Kälte & Schnee

Wenn Frost, Eis und Schneelast den Alltag lahmlegen

Aktuelle Online-Version

02:15 · HAUS AM STADTRAND, JANUAR Der Schnee liegt seit zwei Tagen 30 Zentimeter hoch. Um 2:15 Uhr wird es still: Die Heizung läuft nicht mehr, der Strom ist weg. Im Haus sind es noch 14 Grad und die Temperatur fällt. Draußen minus 12. Das Auto ist zugeschneit, die Straße nicht geräumt. **Die erste Nacht ist die kälteste. Jetzt zählen Schichten, Decken und ein Raum.**

Zuerst

1. **Einen Raum** zum warmen Aufenthaltsraum machen, Türen schließen, in **Schichten** anziehen, Decken und Schlafsäcke nutzen.
2. **Niemals** mit Grill, Gasflamme, Holzkohle oder Stromerzeuger in der Wohnung heizen (Kohlenmonoxid).
3. **Wasserleitungen** vor Frost schützen, Wasser warm halten, bei Frostgefahr Wasser tropfen lassen.
4. Warm essen und trinken, regelmäßig bewegen. Auf **Unterkühlung** achten, besonders bei Älteren und Kindern.
5. Nur bei **Notwendigkeit** fahren. Auto mit Decken, Wasser und Powerbank ausstatten. Bei Gefahr **112**.

1 Vor dem Wintereinbruch

BEI WARNUNG ODER PROGNOSE

- [ ] DWD-Warnungen aktivieren (WarnWetter-App, NINA) und Wetterbericht verfolgen.
- [ ] Dachlast prüfen: Bei sehr hoher Schneelast kann Räumen nötig sein. Nur mit Sicherung und Fachleuten, nicht auf glatte Dächer steigen.
- [ ] Außenwasserhähne abstellen, Leitungen in unbeheizten Räumen dämmen, Heizung nicht auf null stellen.
- [ ] Vorräte, Decken, Thermounterwäsche, Powerbank und Radio bereithalten. Brennholz für Kaminofen prüfen, falls vorhanden.
- [ ] Streugut und Schneeschaufel bereitlegen, Wege zum Haus sichern. Auto winterfest machen (Reifen, Frostschutz, Tank halb voll).

2 Heizung oder Strom fällt aus

WÄHREND DER KÄLTE

- [ ] **Einen Raum wählen (nach Möglichkeit mit Außenwandfenster nach innen). Türen schließen, Fensterritzen abdichten, Teppiche oder Decken auf den Boden legen.**
- [ ] **In Schichten anziehen (Funktionsunterwäsche, Wolle, Mütze, Handschuhe, Schlafsack), viele Decken. Kinder und Ältere nah beieinander.**
- [ ] **Nicht mit Grill, Gaskocher, Holzkohle, Heizpilz oder Stromerzeuger in der Wohnung heizen: Erstickungs- und Brandgefahr. Gas- und Kaminöfen nur mit Sicherheitseinrichtungen und Abzug.**
- [ ] Warm essen und trinken (Suppe, Tee, Haferbrei), Zucker und Fett für die Wärme, regelmäßig bewegen.

- [ ] Wasserleitungen schützen: Warmwasser nicht ganz abstellen, Hähne leicht tröpfeln lassen, Rohre in unbeheizten Räumen mit Decken umwickeln.
- [ ] Regelmäßig lüften (kurz und kräftig), besonders wenn Kerzen oder Kocher benutzt werden.
- [ ] Auf Nachbarn achten: Alte und Kranke können sich nicht selbst erwärmen. Notfalls in eine Anlaufstelle oder zu Verwandten ziehen.

3 Unterkühlung und Erfrierung

BEI ANZEICHEN

- [ ] **Unterkühlung: Zittern, kalte Haut, Verwirrtheit, Müdigkeit, undeutliches Sprechen. In den Windschatten, nasse Kleidung ausziehen, mit Decken einwickeln, warme gezuckerte Getränke (kein Alkohol). Bei Bewusstseinstrübung: 112.**
- [ ] **Erfrierung: Haut weiß, wachsartig, gefühllos. Nicht reiben, langsam in lauwarmem Wasser erwärmen, steril abdecken, ärztlich versorgen lassen.**
- [ ] Ältere Menschen und Kinder sind besonders gefährdet. Frühzeitig ärztlichen Rat suchen (116 117).

4 Unterwegs im Winter

BEI SCHNEE UND EIS

- [ ] Fahrten verschieben, wenn Warnungen vorliegen. Vor der Fahrt Strecke und ÖPNV-Meldungen prüfen.
- [ ] Im Auto: Decken, Wasser, Snacks, Powerbank, Warnweste, Schaufel, Streugut, Starthilfekabel, Taschenlampe.
- [ ] **Bei Stau oder Festsitzen im Schnee: Im Auto bleiben, Auspuff freihalten, Motor nur zeitweise laufen lassen (Kohlenmonoxid), Warnblinker, 112 anrufen.**
- [ ] Zu Fuß: festes Schuhwerk, Spikes, Taschenlampe, reflektierende Kleidung.

NICHT tun

- ✕ Mit Grill, Gasflamme, Holzkohle oder Stromerzeuger in der Wohnung heizen.
- ✕ Alkohol trinken, um sich zu „wärmen“: Er erweitert die Gefäße und kühlt aus.
- ✕ Rohre mit offener Flamme auftauen.
- ✕ Auf vereiste Gewässer gehen.
- ✕ Bei Eisregen unnötig Auto fahren.
- ✕ Bei Schneelast auf das Dach klettern ohne Sicherung.

Wichtige Nummern

Deutschland	**112**
Österreich	**112**
Schweiz	**112**

Meine Kontakte: _____

Treffpunkt: _____

Das sollten Sie griffbereit haben

Basis

- [ ] Decken und Schlafsäcke für jede Person
- [ ] Thermounterwäsche, Wollsocken, Mütze, Handschuhe
- [ ] Heißgetränk-Vorrat und Thermoskanne
- [ ] Powerbank und Radio
- [ ] Streugut und Schneeschaufel

Fortgeschritten

- [ ] Rettungsdecken und Isomatten
- [ ] Kaminofen oder geprüfte Zusatzheizung mit Brennstoffvorrat
- [ ] CO-Melder
- [ ] Winterausrüstung fürs Auto: Starthilfegerät, Eiskratzer
- [ ] Powerstation für Lampe, Handy, kleine Heizdecke

Danach

- [ ] Auf Frostschäden prüfen: Rohre, Dach, Dachrinnen, Fenster.

- [ ] Wege und Zufahrten räumen, Nachbarn helfen.
- [ ] Vorräte und Heizmaterial ergänzen.
- [ ] Notfallplan anpassen: Was hat gefehlt (Wärme, Strom, Wasser)?

zufluchtmodus.de/notfall/kaelte/ · Überprüft am 24. November 2026

Allgemeine Informationen. Folgen Sie immer den Anweisungen von BBK, Behörden und 112.