



Deutsches  
Rotes  
Kreuz

DRK in  
Westfalen-Lippe

**KRISENFEST IN 31 TAGEN**

# **JAHRES- ENDSPURT- KALENDER**

**MIT SICHERHEIT  
INS NEUE JAHR**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe

## **KRISENFEST IN 31 TAGEN**

Schneller als man immer denkt, geht wieder ein Jahr zu Ende – genauso ist es mit kleineren und größeren Notfällen: Unverhofft kommt oft! Zum Glück ist es noch „meistens immer gut gegangen“, doch auch große Katastrophen und Krisen kommen immer schneller, öfter und treffen uns immer härter. Wie gut bist Du auf den Ernstfall vorbereitet?

Mit unserem Jahresendspurkalender möchten wir Dich in 31 Tagen krisenfest machen. Dazu erhältst Du jeden Tag einen Tipp, um Dich jetzt auf den Ernstfall vorzubereiten. Frei nach dem Motto: „Schritt für Schritt einfach mal machen – packen wir`s gemeinsam an!“.

**MIT SICHERHEIT  
INS NEUE JAHR**

**JAHRESENDSPURT:  
KRISENFEST  
IN 31 TAGEN**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe

**1** **LEGE DIR  
EINEN  
BARGELD-  
VORRAT AN!**





**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe

## **KRISENFEST IN 31 TAGEN**

### **Lege Dir einen Bargeldvorrat an!**

Stell Dir vor, es ist Stromausfall. Nicht nur 3 Stunden, sondern mehrere Tage. Falls es Möglichkeiten zum Einkauf gibt, werden keine Geldautomaten oder EC-Geräte funktionieren.

Daher ist es empfehlenswert, einen Bargeldbestand zu Hause zu haben – wir raten zu einer Summe, die in etwa einem doppelten Wocheneinkauf beim Supermarkt Deines Vertrauens entspricht.

Sichere das Geld in einer Geldkassette oder einem Safe, den Du auch bei Stromausfall geöffnet bekommst!

**MIT SICHERHEIT  
INS NEUE JAHR**

**JAHRESENDSPURT:  
KRISENFEST  
IN 31 TAGEN**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe

**2 PRÜFE  
DEINE HAUS-  
APOTHEKE!**





Deutsches  
Rotes  
Kreuz

DRK in  
Westfalen-Lippe

## **KRISENFEST IN 31 TAGEN**

### **Prüfe Deine Hausapotheke!**

Schaue einmal in Deine Hausapotheke: Hast Du dort Medikamente gelagert, die Du regelmäßig brauchst? Wie lange halten diese, falls keine Apotheke verfügbar ist? Der heutige Tag eignet sich auch dazu, einmal zu prüfen, welche Medikamente weggeworfen werden können.

Ist Dein Verbandkasten (im Auto) aktuell? Schaue einmal nach, ob alle Erste-Hilfe-Produkte noch nicht „abgelaufen“ sind!

Wenn Du damit durch bist, prüfe einmal, ob Du genug Hygienematerial wie Seife, Waschmittel, Zahnpasta, Toilettenpapier und Desinfektionsmittel hast, sodass Du 10 Tage nicht einkaufen gehen müsstest.



**MIT SICHERHEIT  
INS NEUE JAHR**

**JAHRESENDSPURT:  
KRISENFEST  
IN 31 TAGEN**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe

**3** **CHECKE  
DEINEN  
NOTVORRAT!**





Deutsches  
Rotes  
Kreuz

DRK in  
Westfalen-Lippe

## **KRISENFEST IN 31 TAGEN**

### **Checke Deinen Notvorrat!**

Wie sieht Dein Vorratsschrank aus: Wie viele Tage kommst Du ohne Einkäufen aus? Schau einmal auf [www.ernaehrungsvorsorge.de](http://www.ernaehrungsvorsorge.de), wie viel Vorrat Du Dir anlegen solltest – wir raten zu mindestens 10 Tagen.

Dabei ist es gut, einen „lebenden Notvorrat“ anzulegen: Also nur das „mehr“ kaufen, was man auch normalerweise zuhause isst. Niemandem ist geholfen, wenn man 5 kg Erbsen einlagert, aber keiner in der Familie Erbsen mag. Lieber nach und nach von allem, was man sowieso gerade einkauft, ein oder zwei Pakete mehr mitnehmen – um sie dann im Vorratsschrank hinter die älteren Pakete zu stellen. So bleibt Dein Vorrat immer aktuell und Du merkst nicht einmal, dass Du einen angelegt hast.

**MIT SICHERHEIT  
INS NEUE JAHR**





**JAHRESENDSPURT:  
KRISENFEST  
IN 31 TAGEN**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe

**4**

**SCHREIBE  
EINEN  
FAMILIEN-  
NOTFALLPLAN!**



Deutsches  
Rotes  
Kreuz

DRK in  
Westfalen-Lippe

## **KRISENFEST IN 31 TAGEN**

### **Schreibe einen Familiennotfallplan!**

Hast Du einen Familiennotfallplan? Gerade mit Kindern ist es wichtig, dass man über manche Themen spricht und Vereinbarungen notiert.

- Wie handeln wir bei Stromausfall?
- Was passiert, wenn wir das Haus verlassen müssen, wir getrennt werden?
- Wo treffen wir uns? **Vereinbart Notfall-Treffpunkte!**
- Was geschieht bei Trinkwasserausfall?

Der Familiennotfallplan sollte so geschrieben sein, dass alle Familienmitglieder ihn lesen und verstehen können.

 Deine heutige Aufgabe ist es, den Familiennotfallplan zu überprüfen oder einen zu verfassen!

**MIT SICHERHEIT  
INS NEUE JAHR**

**JAHRESENDSPURT:  
KRISENFEST  
IN 31 TAGEN**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe

**5 PRÜFE, OB  
DU GEWARNT  
WERDEN  
KANNST!**





Deutsches  
Rotes  
Kreuz

DRK in  
Westfalen-Lippe

## **KRISENFEST IN 31 TAGEN**

### **Prüfe, ob Du gewarnt werden kannst!**

Deine heutige Aufgabe beschäftigt sich mit der Warnung vor Gefahren! Ist auf Deinem Smartphone eine WarnApp, z. B. NINA installiert? Wenn nicht, hol dies nach! Und wenn Du schon dabei bist, installiere die App NORA gleich auch noch.

Dann kannst Du prüfen, ob auf den Smartphones aller Familienangehörigen diese Apps ebenfalls installiert sind.

**! Aufgepasst!** Bei Android-Geräten sollte man regelmäßig prüfen, ob sich die App wegen Inaktivität deaktiviert hat. Wenn man sich einen Timer stellt und so die Apps einmal im Monat einmal öffnet, kann man sicher sein, dass sie im Ernstfall nicht inaktiv sind.



**MIT SICHERHEIT  
INS NEUE JAHR**



**JAHRESENDSPURT:  
KRISENFEST  
IN 31 TAGEN**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe

**6**

**SCHREIBE  
DEINE NOTFALL-  
INFORMATIONEN  
AUF!**





Deutsches  
Rotes  
Kreuz

DRK in  
Westfalen-Lippe

## **KRISENFEST IN 31 TAGEN**

### **Schreibe Deine Notfallinformationen auf!**

Heute ist Nikolaustag: Denke an kleine Aufmerksamkeiten als Geschenke für Nachbar\*innen und Freund\*innen!

Kennst Du die Notfalldose, auch Rotkreuzdose genannt? Man kann die Dose auch verschenken! Auf dem Infoblatt in der Rotkreuzdose kannst Du wichtige Informationen zu Allergien, Medikamenteneinnahme und Anamnese hinterlassen. Die Rotkreuzdose wird in der Kühlschrantür aufbewahrt, die mitgelieferten Aufkleber, angebracht an Wohnungstür und Kühlschrank, geben Auskunft darüber, dass Du im Besitz der Dose bist. Die Rotkreuzdose kannst Du bei Deinem Roten Kreuz vor Ort bekommen: Frag' danach! Im 10er-Pack ist sie im Rotkreuzshop erhältlich.



**MIT SICHERHEIT  
INS NEUE JAHR**

**JAHRESENDSPURT:  
KRISENFEST  
IN 31 TAGEN**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe

**7 SCHAUE  
DIR DEINEN  
WASSER-  
VORRAT AN!**





Deutsches  
Rotes  
Kreuz

DRK in  
Westfalen-Lippe

## **KRISENFEST IN 31 TAGEN**

### **Schaue Dir Deinen Wasservorrat an!**

Du wirst Dich wundern: Es ist vermutlich mehr, als Du glaubst. Wir raten zu 20 Liter pro Person – also 2 Liter pro Person pro Tag für etwa 10 Tage. Das Wasser brauchst Du zum Trinken – also zählen auch Säfte und Milch dazu.

Wenn Du locker auf 20 Liter kommst, überlege, ob Du zum Kochen vielleicht etwas dazu lagerst.

#### **! Kaufe nur das, was Du auch verbrauchst!**

Neue Saftpackungen kommen hinter die alten – immer etwas mehr kaufen als normalerweise, so baut sich Dein Getränkevorrat von selbst auf!

Tipps zur Bevorratung bekommst  
Du hier:



**MIT SICHERHEIT  
INS NEUE JAHR**



**JAHRESENDSPURT:  
KRISENFEST  
IN 31 TAGEN**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe

**8**

**BIST DU  
GEWARNT  
WORDEN?**





Deutsches  
Rotes  
Kreuz

DRK in  
Westfalen-Lippe

## **KRISENFEST IN 31 TAGEN**


### **Bist Du gewarnt worden?**

Jährlich findet der bundesweite Warntag in der Regel am zweiten Donnerstag im September statt. Gegen 11 Uhr wird eine Probewarnung verschickt. Der bundesweite Warntag ist ein gemeinsamer Aktionstag von Bund, Ländern und Kommunen.

An einem Warntag solltest Du prüfen ...

- ob die Warnapp NINA funktioniert hat
- ob Du eine Alarm-SMS auf dem Handy empfangen hast
- ob Du eine Sirene hören konntest
- ob das Radiogerät den zuständigen Lokalsender empfangen hat

Gleichzeitig ist der Warntag auch eine Gelegenheit, Dein Kurbelradio zu testen.

 Informationen zum Warntag erhältst Du hier:



**MIT SICHERHEIT  
INS NEUE JAHR**

**JAHRESENDSPURT:  
KRISENFEST  
IN 31 TAGEN**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe

**9**

**KÖNNTEST  
DU DIR OHNE  
STROM ETWAS  
KOCHEN?**





Deutsches  
Rotes  
Kreuz

DRK in  
Westfalen-Lippe

## KRISENFEST IN 31 TAGEN

### Könntest Du Dir ohne Strom etwas kochen?

Hast Du einen Campingkocher, Gasgrill oder Holzkohlegrill und genügend Brennstoff, um 10 Tage ohne Stromversorgung kochen zu können? Falls nicht: Schau einmal, was Du Dir davon beschaffen könntest!

**!** Bitte beachte, dass Du **Grills** und **Campingkocher nicht im Haus oder in der Wohnung betreiben** darfst. Das hier entstehende Kohlenstoffmonoxyd ist gefährlich.

Wenn Du es gleich ausprobieren willst, hätten wir hier eine Empfehlung für Dich:



MIT SICHERHEIT  
INS NEUE JAHR

**JAHRESENDSPURT:  
KRISENFEST  
IN 31 TAGEN**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe

**10**

**KANNST DU  
OHNE STROM  
UND GAS  
HEIZEN?**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe

## **KRISENFEST IN 31 TAGEN**

### **Kannst Du ohne Strom und Gas heizen?**

Ohne Strom wird auch vermutlich Deine Heizung ausfallen. Diejenigen, die noch einen Holzofen haben, können hier schnell Abhilfe schaffen – sofern genug Holz auf Vorrat liegt.

Ansonsten werden Decken oder Jacken benötigt – hast Du genug auf Lager?

**!** Bitte beachte unbedingt die Sicherheitshinweise!

**!** Offenes Feuer und Licht in der Wohnung bergen immer Gefahren, daher lasse dies nie ohne Aufsicht brennen!

**MIT SICHERHEIT  
INS NEUE JAHR**

**JAHRESENDSPURT:  
KRISENFEST  
IN 31 TAGEN**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe



**11**

**SICHERE  
DEINE  
DOKUMENTE!**



Deutsches  
Rotes  
Kreuz

DRK in  
Westfalen-Lippe


## **KRISENFEST IN 31 TAGEN**

### **Sichere Deine Dokumente!**

Heute haben wir eine papierlastige Aufgabe für Dich! Es kann passieren, dass Du schnell das Haus verlassen musst. Oder Deine Wohnung ist nicht mehr nutzbar – inklusive des gesamten Hausrats.

- Hast Du beglaubigte Kopien der wichtigsten Unterlagen?
- Wo sind sie gelagert?
- Hast Du einen feuerfesten Dokumentensafe?

Es bietet sich an, die wichtigsten Unterlagen im Bankschließfach zu deponieren. Eventuell hat man die Möglichkeit, Kopien bei Freund\*innen oder Verwandten zu lagern und regelmäßig zu prüfen oder digitale Kopien in der Cloud, auf einem NAS oder im Handy anzulegen.

 Auf der Seite des BBK kannst Du Dich zur Dokumentensicherung informieren!

**MIT SICHERHEIT  
INS NEUE JAHR**





**JAHRESENDSPURT:  
KRISENFEST  
IN 31 TAGEN**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe



**12**

**IST DEIN HAUS  
VOR STARK-  
REGEN  
GESCHÜTZT?**



Deutsches  
Rotes  
Kreuz

DRK in  
Westfalen-Lippe

## **KRISENFEST IN 31 TAGEN**

### **Ist Dein Haus vor Starkregen geschützt?**

Schau Dir mal das Risiko an Deinem Wohnort unter folgenden Karten an. Hier findest Du mehr Informationen über die Wirkungen möglicher Hochwasser und Starkregen bei Dir vor der Haustür.

Musst Du vielleicht eigene Sandsäcke lagern – oder einen anderen baulichen Hochwasserschutz planen?

Ist die Anschaffung bzw. der Eigenbau einer Flutbox zum Abpumpen von Wasser aus dem Keller sinnvoll?



**MIT SICHERHEIT  
INS NEUE JAHR**



**JAHRESENDSPURT:  
KRISENFEST  
IN 31 TAGEN**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe



**13**

**ÜBERPRÜFE,  
OB DU AUCH  
OHNE STROM  
LICHT HAST!**



Deutsches  
Rotes  
Kreuz

DRK in  
Westfalen-Lippe

## KRISENFEST IN 31 TAGEN

### Überprüfe, ob Du auch ohne Strom Licht hast!

Der 13. Dezember ist in Skandinavien das „Luciafest“, ein Tag, der traditionell als Lichterfest begangen wird.

Nutze diesen Tag, um zu prüfen, ob Du für den Fall eines Stromausfalls vorgesorgt hast, dass Du „nicht im Dunkeln sitzen musst“.

Prüfe heute einmal, ob Du Kerzen, Feuerzeug, Streichhölzer, Taschenlampen, Ersatzbatterien, Kurbellampen und / oder Solarlampen auf Lager hast, die Du im Notfall einsetzen kannst!

**!** Achte beim Einsatz von Kerzen immer auf **Standfestigkeit** und **Brandgefahr!** Durch Gläser oder Laternen wird diese Gefahr minimiert!

MIT SICHERHEIT  
INS NEUE JAHR

**JAHRESENDSPURT:  
KRISENFEST  
IN 31 TAGEN**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe



**14**

**KANNST DU  
IMMER AUF  
DEM LAUFEN-  
DEN BLEIBEN?**




Deutsches  
Rotes  
Kreuz

DRK in  
Westfalen-Lippe

## **KRISENFEST IN 31 TAGEN**

### **Kannst Du immer auf dem Laufenden bleiben?**

Eben schnell die Nachrichten auf dem Handy kontrollieren – bei Stromausfall geht das nicht mehr. Wir sind auf elektronische Geräte zur Nachrichtenbeschaffung angewiesen! Beim Ausfall der Stromversorgung können Rundfunksender weiterbetrieben werden, um die Bevölkerung über den Stand der Dinge auf dem Laufenden zu halten.

 Deine heutige Aufgabe: Schau einmal, ob Du ein batteriebetriebenes Radio oder ein Kurbelradio hast, mit dem Du Dich auf dem Laufenden halten kannst! Hast Du genug Batterien auf Lager? Um mit Deinen Nachbar\*innen in Kontakt zu bleiben, kann man so genannte PMR-Funkgeräte kaufen; diese gibt es schon für wenig Geld. Als „Bürger\*innennotfunk“ kann man sich untereinander vernetzen, etabliert hat sich dafür der Kanal 3.

**MIT SICHERHEIT  
INS NEUE JAHR**



**JAHRESENDSPURT:  
KRISENFEST  
IN 31 TAGEN**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe

**15**


**SPENDE  
NICHT MEHR  
BENÖTIGTE  
KLEIDUNG!**

## **KRISENFEST IN 31 TAGEN**

### **Spende nicht mehr benötigte Kleidung!**

Sicherlich dauert es etwas länger, den eigenen Kleiderschrank auf nicht mehr Passendes oder Brauchbares zu durchsuchen. Aber vielleicht steht irgendwo bereits ein Kleidersack in der Wohnung, der darauf wartet, in den nächsten Kleiderladen des Roten Kreuzes gebracht zu werden? Heute wäre eine Gelegenheit, etwas Platz zu schaffen und das Thema anzugehen.

So kannst Du jemandem direkt helfen, sich mit günstiger Kleidung zu versorgen!

 Übrigens: In den Kleiderläden des Roten Kreuzes darf jede\*r einkaufen. Vielleicht ist hier auch für Dich etwas dabei? Mit dem Erlös hilfst Du dem Roten Kreuz, Projekte zu finanzieren und den Fortbetrieb des Kleiderladens zu gewährleisten.

**MIT SICHERHEIT  
INS NEUE JAHR**



**JAHRESENDSPURT:  
KRISENFEST  
IN 31 TAGEN**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe



**16**

**HAST DU  
EINEN  
EURO  
ÜBRIG?**



Deutsches  
Rotes  
Kreuz

DRK in  
Westfalen-Lippe

## **KRISENFEST IN 31 TAGEN**

### **Hast Du einen Euro übrig?**

Das Rote Kreuz hilft – weltweit und vor Ort.  
Mit Deiner Spende kannst Du uns helfen, dass wir woanders oder bei Dir im Ort helfen können.

Wir freuen uns, wenn Du uns einen kleinen Betrag zur Verfügung stellst. Eine Weihnachtsspende ist eine schöne Tradition – ob an Deinen DRK-Ortsverein vor Ort oder das DRK für die Auslandshilfe: Das Geld kommt an und wird für Gutes eingesetzt!

Aber auch in jedem anderen Monat des Jahres kann man Gutes tun – vielleicht ist ja auch eine Fördermitgliedschaft eine Idee für Dich?

 Informier' Dich gerne hier!



**MIT SICHERHEIT  
INS NEUE JAHR**

**JAHRESENDSPURT:  
KRISENFEST  
IN 31 TAGEN**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe



**17** **PROBIERE  
DEN „BÜRGER\*  
INNENNOT-  
FUNK“ AUS!**




Deutsches  
Rotes  
Kreuz


DRK in  
Westfalen-Lippe

## **KRISENFEST IN 31 TAGEN**

### **Probiere den „Bürger\*innennotfunk“ aus!**

Stimme mit Deinen Nachbar\*innenn eine Uhrzeit ab, wann ihr euch an diesem Abend per „Bürger\*innennotfunk“ treffen wollt (PMR Kanal 3). Je mehr mitmachen, desto schöner und besser. Und wenn eure Nachbarstraßen auch mitmachen, könnt ihr in „großer Runde“ miteinander sprechen. Vielleicht macht ja auch euer örtliches Rotes Kreuz mit, dann könnt ihr gleich noch ausprobieren, ob ihr im Notfall über einige „Hops“ Hilfe von eurem lokalen Rotkreuzstützpunkt erbitten könnt.

 Aber bitte daran denken: Ersatzbatterien auf die Einkaufsliste schreiben, damit Dein PMR-Funkgerät für einen möglichen „echten“ Notfall dann wieder voll einsatzklar ist!

 Informationen zum Bürger\*innennotfunk und dem Test-Tag findest Du hier:  
(s. QR-Code)

**MIT SICHERHEIT  
INS NEUE JAHR**



**JAHRESENDSPURT:  
KRISENFEST  
IN 31 TAGEN**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe



**18** **IST DEIN  
AUTO  
WIRKLICH  
WINTERFEST?**



Deutsches  
Rotes  
Kreuz


DRK in  
Westfalen-Lippe

## **KRISENFEST IN 31 TAGEN**

### **Ist Dein Auto wirklich winterfest?**

Könntest Du in Deinem Auto im Winter – z. B. im Stau – mehrere Stunden aushalten? Irgendwann ist der Sprit leer und die Heizung funktioniert nicht. Das Amerikanische Rote Kreuz hat ein Winter-Survival-Kit entwickelt, was für eine Person reicht, um eine Nacht im eingeschneiten Fahrzeug zu überleben.

Das Set besteht z. B. aus einem Energieriegel, Baumwollhandschuhen, Handwärmer für 8 Stunden, Rettungsdecke, Notschlafsack, Kurbelradio, Regenponcho, Knicklicht, Wasser und einem Erste-Hilfe-Set.

 Das Original kannst Du beim Amerikanischen Roten Kreuz erwerben, oder Du stellst es Dir selbst zusammen! Vielleicht ist das auch eine Idee für Dein Auto?



**MIT SICHERHEIT  
INS NEUE JAHR**



**JAHRESENDSPURT:  
KRISENFEST  
IN 31 TAGEN**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe



**19**

**WIE STURM-  
SICHER IST  
DEIN HAUS?**



Deutsches  
Rotes  
Kreuz

DRK in  
Westfalen-Lippe

## **KRISENFEST IN 31 TAGEN**

### **Wie sturmsicher ist Dein Haus?**

Der 19. Dezember ist in den USA der „Such-einen-Weihnachtsbaum-Tag“: Look for an Evergreen Day!

Check heute, ob der Christbaumständer noch standfest ist. Es wäre doch schade, wenn Deine Weihnachtsstimmung an Heiligabend durch einen umstürzenden Baum getrübt würde. Auch rund um Haus und Garten kann man diesen Tag nutzen, die Standfestigkeit zu prüfen:

- Könnte das Terrassendach einem Sturm standhalten?
- Wie sieht es mit Pavillons, dem Dach oder dem Gartenhaus aus?

 Weitere Tipps zur baulichen Sicherheit bekommst Du hier:

**MIT SICHERHEIT  
INS NEUE JAHR**





**JAHRESENDSPURT:  
KRISENFEST  
IN 31 TAGEN**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe



**20**

**KÜMMERE  
DICH UM  
DEINE  
LIEBSTEN!**



Deutsches  
Rotes  
Kreuz


DRK in  
Westfalen-Lippe

## **KRISENFEST IN 31 TAGEN**

### **Kümmere Dich um Deine Liebsten!**

Der 20. Dezember ist der „Internationale Tag der menschlichen Solidarität“. Dieser Tag soll an die Wichtigkeit erinnern, bei weltweiten Problemen gemeinsam zu agieren.

Zum gemeinsamen Handeln gehört auch, andere und sich selbst zu schützen – und das nicht nur während der Corona-Pandemie.

 Wenn du rund um Weihnachten erkältet bist, dennoch aber deine Familie besuchen möchtest, achte bitte darauf, deine Hände regelmäßig zu waschen und etwas Abstand zu halten.

Schließlich sollen ja alle anderen gesund bleiben!

**MIT SICHERHEIT  
INS NEUE JAHR**

**JAHRESENDSPURT:  
KRISENFEST  
IN 31 TAGEN**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe



**21**

**PRÜFE  
DEINE  
RAUCHMELDER!**



Deutsches  
Rotes  
Kreuz

DRK in  
Westfalen-Lippe

## **KRISENFEST IN 31 TAGEN**

### **Prüfe Deine Rauchmelder!**

Ist in jedem Wohn- und Schlafräum und in den Fluren ein funktionierender Rauchmelder?

- Teste sie nach Herstellerangaben!
- Wenn Du Rauchmelder mit handelsüblichen Batterien einsetzt, tausche sie heute aus!

**! Rauchmelder retten Leben!**

**!** Bereits zwei Atemzüge von Brandrauch reichen, um zu ersticken. Wird man im Schlaf von Feuer überrascht, hat man keine Chance. Rauchmelder sind die einzige Sicherheit, die man hier hat!

**MIT SICHERHEIT  
INS NEUE JAHR**

**JAHRESENDSPURT:  
KRISENFEST  
IN 31 TAGEN**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe



**22**

**KENNE DEINE  
NACHBAR-  
SCHAFT ODER  
LERNE SIE  
KENNEN!**



Deutsches  
Rotes  
Kreuz

DRK in  
Westfalen-Lippe

## **KRISENFEST IN 31 TAGEN**

### **Kenne Deine Nachbarschaft oder lerne sie kennen!**

Der 22. Dezember wird in den USA als „Plätzchen-Tausch-Tag“ – „National Cookie Exchange Day“ – begangen.

Komme doch mit Deinen Freund\*innen und Nachbar\*innen ins Gespräch und tauscht euch aus. Ob nun Gebäck dabei eine Rolle spielt, sei Dir überlassen. Ein gutes Gespräch und ein netter Kontakt reichen oft aus, um mit einem guten Gefühl den Tag zu beenden! In der Weihnachtszeit kann man das mit Keksen untermauern, in anderen Monaten mit Waffeln oder Muffins.

Im Katastrophenschutz sagen wir: „In Krisen Köpfe kennen“. Auch das ist in der Nachbarschaft wichtig! Nur, wenn man sich untereinander kennt, weiß man auch, wer im Notfall vielleicht Hilfe gebrauchen könnte oder wer Hilfe leisten kann!

**MIT SICHERHEIT  
INS NEUE JAHR**

**JAHRESENDSPURT:  
KRISENFEST  
IN 31 TAGEN**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe



**23**

**VERSCHENKE  
ETWAS SINN-  
STIFTENDES!**




Deutsches  
Rotes  
Kreuz

DRK in  
Westfalen-Lippe

## **KRISENFEST IN 31 TAGEN**

### **Verschenke etwas Sinnstiftendes!**

Weihnachten steht vor der Tür oder jemand hat Geburtstag – und Du hast zu allem Überfluss vergessen, für jemanden ein Geschenk zu kaufen?

 Wir haben Ideen für Dich: Wie wäre es mit einem Kurbelradio? Einer kleinen Erste-Hilfe-Tasche, einer Dose Ravioli für den Notvorrat oder einer wärmenden Decke?

Nachbar\*innen kannst Du mit einem lizenzfreien PMR- oder Freenet-Funkgerät beschenken, die Familie mit Kerzen oder Rauchmeldern.

Dir gefällt das nicht und Du brauchst weitere Geschenkideen? Schau mal in den rotkreuzshop. Dort findest du viele Gegenstände, die dir für die Notfallvorsorge helfen.

**MIT SICHERHEIT  
INS NEUE JAHR**





**JAHRESENDSPURT:  
KRISENFEST  
IN 31 TAGEN**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe



**24** **PACKE  
DEIN  
NOTGEPÄCK**






Deutsches  
Rotes  
Kreuz

DRK in  
Westfalen-Lippe

## **KRISENFEST IN 31 TAGEN**

### **Packe Dein Notgepäck!**

Die christliche Weihnachtsgeschichte erzählt auch von einem Paar auf der Flucht. Maria und Joseph fliehen mit ihrem Kind nach Ägypten, um dem drohenden Kindermord zu entgehen. Wärest Du auf eine plötzliche Flucht vorbereitet, hast Du Notgepäck? Hat jeder in Deiner Familie einen eigenen Rucksack? Es muss ja nicht ein Krieg sein, auch auf Grund eines Feuers kann man gezwungen sein, schnell für eine gewisse Zeit aus dem Haus zu müssen.

 Das Notgepäck sollte u. a. Lebensmittel für 2 Tage enthalten, schaue Dir hier die Vorschläge an! Wenn Du Notgepäck hast, solltest Du heute die Lebensmittel, die in den nächsten vier Wochen ihr Mindesthaltbarkeitsdatum erreichen, entnehmen, durch Lebensmittel aus dem Notvorrat ersetzen und erforderlichen Ersatz auf die Einkaufsliste schreiben.

**MIT SICHERHEIT  
INS NEUE JAHR**



**JAHRESENDSPURT:  
KRISENFEST  
IN 31 TAGEN**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe



**25 BEWEGE  
DICH!**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe

## **KRISENFEST IN 31 TAGEN**

### **Bewege Dich!**

Heute ist eine gute Gelegenheit, je nach Wetterlage einmal vor die Tür zu gehen, einen Spaziergang zu machen oder mit dem Fahrrad zu fahren. Beides sind Fortbewegungsmöglichkeiten, die übrigens auch bei Stromausfall funktionieren. Nach dem Spaziergang kannst Du prüfen, ob Dein Fahrrad verkehrstauglich ist:

- Geht das Licht noch?
- Sind die Strahler sauber?

Bei E-Bikes solltest Du darauf achten, die Akkus im Warmen zu lagern. Besonders im Winter können zu kalt gelagerte Akkus Schaden nehmen.

**MIT SICHERHEIT  
INS NEUE JAHR**

**JAHRESENDSPURT:  
KRISENFEST  
IN 31 TAGEN**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe



**26**

**KOCHE DIR  
WAS  
LECKERES –  
OHNE STROM!**



Deutsches  
Rotes  
Kreuz

DRK in  
Westfalen-Lippe


## **KRISENFEST IN 31 TAGEN**

### **Koche Dir was Leckeres – ohne Strom!**

Du hast am Vortag zu viel gekocht und es ist noch eine Menge übrig? Dann hast Du heute die Aufgabe, zu testen, ob man diese Reste auch ohne Strom zubereiten kann!

Probier' es mal aus!

Dafür kannst Du auch die Lebensmittel nutzen, die Du vorgestern aus dem Notgepäck genommen hast, um sie auszutauschen!

 Falls Du Ideen brauchst und nicht bereits am Tag 9 auf den Geschmack gekommen bist, schau einmal hier:



**MIT SICHERHEIT  
INS NEUE JAHR**

**JAHRESENDSPURT:  
KRISENFEST  
IN 31 TAGEN**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe



**27**

**GEHE  
EINKAUFEN!**




Deutsches  
Rotes  
Kreuz

DRK in  
Westfalen-Lippe

## **KRISENFEST IN 31 TAGEN**

### **Gehe einkaufen!**

Du hast die letzten Tage Sachen aus Deinem Notgepäck herausgenommen und ohne Strom zubereitet.

 Deine heutige Aufgabe ist es, diese Lebensmittel nachzukaufen.

Achte dabei darauf, dass Du Lebensmittel kaufst, die Du sowieso magst und auch verbrauchst. Das Prinzip heißt „lebender Notvorrat“. Dadurch, dass Du Lebensmittel im Rucksack oder Notvorrat gelagert hast, die Du sowieso häufig isst, wird durch regelmäßigen Austausch auch nichts schlecht.

 Ideen zum Nachkaufen bekommst Du hier:



**MIT SICHERHEIT  
INS NEUE JAHR**



**JAHRESENDSPURT:  
KRISENFEST  
IN 31 TAGEN**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe



**28**

**IST DEIN  
ERSTE-HILFE-  
KASTEN VOLL-  
STÄNDIG?**



Deutsches  
Rotes  
Kreuz

DRK in  
Westfalen-Lippe

## **KRISENFEST IN 31 TAGEN**

### **Ist Dein Erste-Hilfe-Kasten vollständig?**

Ob eine Rakete oder auch „nur“ Wunderkerzen angezündet werden: Brandverletzungen kommen an Silvester leider oft vor. Die Gelegenheit, das eigene Wissen aufzufrischen, wie man leichte und schwere Brandwunden versorgt.

Am besten tust Du natürlich alles dafür, dass sich erst gar keiner verbrennt: Vielleicht kann man in diesem Jahr auch auf Feuerwerk verzichten?

Nutze die Gelegenheit und schaue noch heute, ob Dein Erste-Hilfe-Kasten vollständig ist.



Was in einen Erste-Hilfe-Kasten gehört, erfährst du hier:



**MIT SICHERHEIT  
INS NEUE JAHR**

**JAHRESENDSPURT:  
KRISENFEST  
IN 31 TAGEN**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe



**29**

**PRÜFE  
DEINE FEUER-  
LÖSCHEIN-  
RICHTUNGEN!**



Deutsches  
Rotes  
Kreuz

DRK in  
Westfalen-Lippe

## **KRISENFEST IN 31 TAGEN**

### **Prüfe Deine Feuerlöscheinrichtungen!**

Ist dein Feuerlöscher einsatzbereit, falls beim Feuerwerk am Silvesterabend ein Missgeschick passiert?

Prüfe einmal, ob Du allen Brandgefahren in Deinem Haus begegnen kannst. Hast Du z. B. die Möglichkeit, einen Fettbrand in der Küche sicher zu löschen?

**! Wasser ist hier Tabu!**

Beschaffe Dir einen Fettbrandlöscher (Klasse F) und positioniere ihn griffbereit in der Nähe der Küche! Mit einem solchen Feuerlöscher lassen sich auch andere Entstehungsbrände löschen.

**MIT SICHERHEIT  
INS NEUE JAHR**

**JAHRESENDSPURT:  
KRISENFEST  
IN 31 TAGEN**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe



**30**

**BEGINNE  
EINEN  
NEUEN  
KALENDER!**



Deutsches  
Rotes  
Kreuz

DRK in  
Westfalen-Lippe

## **KRISENFEST IN 31 TAGEN**

### **Beginne einen neuen Kalender!**

Ein neues Jahr beginnt – mindestens aber ein neuer Monat!

Was kann man denn alles eintragen und übertragen?

- Blutspendetermine beim Roten Kreuz
- Wichtige Familientermine
- Alle drei Monate: Kontrolle des Notvorrats
- Wann laufen Ausweise ab? (Drei Monate vorher Ersatz beantragen!)
- Kontrolle der Impfauffrischungen
- Ist der Führerschein noch gültig? Falls nein, rechtzeitig Ersatz beantragen.
- Vorsorgeuntersuchungen bei den Ärzt\*innen



So geht Dir kein Termin verloren!

**MIT SICHERHEIT  
INS NEUE JAHR**

**JAHRESENDSPURT:  
KRISENFEST  
IN 31 TAGEN**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe



**31**

**DU HAST ES  
GESCHAFFT!**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK in  
Westfalen-Lippe

## **KRISENFEST IN 31 TAGEN**

**Du hast es geschafft!**

Nun gib Dein Wissen weiter – und versende den Link zu diesem Kalender gerne an Deine Nächsten! Den Kalender kannst du übrigens auch in jedem anderen Monat des Jahres verwenden.

Es gibt einige Monate im Jahr, die auch 31 Tage haben! Krisenvorsorge und Notfallplanung sind ein Dauerthema, welches immer aktuell bleiben wird!

**Wir wünschen Dir ein friedliches,  
krisenfreies und gesundes neues Jahr!**

**MIT SICHERHEIT  
INS NEUE JAHR**