

# ÜBERLEBEN IN DER KRISE

Deutschlands erster Krisenratgeber für Überlebenswillige

◆ RECHTZEITIG VORSORGEN

◆ RICHTIG VORBEREITEN

◆ AKTUELL REAGIEREN

Ausgabe 79

## EDITORIAL

### Die Krise kommt: Bereiten Sie sich vor!



Liebe Leserin, lieber Leser,

die Krise greift um sich. Neue Studien zeigen – so etwa vom Bundesrechnungshof –, dass die Energieversorgung in Deutschland gefährdet ist. Selbstverständlich möchte die Regierung nichts davon wissen – aber was passiert, wenn die Fachleute Recht behalten? In den vergangenen Monaten haben wir dazu einige Beiträge verfasst. Wir bereiten aktuell eine große Sonderstudie vor, die wir Ihnen dazu senden werden.

Aktuell greifen wir der Immobilienkrise etwas vor – und der Knappheit. Das Thema Outdoor steht heute leider mehr denn je im Blickpunkt. Wir alle wissen: Wenn die Krise kommt, dann meldet sie sich vorher nicht. Wer sich rechtzeitig vorbereitet – und sei es auch nur gedanklich – ist gewappnet.

Wir wünschen Ihnen einen schönen Frühlingsauftakt,

Ihre Redaktion

## Outdoor überleben

Wenn Sie sich auf ein mögliches Überleben im Outdoor-Bereich einstellen müssen, planen Sie auch scheinbar banale Dinge ein: Z. B. Socken.

### Viel wichtiger als gedacht – Socken



<https://www.flickr.com/photos/risager/>

Wärme und Energie speichern

[...weiter auf Seite 2](#)

**Immer wieder wichtig:  
Geld, Gold und Tauschmittel!**

03

**Enteignung:  
Der Staat hat kein Geld**

05

**Feuer machen: (K) eine Kunst**

08

## Die Auswahl passender Socken für das Überleben im Freien

Für Personen, die sich häufig in Überlebenssituationen befinden, ist die Auswahl der Socken von entscheidender Bedeutung. Diese fungieren nicht nur als Quelle der Wärme, um eine optimale Körpertemperatur zu gewährleisten, sondern dienen auch als Schutzbarriere zwischen den Füßen und dem Innenmaterial der Schuhe. Das verhindert z. B. Blasen, die Sie langfristig einengen. Daher ist die sorgfältige Wahl der Socken für das Überleben essentiell.

### Auswahlkriterien für geeignete Socken

Ein gewisses Maß an Zeitinvestition ist unerlässlich, um die perfekten Socken zu finden. Sie müssen optimal passen und bequem sein. Ein entscheidender Faktor bei der Auswahl ist, ob sie sich angenehm an Ihren Füßen anfühlen.

- » Die Beschaffenheit des Stoffes spielt eine wesentliche Rolle, da dieser sowohl wärmend als auch schützend sein sollte. Hierbei kann es sich beispielsweise um Baumwolle handeln. Jedoch haben sich auch hochwertige Kunstfasern als zweckmäßig erwiesen.
- » Besonders vorteilhaft sind gepolsterte Socken, da diese einen zusätzlichen Schutz bieten. Darüber hinaus ist die Langlebigkeit ein entscheidendes Merkmal guter Socken, da sie

einer höheren Belastung ausgesetzt sind als andere Kleidungsstücke. Wolle gilt hierbei als eines der haltbarsten Materialien, wohingegen Kunstfasern in diesem Aspekt oft nachstehen. Bei der Materialwahl sollte jedoch beachtet werden:

- » Wolle und Baumwolle weisen keine wasserabweisenden Eigenschaften auf, was zwei Nachteile mit sich bringt: Bei Kontakt mit Wasser werden sie schnell feucht, unangenehm und kalt. Zudem absorbieren sie Schweiß, was zu unangenehmen Gerüchen führen kann. Wolle hat allerdings den Vorteil, dass sie länger isoliert.

Kunstfasern hingegen absorbieren kein Wasser, was Ihre Füße trocken hält. Außerdem können solche Materialien atmungsaktiv sein. Die endgültige Entscheidung, welche Socken die besten für Sie sind, liegt bei Ihnen, jedoch ist es ratsam, genügend Zeit in die Auswahl zu investieren.

Fazit: Socken sind für das mittelfristige Überleben im Outdoor-Segment unabdingbar. Wärmen Sie sich richtig, benötigen Sie z. B. auch weniger Nahrungsmittel. Überlebenspakete planen

Für Überlebenspakete gibt es bestimmte Nahrungsmittel, die besonders geeignet sind. Die spezifische Funktion entscheidet dabei, welche Lebensmittel letztendlich ausgewählt werden. Die Auswahlkriterien va-

## Ideale Nahrungsmittel für den Überlebensrucksack

*Der Rucksack ist für das Leben im Outdoor-Bereich entscheidend. Kleidung und Nahrung, Papiere und „Waffen“ sowie Medizin ringen um den Platz bei Ihnen.*

*Daher sollten Sie bei der Nahrungsmittel-Auswahl auch den Platzbedarf beachten.*

### Nahrung ist das Wichtigste – kurzfristig



Konkurrenzdruck durch Platzmangel

riieren je nachdem, ob der Fokus auf platzsparenden oder geschmacksintensiven Nahrungsmitteln liegt.

## Essentielle Kriterien für Überlebensnahrung

Die wesentlichen Anforderungen an die Nahrungsmittel in Ihrem Überlebensrucksack können schnell zusammengefasst werden. Zum einen ist die Kaloriedichte entscheidend. Je höher der Kaloriengehalt im Verhältnis zum Gewicht, desto besser eignet sich das Lebensmittel zur Platzersparnis. Zum Beispiel enthält eine Unze Fett 240 Kalorien. Die zentrale Frage ist also, wie viele Kalorien Sie pro Gewichtseinheit erhalten.

Auch die Größe der Lebensmittel spielt eine Rolle, die in Verbindung mit dem Kaloriengehalt je Volumeneinheit zu betrachten ist. Dies ist insbesondere bei der Zusammenstellung Ihres Überlebenspakets von Bedeutung.

Bei der Auswahl sollten neben dem Energie- auch der Nährwert berücksichtigt werden, wobei hochkalorische Lebensmittel wie Kekse zwar verlockend sein können, jedoch schnell zu einem raschen Anstieg und Abfall des Blutzuckerspiegels führen. Daher ist es empfehlenswert, auf eine ausgewogene Zufuhr von Eiweiß und Fett zu achten.

## Abschließend sind zwei weitere Punkte von Bedeutung:

Die erforderliche Vorbereitungszeit und die Haltbarkeit der Lebensmittel. Je weniger Vorbereitungszeit benötigt wird, desto besser, da Sie möglicherweise auf der Flucht sind. Zudem ist die Haltbarkeit entscheidend, um sich auf die Zusammensetzung Ihres Pakets verlassen zu können.

## Immer wieder wichtig: Geld, Gold und Tauschmittel!

*Gold, Geld und Tauschmittel sind unabdingbar für Ihr langfristiges Überleben. Wir haben einige Male darü-*

*ber berichtet, müssen dies allerdings immer wieder betonen.*

### Ohne Geld ist alles nichts



Bereiten Sie sich auf ein wirtschaftliches Überleben vor

Denn: Der digitale Euro steht vor der Planung und letztlich auch vor der Einführung. Das kann von Vorteil sein, aber auch von Nachteil. Der digitale Euro ist mehr als nur eine Erleichterung oder eine andere Spielart Ihrer EC-Karte.

Der digitale Euro ist die Währung, die von der EZB herausgegeben und direkt kontrolliert wird. Technisch wird es möglich sein, Ihnen oder anderen die Teilnahme am Geldverkehr zu entziehen, zu beschränken oder andere Verfügungen zu betreffen. Wir wollen dies weder unterstellen noch annehmen – aber auf die zugrunde liegende Problematik verweisen.

### Digitaler Euro: So schützen Sie sich und Ihre Bewegungsfreiheit

Wer sich auf Krisen vorbereiten möchte, sollte die Verschuldung in der Euro-Zone allgemein und die mögliche „Strategie“ der Schuldenbekämpfung betrachten. Ein „digitaler Euro“, herausgegeben von der EZB mit Konten, die bei der Zentralbank geführt werden, ist nach den aktuellen „Plänen“ (die bis dato nur Vorstellungen sind) eine der Lösungen.

Was wäre eigentlich, wenn eine digitale Währung genutzt würde, um einfach die Währung umzustellen? Einfach umstellen - was würde passieren?

Wenn die Schulden in der Euro-Zone weiter explodieren, hilft möglicherweise eine Inflationierung der Preise. Dann werden staatliche Schulden in kurzer Zeit wesentlich weniger wert sein oder belastend wirken als zuvor. Doch was passiert, wenn die Inflationierung nicht hilft? Am Ende kann durchaus eine Währungsreform stehen - also eine neue Währung. Dies wäre eine Krise, auf die Sie sich vorbereiten sollten.

## Neues Geld - neue Bewertung

Das neue Geld kann jede Regierung oder auch Zentralbank praktisch nach eigenem Gusto bewerten. Die Umtauschverhältnisse einer neuen Währung gegen den bisherigen Euro wären frei wählbar. Sie können also über Nacht praktisch vollkommen enteignet werden. Dies können oder sollten Sie sogar verhindern.

## Gegen die Währungsreform

- » So können Sie die wohl bekannteste Weltwährung aus der Papiergeldwelt halten: dies ist der Dollar. Die USA halten am Dollar fest, weil sie die Nutzung des Dollars weltweit durchsetzen können. Saddam Hussein versuchte noch als Irak-Diktator, den Ölhandel vom Dollar zu entkoppeln. Aus dem Freund der USA wurde ein

Staatsfeind. Auf den Dollar wird es in absehbarer Zeit keine Währungsreform geben.

- » Zudem können Sie sich in Goldanlagen Vermögen und gleichzeitig „Geld“ sichern. Wenn es morgen einen neuen Euro gäbe, den EU-Euro oder einen ähnlichen Namen, gäbe es dennoch kein Gramm Gold mehr. Der Goldpreis wird ohnehin in der Regel im Dollar festgelegt. Wer Gold hat, besitzt also nach einer Währungsreform so viel wie vorher.
- » Kaufen Sie aber nur Münzen und Barren, die keine Besonderheiten aufweisen und keine Gedenkmünzen sind. Dafür zahlt niemand etwas.
- » Lagern Sie Ihr Vermögen nicht in Bankschließfächern. Ob und wann diese öffnen, weiß niemand in der Situation einer Währungsreform.
- » Grundsätzlich müssen Sie damit rechnen, dass eine Währungsreform nicht angekündigt wird. Dann werden über Nacht Bankkonten gesperrt und das Vermögen darauf umgewandelt. Deshalb sollten Sie - als Vorbereitung - nicht allzu viel Geld auf dem Bankkonto aufbewahren.

## Schutzplan: Wer sich schützen möchte, sollte wie stets den Schutzplan umsetzen

Wer sich auf Gold verlassen möchte, sollte wissen:

- » Kaufen Sie Münzen ohne Sonderprägungen, die als Zahlungsmittel nichts wert sind
- » Kaufen Sie Barren ohne Sonderprägungen, die als Zahlungsmittel nichts wert sind
- » Lagern Sie Gold unauffindbar etwa im eigenen Garten oder – für das Sicherheitsgefühl – in Zollfreilagern in der Schweiz (Adressen über Goldhändler wie [www.proaurum.de](http://www.proaurum.de) verfügbar).
- » Sorgen Sie dafür, dass Ihr Gold mit eindeutigen Streifbändern gekennzeichnet wird. Ansonsten könnte es – theoretisch – schlicht weiter verliehen werden.

» Sie können sich auch langfristig schützen – fast unbekannt. Mit einem Gold-Sparplan, den Sie monatlich oder in anderen Abständen bedienen können.

Dafür gibt es mehrere Anbieter, die sich im Internet über Suchmaschinen finden lassen. Gute Sparpläne bietet beispielsweise aber der „Degussa-Goldhandel“. Dort gibt es drei sogenannter „Varianten“.

Ein „Degussa Goldsparen“ – Sparplan: Hier investieren Sie in einen gemeinsamen Goldbarren im Sammellager von Degussa. Sofern Sie wünschen oder wollen, verkaufen Sie die Anteile dann an Degussa.

Ein sogenannter „Wertlagersparplan“: Dabei erwerben Sie nach

und nach ein eigenes Goldstück, das nach Erreichen des Sparziels – also dem Wert einer Münze oder eines Barrens – dann im „Wertlager“ aufbewahrt wird. Das wiederum ist kostenpflichtig, aber „sicher“.

Ein „Goldabonnement“: Dabei sparen Sie auf eine Münze oder einen Barren. Ist das Sparziel erreicht, wird Ihnen das Goldstück entweder kostenpflichtig geliefert oder Sie können es selbst abholen.

Die Sparrate beträgt zumindest 50 Euro monatlich. Die Adresse dieses einen Anbieters:

[www.degussa-goldhandel.de](http://www.degussa-goldhandel.de)

**INFO**

## Enteignung: Der Staat hat kein Geld

Immer wieder werden wir gefragt, wie wahrscheinlich es ist, dass die Verhältnisse sich mehr oder weniger umkehren werden. Der Staat oder auch die Staaten benötigen Geld – die Klimadiskussion, Energiequellen,

Aufrüstung, Schuldendienst – die Themen sind vielfältig. Sollte es zum Äußersten kommen, sollten Sie zumindest vorbereitet sein.



Für Sie eine kleine Checkliste:

### Raub und staatlicher Zugriff – alles ist möglich!

Viele Menschen hegen große Sorge vor Raubüberfällen oder dem Eingriff des Staates in ihr Eigentum. Es ist ratsam, wertvolle Besitztümer nicht gerade in den Tresoren von Banken zu deponieren - im Falle einer Krise ist es unsicher, ob die Zugänglichkeit zu diesen Schließfächern gewährleistet ist. Daher ist es klug, eigenhändig für eine sichere Verwahrung Ihres Besitzes zu sorgen, abgeschirmt vor ungewollten Eingriffen.

### Einfach den Boden nutzen!

Das Geheimnis liegt letztendlich in der physischen Anstrengung. Besitzen Sie einen Garten oder wissen von einem abgelegenen Stück Land, das brachliegt und nicht genutzt wird, sind dies ideale Voraussetzungen für ein perfektes Versteck.

- » Durch das Ausheben von Löchern im Erdreich entziehen Sie Ihren Besitz effektiv dem Zugriff von Kriminellen oder amtlichen Stellen, denn die Bereitschaft, tiefgehende Ausgrabungen vorzunehmen, ist gering.
- Hierbei können unterschiedlichste Gegenstände vergraben werden, sei es wichtige Dokumente, Familienschmuck, persönliche Andenken oder auch Wertgegenstände wie Gold und Bargeld - es ist Ihr Eigentum, somit ist das Verbergen vollkommen legal
- Nehmen Sie sich für diese Arbeit Zeit: Mindestens 15 Meter Länge und 1 Meter Tiefe sind empfehlenswert. Anschließend ist das Loch sorgfältig zu verschließen.
- Zum Schutz der Gegenstände empfehlen sich Metallboxen.
- Verzichten Sie auf jegliche Behältnisse, die verfallen oder beschädigt werden könnten, wie zum Beispiel solche aus Holz. Im Fall der Fälle greifen Sie zu Behältern aus Kunststoff.
  - » Denken Sie über ein weiteres Versteck nach, beispielsweise alte Metallbehälter, die innerhalb des Wohnbereichs verborgen werden können. In kritischen Momenten könnten diese als Täuschung dienen, indem sie als die eigentlichen Lagerstätten Ihrer Wertsachen vorgezeigt werden.
  - » Als zusätzliche Möglichkeit bieten sich Verstecke unter Wasser an, wobei von der Nutzung des eigenen Gartenteichs abzuraten ist, da dieser Ort offensichtlich wäre. Für solche Verstecke eignen sich wasserdichte Behälter aus Kunststoff.
  - » Vermeiden Sie es, wichtige Gegenstände auf dem Dachboden oder in bereits erwähnten Behältern (wie oben beschrieben) zu lagern. Solche Orte sind schnell durchschaut und geraten zudem leicht in Vergessenheit.

## Selbst versorgen und selbst bauen

Wer eine Toilette benötigt, kann sich auf einfache Weise selbst behelfen. Dies wird spätestens dann nötig sein, wenn die Energiewirtschaft keine Elektrizität mehr zur Verfügung stellt. Dann wird die normale Toi-

lette nicht mehr funktionieren, insofern relativ schnell die Systeme insgesamt zusammenbrechen werden.

### Selbst bauen – ganz einfach



In der Wildnis überleben – mit wenigen Handgriffen

### Der berühmte Donnerbalken

Am einfachsten ist es, wenn Sie sich selbst einen der berühmten Donnerbalken zusammen zimmern. Sie benötigen lediglich

- » Eine tiefe Grube
- » zwei Balken. Ein Balken ist Ihr Sitz, am anderen Balken halten Sie sich bei der Benutzung fest.

Weitere etwas komfortablere Möglichkeiten

Eine solche Grube jedoch können Sie bei Wind und Wetter kaum nutzen. Daher benötigen Sie für eine gemütlichere Variante ein Haus über der Grube - oder ein Häuschen. Je nachdem, wie viel Aufwand Sie betreiben wollen, können Sie dies als reinen Unterstand fertigen oder ein Gartenhäuschen mit Tür bauen.

- » Zudem bringen Sie ein Rohr in der Grube an. Dieses Rohr verschließen Sie mit einem Fliegengitter.
- » Einen Sitz können Sie entweder im Baumarkt kaufen oder selbst bauen. Der Sitz sollte einen Deckel haben.
- » Den Sitz selbst können Sie zudem mit etwas Schaumstoff und einem Tuch über dem Schaumstoff noch etwas winterfester werden lassen und / oder die Desinfektion durch Aus-

tausch dieses Tuchs ermöglichen.

- » Wenn Sie die Grube graben, sollten Sie nicht nur die Tiefe beachten (mindestens 1,50 m), sondern aus Sicherheitsgründen für Ihre Wasserquellen auch hinreichend Abstand zu Brunnen oder sonstigen Quellen halten.
- » Wenn Sie eine solche Latrine auch geruchsfest machen wollen, staffieren Sie den Innenraum mit Wacholderzweigen aus und räuchern Sie ihn gelegentlich aus. Achten Sie darauf, dass der Grubeninhalte selbst hinreichend mit Ätzkalk o.ä. bestreut wird.

### Rucksack herstellen

Stauraum und Transportmittel bauen



Einfach selbst helfen

Aktuell können Sie einen geeigneten Rucksack in jedem Prepper-Shop und sogar in Kaufhäusern erwerben. Wenn Sie allerdings in einer Krisensituation (weitere) Rucksäcke benötigen, greifen Sie einfach auf die folgende Checkliste zurück.

## Checkliste für die Anfertigung eines eigenen Rucksackes

Sie können hier verschiedene Formate der Lastorganisation bauen.

- » Kopfkissen-Tracksack - hierfür benötigen Sie lediglich den Überzug eines Kopfkissens.
- Falten Sie den Überzug in der Mitte
- Schneiden Sie im Falz einen Keil in Form eines Vs heraus. Dies ist die Kopföffnung, durch die Sie Ihren Kopf stecken.
- Die beiden Seiten des Überzugs lassen Sie über den Rücken und den Bauch fallen. Damit haben Sie einen einfachen zweifach-Sack, der von beiden Seiten befüllt werden kann.
- Zur Absicherung binden Sie die Enden des Überzugs zusammen - entweder mit einem Knoten oder mit einer Schnur.
  - » Deckenrolle oder Hudson-Bay-Pack: Hierfür benötigen Sie eine Decke sowie eine Trageschnur. Die Schnur befestigen Sie an zwei Enden der Decke, wobei die Schnur schräg über die Decke gespannt wird. Auf diese Weise entsteht ein einfaches Tragetuch, das Sie befüllen und beispielsweise einfach schultern können. Um die Stabilität zu erhöhen, legen Sie einen kleinen Stein in die jeweiligen Zipfelenden und kneten die Schnur dann darum. Dann rutscht nichts mehr ab.
  - » Klassischer Rucksack: Für einen klassischen Rucksack benötigen Sie einen beliebigen Sack sowie zwei Äste und Querhölzer. Aus den Querhölzern und den beiden Ästen wird das Tragegestell, in dem die beiden Äste einfach miteinander verbunden werden. Den Sack befestigen Sie dann einfach an Ihrem Tragegestell. Sie können die Öffnung mit einer Schnur

verschließen. Das ganze Gestell versehen Sie am besten mit Riemen. Diese sollten breit sein, damit Sie die Last besser und angenehmer verteilen.

## Erdunker: Schnell gebaut

Die Krise kann Sie zwingen, sich in der Wildnis zu verschanzen oder gar eine längere Zeitspanne dort zu verbringen, indem Sie sich einen Unterschlupf im Erdreich schaffen. Solch ein Unterschlupf, auch Erdunker genannt, lässt sich eigenhändig graben und anschließend mit spezifischen Baustoffen versehen. Für die Errichtung eines solchen Unterschlupfs sind folgende Gegenstände unerlässlich – idealerweise im Notfallfahrzeug gelagert oder bereits in der häuslichen Unterkunft bereitgehalten:

- » Drahtschneider
- » Schutzhandschuhe
- » Einen Eimer aus Kunststoff
- » Metallfeile
- » Motorsäge
- » Trinkwasser in Behältnissen, wobei gilt: umso mehr, umso besser
- » Zimmermannshammer
- » Metallstifte
- » Spaten
- » Eine Hacke mit Spitze
- » Wasserdichtes Planenmaterial für die Abdeckung
- » Dicken Draht – mindestens 30 Laufmeter
- » Ein Messgerät für Längen
- » So viel Nahrungsvorräte wie machbar.

Für die Überlebensfähigkeit innerhalb des Bunkers sind zusätzlich erforderlich:

- » Mindestens eine Gasmasken
- » Esswerkzeuge
- » Werkzeug zum Öffnen von Konserven
- » Batteriezellen und Ersatzzellen
- » Querbalken als Schutz vor dem Einstürzen
- » Eine Hackbeil
- » Feuererzeuger, wie Streichhölzer oder ein Feuerstein
- » Geräte zur Kommunikation, beispielsweise ein

- » Kurbelradio, erhältlich in Fachgeschäften für Krisenvorsorge
- » Hydratkalk, ein entscheidendes Mittel zur Bindung von CO<sub>2</sub>
- » Ein System zur Ableitung von Wasser
- » Schlafunterlagen
- » Wärmende Decken
- » Pressluftflaschen für Sauerstoff
- » Klebebandrollen
- » Kochgerät für die Zubereitung der oben genannten Konserven
- » Abfallsäcke
- » Reinigungsutensilien
- » Säcke für den schnellen Aufbruch
- » Ein Gerät zur Messung von Strahlung
- » Handlampen
- » Trinkbares Wasser
- » Eine Tasche mit medizinischen Versorgungsgütern
- » Wachskerzen
- » Kopfschutz und Schutzhelme

## Feuer machen: (K) eine Kunst

*Feuer ist eine der wichtigsten Kulturtechniken der Menschheit. Es wärmt, es hilft bei der Zubereitung von Speisen und vor allem: Es schreckt ab. Feuer benötigen*

*Sie in unseren Städten nicht – es gibt junge Menschen, die wohl noch nie ein Lagerfeuer gemacht haben.*

### Feuer hat den Menschen zum Menschen gemacht



Etwas Übung reicht

### Feuer: Wichtigst

In Krisenzeiten wird alles anders. Dann sollten Sie wissen, wie Sie Feuer entfachen können.

### Feuer herstellen mit einem sogenannten Feuerschläger

Es gibt die unterschiedlichsten Methoden, um Feuer zu erzeugen. Eine davon ist die Nutzung eines sogenannten Feuerschlägers, auch Schlageisen genannt. Zudem benötigen Sie dann noch einen Feuerstein und Zunder, um daraus ein Feuer zu erzeugen. Als Zunder kann einfach Watte dienen.

### Feuerschläger oder Schlageisen

Um der Wahrheit die Ehre zu geben: Einen solchen Feuerschläger können Sie nicht einfach an jeder Ecke im Handel kaufen. Schon die Wikinger kannten ihn, er wurde auch im Mittelalter benutzt. Sie können ihn aber sicherlich für kleines Geld bei einem Schmied in der Nähe herstellen lassen. Er sieht aus wie ein Türgriff, mit dem an der Tür geklopft wird. Dieses Objekt besteht aus geschmiedetem Eisen und hat einen Kohlenstoffanteil, der zwischen 0,7 % und 1,4 % liegt. Nur so entstehen beim Schlagen die Funken, die für die Feuerproduktion erforderlich sind.



Sie können solche Wikinger (wie sie auch heißen), nicht nur beim Schmied erstellen lassen, sondern sie auch online in entsprechenden Shops oder über große Plattformen wie Amazon kaufen.

## Schlagstein

Zudem benötigen Sie einen sogenannten schwarzen Feuerstein. Den können Sie an zahlreichen Stränden auflesen. Im Grunde reicht es, wenn Sie überhaupt Steine finden, die scharfe Kanten haben und flach genug sind. Überall dort, wo zahlreiche Steine liegen, finden Sie Steine dieser Art.

Als Zunder dient wie beschrieben Watte - oder eben Stroh bzw. dünne Ästchen und Stroh oder Gras.

- » Dann schlagen Sie Ihren Wikinger auf den Feuerstein (der genau deshalb hart sein muss).
- » Dabei lösen sich Späne aus dem Wikinger.
- » Diese Späne wiederum sollen im Zunder landen und hier für eine Glut sorgen. Dafür sollte der Zunder unter dem Stein liegen.
- » Wenn die erste Glut sichtbar ist, pusten oder wedeln Sie den Zunder etwas an.

## Feuer entzünden mit einer Batterie und Alufolie

Feuer ist die Überlebenstechnik Nummer 1, während Wasser das Überlebenselement Nummer 1 ist. Sie können Feuer auf unterschiedliche Art und Weise entzünden. Dafür reicht es etwa, dass Sie eine kleine AA-Batterie zur Hand haben und etwas Alufolie (die Sie sogar Ihrem Kaugummi entnehmen können).

## Deshalb können Sie Feuer entzünden

Die Technik selbst ist schnell erläutert. Sie können den Pluspol und den Minuspol Ihrer Batterie überbrücken. Dafür benötigen Sie eine Überbrückungshilfe, die leitet. Daher greifen Sie - u.a. - auf Alufolie zurück.

Durch den Stromkurzschluss soll oder wird Hitze entstehen.

Das Feuer entfachen Sie, wenn Sie Papier an die Stelle halten, an der der Kurzschluss für Hitze sorgt.

... und vielleicht sogar sparen?

Praxiswissen in der Krise

Im Detail:

- » Je größer die Batterie, desto einfacher lässt sich der Effekt erzeugen. Die einfache AA-Batterie allerdings reicht auch. Da hier die Stromspannung recht niedrig ist, muss die Überbrückung mit einem sehr dünnen Draht geschehen.
- » Ihre Alufolie hilft in diesem Zusammenhang, wenn Sie sie zu einem kleinen Draht zusammenrollen.
- » Wenn nötig, entfernen Sie etwa die farbige Beschichtung von Ihrem Alupapier. Dies kann bei Kaugummipapier erforderlich sein, wenn Sie dieses nutzen. Sie müssen zudem dafür sorgen, dass das Alupapier an den jeweiligen Enden möglichst spitz (und dennoch dünn) zuläuft.
- » Ihr Alu wird sich in der Mitte erhitzen (wenn der Draht, den Sie geformt haben, an der Stelle dünn genug geworden ist). Im Zweifel wird allerdings die kleine Flamme, die entstehen kann, sofort wieder erlöschen. Das Papier sollte diese Hitzeentstehung auffangen.
- » Daher: Wickeln Sie das Papier um den Draht oder die Alufolien-Wurst herum - in der Mitte. Das Papier sollte dünn genug sein, damit es Feuer fangen kann.

## Die Anwendung: Eine Feuerstelle

Die beste Feuerkochstelle: Dreibein und Topfaufhängung

Wenn Sie kochen möchten, benötigen Sie in der Wildnis die beste Ausrüstung - oder bauen Sie sich Ihre Gerätschaften einfach selbst zusammen. Ein Beispiel dafür ist ein sogenanntes Dreibein, das auch hilft, einen Topf über der Feuerstelle aufzuhängen.

## Die Checkliste für Ihr Dreibein

Ein Dreibein ist ein Gerüst, das aus Ästen o. ä. wie ein kleines Zelt zusammengestellt wird. An eine Vorrichtung können Sie Ihren Topf einfach über der Feuer-

stelle aufhängen. Sie benötigen nicht viel:

- » Grundsätzlich ist es gut, wenn Sie ein entsprechendes Taschenmesser mit auf Reisen nehmen. Dieses Taschenmesser sollte verschiedene Funktionen erfüllen, die Sie auch jenseits des Dreibeins einsetzen.
- » Zudem benötigen Sie eine möglichst reißfeste Schnur.
- » Zudem suchen Sie einige Stücke zusammen. Diese Stöcke oder Äste sollten möglichst gerade sein, damit die Gesamtkonstruktion am Ende stabil genug ist. Dies kann etwa Holz von Nadelbäumen sein.

Jetzt geht es schnell. Sie können sich die Äste auch aus toten Bäumen, die einfach herumliegen, quasi herausbrechen.

Mit Ihrem Messer schneiden Sie die Stöcke oder Äste auf die richtige Länge. Richtig ist Interpretationssache. Es hat sich bewährt, dass diese mindestens 1,50

m hoch sein sollten. Sie benötigen zumindest drei dieser Stöcke, die dann gegeneinander gelehnt werden. Dabei gilt:

- » Je weiter die Stöcke auseinanderlaufen, je flacher also der Neigungswinkel ist, desto stabiler wird die Konstruktion am Ende sein.
- » Die Stangen verbinden Sie dann mit Ihrer Schnur und binden sie zusammen. Dies stabilisiert Ihre Konstruktion.
- » Im nächsten Schritt nehmen Sie ein Stück Holz oder einen Ast, an dem Sie die Schnur befestigen.
- » Das Holz schieben Sie unter den Henkel des Topfes, sodass dieser sich darunter verkeilt. Die Konstruktion hängen Sie an Ihr Dreibein. Hat der Topf keinen Henkel oberhalb, sondern nur zwei Griffe, können Sie den Topf mit der Schnur direkt über diese beiden Griffe mit dem Dreibein verbinden und damit aufhängen.

## Die Alltags-Falle: Was ist zu tun, wenn Einbrecher IM Haus sind?

Viele Artikel und TV-Programme geben Tipps, wie man Einbrecher erfolgreich abwehren kann. Starke Fenster-

rahmen oder Alarmsysteme und sogar Haustiere wie Gänse können abschrecken.

**Wenn alles zu spät ist...**



... trotz Schutz im Haus - Einbrecher

Doch was unternimmt man, sollte ein Einbrecher bereits im Wohnbereich sein? Es ist essenziell, sich auch auf diese Eventualität gründlich vorzubereiten.

## **Das Aufeinandertreffen mit einem Einbrecher - rasches Handeln ist gefragt**

Meistens hat der Einbrecher, sobald er sich im Inneren befindet, nicht sofort die Absicht, Ihnen etwas anzutun. Es könnte sein, dass er Ihre Anwesenheit gar nicht wahrnimmt.

Sobald er das jedoch tut, sehen Sie sich aus seiner Perspektive als möglichen Augenzeugen. Das kann zu einer brenzlichen Lage führen, auf die man vorbereitet sein muss.

## **Selbstverteidigung ist unumgänglich**

Leider kommt man nicht darum herum, sich zu verteidigen. Einbrecher lassen sich selten einfach in die Flucht schlagen. Daher ist es von Bedeutung, sich auf zwei wesentliche Aspekte zu konzentrieren:- Notwendig sind Verteidigungswerkzeuge, und- diese sollten so gelagert sein, dass sie im Ernstfall sofort griffbereit sind.

Diese Herausforderung besteht darin, dass man im Moment der Gefahr möglicherweise weit entfernt von diesen Hilfsmitteln ist. Eine rein theoretische Vorbereitung ist dann nutzlos. Aus diesem Grund ist es ratsam, mehrere Verteidigungssets im Haus zu verteilen, um sie schnell einsetzen zu können.

Folgendes ist zu empfehlen:

- Tränengas - eine bewährte Wahl
- Ein Taser - ebenfalls ein effektives Verteidigungsmittel
- Ein ausziehbarer Schlagstock, erhältlich in spezialisierten Geschäften
- Kabelbinder für den Einmalgebrauch und idealerweise
- Handschuhe aus Kettengeflecht zum Schutz der Hände vor Angriffen
- Ein Kettenhemd, das übergezogen werden kann und vor allem Schutz gegen Stichwaffen bietet.

## IMPRESSUM

**Neopresse.com**  
**Chefredaktion Dr. Bernd Heim**  
**Neo Scriptum UG (haftungsbeschränkt)**

**Steiermärker Strasse 3-5**  
**70469 Stuttgart**