

# Was gehört in die Notfalltasche?

## CHECKLISTE

### **SCHLÜSSEL, DOKUMENTE, KREDITKARTE**

Nicht unmittelbar lebenswichtig, dennoch ersparen Ihnen Kopien Ihrer Ausweis- und Bootspapiere, eine Kreditkarte sowie wichtige Ersatzschlüssel später unnötige Behördengänge.

### **ESSEN**

Lange haltbare Nahrungsmittel mit hoher Energiedichte wie Nüsse, Trockenfrüchte, Schokolade und Energieriegel helfen Ihnen über die Zeit in der Rettungsinsel und heben die Stimmung.

### **WASSERFESTER STIFT**

Egal, ob Sie eine Positionsmeldung per Funk aufschnapfen oder eine eigene notieren wollen: Ein wasserfester dicker Stift leistet gute Dienste. Mit ihm können Sie auch direkt auf die Innenwand der Rettungsinsel schreiben.

### **WASSER**

Während ein Mensch durchaus mehrere Wochen ohne Nahrung auskommen kann, sind es ohne Flüssigkeit maximal einige Tage. Daher gehört unbedingt ein Wasservorrat in die Rettungsinsel. Da Süßwasser leichter ist als Salzwasser, können Sie auch einige Kanister zu circa 2/3 mit Wasser füllen und an der Rettungsinsel befestigen. So können Sie mehr Flüssigkeit mitnehmen und bei Bedarf umfüllen.

### **TASCHENLAMPE**

Eine wasserfeste Taschenlampe erleichtert die Orientierung in der Nacht und kann auch zum Geben von Lichtzeichen genutzt werden. Am besten ist ein hochwertiges Modell, das auch weit sichtbares Funkellicht erzeugen kann (Rundumlicht mit 40 bis 60 Blitzen pro Minute).

### **RETTUNGSDECKEN**

Metallbeschichtete Decken sind leicht, nehmen nicht viel Platz weg und schützen vor Unterkühlung. Heat Packs zum Umknicken geben ebenfalls einen angenehmen Wärmeimpuls.

### **WASSERFESTES HANDFUNKGERÄT**

Um Mayday zu funken und mit den Rettungskräften zu kommunizieren, ist ein gutes Handfunkgerät unerlässlich. Idealerweise ist es DSC-fähig, mit einem GPS-Empfänger zur Positionsbestimmung ausgestattet. Ersatzbatterien nicht vergessen!

### **SONNENSCHUTZ**

Ein Hut, eine Sonnenbrille und eine Creme mit hohem Lichtschutzfaktor bewahren von Sonnenstich und Sonnenbrand.

### **HAND-GPS UND -KOMPASS**

Auch hier gilt: Batterien nicht vergessen!

### **HANDFACKELN**

Fackeln leuchten in der Nacht weit und helfen auf Ihre Lage aufmerksam zu machen. Weiterhin können Rauchtöpfe am Tag das Auffinden erleichtern.

### **MEDIKAMENTE**

Wenn Sie regelmäßig Medikamente einnehmen, an Asthma oder Allergien leiden, so sollte eine ausreichende Menge dieser Arzneien in das Grab Bag wandern. Ebenfalls sinnvoll: Schmerztabletten, Mittel gegen Seekrankheit, Heilsalbe, Desinfektionslösung und Verbandszeug. Eine kleine Tube Zahnpasta und Zahnbürsten sind ebenfalls nützlich.

### **MESSER**

Rettungsinseln müssen mit einem Messer ausgestattet sein, doch nicht immer ist dies unbedingt tauglich. Nehmen Sie lieber ein eigenes mit, idealerweise zum Klappen.

### **TAUWERK, GURT BAND, TAPE**

Mit Tauwerk, oder Gurtband können Personen gesichert oder Gegenstände an der Rettungsinsel festgemacht werden. Immer gut: Eine Rolle Grey Tape.