Risiko und Realität klären

Ein Notfallplan scheitert meist nicht am fehlenden Dosenfutter, sondern an unklaren Annahmen. Dieses Kapitel legt fest, wogegen ihr euch vorbereitet, wogegen nicht und bis zu welcher Grenze. Am Ende steht keine allgemeine Angst, sondern ein konkreter Auftrag für das Wochenende.

Schritt 1: Gefahrenlage am Wohnort prüfen (20 Minuten)

1. Öffnet die Hochwassergefahrenkarte eures Bundeslandes und prüft, ob Keller, Tiefgarage, Erdgeschoss oder Zufahrt in einem möglichen Überschwemmungsbereich liegen.
2. Schaut in die Notfallseite der Stadt oder des Landkreises: Evakuierungsrouten, Sammelstellen, Warn-Apps, Hotlines.
3. Begeht das Haus mit Zettel: Wo steht Wasser? Wo ist Stromverteiler? Welche Fenster sind leicht erreichbar? Welche Wege führen bei Dunkelheit und Regen sicher hinaus?
4. Notiert drei konkrete Schwachstellen, zum Beispiel: Kellerfenster auf Bodenniveau, nur ein Fluchtweg, kein Mobilfunkempfang im Keller.

Schritt 2: Drei Szenarien auswählen (25 Minuten)

Wählt genau drei. Nicht mehr.

1. Stromausfall für 24 bis 72 Stunden: Kühlschrank, Heizung, Licht, Mobilfunk und Bezahlung fallen aus; Wasser kann durch Pumpenausfall betroffen sein.
2. Hochwasser oder Starkregen mit sechs Stunden Vorwarnung: Keller und Erdgeschoss werden nass, Strom wird vorsorglich abgeschaltet, ihr müsst schnell Werte sichern oder das Haus verlassen.
3. Evakuierung mit 30 Minuten Vorwarnung: Ihr verlasst die Wohnung mit einem Fluchtgepäck und kommt für ein bis drei Tage bei Verwandten, in einer Halle oder im Hotel unter.

Bewusst auslassen könnt ihr zum Beispiel langfristige Versorgungskrisen über mehrere Wochen, nukleare Lagen, Bürgerkrieg oder Erdbeben. Das ist keine Verharmlosung, sondern eine Ressourcenentscheidung. Ihr baut in einem Wochenende etwas, das bei den wahrscheinlichsten und handhabbaren Ereignissen trägt.

Schritt 3: Haushaltsprofil erstellen (20 Minuten)

Schreibt auf einen Zettel, wer wirklich mitentscheidet und mitläuft.

- Personen: Alter, Gewicht, Allergien, Medikamente, Sehhilfen, Hörgeräte
- Mobilität: Kinderwagen, Rollator, Gehhilfen, Angst vor Dunkelheit
- Haustiere: Futter, Transportbox, Impfpass
- Sprachen: Wer versteht Warnmeldungen auf Deutsch nicht sicher?
- Abhängigkeiten: Insulin, Sauerstoff, Batteriegeräte, Strom für Medikamente
- Nachbarn: Wer braucht Hilfe, wer kann helfen?

Dieser Zettel wird später die Einkaufsliste und das Fluchtgepäck bestimmen. Ohne ihn kauft ihr für einen Durchschnittshaushalt, nicht für euren.

Schritt 4: Risiko-Matrix und Prioritäten setzen (20 Minuten)

Bewertet jedes Szenario mit zwei Fragen: Wie wahrscheinlich ist es in den nächsten fünf Jahren? Wie schlimm wäre es ohne Vorbereitung? Nutzt eine einfache Skala von 1 bis 5. Multipliziert die Werte. Die drei höchsten Punktzahlen sind eure offiziellen Szenarien. Alles darunter wird bewusst nicht vorbereitet.

Beispiel für eine Familie in Nordrhein-Westfalen:

- Stromausfall 72 Stunden: Wahrscheinlichkeit 4, Auswirkung 4 = 16
- Hochwasser im Wohngebiet: Wahrscheinlichkeit 3, Auswirkung 5 = 15
- Evakuierung wegen Brand oder Gas: Wahrscheinlichkeit 2, Auswirkung 4 = 8
- Pandemie mit Hamsterkäufen: Wahrscheinlichkeit 2, Auswirkung 2 = 4
- Langfristiger Blackout über zwei Wochen: Wahrscheinlichkeit 1, Auswirkung 5 = 5

Die letzten beiden fallen aus dem Plan. Wer sie später ergänzen will, macht das als eigenes Projekt, nicht im Wochenende.

Schritt 5: Grenzen festlegen (15 Minuten)

Ein Plan ohne Grenzen wächst endlos. Setzt vor dem Einkauf drei klare Limits.

1. Zeitrahmen: 72 Stunden für alle Szenarien.
2. Budget: 150 bis 300 Euro für den ersten Aufbau.
3. Platz: maximal drei Kisten oder ein Regalboden von 120 Zentimetern.
4. Gewicht Fluchtgepäck: maximal 10 Kilogramm pro Erwachsener, 3 Kilogramm pro Kind.

Diese Grenzen sind keine Sparmaßnahme, sondern Schutz vor Aufschieben. Ein fertiger kleiner Plan ist besser als ein perfekter Plan, der nie fertig wird.

Konkretes Beispiel: Familie Müller, vier Personen

Familie Müller wohnt in einem Reihenhaus in Nordrhein-Westfalen. Zwei Erwachsene, zwei Kinder (6 und 10 Jahre), ein Hund. Sie wählen die drei Szenarien Stromausfall 72 Stunden, Hochwasser mit sechs Stunden Vorwarnung und Evakuierung mit 30 Minuten Vorwarnung. Bewusst ausgelassen werden Vorräte für vierzehn Tage und ein Schutzraum.

Ihre ersten Zahlen:

- Wasser: 24 Liter, das sind 4 Personen x 2 Liter x 3 Tage.
- Essen: 12 vollwertige Mahlzeiten plus Snacks für vier Personen, ohne Kochen nutzbar.
- Budget erster Aufbau: 180 Euro.
- Lagerung: drei Kisten à 40 x 30 x 25 Zentimeter im kühlen Keller, oberhalb der möglichen Wasserlinie.
- Fluchtgepäck: ein Rucksack pro Erwachsener mit 9 Kilogramm, ein kleiner Rucksack für jedes Kind mit 2 Kilogramm.

Der Hund erhält eine eigene Tasche mit 3 Kilogramm Futter, Leine, Napf und Impfpass. Medikamente werden in einer wasserdichten Box mit 14 Tagen Reserve gelagert.

Häufige Fehler

- Ihr bereitet euch auf alles vor und beginnt deshalb mit nichts. Begrenzt den Plan auf drei Szenarien.
- Ihr kopiert Listen aus anderen Ländern. Ein US-Prepper-Plan mit Waffen, Generatoren und monatelangen Vorräten passt nicht in eine deutsche Wohnung.
- Ihr ignoriert das Haushaltsprofil. Medikamente, Allergien, Haustiere und Sprachbarrieren bestimmen den echten Bedarf.
- Ihr plant mit dem Auto, obwohl Straßen bei Hochwasser oder Evakuierung gesperrt sein können. Legt eine Route zu Fuß fest.
- Ihr speichert alles im Keller, obwohl genau dieser Bereich bei Hochwasser zuerst nass wird.
- Ihr schließt Szenarien emotional aus, statt sie bewusst auszuschließen. Der Unterschied ist die Dokumentation: Schreibt auf, was ihr nicht vorbereitet und warum.

Checklist

- Hochwassergefahrenkarte und Notfallseite der Stadt geprüft
- Drei Schwachstellen im Haus notiert
- Genau drei Szenarien ausgewählt
- Bewusst ausgelassene Szenarien mit Begründung notiert
- Haushaltsprofil mit Medikamenten, Allergien, Tieren und Mobilität erstellt
- Risiko-Matrix mit Punktwerten erstellt
- Zeit-, Budget-, Platz- und Gewichtsgrenzen festgelegt
- Erste realistische Zahlen für Wasser, Essen und Fluchtgepäck berechnet

Mach heute

Reserviert 90 Minuten, setzt euch mit allen Haushaltsmitgliedern an einen Tisch und füllt die Checkliste aus. Wenn ihr nur eine Sache heute erledigt, dann diese: Schreibt die drei Szenarien und die drei ausgelassenen Szenarien auf ein Blatt, klebt es an den Kühlschrank und fotografiert es. Ab morgen kauft ihr nur noch für diese drei Szenarien.