

## Checklisten: Was muss ich beachten, bevor ich in den Einsatz gehe?

Die Vorbereitung auf eine Tätigkeit im Einsatzgebiet fängt zu Hause an. Hier kann ich mich am besten vorbereiten und mit Bedacht Dinge mitnehmen, die ich brauchen kann und mich schützen. Durch die teilweise oder komplette Zerstörung der Infrastruktur in den Einsatzgebieten ist ein spontanes Einkaufen vor Ort erschwert bis unmöglich. Daher ist es sinnvoll sich vorher darüber klar zu werden,

a) was ziehe ich an, damit ich geschützt bin?

b) was nehme ich mit?

c) wie lange habe ich (maximal) vor dort aktiv zu sein?

Nutzen Sie die Checkliste, um Ihre Vorbereitungen zu überprüfen

### Checkliste a) Was ziehe ich an, damit ich geschützt bin?

Kopfbedeckung zum Schutz vor Sonneneinstrahlung oder Kälte in der Nacht. Ein Schutzhelm kann je nach Tätigkeit sinnvoll sein.	<input type="checkbox"/>
Gehörschutz für Tätigkeiten mit Lärmbelastung	<input type="checkbox"/>
Schutzbrille, um Augen z.B. vor Staub- oder Splitterflug zu schützen	<input type="checkbox"/>
Atemschutzmasken, zum Schutz vor der SARS-CoV-2 Infektion/-Verbreitung und zum Schutz der Atemwege vor Keimen, Stäuben etc. (z.B. FFP2- bzw. FFP3-Masken)	<input type="checkbox"/>
Wetterfeste Oberkörperbedeckung mit langen Ärmeln zum Schutz vor Verletzungen, vor Kontamination der Haut oder Insektenstichen bzw. -bissen, idealerweise mit Leuchtwirkung (z.B. Warnweste darüber), um gut gesehen zu werden	<input type="checkbox"/>
Feste Arbeitshandschuhe (idealerweise zusätzliche Reserve-Paare), ggf. ergänzt um Unterziehhandschuhe (z.B. Einmalhandschuhe aus Nitril oder vergleichbar), um einen Schutz vor kontaminiertem Wasser oder ähnlichem zu erhöhen). Eine Hautschutzcreme ist eine sinnvolle Ergänzung.	<input type="checkbox"/>
Lange, wetterfeste Arbeitshose zum Schutz vor Verletzungen, vor Kontamination der Haut oder Insektenstichen bzw. -bissen	<input type="checkbox"/>
Sicherheitsschuhwerk oder zumindest (tritt-)festes Schuhwerk, wie beispielweise beim Wandern, am besten über den Knöchel reichend. Wenn ein Nässeinsatz bevorsteht sind Gummistiefel sinnvoll.	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>

Checkliste b) Was nehme ich mit?

Wechselkleidung, auch für verschiedene Wetterlagen und für Pausen/Freizeit bei längeren/mehrtägigen Einsätzen	<input type="checkbox"/>
Handtücher	<input type="checkbox"/>
Hygieneartikel inklusive Desinfektionsmittel, Taschentücher und Toilettenpapier	<input type="checkbox"/>
Badelatschen, Badebekleidung für Gemeinschaftsduschen	<input type="checkbox"/>
Sonnenschutzmittel (z.B. Sonnencreme, Brillen, Kopf- und Nackenbedeckung)	<input type="checkbox"/>
Insektenschutz	<input type="checkbox"/>
Eigene Medikamente (falls man auf Medikamente angewiesen ist bzw. Eigenbedarf an Schmerzmitteln etc.) und Verbandskasten	<input type="checkbox"/>
Abgepacktes, ungekühlt haltbares Essen und Getränke zur Eigenverpflegung, Campinggeschirr und Besteck, Müllbeutel	<input type="checkbox"/>
Persönliche Dokumente (wasserdicht eingepackt und körpernah mitgeführt, z.B. in der Brust- oder Hosentasche), z.B. Personalausweis, Führerschein, Krankenversichertenkarte, Impfpass, Notfall- bzw. Allergiepass, Medikamentenplan, Erkrankungsübersicht, Bargeld, wichtige Telefonnummern/Kontaktdaten von Angehörigen, Arbeitgeber etc.	<input type="checkbox"/>
Näh- bzw. Flickset für kleine Beschädigungen an der Kleidung	<input type="checkbox"/>
Reisewaschmittel und Spülmittel	<input type="checkbox"/>
Taschenlampe, Ersatzbatterien, Schere oder Multitool	<input type="checkbox"/>
Ladekabel für Mobilgeräte, ggf. Powerbank, ggf. Adapter	<input type="checkbox"/>
Taschenschreibblock und Bleistift, da dieser auch auf feuchtem Papier schreibt	<input type="checkbox"/>

c) wie lange habe ich (maximal) vor dort aktiv zu sein?

Im Vorfeld um eine Übernachtungsmöglichkeit kümmern und diese Kontaktdaten auch dem näheren Umfeld zu Hause mitteilen. Bitte bedenken	<input type="checkbox"/>
---	--------------------------

Sie, dass im Einsatzgebiet Internet, Mobilfunk oder Festnetz nicht unbedingt funktionieren. Also notieren Sie auch benötigte Adressdaten.	
Klären Sie im Vorfeld, wie Sie das Schadengebiet am besten erreichen bzw. anfahren können, ob sie ihr Fahrzeug mitbringen dürfen bzw. wo Sie es abstellen können, ohne dass es zu Behinderungen kommt.	<input type="checkbox"/>
Kartenmaterial vom Zielort, wie beispielsweise Straßenatlas oder Faltkarten	<input type="checkbox"/>
Mitnahme von Schlafsack, Isomatte oder ähnlichem Schlafzeug	<input type="checkbox"/>
Ausreichend Material aus b) für die geplanten Einsatztage plus Reserve	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>