Wohnung, Hitze & Kälte

Im Winter: ein warmer Raum, Decken, Schichten. Im Sommer: Verschattung, Trinken, Lüften nachts. Thermometer im Wohnraum, Gasheizung und Strom beachten.

Aktuelle Online-Version

Stufe Basis

- [ ] **Decken und Schlafsäcke** · 1 pro Person — Wolle oder Fleece; Schlafsack mit Komfortbereich bis 0 °C.
- [ ] **Thermounterwäsche, Wollsocken, Mütze** · 1 Satz pro Person — Funktionswäsche aus dem Outdoor-Handel.
- [ ] **Thermometer im Wohnzimmer** · 1 Stück — Zeigt Innentemperatur, hilft bei Entscheidungen.
- [ ] **Verschattung: Rollläden, Thermovorhänge oder Folie** · Je Fenster — Außenverschattung wirkt am besten; Innenfolie für Mietwohnungen.
- [ ] **Ventilator (Akku) und Kühltücher** · 1 Stück — Für Hitzetage.
- [ ] **Thermoskanne** · 1 Stück — Heißes Wasser für Tee und Suppe.
- [ ] **Dichtband und Türzugluftstopper** · 1 Satz — Isoliert Fenster und Türen.

Stufe Fortgeschritten

- [ ] **Kaminofen oder zugelassener Zusatzofen mit Brennstoffvorrat** · Je nach Wohnung — Abnahme durch Schornsteinfeger; Holz trocken lagern.
- [ ] **CO-Melder (EN 50291)** · 1 pro Etage — Batteriebetrieben; Wartung beachten.
- [ ] **Gas-Heizstrahler mit Sauerstoffmangelsicherung** · Optional — Nur mit Lüftung, nie über Nacht.
- [ ] **Isomatten und Teppiche** · Für Böden — Isolieren gegen Kälte von unten.
- [ ] **Fensterfolie und Thermovorhänge** · Je Fenster — Reduzieren Wärmeverlust.
- [ ] **Akku-Ventilator, Kühlweste** · Je nach Bedarf — Für Hitze.
- [ ] **Powerstation für Ventilator und Heizdecke** · 1 Gerät — Geringe Last (30 bis 80 W).

Stufe Prepper

- [ ] **Holzofen (Kaminofen) mit Genehmigung und Abnahme** · Nach Planung, nur Eigentum — Bezirksschornsteinfeger früh einbinden; Mieter brauchen die Zustimmung des Vermieters.
- [ ] **Abgelagertes Brennholz** · 1 bis 2 Raummeter als Start — Zwei Jahre trocknen lassen, trocken lagern, Feuchte prüfen.
- [ ] **Ein Raum als Wärmeinsel** · 1 Zimmer — Türen schließen, Thermovorhang, Zugluft dämmen, Schlafsäcke und Isomatten.
- [ ] **Dämmung an den Schwachstellen** · Nach Energieberatung — Fenster, Dach, Türen; Förderprogramme von KfW und BAFA prüfen.
- [ ] **CO-Melder und Feuerlöscher am Ofenplatz** · Empfohlen — CO-Melder nach EN 50291, Löscher und Löschdecke griffbereit.
- [ ] **Sommer: Verschattung und Nachtlüftung** · Je Fenster — Markisen, Folien, Lüften nachts; Ventilator nur mit Akku-Reserve.

Geprüft am: ___ / ___ / _____ Nächste Kontrolle (in 6 Monaten): ___ / ___ / _____