

WORKBOOK

Um einen "perfekten" Krisenvorrat aufbauen zu können, ist der Blick von Oben ein guter Weg. In diesem Workbook zeige ich Dir, welche großen Bereiche in einem guten Vorrat abgedeckt werden müssen. Zudem kannst Du mit "der letzte Tag" Übung Deinen spezifischen Bedarf herausfinden.

Hoffentlich brauchen wir das ganze Zeug niemals wirklich!

Don't be scared - Be prepared!
Sorge Dich nicht, sondern sei bereit!

Dein Survival-Mentor



Reini Rossmann

Bereiche des Krisenvorrat

Folgende Übersicht soll Dir ein Gefühl geben, welche Hauptbereiche mit Deinem Krisenvorrat abgedeckt werden müssen. Falls bei Dir noch andere wichtige Aspekte dazu kommen schreib diese am Besten gleich hier in diese Übersicht ein.

Nahrung	Wasser	Unterkunft	Wärme
Energie	Licht	Hygiene	medizinische Versorgung
Sicherheit	Kommunikation & Information		Transport
Tauschmittel	Kooperation & Netzwerk		

Die "der letzte Tag" Übung

In dieser Übung gehe im Geist Deinen kompletten Tagesablauf durch. Achte auf alle Einzelheiten. Lass Dir Zeit und schreibe alles nieder. Dieser Punkt ist sehr wichtig.
