

# NOTVORRAT

## Lebensmittel | Hygiene | Sonstiges

### Vorsorge (Definition)

Gesamtheit von Massnahmen, mit denen einer möglichen späteren Entwicklung oder Lage vorgebeugt, durch die eine spätere materielle Notlage oder eine Krankheit nach Möglichkeit vermieden werden soll

### Warum?

Ein Notvorrat ist genau so wichtig, wie ein Verbandskasten im Auto, ein Brandmelder UND Feuerlöscher im Haus, jegliche Versicherungen und Geld auf dem Sparkonto. Solange es einem gut geht, hat man nicht das Gefühl, dass es wichtig ist, bis zu dem Zeitpunkt, da man es dringend benötigt.

### Welche Situationen?

- Naturkatastrophen (Überschwemmung, Sturm, Erdbeben, Vulkan, Dürre, Schnee, Solare Ereignisse, ...)
- Finanzielle Schwierigkeiten
- Pers. Umstände (Besuch, Geburt, Krankheit, etc.)
- Stromausfälle
- Bürgerkrieg / Krieg
- Weltweiter Wirtschaftskollaps
- Hungersnot
- Pandemie / Epidemie
- Chemie- /Atomunfall



## Was muss ich alles wissen?

Die Frage ist leider schwierig zu beantworten, da sie sehr individuell ist: Der Notvorrat muss der Anzahl Personen im Haushalt und ihrem individuellen Energiebedarf angepasst sein, selbstverständlich auch den persönlichen Finanzen, den räumlichen Gegebenheiten Vorräte zu lagern, der Haltbarkeit, den jeweiligen Essgewohnheiten, u.U. auch Diäten und den persönlichen Präferenzen - selber kochen oder lieber nur erwärmen, Getreide und Linsen oder einfach Pasta und Reis? Es gibt viele Quellen, auch von der Kirche, die einem dabei helfen können, die richtige Menge Wasser, Fette, Getreide, Obst, Fleisch, Milch, WC-Papier, etc. auszurechnen, die man für den Grundbedarf benötigt. Alles weitere sollte man der persönlichen Situation entsprechend weise entscheiden.

Um mit einem Vorrat zu beginnen, gibt es viele Möglichkeiten. Die Beste ist jedoch: Nicht zu lange evaluieren, sondern einfach mal anfangen, die gängigsten Lebensmittel und Hygieneartikel doppelt einzukaufen und trocken, kühl und dunkel zu lagern.

Neues wird hinten angestellt, damit die älteren Artikel als erstes gegriffen und aufgebraucht werden!