

# Starkwetterphänomene

## **GENERELLE ANWEISUNGEN**

- Informieren Sie sich durchgehend über Radio und Fernsehen über die Entwicklung der Wetterlage. Die Zivilschutzbehörde und der Nationale Wetterdienst sind die offiziellen Informationsquellen.
- In einem Notfall rufen Sie alternativ die Polizei (100), die Feuerwehr (199), das Nationale Zentrum für Notfallhilfe EKAB (166) oder die europaweite Notrufnummer (112) an.
- Platzieren Sie diese Notrufnummern an einem sichtbaren Ort in Ihrem Haus und stellen Sie sicher, dass Ihre Kinder über die Nutzung dieser Nummern informiert sind, sobald sie es können.
- Helfen Sie Ihren Kindern, wichtige Familiendaten wie ihren Nachnamen, ihre Adresse und die Telefonnummer auswendig zu lernen.
- Erklären Sie allen Familienmitgliedern, wann und wie man den Strom, das Gas und das Wasser abstellt, wie man den Feuerlöscher benutzt und wie man Hilfe ruft.
- Statten Sie sich mit einer Notfallausrüstung aus, wie z.B. einem Verbandskasten, Taschenlampe und Batterien, tragbares Radio, etc.
- Achten Sie besonders auf Kinder und ältere Personen.

## **Nach einem Unwetter**

- Informieren Sie sich über Radio und Fernsehen zu Warnungen und Hinweisen.
- Überprüfen Sie Ihr Haus und Ihr Eigentum auf Schäden und machen Sie eine Liste der Schäden.

## **Wenn Sie reisen**

- Informieren Sie sich über die Wetterverhältnisse auf der Straße
- Seien Sie auf das zu erwartende Wetter an Ihrem Zielort vorbereitet (Schnee, Eis, Hagel, Regen, etc.)
- Planen Sie Ihre Bewegungen so, dass sie sich möglichst nicht dem Höhepunkt des Wetterphänomens aussetzen.
- Reisen Sie tagsüber und vermeiden Sie abgelegene oder schwer zugängliche Straßen.
- Informieren Sie Ihre Familienangehörigen über die Route, die Sie zu bereisen beabsichtigen.
- Ignorieren Sie nicht die Anweisungen der Zivilschutzbehörde, Unwetterwarnungen und Anweisungen der Behörden wie z.B. der Verkehrspolizei, der Hafenbehörde, der Feuerwehr, etc.
- Prüfen Sie den Zustand Ihres Autos bevor Sie losfahren
- Rüsten Sie Ihr Auto mit der notwendigen Ausrüstung aus, um für Starkwetterphänomene gerüstet zu sein (Schneeketten, Frostschutz, Schirme, Regenjacken, Gummistiefel, Taschenlampe, Verbandskasten, etc.)
- Wenn Sie sich zu Fuß fortbewegen müssen, tragen Sie der Situation angepasste Kleidung und Schuhe.
- Gehen Sie vorsichtig, um nicht auf glatten Straßen und Fußwegen auszurutschen und sich zu verletzen oder bei Wind oder Hagel von herabfallenden Gegenständen getroffen zu
- Ziehen Sie öffentliche Verkehrsmittel vor
- Bleiben Sie ruhig und geduldig. Panik verschlimmert die Situation.
- Erleichtern Sie die Arbeit der Behörden.

# **SPEZIFISCHE HINWEISE FÜR JEDES PHÄNOMEN**

## **► STARKE WINDE**

### **Vor und während eines starke Winde**

- Sichern Sie alle Gegenstände, die vom Wind mitgerissen werden und Schäden und Verletzungen verursachen können
- Sichern Sie alle Werbetafeln, die Sie installiert haben
- Sichern Sie die Türen und Fenster zuhause oder am Arbeitsplatz
- Vermeiden Sie Aktivitäten am Strand oder an der Küste
- Vermeiden Sie es, unter großen Bäumen oder hängenden Schildern oder an Orten, von denen leichte Gegenstände (wie Blumentöpfe, zerberstendes Glas) herabfallen können (z.B. unter Balkonen) hindurch zu gehen.

## **► STÜRME**

### **Die Entfernung eines Unwetters abschätzen**

- Stoppen Sie die Zeit zwischen Blitz und Donner in Sekunden. Teilen Sie die Zeit durch drei um die Entfernung des Unwetters in Kilometern zu schätzen.
- Treffen Sie alle notwendigen Maßnahmen, bevor das Unwetter Sie erreicht. Die so errechnete Entfernung ist eine Faustregel, das Unwetter kann sich sehr schnell in Ihre Richtung bewegen.

## **WÄHREND DES STURMS**

### **In einem Gebäude**

- Sichern Sie alle Gegenstände, die vom Sturm oder vom Regen mitgerissen werden und Schäden und Verletzungen verursachen können
- Sichern Sie alle hängenden Schilder oder Werbetafeln
- Sichern Sie Türen und Fenster
- Fassen Sie nicht elektrische Geräte oder das Telefon an, da der Blitz durch die Leitungen kommen könnte. Fernseher sollten von der Antenne und vom Strom ausgestöpselt werden
- Fassen Sie keine Wasserleitungen an (Küche, Bad) da sie gute elektrische Leiter sind.

### **In einem Fahrzeug**

- Stoppen Sie das Fahrzeug am Fahrbahnrand, abseits von Bäumen, die auf das Auto fallen könnten
- Bleiben Sie im Fahrzeug und schalten Sie die Warnblinkler an bis der Sturm vorbei ist
- Schließen Sie die Fenster und berühren Sie keine Metallobjekte im Auto
- Vermeiden Sie überflutete Straßen

### **Im Freien**

- Suchen Sie Schutz in einem Gebäude oder Fahrzeug, andernfalls setzen Sie sich auf den Boden ohne sich hinzulegen
- Wenn Sie sich im Wald befinden, schützen Sie sich unter den dichten Ästen niedriger Bäume
- Stellen Sie sich nie unter einen freistehenden großen Baum in offener Landschaft
- Wenn Sie sich in einem tiefliegenden Gebiet befinden, seien Sie vorsichtig, da es zu Überflutungen kommen kann
- Halten Sie sich nicht in der Nähe von Sendemasten, hohen Bäumen, Zäunen, Telefonkabeln und Elektroleitungen auf
- Vermeiden Sie die Nähe zu metallischen Objekten (wie z.B. Autos, Fahrräder, Campingausrüstung, etc.)
- Halten Sie sich von Flüssen, Seen oder anderen Gewässern fern
- Wenn Sie sich im Wasser befinden, verlassen Sie es schnellstmöglich
- Wenn Sie sich auf dem freien Feld oder einer Ebene befinden und sie bemerken, dass Ihre Haare zu Berge stehen (ein Signal, dass ein Blitzeinschlag bevorsteht), ducken Sie sich, bergen Sie Ihren Kopf zwischen den Beinen (um die Oberfläche, mit der Ihr Körper den Boden berührt, zu minimieren) und werfen Sie alle Metallobjekte von sich.

### **Bei Hagel**

- Schützen Sie sich sofort. Verlassen Sie Ihren sicheren Unterstand nicht bis der Sturm vorbei ist. Hagel kann auch für Tiere sehr gefährlich sein

## **► SCHNEEFALL**

### **VOR DEM SCHNEEFALL ODER SCHNEESTURM**

#### **Wenn Sie in einer bergigen oder schwer zugänglichen Gegend leben**

- Halten Sie einen Vorrat an Heizmaterial und Lebensmittel für mehrere Tage vor
- Halten Sie eine Ausrüstung vor, um den Schnee zu entfernen (z.B. Schneeschaufel, Spaten)

### **WÄHREND DES SCHNEEFALLS ODER SCHNEESTURMS**

#### **Wenn Sie sich in einem Gebäude befinden**

- Halten Sie Ihr Haus warm und bleiben Sie so viel wie möglich im Haus
- Lassen Sie Kinder nicht unbeaufsichtigt nach draußen gehen
- Tragen Sie dem Wetter angepasste Kleidung und Schuhe
- Überprüfen Sie die Wasserversorgung, Rohrleitungen und Solarthermen.

#### **In einem Fahrzeug**

- Vermeiden Sie es, durch bergige Gegenden zu fahren
- Ändern Sie Ihre Route, wenn Sie sich bei starkem Schneefall auf einer schwierigen Straße befinden
- Halten Sie einen ausreichenden Sicherheitsabstand zu den Fahrzeugen vor Ihnen
- Bleiben Sie im Fahrzeug, wenn dieses stehengeblieben ist. Hängen Sie am Fahrzeug ein buntes Stück Stoff auf, damit Rettungsteams Sie finden können. Starten Sie den Motor einmal in der Stunde und lassen Sie ihn für 10 min. laufen und entfernen Sie Schnee vom Auspuff.

## Im Freien

- Begeben Sie sich an einen sicheren Ort ohne sich dem Schneesturm auszusetzen
- Tragen Sie mehrere Lagen leichter Kleidung anstelle einer schweren Lage. Tragen Sie warme und wasserfeste Stiefel. Ziehen Sie wasserfeste Oberbekleidung vor.
- Seien Sie äußerst vorsichtig wenn Sie sich in einem Gebiet befinden, in dem es zu Schneefällen kommen kann.
- Wenn es unbedingt notwendig ist, zu fahren, benutzen Sie Schneeketten. Fahren Sie bevorzugt am Tag. Benutzen Sie die Autobahnen und informieren Sie Ihre Verwandten über Ihre Route.
- Wenn Sie sich in der Stadt fortbewegen müssen, nutzen Sie bevorzugt öffentliche Verkehrsmittel

## ► FROST

### VORSICHTSMASSNAHMEN

- Fahren Sie bei Frost besonders vorsichtig. Informieren Sie sich im Voraus und haben Sie Schneeketten dabei.
- Wenn Sie zu Fuß sind tragen Sie dem Wetter angepasste Schuhe und seien Sie vorsichtig, um sich auf rutschigen Straßen, Fußwegen etc. nicht zu verletzen

### Wasserversorgung

- Lernen Sie, wo sich Ihre Wasseruhr befindet. Schauen Sie nach, wo sich der Hauptwasserhahn und die Nebenwasseranschlüsse (die Wasseranschlüsse in Ihrem Gebäude) befinden. Überprüfen Sie Wasserhähne und Wasserleitungen, ob sie sich öffnen und schließen lassen und ordnungsgemäß funktionieren
- Stellen Sie sicher, dass außenliegende Wasserleitungen (z.B. Solarthermen, Balkonanschlüsse) isoliert sind. Falls sie nicht isoliert sind, müssen Sie sie so schnell wie möglich isolieren.
- Wenn Sie im Winter für längere Zeit abwesend sind isolieren Sie oder besser entwässern Sie das Solarthermen-Leitungssystem. Schalten Sie Ihr Heizungssystem so ein, dass es automatisch heizt, wenn die Temperaturen fallen.
- Wenn Sie eine Solartherme besitzen entwässern Sie die Leitungen bei Frost (insbesondere nachts) und drehen Sie den Zulauf zum Boiler ab.
- Vergeuden Sie kein Wasser, um Schnee oder Eis zu entfernen.
- Versuchen Sie, Aktivitäten mit hohem Wasserverbrauch zu reduzieren (z.B. Waschmaschinen)
- Informieren Sie sich, ob der Hersteller oder Techniker ein Frostschutzmittel in Ihre Solartherme eingebaut hat (bei Systemen mit geschlossenem Kreislauf). Falls nicht, besorgen Sie das richtige Frostschutzmittel und wenden Sie es an.
- Stellen Sie sicher, dass Wasserhähne und Toiletten dicht sind, andernfalls reparieren Sie diese umgehend.
- Stellen Sie sicher, dass alle Abflüsse von Balkonen und Terrassen frei von Blättern und Müll sind und ordnungsgemäß funktionieren

### WENN DIE HAUPTWASSERLEITUNG ZUFRIERT

- Stellen Sie sofort den Hauptwasserhahn ab und prüfen Sie die Wasseruhr. Wenn die Uhr weiter läuft, bedeutet das, dass es ein Leck in Ihrem Leitungssystem gibt. Stellen Sie den Hauptwasserhahn ab und rufen Sie einen Klempner.
- Prüfen Sie ob Elektroinstallationen nass sind oder drohen, nass zu werden und isolieren Sie sie

## ► HITZEWELLE

### WÄHREND EINER HITZEWELLE

- Vermeiden Sie das Sonnenbaden und bleiben Sie an schattigen, kühlen Orten und vermeiden Sie Menschenmassen
- Vermeiden Sie schwere körperliche Arbeit, besonders an sehr heißen Orten ohne Wind und mit hoher Feuchtigkeit. Vermeiden Sie lange Fußmärsche oder das Joggen in der Sonne.
- Bevorzugen Sie leichte, bequeme und helle Kleidung aus luftigem Material, um die Luftzirkulation um den Körper und das Verdunsten von Schweiß zu erleichtern. Tragen Sie einen Sonnenhut oder eine andere, aus Naturmaterialien hergestellte Kopfbedeckung, die eine gute Luftzirkulation um den Kopf ermöglicht. Tragen Sie eine Sonnenbrille mit schwarzen oder dunklen Gläsern und einem hohen Schutzfilter um die Augen vor der Sonnenreflektion zu schützen.
- Ziehen Sie kleine und leichte Mahlzeiten vor, mit reichlich Obst und Gemüse. Begrenzen Sie fetthaltige Nahrungsmittel.
- Trinken Sie große Mengen Flüssigkeit (Wasser und Fruchtsäfte). Wenn Sie viel Schwitzen, fügen Sie Ihren Speisen zusätzlich Salz zu. Vermeiden Sie alkoholische Getränke.
- Duschen Sie mehrfach am Tag mit lauwarmem Wasser und kühlen Sie ihren Kopf und ihren Nacken mit feuchten Waschlappen.
- Achten Sie besonders auf Familienangehörige mit chronischen Krankheiten (Atemwegserkrankungen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen). Konsultieren Sie den behandelnden Arzt, um sich zu notwendigen Vorsichtsmaßnahmen beraten zu lassen. Personen, die Medikamente einnehmen, sollten ebenfalls ihren behandelnden Arzt konsultieren.
- Vermeiden Sie lange Fahrten mit öffentlichen Transportmitteln, wenn es sehr heiß ist.

### Schutzmaßnahmen für Babys und Kinder

- Kleiden Sie Babys so leicht wie möglich. Stellen Sie sicher, dass die Hände und Füße frei und nicht von Windeln und Decken bedeckt sind.
- Stellen Sie sicher, dass Kinder nach einem Bad im Meer nicht in der Sonne bleiben und Sonnenhüte tragen.
- Es ist ratsam, neben Milch auch andere Flüssigkeiten anzubieten. Konsultieren Sie den Kinderarzt.
- Stellen sie für Kinder sicher, dass mehr Wasser, Gemüse und Früchte und weniger fettreiche Nahrungsmittel konsumiert werden.

### Schutzmaßnahmen für ältere Personen

- Verbringen Sie ältere Menschen an kühlere Plätze oder Regionen (Küste oder Bergregionen), da ein sehr feuchtes und heißes Umfeld gefährlich ist. Alternativ sorgen Sie dafür, dass sie sich in den unteren Etagen eines mehrstöckigen Gebäudes aufhalten.

- Öffnen Sie nachts die Fenster, so dass die Wohnung abkühlt und halten Sie sie tagsüber verschlossen.
- Lassen Sie ältere Menschen nicht über die Sommerferien bzw. während einer mehrtägigen Abwesenheit von zu Hause allein oder stellen Sie sicher, dass sich jemand um sie kümmert.