasser in Ihren Vorrat ein.

IN EINER WOHNUNG OBERHALB DES DRITTEN STOCKS

- Aufzüge bleiben stehen, und in den oberen Stockwerken kann der Wasserdruck ausfallen. Füllen Sie sofort Behälter, und planen Sie das Treppenhaus ein.

KURZ UND EINFACH

 Ziehen Sie die Stecker der großen Geräte.

 Lassen Sie den Kühlschrank zu.

 Füllen Sie Flaschen und die Badewanne mit Wasser.

 Benutzen Sie eine Taschenlampe, keine Kerze.

 Hören Sie Radio für Nachrichten.

Zuletzt geprüft: 25/10/2026 Quellen für diese Seite