



# ERDBEBEN

## Merkblatt Erdbebenvorsorge zuhause

### Einführung

Turkmenistan liegt in einer seismisch aktiven Zone. Beim großen Erdbeben 1948 wurde die Stadt fast vollständig zerstört. Ein solches Beben kann jederzeit wieder auftreten. Eine wirksame Erdbebenvorhersage ist auch heutzutage nicht möglich. Im Falle eines Bebens müssen Sie davon ausgehen, erst einmal Tage bis Wochen auf sich gestellt zu sein. Setzen Sie sich daher mit dem Szenario Erdbeben auseinander und betreiben Sie entsprechende Vorsorge.

Das vorliegende Merkblatt möchte Sie für das Gefahrenszenario Erdbeben, persönliche Vorsorgemaßnahmen, Notgepäck und Verhalten im Ernstfall sensibilisieren. Es soll in erster Linie helfen, problembewusst eigene Überlegungen zur Erdbebenvorsorge anzustellen. Die Angaben erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit; die Botschaft übernimmt keinerlei Verantwortung für persönliche Erdbebenvorsorge.

### Gefahrenszenario

- **Es kann und wird zu Erdbeben in Aschgabat kommen**
- **Trümmer, Glassplitter, Stromleitungen und Brände stellen ein Risiko da**
- **Seien Sie vorbereitet**

Um im Ernstfall nicht gänzlich überrascht und unvorbereitet zu sein, wird dringend empfohlen die folgenden Hinweise zu beachten und entsprechende Vorsorgemaßnahmen zu treffen.

**Dauer des Erdbebens:** Ein Erdbeben kann eine Minute und länger dauern. Es kann so stark sein, dass man sich nicht auf den Beinen halten kann. In Wohnungen kann alles umkippen oder herunter-fallen, was nicht fest verankert ist. Bauwerk und Wände geben nach; Tür- und Fensterrahmen verziehen sich. Oft folgen Nachbeben in den folgenden Stunden und Tagen.

**Verkehr:** Natürliche Panik veranlasst die Menschen dazu, sofort ins Freie zu eilen und einen sicheren Ort zu suchen bzw. sich vom Ort des Bebens zu entfernen. Benutzen Sie möglichst nicht ihr Auto. Auch wenn die Straßen nicht unmittelbar durch Trümmer blockiert sind, führt Panik zu Verkehrsunfällen und Staus. Ordnungskräfte lassen höchstens Rettungsfahrzeuge passieren. Wenn Sie einen Sammelplatz aufsuchen wollen, benutzen Sie besser ein Fahrrad oder gehen Sie zu Fuß.

**Wasser-, Strom- und Telefonleitungen** sind möglicherweise unterbrochen. Auf den Straßen stellen zerrissene Stromleitungen eine ernste Gefahr dar. Auch Handys werden in den meisten Fällen nicht mehr funktionieren. **Sprechen Sie daher mit Ihrem Haushalt ab, wie Sie sich im Fall eines Bebens verhalten wollen** (Treffpunkte, Sammelstellen, etc.). Halten Sie ausreichend Taschenlampen bereit.

**Gasleitungen können reißen.** Es kann zu **Bränden** kommen. Die Feuerwehr ist überlastet und wird durch verstopfte Straßen und gebrochene Wasserleitungen kaum in der Lage sein, die Brände schnell zu löschen. Stellen Sie sich darauf ein, selbst löschen zu müssen, wo dies Aussicht auf Erfolg hat. Großbrände sind in der Regel gefährlicher als das Erdbeben selbst.

## Verhalten bei einem Erdbeben

Beim Beben	Nach dem Beben	Und weiter...
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Ruhe bewahren</li> <li>➤ Unter Türrahmen / Tischen Schutz suchen</li> <li>➤ Fenster meiden</li> <li>➤ Türen öffnen</li> <li>➤ Im Auto anhalten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Schuhe / Schutzausrüstung anziehen</li> <li>➤ Gefahrenquellen abstellen oder meiden (Gas, Brände, Stromleitungen)</li> <li>➤ Erste Hilfe leisten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Sammeln Sie ihre Haushaltsangehörigen, bilden Sie Gruppen</li> <li>➤ Zentraler Sammelplatz deutsche Gemeinde: Residenz / Infopunkt Ak Altyn</li> </ul>

### In Gebäuden:

- Bleiben Sie wo Sie sind! Versuchen Sie nicht, während des Bebens das Haus zu verlassen; außer, Sie befinden sich im Erdgeschoss in unmittelbarer Nähe zum Ausgang.
- Schützen Sie sich vor herabfallenden Gegenständen. Stellen Sie sich in Türrahmen oder suchen Sie unter Tischen Schutz. Kleinere Räume sind wegen geringerer Einsturzgefahr sicherer als Große.
- Gegenstände ohne größere Kippgefahr und mit großem Volumen (Waschmaschinen, Geschirrspüler, Betten, Gusswannen etc.) können durch einstürzende Wände, Querträger und Pfeiler nicht vollkommen vernichtet werden. Herabfallende Trümmer erzeugen neben diesen Gegenständen oft einen Freiraum, in dem man ausharren kann.
- Falls Gelegenheit besteht: öffnen Sie die Türen des Fluchtwegs; die Rahmen können sich so verziehen, dass Türen nach dem Beben klemmen.

### Bevor Sie das Gebäude verlassen:

- löschen Sie offenes Feuer und drehen Sie Gashähne ab;
- nehmen Sie Papiere, Wasser, Decken (Schlafsäcke), Notverpflegung mit;
- sehen Sie sich in Ihrer Umgebung um, ob Sie möglicherweise Verletzten helfen können; sammeln Sie die Personen, die sich in der Wohnung befinden in der Nähe des Fluchtwegs oder Notausgangs,
- löschen Sie kleinere Brände soweit Aussicht auf Erfolg besteht,
- speichern Sie vorsorglich Wasser in der Badewanne und in Eimern,
- stehen Sie nicht vor offenen Fenstern, auf dem Balkon oder am Rand einer Terrasse.
- achten Sie auf festes Schuhwerk.

### Beim Verlassen des Gebäudes:

- Benutzen Sie keine Aufzüge. Sollten Sie während des Bebens im Fahrstuhl sein, versuchen Sie, im nächsten Stockwerk auszusteigen.
- Keine Kerzen, Streichhölzer oder Feuer anzünden.
- Benutzen Sie die sicherste Fluchtmöglichkeit, entweder nach unten oder Richtung Dach.
- Bewahren Sie Ruhe.

### Im Auto:

- Während der Fahrt erkennen Sie möglicherweise nicht unmittelbar, daß die Erde bebt. Ein verändertes Lenkverhalten (wie bei einem geplatzen Reifen) gibt erste Anzeichen.
- Fahren Sie an den rechten Straßenrand und halten Sie dort, damit die Straße für Rettungsfahrzeuge frei bleibt. Beobachten Sie Ihre Umgebung, insbesondere im Hinblick auf herabfallende Gegenstände.
- Es gilt die Regel, zurückgelassene PKW nicht abzuschließen und die Fahrzeugschlüssel im Zündschloss zu lassen - dies erleichtert die Arbeit der Rettungseinheiten bei größtmöglicher Vermeidung von Folgeschäden.

**Auf der Straße:**

- Schützen Sie Ihren Kopf mit den Händen, einer Tasche oder anderen Gegenständen.
- Begeben Sie sich auf Freiflächen. Nehmen Sie sich in Acht vor herabfallenden Trümmern, Glassplittern und Neonreklamen.
- Halten Sie Abstand zu Mauern, Masten und zerrissenen Leitungen.
- Achten Sie im Gebirge auf Erdbeben. Verlassen Sie den Bereich.

**Nach dem Erdbeben:**

- Ruhe bewahren und andere beruhigen!
- **Prüfen, ob es Opfer gibt!** Versuchen Sie nicht, eine schwerverletzte Person zu bewegen, es sei denn ihr Leben ist in Gefahr. Erste Hilfe an Ort und Stelle geben!
- **Prüfen Sie die elektrischen Anlagen und Geräte.** Stellen Sie den Zentralschalter ab oder ziehen Sie den Stecker raus.
- **Bleiben Sie nicht in beschädigten Gebäuden** oder betreten Sie solche Gebäude nicht.
- **Fahren oder laufen Sie nicht ohne Grund auf der Straße.** Wenn möglich, bleiben Sie erstmal, wo Sie sind. Rettungsmaßnahmen haben Vorrang; zudem kann es nach Beben zu Plünderungen und Kriminalität kommen. Vermeiden Sie daher unnötiges Umherfahren.
- Wenn Sie **verschüttet** sind, schlagen Sie an eine Wand und versuchen Sie Geräusche zu erzeugen. Gehen Sie mit ihrer Körperkraft sparsam um. Vergessen Sie nicht, dass Suchtrupps Sie in der Stille der Nacht besser hören können.
- Nach einem Beben kommt es häufig zu **Bränden**. Beobachten Sie daher Ihre Umgebung und die Windrichtung. Falls Ihr Aufenthaltsort von Feuer bedroht wird oder unbewohnbar geworden ist, begeben Sie sich mit Ihrem Notgepäck auf einen nahegelegenen eigenen Platz und dort nach Möglichkeit auf die windabgewandte Seite.
- **Gruppenbildung:** Wenn Sie Ihren Aufenthaltsort verlassen müssen, versuchen Sie möglichst mit anderen Deutschen und Europäern eine Gruppe zu bilden. Stellen Sie eine Liste der dort befindlichen Gruppenmitglieder auf mit Namen, Vornamen, Geburtsdatum, Gesundheitszustand und Name/Telefonnummer von Angehörigen. Versuchen Sie dann, diese Liste der Deutschen Botschaft zu übermitteln, die entsprechend den gegebenen Umständen bemüht sein wird, rund um die Uhr in Bereitschaft zu sein. Sollten Sie die Deutsche Botschaft nicht erreichen können, versuchen Sie, mit den Vertretungen anderer EU-Staaten Kontakt aufzunehmen. Seien Sie vorsichtig – nach Erdbeben kann es zu Plünderungen und Kriminalität kommen.
- **Hauptsammelpunkte:** Die Deutsche Botschaft wird in Abhängigkeit vom Zustand der eigenen Räumlichkeiten Sammelstellen einrichten. Als erster Anlaufpunkt ist das Residenzgebäude in der Ul. Kekilowa 31, nahe botanischer Garten, vorgesehen. An der Botschaftskanzlei im Hotel Ak Altyn ist eine Informationsstelle vorgesehen.

**Persönliche Vorsorgemaßnahmen**

- **Tragen Sie sich in Elefant ein**
- **Sprechen Sie mit Ihren Haushaltsangehörigen**
- **Legen Sie Notvorräte & Ausrüstung an**
- **Halten Sie Notgepäck bereit**

**Auswahl des Wohngebäudes:** Achten Sie bei der Auswahl Ihrer Wohnung oder des Hauses darauf, dass das Gebäude möglichst „erdbebenfest“ ist. Es gibt einige Indizien: Achten Sie darauf, dass die Wände der oberen Geschosse möglichst auf den Wänden der unteren Geschosse aufliegen, das Gebäude also einen nicht allzu sehr durchlöchernten Baukörper aufweist. Ferner ist es immer von Vorteil, wenn die Wände um das Treppenhaus herum verstärkt sind und das Treppenhaus als solchermaßen „harter Kern“ sich mittig im Gebäude befindet. Achten Sie auf offensichtliche Korrosionsanzeichen der im Beton befindlichen Bewehrung.

**Sicherung der Gegenstände:** In den Gebäuden wird der Großteil der Verletzungen während eines Erdbebens durch herabfallende Gegenstände verursacht. Sichern Sie Schränke, Regale u.ä. mit Winkeln und anderen Vorkehrungen vor dem Umfallen. Schwere Gegenstände und Gläser/Vasen gehören nicht in die oberen Regale. Bilder fallen schon bei leichteren Beben schnell von der Wand; denken Sie daran, wenn Sie z.B. Bilder über Sofas und Betten anbringen wollen.

**Notausgänge/Fluchtwege:** Machen Sie sich grundsätzlich immer mit den Notausgängen und Fluchtwegen der Gebäude, in denen Sie wohnen und arbeiten, vertraut. Prüfen Sie von Zeit zu Zeit, ob diese Notausgänge frei benutzbar und nicht etwa verschlossen oder versperrt sind. Sie sollten die Fluchtwege darüber hinaus auch bei Dunkelheit finden können. Bei Erdbeben verziehen sich häufig Türrahmen. Denken Sie daher Fluchtwege über Fenster mit bzw. halten Sie Brecheisen o.ä. bereit. Halten Sie zu Hause und am Arbeitsplatz Taschenlampen, einen Schutzhelm und Notgepäck (siehe unten) griffbereit.

**Feuerlöscher:** Machen Sie sich mit dem Standort und der Bedienung von Feuerlöschern in Ihrer Umgebung vertraut. Erkundigen Sie sich, wie in Ihrem Gebäude die Gasversorgung geregelt ist und wie man die Gasleitung im Notfall verschließt. Frischen Sie ab und zu Ihre Kenntnisse in Erster Hilfe auf und überprüfen Sie Ihre Erste-Hilfe-Ausstattung (auch im KFZ).

**Bevorratung:** Legen Sie einen Notvorrat an, mit dem Ihr Haushalt zwei Wochen überdauern kann. Denken Sie an ausreichend Wasser und sehen ggf. Wasseraufbereitungsmöglichkeiten vor. Vorräte sollten auch wichtige Medikamente und Hygieneartikel beinhalten. Die Vorrathaltung sollte so gewählt werden, dass Sie auch bei Ausfall von Strom und Gas nutzbar ist (Konserven!).

**Regelmäßige Überprüfung:** Überprüfen Sie ihre Notfallvorkehrungen von Zeit zu Zeit.

**Inventarliste:** Denken Sie daran, dass Verluste an persönlicher Habe gegenüber Versicherungen nachgewiesen werden müssen. Erstellen Sie dazu eine umfassende Inventarliste und deponieren Sie Kopien an verschiedenen Orten. Es empfiehlt sich auch die Hinterlegung beglaubigter Kopien wichtiger Dokumente und Fotos von wertvollen Gegenständen.

**Eintragung in Deutschenliste:** Tragen Sie sich bitte in die elektronische Deutschenliste [ELEFAND](#) ein, in der Ihre private und dienstliche Anschrift, sowie die Adressen Ihrer nächsten Angehörigen genannt sind. Falls Sie eine Ausbildung als Arzt/Ärztin, Krankenschwester/Pfleger o.ä. haben oder in erster Hilfe ausgebildet sind und im Krisenfall helfen wollen, melden Sie sich bitte im Ernstfall beim Krisenstab der Botschaft.

**Notgepäck:** Sie einen Rucksack mit den notwendigen Dingen, um mindestens drei Tage auf einem Sammelplatz im Freien durchzuhalten. Das Notgepäck sollte an Ihrem geplanten Fluchtweg aus dem Gebäude deponiert werden. Packen

Pro Person 3 Liter Wasser (2 große Plastikflaschen), haltbare Verpflegung (z.B. Kekse, Nüsse), Schlafsäcke, Isoliermatte, Schutzhelm, Regenschutz, Verbandsmaterial, Impfpass, Toilettenpapier, Bargeld, Ausweispapiere, Landkarte Ihrer Umgebung, benötigte Medizin, Taschenlampe mit Ersatzbatterien, Kerze, Taschenmesser, Feuerzeug, Ersatzbrille, Plastiktüten, Armbanduhr, Kugelschreiber und Papier, wichtige Schlüssel, ggfls. russisches Taschenwörterbuch, Trillerpfeife, Telefonliste der Botschaft u.ä., Streichhölzer, ggfls. Kinderspielsachen.

**Ausführliche Informationen:** [Ratgeber für Notfallvorsorge und richtiges Handeln in Notsituation](#) des BBK, [Merkblatt Erdbeben](#) des GFZ Potsdam