

LISELOTTE KELLER, Fachstelle Paralandwirtschaft & Hauswirtschaft

Dieser Slogan ist über 50 Jahre alt und trotzdem noch aktuell. Wer einen Notvorrat an lebenswichtigen Gütern zu Hause hat, kann im Notfall gelassen reagieren und muss nicht in Panik geraten.

Für den Notfall vorsorgen

Unsere Mütter und Grossmütter waren es gewohnt, einen Notvorrat zu Hause zu haben. In der heutigen Zeit, wo immer und überall praktisch alles zu kaufen ist, hat der Notvorrat an Bedeutung eingebüsst. Als die Corona Pandemie die Schweiz erreichte, haben viele Panik- und Hamsterkäufe stattgefunden. Unter anderem war Frisch- und Trockenhefe eine Zeitlang ausverkauft. All Jene, die über einen Notvorrat verfügten, konnten in diesem Moment gelassen bleiben, abwarten und aus ihrem Vorrat schöpfen. Auch für ganz alltägliche Situationen wie z.B. überraschender Besuch oder wenn man krank ist, kann es nützlich sein, einen Vorrat zu haben.

Der empfohlene Notvorrat

In jeden Notvorrat gehört unbedingt Wasser, da unser Trinkwasser auch einmal verunreinigt sein könnte. Das Wasser sollte für mindestens drei Tage zum Trinken und Kochen reichen.

Der Notvorrat soll ausserdem lagerfähige Lebensmittel enthalten. Damit der Vorrat auch umgesetzt wird, sollte man Lebensmittel lagern, die den persönlichen Ernährungsgewohnheiten entsprechen. So wird der Vorrat automatisch konsumiert und wieder ersetzt. Auch ein Tiefkühlvorrat kann dazu gehören. Falls der Strom aber einmal für längere Zeit ausfällt, kann das zum Problem werden. Besser sind in dem Fall heisseingefüllte oder sterilisierte Produkte, die ohne Kühlung haltbar sind. Ideal ist auch ein Vorrat aus sofort geniessbaren Produkten, die nicht gekocht werden müssen. Der Lebensmittelvorrat sollte mindestens für eine Woche reichen.

Nehmen sie doch ihren Vorrat einmal unter die Lupe und überlegen sie, was sie spontan kochen könnten ausser Spaghetti.



Nicht nur Lebensmittel

Neben Wasser und Lebensmitteln gehören in den Notvorrat auch Verbrauchsgüter, Toilettenartikel und Medikamente. Zu Beginn des Corona Lockdowns konnten sich all jene, die Toilettenpapier zu Hause hatten, lustig machen über die Panikkäufe der Anderen. Seit neuestem weiss auch jeder Mitbürger, dass man einen Vorrat an Schutzmasken zu Hause haben sollte.

Falls der Strom ausfällt, ist ein Gaskocher die ideale Lösung für eine warme Mahlzeit. Eine Taschenlampe und Ersatzbatterien oder Kerzen und Streichhölzer können etwas Licht in ein plötzliches Dunkel bringen. Nicht zu vergessen ist natürlich auch ein Vorrat an Futter für die Haustiere.

Checkliste

Das Bundesamt für wirtschaftliche Landesversorgung BWL hat einen Flyer zum Thema Notvorrat erstellt. Darin findet man eine Checkliste für den persönlichen Notvorrat. Überprüfen sie anhand der Liste ihren Vorrat und ergänzen sie mit allem, was in ihrem Notvorrat fehlt.

<p>Der empfohlene Notvorrat</p> <p>Getränke 9 Liter Wasser, weitere Getränke</p> <p>Lebensmittel z.B. Reis, Teigwaren, Öl, Hülsenfrüchte, Mehl, Salz, Zucker, Kaffee, Tee, Dörrfrüchte, Müesli, Zwieback, Schokolade, UHT-Milch, Hartkäse, Trockenfleisch, Eingemachtes etc.</p> <p>Gebrauchsgüter batteriebetriebenes Radio, Taschenlampe, Ersatzbatterien, Kerzen, Streichhölzer, Feuerzeug, Gaskocher</p> <p>Ausserdem Seife, Toilettenpapier, Schutzmasken, Notfallapotheke, persönliche Medikamente, Bargeld, Futter für Haustiere</p>
