

GETRÄNKE UND LEBENSMITTEL BEVORRATEN

- + MIND. 2,5 LITER WASSER UND ANDERE GETRÄNKE PRO PERSON/ TAG
- + LANG HALTBARE UND REICH KALORIENHALTIGE LEBENSMITTEL MIT LEBENSWICHTIGEN NÄHRSTOFFEN LAGERN
- + HALTBARKEITSFRISTEN IMMER KONTROLLIEREN UND DIE LEBENSMITTEL NACH DIESEN AUFBRAUCHEN
- + GEGEBENENFALLS HOCHWERTIGE NOTFALLNAHRUNG (CA. 15 JAHRE UND LÄNGER HALTBAR) BEVORRATEN
- + AUF BABYNAHRUNG BZW. SPEZIELLE DIÄTNAHRUNG ACHTEN UND HAUSTIERE NICHT VERGESSEN

APOTHEKE UND PFLEGE

- + GUT GEFÜLLTER ERSTE-HILFE-KOFFER MIT KALIUMJODTABLETTEN; NÄHERE INFORMATIONEN BEIM HAUSARZT;
- + TABLETTEN ZUM ENTKEIMEN VON WASSER
- + ARTIKEL FÜR ALLGEMEINE HYGIENE UND KÖRPERPFLEGE AUSREICHEND BEVORRATEN

STROMAUSFALLVORBEUGUNG ODER SONSTIGE ENERGIEVERSORGUNG

- + KERZEN, ZÜNDHÖLZER, TASCHENLAMPE, PETROLEUM- ODER GASLAMPE
- + MEHRERE WARMER DECKEN
- + TRANSISTORRADIO ALS INFORMATIONSQUELLE, BATTERIEN
- + GASKOCHER UND ALTERNATIVE HEIZMÖGLICHKEITEN UND GENÜGEN HEIZMATERIAL

