



Empfehlungen zur Vorbereitung auf ein Blackout, einen mehrtägigen Stromausfall, für Privathaushalte

Bei einem Blackout kann der Strom innerhalb weniger Minuten für viele Tage ausfallen. Haushaltsgeräte, Licht, Verkehrsampeln, U-Bahnen und Straßenbahnen, Tankstellen, Aufzüge, Bankomaten, Kassen und Supermarkttüren funktionieren nicht mehr. Kochen und Heizen ist unmöglich, es gibt kein warmes Wasser. In manchen Haushalten gibt es kein Trinkwasser und die Entsorgung des Abwassers kann ein Problem werden. TV, Radio, Mobiltelefone und das Internet fallen aus.

Wie können Sie sich und andere Menschen auf die Folgen eines Blackouts vorbereiten? Wie können Sie dafür sorgen, dass Sie alle gut durch eine unsichere und schwierige Krisensituation kommen? Sicher ist: Das kann nur gemeinsam gelingen. Sorgen Sie vor – für sich und andere!

Grundversorgung vorbereiten

Informieren Sie sich bei den Helfern Wiens, welche Vorbereitung es für die Aufrechterhaltung der Grundversorgung Ihres Haushalts mit Lebensmitteln, Medikamenten, Tierfutter, Hygieneartikeln und sonstigen Ressourcen braucht. Sie finden [Checklisten zur Bevorratung](#), viele praktische Tipps und Veranstaltungshinweise unter diehelferwiens.wien.gv.at oder telefonisch unter 01/5223344. Befüllen Sie Ihren Vorrat mit haltbaren Nahrungsmitteln, die Sie gerne essen, regelmäßig verbrauchen und die auch kalt genießbar sind. Mit einem Gaskocher oder Brennpastenkocher können Sie Wasser erwärmen und Wärmflaschen auffüllen.

Idee: Machen Sie mit Ihrem Haushalt einen Plan für eine Woche „Essen und Trinken mit Strom – aber ohne das Haus zu verlassen“ und „Essen und Trinken ohne Strom“.

In Kontakt bleiben, kommunizieren und sich vernetzen

Das Radio ist in einem Notfall die wichtigste Informationsquelle. Der ORF informiert auch bei einem Blackout. Informationen zu den entsprechenden Frequenzen finden Sie unter wien.gv.at. In jedem Haushalt sollte ein batteriebetriebenes oder ein kurbelbetriebenes Radio vorhanden sein; auch ein Autoradio funktioniert bei Stromausfall. Solche Geräte sind z. B. in Kombination mit Taschenlampen in Elektrofachgeschäften erhältlich. Bevorraten Sie genug Batterien für einen mehrmaligen Austausch oder besorgen Sie ein (Solar-)Aufladegerät.

Ein nachbarschaftliches Netzwerk zur gegenseitigen Unterstützung, zum Austausch von Ressourcen (Lebensmittel, Medikamente, technische Geräte etc.) sowie von Fähigkeiten und Kenntnissen ist ratsam. Nachbarschaftshilfe stellt eine ausgezeichnete Krisenbasis dar, vor allem, wenn schon im Vorfeld gute Kontakte gepflegt wurden. Vereinbaren Sie mit Ihnen nahestehenden Menschen Treffpunkte und Plätze, wo Sie Informationen hinterlegen können.

Idee: Üben Sie das Hin- und Herschicken analoger Nachrichten oder das Einhalten von Treffpunkten ohne elektronische Kommunikationsmittel.

Nachhause kommen

Besprechen Sie mit Ihren Kindern, wie sie sich bei einem Blackout verhalten sollen. Sollen sie von Schule oder Kindergarten heimgehen oder dort warten? Legen Sie fest, wer Ihr Kind abholen darf.

Idee: Üben Sie mit Ihrem Kind den Nachhauseweg. Bitten Sie auch die Person, die Ihr Kind im Notfall abholen darf, mitzumachen. Beachten Sie: Bei einem Blackout fallen Verkehrsampeln und öffentliche Verkehrsmittel aus.

Jemanden betreuen oder selber regelmäßig Hilfe benötigen

Wenn Sie jemanden in einer anderen Wohnung betreuen, beachten Sie: Auch diese Person braucht Vorräte. Falls Sie nicht mehr zu dieser Person kommen können, wer übernimmt im Notfall die Betreuung? Idealerweise finden Sie eine Person, die in der Nähe wohnt und sich um die Grundversorgung kümmert. Brauchen Sie selbst Betreuung? Es kann sein, dass diese einige Tage lang ausfällt. Sprechen Sie mit der Organisation oder mit der Person, die Sie betreut, wie Sie weiter versorgt werden. Denken Sie bei der Frage, wer Sie unterstützen könnte, auch an Ihre privaten Kontakte.

Idee: Kennen Sie eine Person in der Nachbarschaft, die Betreuung benötigt? Läuten Sie bei der Person an und bieten Sie Ihre Hilfe an!

Mit bedrückenden Situationen umgehen

Denken Sie daran, wie Sie schwierige Situationen gemeistert haben. Vermutlich hilft Ihnen genau das in dieser Krise. Erstellen Sie einen Tagesplan, in dem Sie kleine Ziele festhalten und die erreichten kennzeichnen. Es gibt viele Aktivitäten, die auch ohne Stromzugang Freude machen können. Brauchen Sie jemanden zum Reden? Damit sind Sie sicher nicht allein: Bieten Sie anderen Menschen Ihre Unterstützung an oder bringen Sie die Kommunikation in Ihrer Nachbarschaft in Schwung! Hängen Sie einen Einladungszettel mit Besuchs- oder Hilfsangeboten und einem Treffpunkt am Schwarzen Brett Ihres Hauses auf. Andere zu unterstützen, bringt Aktivität und Freude.

Idee: Erweitern Sie bereits jetzt Ihre sozialen Netzwerke: Laden Sie eine Person aus Ihrer Nachbarschaft auf einen Kaffee ein. Machen Sie eine Liste von Aktivitäten, die Sie schon lange in Ihrem direkten Umfeld machen wollen. Denken Sie dabei an Tätigkeiten, die ohne Strom funktionieren.

Diese Empfehlungen bauen auf den Forschungsergebnissen des Projektes Survival Kit @ Home auf. Weitere Informationen finden Sie unter: ecology.at/aktivitaeten/survival-kit-home/.

Gefördert im Rahmen der Programmlinie Talente/FEMtech Forschungsprojekte von



Projektkonsortium





Empfehlungen für Privathaushalte: Vorbereitung auf einen AKW-Unfall

Nach einem schweren Unfall in einem nahegelegenen Atomkraftwerk (AKW) ist es möglich, dass eine radioaktive Wolke über Österreich zieht oder abregnet. Dann sollte sich niemand mehr ungeschützt im Freien aufhalten. Diese Situation kann im ungünstigsten Fall einige wenige Tage andauern. Besonders gefährdet sind Kinder, Jugendliche und schwangere Frauen, die von den Behörden als erste Gruppen zu Schutzmaßnahmen aufgefordert werden. Zu den wichtigsten Schutzmaßnahmen gehören der Aufenthalt in der Wohnung und die Einnahme von Kaliumiodid-tabletten.

Wie können Sie sich und andere Menschen auf die Folgen eines AKW-Unfalls vorbereiten? Wie können Sie dafür sorgen, dass Sie alle gut durch eine unsichere und schwierige Krisensituation kommen? Sicher ist: Das kann nur gemeinsam gelingen. Sorgen Sie vor – für sich und andere.

Grundversorgung vorbereiten

Informieren Sie sich bei den Helfern Wiens, welche Vorbereitung es für die Aufrechterhaltung der Grundversorgung Ihres Haushalts mit Lebensmitteln, Medikamenten, Tierfutter, Hygieneartikeln und sonstigen Ressourcen braucht. Sie finden [Checklisten zur Bevorratung](#), viele praktische Tipps und Veranstaltungshinweise unter diehelferwiens.gv.at oder telefonisch unter 01/5223344. Befüllen Sie Ihren Vorrat mit haltbaren Nahrungsmitteln, die Sie gerne essen, regelmäßig verbrauchen und die auch kalt genießbar sind.

In der Wohnung bleiben und alles dicht machen

Diese Maßnahme bietet einen guten Schutz vor dem Einatmen radioaktiver Stoffe. Die Behörden werden ankündigen, welche Personengruppen wie lange im geschützten Innenraum bleiben sollen. Breite Klebebänder und dicke Müllsäcke sollten dafür in der Vorratskiste sein: Zugige Fenster, Türen und Abluftschächte müssen abgedichtet werden, damit keine kontaminierte Luft in die Wohnräume gelangt.

Idee: Machen Sie mit Ihren Mitbewohner:innen einen Rundgang durch die Wohnung und finden Sie Stellen, wo Luft von außen hereinzieht.

Informiert bleiben und kommunizieren

Holen Sie sich die offiziellen behördlichen Informationen über den ORF (Internet, Radio oder Fernsehen). Leiten Sie diese Informationen an Menschen weiter, die sie nicht empfangen haben und helfen Sie anderen, diese Informationen zu verstehen. Unter notfallschutz.gv.at können Sie sich dazu informieren.

Kaliumiodid-Tabletten besorgen

Bevorraten Sie Kaliumiodid-Tabletten für alle in Ihrem Haushalt lebenden Menschen bis 40 Jahre (erhältlich in der Apotheke). Die Tabletten sollten an allen Orten vorrätig sein, an denen sich Kinder und schwangere/stillende Frauen aufhalten (z. B. Zweitwohnsitz, bei den Großeltern). Nehmen Sie die Tabletten nur nach Aufforderung durch die Behörden ein (dies erfahren Sie über den ORF).

Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtungen bevorraten Kaliumiodidtabletten. Das Einverständnis, dass Ihr Kind diese im Ernstfall einnehmen darf, müssen Sie bei Schul- oder Kindergarteneintritt auf einem Formular unterschreiben.

Unter sozialministerium.at/Themen/Gesundheit/Strahlenschutz/Kaliumiodid-Tabletten finden Sie mehr Informationen dazu.

Nachhause kommen

Sind Ihre Kinder im Kindergarten oder in der Schule oder bei den Großeltern oder Schulfreund:innen, kann es sein, dass sie während des Durchzugs radioaktiver Luftmassen dort eine Zeitlang bleiben müssen. Klären Sie mit Ihrem Kind, dem Schul- oder Kindergartenteam und allen Personen, die Ihr Kind gelegentlich betreuen, jetzt schon die Vorgehensweise ab. Das Einverständnis dafür, ob Ihr Kind im Notfall vor Ort bleibt oder heimgehen soll, müssen Sie ebenfalls bei Schuleintritt auf einem Formular unterschreiben.

Zuhause betreuen oder Betreuung benötigen

Wenn Sie jemanden in einer anderen Wohnung betreuen, achten Sie darauf: auch diese Person braucht Vorräte für den Notfall und eine gute Vorbereitung, um notfalls ein bis zwei Tage allein zurechtzukommen. Brauchen Sie selbst Betreuung? Es kann sein, dass diese Betreuung einige Tage lang ausfällt. Sprechen Sie mit der Pflegeeinrichtung oder der Person, die Sie betreut, wie Sie sich selbst in dieser kurzen Zeitspanne am besten versorgen. Wer von Ihren Nachbar:innen kann Ihnen kurzfristig helfen, die Wohnung abzudichten?

Mit belastenden Situationen umgehen

Informieren Sie sich, wo Sie Unterstützung zur Bewältigung von schwierigen Situationen erhalten. Brauchen Sie jemanden zum Reden? Damit sind Sie sicher nicht allein! Rufen Sie Ihre Familie und Ihre Freund:innen an, vernetzen Sie sich im Internet oder bringen Sie die Kommunikation in Ihrer Nachbarschaft in Schwung! Gerade in ungewohnten und angstmachenden Situationen hilft es, sich über die Krisenerfahrungen auszutauschen, Wissen zu teilen und andere zu unterstützen.

Diese Empfehlungen bauen auf den Forschungsergebnissen des Projektes Survival Kit @ Home auf. Weitere Informationen finden Sie unter terecology.at/aktivitaeten/survival-kit-home/.

Gefördert im Rahmen der Programmlinie Talente/FEMtech Forschungsprojekte von



Projektkonsortium

