

Notfall / Prepper Liste 2021

Basis-Lebensmittel

		Personenanzahl 1					
Lebensmittel die um verpackt werden müssen	Tag	Monat	3 Monate	6 Monate			
Reis (Kg)	0,1 KG	3 KG	9 KG	18 KG	Beispiel Reis		
Nudeln (Kg)	0,1 KG	3 KG	9 KG	18 KG	Beispiel Nudeln	Beispiel Nudeln Glutenfrei	
Weizenmehl (Kg)	0,1 KG	3 KG	9 KG	18 KG	Beispiel Mehl		
Bohnen getrocknet rot/ weiß (Kg)	0,05 KG	1,5 KG	4,5 KG	9 KG	Beispiel Bohnen rot	Beispiel Bohnen weiß	
Mais getrocknet (Kg)	0,075 KG	2,25 KG	6,75 KG	13,5 KG	Beispiel Mais		
Maismehl (Kg)	0,1 KG	3 KG	9 KG	18 KG	Beispiel Maismehl		
Linsen getrocknet (Kg)	0,075 KG	2,25 KG	6,75 KG	13,5 KG	Beispiel Linsen		
Erbsen getrocknet (Kg)	0,05 KG	1,5 KG	4,5 KG	9 KG	Beispiel Erbsen		
Haferflocken (Kg)	0,2 KG	6 KG	18 KG	36 KG	Beispiel Haferflocken		
Eine Möglichkeit der "nahezu" unbegrenzten Lagerung folgt weiter unten							
Lebensmittel die nicht umverpackt werden müssen	Tag	Monat	3 Monate	6 Monate			
Kartoffelpüree (Päckchen)	1 Stk.	30 Stk.	90 Stk.	180 Stk.	Beispiel Kartoffelpüree		
Asiatische Instantnudeln (Päckchen)	4 Stk.	120 Stk.	360 Stk.	720 Stk.	Beispiel asiatische Nudeln		
Fertiggerichte in Alu Schale	2 Stk.	60 Stk.	180 Stk.	360 Stk.	Beispiel Fertiggericht		
Volleipulver	0,025 KG	0,75 KG	2,25 KG	4,5 KG	Beispiel Volleipulver		
Milchpulver	0,02 KG	0,6 KG	1,8 KG	3,6 KG	Beispiel Milchpulver		
Konservendosen- und Gläser	Tag	Monat	3 Monate	6 Monate			

Apfelbrei (Dose 800ml)	0,2 Stk.	6 Stk.	18 Stk.	36 Stk.	Beispiel Apfelbrei	
Birnen (Dose 800ml)	0,2 Stk.	6 Stk.	18 Stk.	36 Stk.	Beispiel Birnen	
Kirschen (Dose 400ml)	0,2 Stk.	6 Stk.	18 Stk.	36 Stk.	Beispiel Kirschen	
Pfirsiche (Dose 800ml)	0,2 Stk.	6 Stk.	18 Stk.	36 Stk.	Beispiel Pfirsiche	
Bohnen (grün/gelb) (Dose 400ml)	0,3 Stk.	9 Stk.	27 Stk.	54 Stk.	Beispiel Bohnen	Beispiel Bohnen
Tomaten (Dose 400ml)	0,3 Stk.	9 Stk.	27 Stk.	55 Stk.	Beispiel Tomaten	
Rotkraut (Dose 800ml)	0,2 Stk.	6 Stk.	18 Stk.	36 Stk.	Beispiel Rotkraut	
Sauerkraut (Dose 800ml)	0,2 Stk.	6 Stk.	18 Stk.	36 Stk.	Beispiel Sauerkraut	
Gemüsemais (Dose 300ml)	0,8 Stk.	24 Stk.	72 Stk.	144 Stk.	Beispiel Gemüsemais	
Tomatenmark (Tube)	0,5 Stk.	15 Stk.	45 Stk.	90 Stk.	Beispiel Tomatenmark	
Dosenfleisch (Spam)	0,5 Stk.	15 Stk.	45 Stk.	90 Stk.	Beispiel Dosenfleisch	Alternative
Dosenfisch (Thunfisch)	0,5 Stk.	15 Stk.	45 Stk.	90 Stk.	Beispiel Dosenfisch	Alternative
Erdnussbutter (Glas)	0,1 Stk.	3 Stk.	9 Stk.	18 Stk.	Beispiel Erdnussbutter	
Zusatzprodukte (müssen umverpackt werden)	Tag	Monat	3 Monate	6 Monate		
Salz	5 g	150 g	450 g	900 g	Beispiel Salz	
Zucker	20 g	600 g	1800 g	3600 g	Beispiel Zucker	Zuckerersatz
Pfeffer	3 g	90 g	270 g	540 g	Beispiel Pfeffer	
Paprika	2 g	60 g	180 g	360 g	Beispiel Paprika	
Curry	2 g	60 g	180 g	360 g	Beispiel Curry	
Chili	4 g	120 g	360 g	720 g	Beispiel Chili	
Gefriergetrocknete Kräuter	3 g	90 g	270 g	540 g	Beispiel gefriergetrocknete Kräuter	
Zimt	0,1 g	3 g	9 g	18 g	Beispiel Zimt	
Muskat Nuss	0,01 Stk.	0,3 Stk.	0,9 Stk.	1,8 Stk.	Beispiel Muskat Nuss	
Sonnenblumenöl	0,035 L	1,05 L	3,15 L	6,3 L	Beispiel Sonnenblumenöl	
Essig	0,003 L	0,09 L	0,27 L	0,54 L	Beispiel Essig	
Backpulver	0,33 Pck.	9,9 Pck.	29,7 Pck.	59,4 Pck.	Beispiel Backpulver	

Getränke	Tag	Monat	3 Monate	6 Monate		
Stilles Wasser	5 L	150 L	450 L	900 L	Beispiel Wasser	
Pfefferminztee	Menge je nach eigenem Bedarf. Bedenkt, dass Teebeutel deutlich einfacher zu lagern sind als z.B. Cola Flaschen. Niemand hat unendlich viel Platz zur Verfügung				Beispiel Pfefferminztee	
Schwarzer Tee					Beispiel schwarzer Tee	
Kräuter Tee					Beispiel Kräuter Tee	
Instant Kaffee					Beispiel Instant Kaffee	
Luxus-Lebensmittel						
Süßwaren						
Bonbons	Menge je nach eigenem Bedarf				Beispiel Bonbons	
Gummibärchen					Beispiel Gummibärchen	
Kekse					Beispiel Kekse	
Blockschokolade					Beispiel Schokolade	
Dosenbrot					Beispiel Dosenbrot	
Nussmischungen					Beispiel Nussmischungen	
Keine Chips, keine Schokolade, diese halten sich selbst bei perfekten Bedingungen nicht länger als 10 Jahre						
GANZ WICHTIG Schokolade, Alkohol und Zigaretten waren das beste Tauschmittel in jeder Krise!						
Spirituosen						
Wodka	Menge je nach eigenem Geschmack/Bedarf, super Tauschprodukt. Gleiches gilt für Tabakwaren				Beispiel Wodka	
Schnaps					Beispiel Schnaps	
Langzeit-Lebensmittel						
Survival-Lebensmittel						
NRG-5					Beispiel NRG-5	Alternative Glutenfrei
Bundeswehr Hartkekse					Beispiel Kekse	
Bundeswehr Überlebensration					Beispiel Überlebensration	

Von 30/90/120/365 Tagesrationen in Eimern oder großen Kartons kann nur abgeraten werden, oftmals sind in diesen minderwertige Nahrungsmittel enthalten, außerdem besteht die Gefahr, dass aufgrund des Einheitsgeschmacks im Notfall die Moral erheblich geschwächt wird

Basis Haushaltswaren

Kochwaren	Tag	Monat	3 Monate	6 Monate		
Bioethanol	0,08 L	2,4 L	7,2 L	14,4 L	Beispiel Bioethanol	
Bioethanol Kocher (Trangia Kocher)	1 Stück, dieser kann auf der Herdplatte eingesetzt werden, falls der Strom ausgefallen ist				Beispiel Trangia Kocher	
passendes Topfkreuz					Beispiel Topfkreuz	
Alternative						
Gaskocher (Schraubverschluss)	1 Stück, dieser kann auf der Herdplatte eingesetzt werden, falls der Strom ausgefallen ist				Beispiel Gaskocher	
Gaskartusche (Schraubverschluss)					Beispiel Gaskartusche	
Gasgrill (Schraubverschluss)	min. 1 Gas-Flasche je 2 Wochen				Beispiel Gasgrill	
Gas-Flasche (Schraubverschluss)					Beispiel Gas-Flasche	
Gasheizstrahler Aufsatz zum wärmen					Beispiel Gasheizstrahler	
Bitte keine Stechkartuschen einsetzen, diese Technik ist veraltet und birgt eine gewisse Explosionsgefahr, besonders in Krisensituationen immer auf Nummer sicher gehen. Die Kosten für beide Systeme sind nahezu identisch						
Alternative						
Holzbox Kocher					Beispiel HoBo	
Alternative						
Stromerzeuger Variante des Holzboxkochers					Beispiel del. HoBo	
Weitere Haushaltswaren (Reinigung)	Tag	Monat	3 Monate	6 Monate		
Reinigungsmittel (biologisch Abbaubar)	0,07 L	2,1 L	6,3 L	12,6 L	Beispiel Reinigungsmittel	
Küchenrolle (Rolle)	0,1 Rol.	3 Rol.	9 Rol.	18 Rol.	Beispiel Küchenrolle	

Feuchte Reinigungstücher (Packung)	0,1 Pck.	3 Pck.	9 Pck.	18 Pck.	Beispiel Feuchte Reinigungstücher	
Schwamm	-	1,5 Stk.	4,5 Stk.	9 Stk.	Beispiel Schwamm	

Weitere Haushaltswaren (Licht)	Tag	Monat	3 Monate	6 Monate		
Kerzen (Stumpfen)	0,5 Stk.	15 Stk.	45 Stk.	90 Stk.	Beispiel Kerzen	
Kerzen (Teelichter)	2 Stk.	60 Stk.	180 Stk.	360 Stk.	Beispiel Teelichter	
Streichhölzer (Packung)	0,1 Pck.	3 Pck.	9 Pck.	18 Pck.	Beispiel Streichhölzer	
Feuerstahl	1 Stück				Beispiel Feuerstahl	
Feuerzeug	-	2 Stk.	6 Stk.	12 Stk.	Beispiel Feuerzeug	
Petroleum Laterne	1-2 Stück				Beispiel Laterne	
Petroleum (Liter)	0,3 L	9 L	27 L	54 L	Beispiel Petroleum	
Batterien (Stück)	2 Stk.	60 Stk.	180 Stk.	360 Stk.	Beispiel Batterien	
Stirnlampe	1 Stück				Beispiel Stirnlampe	
Taschenlampe	1 Stück				Beispiel Taschenlampe	Alternative
Knicklichter	individuell				Beispiel Knicklichter	

Weitere Haushaltswaren (Hygiene)	Tag	Monat	3 Monate	6 Monate		
Zahnbürste (Stück)		2 Stk.	6 Stk.	12 Stk.	Beispiel Zahnbürste	
Zahnpasta (Tube)		1,5 Tb.	4,5 Tb.	9 Tb.	Beispiel Zahnpasta	
Zahnseide	individuell				Beispiel Zahnseide	
Wattestäbchen	individuell				Beispiel Wattestäbchen	
Kernseife (Stück)	0,1 Stk.	3 Stk.	9 Stk.	18 Stk.	Beispiel Kernseife	
Toilettenpapier (Rolle)	0,2 Rol.	6 Rol.	18 Rol.	36 Rol.	Beispiel Toilettenpapier	
feuchtes Toilettenpapier (Packung)	0,1 Pck.	3 Pck.	9 Pck.	18 Pck.	Beispiel f. Toilettenpapier	
Waschlappen	individuell				Beispiel Waschlappen	

Kondome	je nach Bedarf	Beispiel Kondome	
Damenbinden/ Tampons	individuell	Beispiel Tampons	
Einwegrasierer	individuell	Beispiel Einwegrasierer	
Vaseline	individuell	Beispiel Vaseline	
Lippenwachs	je nach Bedarf	Beispiel Wachs	Beispiel Tiegel

Wundversorgung & Brandschutz

Erste Hilfe Kasten					Beispiel Erste Hilfe Kasten	
Pflaster (Rolle)					Beispiel Pflaster	
Kompressen (schmal)					Beispiel Kompressen	
Kompressen (breit)					Beispiel Kompressen	
Desinfektionsmittel (Flasche)					Beispiel Desinfektionsmittel	
Betaisodona (Flasche)					Beispiel Betaisodona	
Mullbinden Steril (Stück)					Beispiel Mullbinden Steril	
Gummihandschuhe (Pack)					Beispiel Gummihandschuhe	
Eisbeutel (3er Pack)					Beispiel Eisbeutel	
Rettungsdecke					Beispiel Rettungsdecke	
Honig (Flüssig im Glas)					Beispiel Honig	
Dreieck Tuch					Beispiel Dreieck Tuch	
Chirurgen Set Notfall	Auch ohne medizinische Kenntnisse nützlich				Beispiel Chirurgen Set	
Seiden Wundnaht-Faden					Beispiel Nähmaterial	
Buch zur Chirurgie					Beispiel Buch	
Tourniquet					Beispiel Tourniquet	
Feuerlöscher (Schaum)					Beispiel Löscher	

Brandschutzdecke					Beispiel Brandschutzdecke	
------------------	--	--	--	--	---	--

Bitte keinen Pulverlöscher kaufen, bei einem Wohnungsbrand wollt ihr danach weiter dort Wohnen, Schaum lässt sich einfach aufwischen

Erweiterte Haushaltswaren

Alltagsgegenstände

Dosenöffner mechanisch					Beispiel Dosenöffner	
Wolldecke (Schurwolle)	Stromausfall im Winter				Beispiel Decke	
Schlafsack					Beispiel Schlafsack	
Tarp					Beispiel Tarp	
Isomatte					Beispiel Matte	
Poncho Tyo Plash Palatka					Beispiel Poncho	
Gewebeplane	kann auch als Zeilersatz genutzt werden				Beispiel Plane	
Zunderfuchse					Beispiel Zunderfuchse	
Bindedraht					Beispiel Draht	
Gehörschutz					Beispiel Gehörschutz	
Solarladepanel					Beispiel Solarpanel	
Powerbank					Beispiel Powerbank	
Notfall Radio					Beispiel Radio	
Notfall Funkgerät					Beispiel Funkgerät	Alternativ
SD-Karte mit allen Zeugnissen/Ausweisen/Versicherungen/Kontoaus					Beispiel SD-Karte	
Nähzeug Set					Beispiel Nähset	
Alufolie					Beispiel Alufolie	
Bleistifte					Beispiel Bleistifte	
Schreibblöcke					Beispiel Schreibblock	
Klebeband					Beispiel Klebeband	
Pappteller & Plastik Geschirr					Beispiel Teller	
Sicherheitsnadeln					Beispiel Sicherheitsnadeln	

Müllsäcke					Beispiel Müllsack	
Ziplock Beutel					Beispiel Ziplock Beutel	
Kanister (Lebensmittelecht) 10l					Beispiel Kanister	
Benzin Kanister 20l (Plastik)					Beispiel Kanister	
Messer Schärfset					Beispiel Messerschärfer	

Wassergewinnung

Empfohlene Produkte

Wasserfilter (einfach)					Beispiel Wasserfilter	Alternative
Wasserentkeimung mittels UV					Beispiel Wasserentkeimung	Alternative
Wassertester					Beispiel Wassertest	
Wasserfilter günstig mit Aktivkohle					Beispiel Wasserfilter	
Wasseraufbereitung Silberjodit					Beispiel Tabletten	
Wasseraufbereitung Chlor					Beispiel Tabletten	

Basis Werkzeuge

Werkzeuge ohne Stromversorgung

Latthammer					Beispiel Hammer	
Brecheisen					Beispiel Brecheisen	
Spaltaxt					Beispiel Spaltaxt	
Fällaxt					Beispiel Fällaxt	
Fuchsschwanz Säge					Beispiel Säge	
Bügelsäge					Beispiel Bügelsäge	
Schnitzmesser					Beispiel Schnitzmesser	
Schnitzmesser U-Form					Beispiel Schnitzmesser U-Form	

Feststehendes Messer					Beispiel Messer	
Spaten					Beispiel Spaten	
Hacke					Beispiel Hacke	
Taschenmesser					Beispiel Taschenmesser	Alternativ
Ringmaulschlüssel Satz					Beispiel Schlüsselsatz	
Schraubendreher Satz					Beispiel Schraubendreher	
Reepseil					Beispiel Reepseil	

Erweiterte Werkzeuge

Werkzeuge mit hohem Nutzfaktor						
Handbohrer					Beispiel Bohrer	
Kettensäge (Benzin)					Beispiel Kettensäge	
Akku Kreissäge					Beispiel Kreissäge	
Akku Schrauber					Beispiel Akkuschauber	
Akku Stichsäge					Beispiel Akku Stichsäge	
Dechsel					Beispiel Dechsel	

Stromversorgung

Basis Elemente						
Solarpanel (mobil)					Beispiel Solarpanel	
Solarpanel (semi mobil)					Beispiel Solarpanel	
Tragbarer Energiespeicher (große Variante)					Beispiel Speicher	
Tragbarer Energiespeicher (kleine Variante)					Beispiel Speicher	
Solar und Windenergiekraftwerk					Beispiel Windenergie	

Haltbarmachung von Lebensmitteln

Geräte						
---------------	--	--	--	--	--	--

Vakuuiergerät					Beispiel Vakuuiergerät	
Dörrautomat					Beispiel Dörrautomat	
Räucherschrank					Beispiel Räucherschrank	
Glätteisen					Beispiel Glätteisen	
Verbrauchsmaterial						
Folien/ Tüten für Vacuumiergeräte					Beispiel Folie	
Mylar Beutel 2000ml					Beispiel Mylar Bag	
Pökelsalz					Beispiel Nitrat	
Einmachgläser					Beispiel Glas	
Gummiringe für Einmachgläser					Beispiel Gummiringe	

Bücher

Bücher						
Reibert					Link	
SAS Survival Handbook					Link	
Taschenbuch für den Winterkrieg					Link	
Werken mit dem Taschenmesser					Link	
Outdoor mit dem Taschenmesser					Link	
Enzyklopädie Essbare Wildpflanzen: 2000 Pflanzen Mitteleuropas					Link	
Pilze: Bestimmen leicht gemacht					Link	
Wie lerne ich Spurenlesen?					Link	
Die Kunst des Krieges					Link	
21 Lektionen					Link	
der bitcoin standart					Link	
Das Robbins Power Prinzip					Link	

Unterhaltung

Gesellschaftsspiele						
UNO					Link	
Jenga					Link	
Schach					Link	

Spielesammlungen					Link	
Memory					Link	
Spielkarten					Link	
Würfel					Link	

Verteidigung

Basis Produkte						
Nato Draht 10m Rolle					Beispiel S-Draht	
Mausefallen					Beispiel Falle	
Zaunpfähle					Beispiel Zaunpfahl	
Stahlrohr					Beispiel Rohr	
Kabelbinder (breit)					Beispiel Kabelbinder	
Zwille					Beispiel Zwille	
Pfefferspray Gel					Beispiel Pfefferspray	
Stahlrohr					Beispiel Rohr	
Kabelbinder (breit)					Beispiel Kabelbinder	

Zahl/Tauschmittel

Geld / Tauschmittel						
Bargeld						
BTC / ETH					Beispiel Börse	
BTC / ETH aufbewahren					Beispiel Wallet	
Gold / Silber					Beispiel Edelmetallhändler	
Osmium					Beispiel Osmium Händler	

