

BEREIT FÜR MORGEN

SO MACHST DU DEIN SMARTPHONE KRISENTAUGLICH

BLACKOUT. Kein Netz. Kein Strom.

Doch dein Smartphone kann jetzt zum wichtigsten Werkzeug werden.

Diese Checkliste zeigt dir, wie du dein Handy auf den Ernstfall vorbereitest:

- ✓ Stromversorgung sichern
- ✓ Die richtigen Offline-Apps installieren
- ✓ Inhalte für Kinder & Notfälle speichern
- ✓ Dein digitales Notfall-Set einrichten

Du brauchst keine teure Ausrüstung.

Nur etwas Vorbereitung und dieses PDF.

Mach dein Smartphone krisentauglich bevor es zu spät ist.

Also fang an die ersten Punkte abzuheken. Ich freue mich auf deine Ergänzungen und Kommentare unter meinem Video.

Dein Sven

Hinweis zu Affiliate-Links

Einige der in dieser Checkliste empfohlenen Produkte sind mit sogenannten Affiliate-Links versehen. Wenn du über diese Links einkaufst, zahlst du keinen Cent mehr, aber ich erhalte eine kleine Provision.

So unterstützt du die Erstellung weiterer kostenloser Inhalte rund um Krisenvorsorge und Selbstversorgung vielen Dank dafür!

BEREIT FÜR MORGEN

SO MACHST DU DEIN SMARTPHONE KRISENTAUGLICH

1. STROM SICHERN – OHNE ENERGIE GEHT NICHTS

Dein Handy ist nur so lange nützlich, wie es Strom hat. Mit diesen Tools sicherst du deine Energieversorgung auch im langanhaltenden Stromausfall.

✓ Powerbank (mind. 20.000 mAh)

Damit kannst du dein Smartphone mehrfach aufladen, auch wenn über Tage kein Strom zur Verfügung steht.

☞ Tipp: Zwei Powerbanks im Wechsel nutzen.

✓ Solarladegerät (10–20W, faltbar)

Ermöglicht dir, deine Powerbank oder dein Handy direkt mit Sonnenlicht zu laden. Besonders wichtig bei mehrtägigen Stromausfällen.

☞ Achtung: Ladezeit hängt stark vom Wetter ab.

Positioniere es tagsüber möglichst direkt am Fenster oder draußen.

✓ Energiesparmodus aktivieren

Das reduziert automatisch die Displayhelligkeit, schließt Hintergrundprozesse und verlängert die Akkulaufzeit erheblich.

☞ Bei Android/iOS über „Energie sparen“ oder „Low Power Mode“.

✓ Flugmodus nutzen

Wenn kein Netz verfügbar ist, verbraucht die ständige Netzsuche extrem viel Akku. Der Flugmodus unterbricht das und du kannst bei Bedarf WLAN oder Bluetooth separat aktivieren.

✓ Apps & Funktionen deaktivieren

Bluetooth, GPS, Push-Benachrichtigungen und Hintergrund-Updates sollten ausgeschaltet werden, um Energie zu sparen.

☞ Nutze dein Gerät ausschließlich als Werkzeug, nicht zur Unterhaltung (außer gezielt für Kinder).

BEREIT FÜR MORGEN

SO MACHST DU DEIN SMARTPHONE KRISENTAUGLICH

2. OFFLINE-APPS KÖNNEN LEBEN RETTEN

Diese Apps funktionieren ohne Internetverbindung und machen dein Smartphone zum multifunktionalen Notfallgerät.

Navigation – [OsmAnd](#) / [Organic Maps](#)

Beide Apps bieten detaillierte Offline-Karten mit GPS-Ortung. Du kannst ganze Länder oder Regionen herunterladen.

👉 Ideal für Stadtpläne, Wanderwege, Tankstellen, Notfallwege.

Erste Hilfe – [DRK Erste Hilfe](#)

Bietet dir lebenswichtige Schritt-für-Schritt-Anleitungen bei Unfällen, Verletzungen oder Ohnmacht. Auch als interaktive Anleitung im Notfall nutzbar.

👉 Vorher downloaden + öffnen, um Updates zu speichern.

Offline-Kommunikation – [Bridgefy](#) / [Briar](#)

Diese Apps ermöglichen dir, auch ohne Mobilnetz Nachrichten zu senden, via Bluetooth oder WLAN-Direct.

👉 Funktioniert nur mit anderen Geräten in der Nähe, die dieselbe App installiert haben.

Wissen – [Kiwix](#) + Wikipedia Offline

Komplette Enzyklopädien offline nutzen. Ideal für Gesundheitswissen, DIY, Reparaturtipps oder Pflanzenkunde.

👉 Speicherplatz prüfen: Wikipedia allein kann >30 GB benötigen.

Ruhe & Fokus – [Breathly](#), [Insight Timer](#) (Offline-Modus)

Geführte Atemübungen & Meditationen helfen, Ruhe zu bewahren, sehr wichtig für Kinder & Erwachsene in Ausnahmesituationen.

👉 Lade Übungen vorab herunter.

BEREIT FÜR MORGEN

SO MACHST DU DEIN SMARTPHONE KRISENTAUGLICH

3. FÜR KINDER & FAMILIE , SICHERHEIT & STABILITÄT gewährleisten

Gerade in Krisenzeiten brauchen Kinder Rituale, Beschäftigung und emotionale Sicherheit. Dein Smartphone kann helfen, wenn du vorbereitet bist.

Hörspiele lokal speichern

Beliebte Inhalte wie „Die drei ???“, „Bibi Blocksberg“, „Leo Lausemaus“ kannst du über Spotify, Audible oder als MP3 herunterladen.

- ☞ Im Dateispeicher ablegen oder über eine Audio-App verfügbar machen.

Offline-Spiele installieren

Apps wie Monument Valley, Sudoku, Mal- und Puzzle-Spiele brauchen kein Internet und sind oft beruhigend.

- ☞ Achte auf keine Werbung + keine Online-Pflicht.
Am besten vorher testen.

Videos offline verfügbar machen

Mit YouTube Premium, InVideo Export oder VLC kannst du Lern- und Unterhaltungsvideos auf dem Gerät speichern.

- ☞ Ideal sind Geschichten, Lernvideos oder meditative Inhalte.

BEREIT FÜR MORGEN

SO MACHST DU DEIN SMARTPHONE KRISENTAUGLICH

4. DEIN SMARTPHONE –

DER DIGITALE NOTFALLKOFFER

Nutze dein Handy nicht nur als Infoquelle, sondern als organisiertes Tool digital vorbereitet.

Notizen-App mit wichtigen Infos

- Notfallkontakte
- Treffpunkte
- Medikamentenplan
- Blutgruppe / Allergien

☞ In klarer, leicht auffindbarer Form.

Kompass + Taschenlampe

Nutze Systemfunktionen oder eigene Apps für Orientierung und Licht.

☞ Extra-Tipp: Dauerlicht-Apps ermöglichen Notbeleuchtung über längere Zeit.

Fotos von Anleitungen

Speichere offline:

- Notfallnummern
- Stromkasten-/Heizungsbedienung
- Kontodaten / Versicherungsnummern

☞ Am besten mit Screenshot oder Foto.

Digitale Kopien wichtiger Dokumente

Ausweis, Krankenkasse, Versicherung, Rezeptpflichtige Medikamente, verschlüsselt in App wie Safe Folder, Notizen-App oder Cloud mit Offline-Zugriff.

☞ PDF-Ordner „Notfall-Daten“ anlegen.

BEREIT FÜR MORGEN

SO MACHST DU DEIN SMARTPHONE KRISENTAUGLICH

4. DEIN SMARTPHONE

DER DIGITALE NOTFALLKOFFER

Nutze dein Handy nicht nur als Infoquelle, sondern als organisiertes Tool digital vorbereitet.

Notizen-App mit wichtigen Infos

- Notfallkontakte
- Treffpunkte
- Medikamentenplan
- Blutgruppe / Allergien

☞ In klarer, leicht auffindbarer Form.

Kompass + Taschenlampe

Nutze Systemfunktionen oder eigene Apps für Orientierung und Licht.

☞ Extra-Tipp: Dauerlicht-Apps ermöglichen Notbeleuchtung über längere Zeit.

Fotos von Anleitungen

Speichere offline:

- Notfallnummern
- Stromkasten-/Heizungsbedienung
- Kontodaten / Versicherungsnummern

☞ Am besten mit Screenshot oder Foto.

Digitale Kopien wichtiger Dokumente

Ausweis, Krankenkasse, Versicherung, Rezeptpflichtige Medikamente, verschlüsselt in App wie Safe Folder, Notizen-App oder Cloud mit Offline-Zugriff.

☞ PDF-Ordner „Notfall-Daten“ anlegen.

BEREIT FÜR MORGEN

SO MACHST DU DEIN SMARTPHONE KRISENTAUGLICH

5. STRUKTUR

DEIN KRISENMODUS-ORDNER

Erstelle auf deinem Smartphone einen App-Ordner namens „Krisenmodus“, darin:

- Offline-Navigation
- Erste Hilfe
- Messenger
- Wissensdatenbank
- Offline-Unterhaltung
- Taschenlampe-App
- QR-Codes & Notizen

So hast du im Notfall alle Funktionen sofort griffbereit.

Speichere diese Checkliste als Screenshot oder PDF auf deinem Gerät. Drucke sie zusätzlich aus und hänge sie sichtbar auf.

Abonniere gerne mit einem Klick [hier](#) meinen Kanal für weitere Tipps.