FÜRSORGE · KINDER · ÄLTERE

Vorsorge, die alle mitnimmt

Kinder, ältere Menschen und Pflegebedürftige brauchen eigene Zeilen im Notfallplan. Diese Checkliste hilft, Bedarf, Medikamente und Evakuierung mitzudenken.

DAS WICHTIGSTE IN KÜRZE

- Der Plan muss auf die tatsächlichen Bedürfnisse passen – nicht auf eine Musterfamilie.
- Medikamente, Hilfsmittel und Pflegeprodukte gehören in die Vorratsplanung, nicht nur Lebensmittel.
- Bei Stromausfall zählt für medizinische Geräte ein gerätespezifischer Plan, keine allgemeine Powerbank.
- Evakuierung mit Kindern oder Pflegebedarf will vorher geübt und mit Unterstützung geklärt werden.

Bedarf und Vorrat

MEDIKAMENTE · PFLEGE · TRANSPORT

- [ ] Medikamente und Dosierung
- [ ] Pflegeprodukte
- [ ] Spezielle Nahrung
- [ ] Notfallausweis
- [ ] Pflegedienst
- [ ] Powerstation
- [ ] Betreuung
- [ ] Dokumente und Vollmachten
- [ ] Hilfsmittel
- [ ] Windeln und Inkontinenzmaterial
- [ ] Trinkwasser
- [ ] Arztkontakt
- [ ] Stromabhängige Geräte
- [ ] Transportmöglichkeit
- [ ] Treffpunkt
- [ ] Notfallkontakte

NOTIZEN

Im Ernstfall

FÜNF SCHRITTE

1 **Bedarf erfassen**
Für jede Person notieren: Medikamente, Hilfsmittel, Ernährung, Mobilität und Kommunikation. Mit Arzt oder Pflegedienst abgleichen.

2 **Vorrat planen**
Medikamente und Pflegeprodukte für mindestens zehn Tage. Kühlpflichtige Arzneimittel und Strombedarf gesondert planen.

3 **Strom planen**
Für medizinische Geräte einen gerätespezifischen Plan erstellen. Powerstation oder Ersatzstrom mit Hersteller und Arzt klären.

4 **Evakuierung üben**
Transport, Betreuung und Treffpunkt vorher besprechen. Hilfsmittel und Medikamente griffbereit halten.

5 **Kontakte teilen**
Vertrauenspersonen wissen lassen, wer im Notfall unterstützt. Zustimmung und Datenschutz beachten.

Wichtig: Medizinische Geräte nie ohne Rücksprache mit Arzt oder Hersteller an eine Powerstation anschließen. Falsche Spannung kann lebenswichtig sein.

Quellen: BBK, Vorsorge für besondere Bedürfnisse · DRK, Pflege und Katastrophenschutz · Pflegeverbände. Stand: November 2026.

NOTIZEN