



## Merkblatt für den Helfer im KatS

Im Rahmen der Vorbereitung für einen Einsatz im Katastrophenfall sind durch die Einsatzkräfte folgende Gegenstände und Unterlagen **selbständig** vorzuhalten und bei Alarmierung mitzuführen:

### Packliste für mehrtägige Einsätze / Übungen

Grundsätzlich ist zu klären, wie lange der Einsatz ungefähr dauern wird, um den Bedarf an Kleidung festlegen zu können.

#### **1. Bekleidung**

- Einsatzanzug komplett (witterungsangepasst; wenn vorhanden zwei Sätze zum Wechseln)
- Nässeschutz
- witterungsangepasste Kopfbedeckung
- persönliche Schutzausrüstung (z. B. Schutzhelm, Sicherheitsschuhe, Schutzhandschuhe)
- ausreichend Wäsche und Socken zum Wechseln (je nach Witterung)
- Badebekleidung und Badelatschen (z. B. zum Duschen)
- Freizeitbekleidung (z. B. Trainingsanzug mit Sportschuhen)
- Schlafanzug
- Schuhputzzeug
- Kleiderbürste
- Nähzeug
- Plastikbeutel / Müllbeutel für Schmutzwäsche und für nasse Kleidungsstücke
- evtl. Waschmittel in der Tube zur Handwäsche der Textilien
- evtl. kurze Wäscheleine und Wäscheklammern

#### **2. Hygieneartikel**

- Waschzeugbeutel (z. B. Seife, Zahnputzzeug, Shampoo/Duschgel, Deo, Rasierzeug nass oder Akku, Kamm/Haarbürste, Nagelreiniger, Handcreme)
- Waschlappen
- Handtücher bzw. Badetücher
- Tampons/Binden (für Damen)
- Taschentücher
- Rolle Toilettenpapier

#### **3. Eigenschutz**

- Erste Hilfe Mini-Set (Wundschnellverband, Kompressen, Klebestreifen, Verbandpäckchen, Mullbinde)
- Einmalschutzhandschuhe
- Kleine Flasche Handdesinfektion
- Blasenpflaster
- Medikamente des persönlichen Bedarfs (z. B. ärztlich verordnete Medikamente, Mittel gegen Kopfschmerzen, Durchfall, Insektenstiche) (Gruppenführer und Einheitsführer sind über gesundheitliche Einschränkungen zu informieren!)
- Sonnenschutzmittel (wasserfest, Lichtschutzfaktor mind. 20)
- Lippenpflegestift mit Lichtschutzfaktor
- Mückenschutzmittel



#### 4. Verpflegung

- Marschverpflegung  
Für die ersten 8 Stunden des Einsatzes (ab Eingang der Alarmierung) ist der Helfer für seine Versorgung selbst verantwortlich!
- alkoholfreie Getränke (in Feldflaschen oder Plastikflaschen, keine Glasflaschen)
- KEINE alkoholischen Getränke mitnehmen!
- Campinggeschirr und Essbesteck

#### 5. Sonstiges

- Seesack oder große Tasche, kein Koffer
- Evtl. kleinen Rucksack oder Tasche für die notwendigsten Dinge (z.B. Medikamente, Handtuch, 1 Satz Unterwäsche, Zahnputzzeug), der dann im Einsatzfahrzeug verbleibt
- Schlafsack mit Unterlage (z. B. Iso-Matte, Luftmatratze oder Feldbett), kleines Kopfkissen
- Taschenmesser oder Mehrzweckmesser
- Schere
- Taschenlampe mit Batterien
- Trillerpfeife
- Schreibzeug und Papier
- Ausweispapiere (z. B. Personalausweis, Führerschein, Impfpass, Notfallausweis, Krankenversicherungskarte, DLRG-Bootsführerschein, Taucherdienstbuch, KatS-Ausweis) – möglichst wasserdicht verpackt
- Bargeld (bevorzugt Münzgeld), EC-/Kreditkarte – möglichst wasserdicht verpackt
- Brustbeutel oder Gürteltasche (um Ausweis/Geld nicht in Unterkunft zu lassen)
- Telefonkarte und wichtige Telefonnummern (Angehörige, Arbeitgeber, ... )
- Ersatzbrille oder Kontaktlinsen mit Zubehör
- Sonnenbrille
- wasserdichte Armbanduhr
- wenn vorhanden: Neoprenanzug, Füßlinge, Handschuhe
- Hausschlüssel
- Brett- oder Kartenspiele oder Buch zum Überbrücken von Wartezeiten
- für Raucher: Zigaretten (*Nachschub vor Ort ist nicht immer sicher, und Entzugserscheinungen können die ganze Mannschaft nerven.*)

**Wichtig: Angehörige und Arbeitgeber über den Einsatz informieren.**

KEINE Wertsachen! (Mitnahme von Mobiltelefonen u. ä. erfolgt auf eigene Gefahr.)



## Impfschutz

Die DLRG weist auf einen ausreichenden Impfschutz der Einsatzkräfte hin. Im Wasserrettungs- und Sanitätsdienst ist im Umgang mit Patienten mit einer Infektionsgefahr zu rechnen. Im Katastrophenfall sind die Hygienebedingungen oft mangelhaft und die Zeit zur vorbeugenden Impfung steht nicht zur Verfügung. Im Anhang ist die aktuelle Impfempfehlung der STIKO (ständige Impfkommission) einzusehen.

Den Einsatzkräften werden daraufhin die vorgeschlagenen Impfungen dringend empfohlen:

- Diphtherie, nicht älter als 10 Jahre
- FSME
- Hepatitis A+B, Auffrischung je nach Titer-Bestimmung
- Influenza, jährlich
- Masern, einmalig
- Poliomyelitis, siehe Empfehlung STIKO
- Tetanus, nicht älter als 10 Jahre
- weitere Impfungen für besondere Personengruppen, siehe STIKO

Für die Einhaltung ist jeder selbstverantwortlich. Die Kosten der Impfung trägt die Krankenkasse. Die DLRG kann bei nicht ausreichendem Impfschutz die Tätigkeit im Einsatzdienst untersagen.

Es ist die Bestätigung zum Gesundheitszustand von Einsatzkräften im Katastrophenschutz wahrheitsgemäß auszufüllen und dem Zugführer zu übergeben.

Falls ein Nachweis zur Tätigkeit im Gesundheitsdienst (Rettungsdienst) erforderlich ist, um bei der eigenen Krankenkasse eine Kostenübernahme zu erreichen, bitte an die Bezirksgeschäftsstelle wenden.

Hinweis: Die aktuelle Empfehlung der STIKO ist unter [www.rki.de](http://www.rki.de) einsehbar