

# Packliste für Deinen FLUCHT-RUCKSACK



Diese Liste wurde auf Basis der Erfahrung vieler zusammengestellt, manches wurde persönlich erprobt. Die Zusammenstellung Deines eigenen Fluchtrucksackes ist etwas sehr Persönliches. Also fühl Dich frei, Dinge wegzulassen oder hinzuzufügen. Viel Spaß beim Packen...

## (Kommunikations-) Elektronik

- Notfallhandy mit Ladegerät
- ggf Powerbank
- (Solar-) Powerbank mit Kabel
- Kurbel-Radio (analog), batteriebetrieben oder Solar
- LED-Taschenlampe
- Ersatzbatterien
- 
- 
- 

## Werkzeug / Survival-Tools

- Outdoor-Wasserfilter
- Trinkwasser-Desinfektionstabletten
- Multitool
- Messer
- Schnüre, Seile, Kabelbinder
- kräftiges Klebeband
- Feuerzeug
- einige große Plastiktüten
- Warnwesten für alle Personen
- Trillerpfeife
- Signallicht/Fackel
- 
- 
- 

## Kleidung / Übernachten

- Unterwäsche, Socken
- Warme Socken
- T-Shirt
- Warmes Fleece
- Regenbekleidung / Poncho
- Schlafsack oder Wolldecke
- Robustes, wasserdichtes Schuhwerk
- Schutz- / Fahrradhelm
- Arbeitshandschuhe
- Isomatte
- 
- 
- 

## Hygiene & Körperpflege

- Taschentücher / Klopapier
- Feste Seife + Shampoo
- Pflegecreme
- Zahnbürste + Zahnseide
- Zahnpasta (fest oder konz.)
- Handdesinfektionsmittel
- 
- 
- 

## Dokumente & Ausweise

- Reisepass oder Kopie Personalausweis
- Kopie Führerschein
- Kopie Fahrzeugschein
- ggf Zweit-Bankkarte
- Zettel mit allen Vertragsdaten und Notfalltelefonnummern von Versicherungen, Banken
- Kopie Krankenversicherungskarte
- Liste mit Telefonnummern und Emailadressen von Familie, Freunden, Ärzten und wichtigen Personen sowie Notfallkontakten
- Kopie relevanter medizinischer Dokumente
- Passfotos
- Bargeld
- Wasserdichte Mappe für die Dokumente
- Katastrophenratgeber (z.B. vom BBK)
- Stift und Papier
- Ersatzschlüssel Wohnung/Auto
- 
- 

## Medizin & Apotheke

- Schutzmaske
- Einmalhandschuhe
- Wunddesinfektionsmittel
- Erste-Hilfe-Set
- Ibuprofen
- Antiallergikum
- Durchfallmittel
- Persönliche Medikamente...
- 
- 
- 

## Essen & Trinken

- Müsliriegel
- Wasserflaschen (mind. 3 Liter / Person)
- Multivitamin-/Mineraltabletten
- Becher, Schüssel, Löffel
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

## Besonderes für Baby/Kleinkind

- Nahrung für 2-3 Tage
- Hygieneartikel
- Schnuller, Spielzeug
- Trinkflasche
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

## Persönliche Dinge (falls noch Platz ist)

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
-