

<b>Zeitschrift:</b>	Der Fourier : officielles Organ des Schweizerischen Fourier-Verbandes und des Verbandes Schweizerischer Fouriergehilfen
<b>Herausgeber:</b>	Schweizerischer Fourierverband
<b>Band:</b>	46 (1973)
<b>Heft:</b>	8
 <b>Artikel:</b>	Notvorrat und Zivilschutz
<b>Autor:</b>	[s.n.]
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-518291">https://doi.org/10.5169/seals-518291</a>

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 14.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## **Notvorrat und Zivilschutz**

Seit 2000 Jahren Basis des Über- und Weiterlebens

Die Bergfeste von Massada, rund 300 Meter über dem Toten Meer gelegen, fiel im Jahre 73 nach Christus als letztes jüdisches Refugium, nachdem Jerusalem zerstört worden war, in die Hände der römischen Legionen. Es waren 970 Männer, Frauen und Kinder, alle ehemalige Einwohner von Jerusalem, die in diesem letzten Widerstandsnest lebten und während zwei Jahren aushielten, bis sie zum letzten Kampf antraten oder sich selbst entliebten, auch Hand an die Frauen und Kinder legten, um nicht als Sklaven in die Gewalt der Römer zu fallen. Dieser lange und heldenhafte Widerstand wurde ermöglicht durch die grossen Vorräte an Wasser und Nahrungsmitteln, die in unterirdischen Zisternen und Kavernen gelagert wurden. In den historischen Festungsanlagen — heute eine Art Nationalheiligtum, prägt doch der Geist von Massada das nationale Denken Israels — sind diese Einrichtungen heute noch zu besichtigen. Diese Zisternen, Kavernen und Depots belegen eindrücklich die Massnahmen eines kleinen und heldenhaften Volkes, um dem Druck eines übermächtigen Gegners während langer Zeit standhalten zu können.

Im Oktober 1972 hat der Delegierte des Bundesrates für die wirtschaftliche Kriegsvorsorge, Dr. Fritz Halm, einen Aufruf für die private Vorratshaltung erlassen, um einmal mehr an die Bedeutung des Notvorrates zu erinnern. Die Plakate in den Geschäften des Lebensmittelhandels mit dem Symbol des Rettungsringes und dem Slogan «für Ihre Sicherheit», sollen auf die Notvorrats-Aktion aufmerksam machen. In diesem Zusammenhang sei daran erinnert, dass die wirtschaftliche Kriegsvorsorge wie der Zivilschutz nicht allein auf kriegerische Ereignisse abgestimmt ist. Der Notvorrat kann auch in Not- und Katastrophenzeiten zum Rettungsring unserer Familien werden, um Engpässe und Einschränkungen zu überbrücken. Es darf nicht vergessen werden, dass unsere Versorgung auf dem Lebensmittelsektor vom Ausland abhängig ist, werden davon doch 45 Prozent eingeführt; ein grosser Teil davon aus Übersee. Bei Anordnung einer Rationierung, die selbst mitten im Frieden, zum Beispiel infolge Transporterschwerungen durch Streiks, Terror, Chaos oder Naturkatastrophen angeordnet werden kann, würde der Verkauf der wichtigen Lebensmittel für mehrere Wochen gesperrt. Neben der Sicherheit, geht es für das Land, für jede Gemeinschaft oder Familie auch um die Unabhängigkeit, um ohne Druck und unannehbare Gegenleistungen weiter- und überleben zu können.

Notvorrat und Zivilschutz sind miteinander untrennbar verbunden, gehört doch zum Über- und Weiterleben neben dem Schutz gegen die Auswirkungen moderner Zerstörungswaffen — wie z. B. die radioaktive Verstrahlung — auch die Vorsorge für die Ernährung, wobei vor allem auch an das Wasser gedacht werden muss. Der Delegierte für wirtschaftliche Kriegsvorsorge empfiehlt als Grundvorrat alle Lebensmittel, die gut haltbar und nahrhaft sind, wobei der Kalorienwert besonders wichtig ist. Dazu sollen Ergänzungen durch Lebensmittel kommen, die über möglichst viel Eiweiss-, Mineralsalz- und Vitamingehalt verfügen, die den Vorrat aus ernährungpsychologischer Sicht vervollständigen und die Vorratshaltung erleichtern, weil es sich um tägliche Gebrauchsgüter handelt. Die Auswahl und die Menge dieser Ergänzungen bleibt jedoch dem Einzelnen überlassen. Jede Art zusätzlicher Vorratshaltung ist zu begrüssen. Wichtig ist, dass der Gesamtvorrat für zwei Monate ausreicht.

Als *Grundvorrat* schlägt der Delegierte des Bundesrates folgende Minimalmengen vor: Pro Person 2 kg Zucker, 1 kg Reis, 1 kg Teigwaren, 1 kg Fett und 1 l Oel. Es handelt sich dabei um leicht haltbare, in ihrer Benützung ergiebige und vielseitige Waren, die in der Regel auch preisgünstig sind. Dazu kommt ein *Ergänzungsvorrat*, der qualitativ und quantitativ den Grundvorrat kompletieren soll, um eine Anpassung an die Ernährungsgewohnheiten des Konsumenten zu erlauben. Der Ergänzungsvorrat gilt auch als Katastrophenvorrat, da davon die meisten Lebensmittel auch kalt oder nur erwärmt konsumiert werden können. Das kann eintreffen, wenn man zum Beispiel bei Stromunterbruch im Schutzraum ausharren muss oder überhaupt keine Kochgelegenheiten zur Verfügung stehen. Zu diesem Vorrat gehören Getreideprodukte, darunter auch Knäckebrot, Zwieback und Biskuits, Konserven aller Art, wie zum Beispiel Fertigmahlzeiten; Milch- und Milchprodukte mit Kondens- und Trockenmilch, wie auch Schachtelekäse; Früchtekonserven aller Art, darunter auch Dörrfüchte und Konfitüre; Gemüse und Hülsenfrüchte, mit Konserven und Trockengemüse. Ein guter Vorrat bildet auch die Schokolade. Kaffee, Tee, Kakao, Kraftnährmittel, Suppen, Bouillonpräparate, Salz oder individuelle Gewürze helfen mit, auch im Notfall eine schmackhafte Nahrung zubereiten zu können. Zum bereits erwähnten Wasser kommen Mineralwasser,

Frucht- und Gemüsesäfte und Fruchtkonzentrate zum Verdünnen. Wichtig sind Produkte für Kranke, für diäthaltende Personen — zum Beispiel Diabetiker — vor allem auch Nahrungsmittel für Säuglinge. Der Notvorrat muss auch Seife und Waschmittel enthalten.

In der Zeit der heutigen Hochkonjunktur sollte die Anschaffung eines angemessenen Notvorrates keine besonderen Probleme aufwerfen. Es gehört dazu etwas guter Wille und Weitsicht, um den Notvorrat auch zu überwachen und zu ergänzen, wenn einzelne Produkte von Zeit zu Zeit verwertet werden. Der Aufruf wendet sich vor allem auch an die Frauen, die den Haushalt betreuen und damit eine Mitverantwortung tragen, wenn es in Notzeiten um das Über- und Weiterleben geht.

zsi

---

### Auch auf Autobahnen . . .

### Mit Abblendlicht max. 80 km / h!

Die Tötung eines Fußgängers auf der Autobahn in der Nähe des Werkhofes Oensingen hat in weiten Kreisen zur Frage Anlass gegeben, wie schnell mit Abblendlicht gefahren werden dürfe.

Nach Art. 4, Abs. 1 der Verordnung über die Strassenverkehrsregeln darf der Lenker nur so schnell fahren, «dass er innerhalb der überblickbaren Strecke halten kann». In zwei unabhängigen Entscheiden hat das Bundesgericht mit aller nur wünschbaren Deutlichkeit erklärt, auch auf Autobahnen müsse die Geschwindigkeit insbesondere nachts an die Sichtweite angepasst werden.

Symmetrisches Abblendlicht leuchtet bei guter Einstellung der Scheinwerfer eine Strecke von rund 50 Metern aus, wobei aber ein am Boden liegender Körper oder Gegenstand am Ende des Lichtkegels bereits nicht mehr erkennbar ist. Asymmetrisches Abblendlicht reicht am rechten Strassenrand etwas über 70 Meter weit.

*Wenn Gesetz und Rechtspraxis vorschreiben, dass auf allen Strassentypen, eingeschlossen Autobahn, nur so schnell gefahren werden darf, dass der Automobilist innerhalb der überblickbaren Strecke jederzeit anhalten kann, bedeutet dies für das Fahren mit Abblendlicht auch unter günstigsten Verhältnissen eine Geschwindigkeit von maximal 80 km/h.*

80 km/h ergeben — was jedermann im Schweizerischen Handbuch der Verkehrsregeln nachlesen kann — bei trockener Fahrbahn eine Anhaltestrecke von ca. 70 Metern, bei nasser eine solche von gegen 90 Metern!

Das Bundesgericht geht zwar ebenfalls von der Annahme aus, das Risiko plötzlich auftauchender Hindernisse sei auf Autobahnen geringer als auf Gemischtverkehrsstrassen mit Fußgängern, Radfahrern, landwirtschaftlichen Fahrzeugen usw., doch müsse auch auf Autobahnen jederzeit mit verirrten Tieren, herabgefallenem Ladegut, nach hinten schlecht beleuchteten oder stillstehenden Fahrzeugen, aber auch mit verunfallten, auf der Fahrbahn liegenden Verkehrsteilnehmern gerechnet werden. Wörtlich: «Auch auf Autobahnen geht die Sicherheit des Verkehrs und der Schutz von Menschenleben dem Streben nach Zeitgewinn vor.»

Dass sich Fußgänger, worunter Autostopper, welche eine Autobahn betreten, generell in tödliche Gefahr begeben, braucht nicht weiter erörtert zu werden. Es geht also keineswegs um den eingangs skizzierten Einzelfall, sondern ganz allgemein um die Tatsache, dass Geschwindigkeiten von 90, 100 oder gar mehr km/h mit Abblendlicht schwerwiegende Übertretungen und eine grobe Fahrlässigkeit sind, zumal das Sehen in der Dunkelheit nicht wenigen Lenkern erhöhte Schwierigkeiten bereitet.

Mit Fernlicht kann entsprechend schneller gefahren werden, freilich — eine Ausnahme bilden Autobahnen — höchstens mit Tempo 100. Leider bleibt die Verwendungsmöglichkeit des Fernlichtes wegen der Blendung vorausfahrender und entgegenkommender Lenker sehr beschränkt. Abblendlicht stellt im nächtlichen Strassenverkehr den «Normalfall» dar und erheischt gebieterisch die Respektierung der physiologisch und physikalisch bedingten Maximalgeschwindigkeit von 80 km/h.

BfU