

Strommangellage:

Zyklische Abschaltungen

Was muss ich beachten?

Eine Zusammenarbeit von



 **swisspower**

Cette brochure est également disponible en français.

Il presente opuscolo è disponibile anche in italiano.

This brochure is also available in English.

Este folleto también está disponible en español.

Esta brochura também está disponível em português.

Ova brošura dostupna je i na srpskom jeziku.

Kjo broshurë gjendet edhe në gjuhën shqipe.

Bu broşür Türkçe olarak da mevcuttur.

Allgemeine Informationen

Eine Strommangellage kann grundsätzlich jederzeit eintreten. Vor allem im Winter ist das Risiko real und gross. Verschiedene Faktoren, die gleichzeitig oder auch nacheinander eintreten können, können zu einer Strommangellage führen.

Aufgrund der gegenwärtigen Energiekrise und der im Zuge des Angriffs Russlands auf die Ukraine nicht mehr gesicherten Energieversorgungs-kanäle ist das Risiko aktuell höher einzuschätzen.

Sollte die Versorgung mit Strom nicht mehr gewährleistet sein, würde der Bundesrat mit Massnahmen eingreifen: Einsparungen, Anwendungsverbote, Kontingentierung und regionale Netzabschaltungen für einige Stunden.

Diese Broschüre dient der individuellen Vorsorgeplanung. Bitte bewahren Sie die Broschüre deshalb auf.

Kommt es bei der Stromversorgung zu einer Mangellage, kann der Bundesrat verschiedene Massnahmen entscheiden – je nach Schweregrad der Mangellage:

- Der Bundesrat richtet einen Sparappell an die Bevölkerung.
- Der Bundesrat verbietet die Nutzung von bestimmten Geräten und Anlagen.
- Der Bundesrat verpflichtet Stromgrossverbraucher ihren Stromverbrauch um einen bestimmten Prozentsatz zu reduzieren (Kontingentierung).
- Sollten diese Massnahmen nicht den nötigen Effekt zeigen, ordnet der Bundesrat als letzte mögliche Massnahme zyklische Netzabschaltungen für einige Stunden an. Das heisst, alle Stromverbraucherinnen und -verbraucher hätten abwechselnd keinen Strom und dann wieder Strom.

In dieser Broschüre geht es um die letzte Massnahme: die zyklischen Netzabschaltungen.

Was sind zyklische Netzabschaltungen?

Zyklische Abschaltungen sind geplante Netzabschaltungen, während derer einzelne Gebiete mit den darin angeschlossenen Strombezügerinnen und -bezügerern für eine gewisse Zeit von der Stromversorgung getrennt werden. Das heisst, der Strom wird nur in regelmässigen Rhythmen und gebietsweise verfügbar sein. Folgende Szenarien sind möglich:

- **4 h Strom, 4 h keinen Strom, 4 h Strom usw.**
- **12 h Strom, 4 h keinen Strom, 4 h Strom, 4 h keinen Strom, 12 h Strom usw.**
In diesem Szenario gibt es ein tägliches Zeitfenster von 4 h, in dem die ganze Schweiz mit Strom versorgt ist.

Wann kommt es zu zyklischen Netzabschaltungen?

Ist die Nachfrage nach Strom grösser als die produzierte Strommenge, kann es zu einem Zusammenbruch des Stromnetzes kommen («Blackout»). Reichen die anderen Massnahmen nicht aus, um das Gleichgewicht zwischen Stromangebot und -nachfrage wieder herzustellen, kann der Bundesrat Netzabschaltungen anordnen. Dies geschieht nur als letzte Massnahme, um einen totalen Zusammenbruch des Stromnetzes zu verhindern.

Wie erfahre ich, ob und wann ich von der Stromversorgung getrennt werde?

Der Bundesrat wird rechtzeitig in einer Medienkonferenz über die Netzabschaltungen informieren. Sie erfahren daraufhin von Ihrem lokalen Verteilnetzbetreiber, um welche Uhrzeit und in welchem Rhythmus in Ihrem Wohngebiet kein Strom zur Verfügung stehen wird.

**Wie kann
ich mich
jetzt schon
vorbereiten?**

Legen Sie einen Vorrat an (Kluger Rat – Notvorrat):

- Lebensmittel für mehrere Tage vorrätig lagern. Achten Sie darauf, dass einige Lebensmittel auch ohne Kühlung haltbar sind und allenfalls auch kalt oder ohne Kochen verzehrt werden können (Reis, Teigwaren, Müesli, Zwieback, Konserven, Kaffee, UHT-Milch, Dörrfrüchte usw.).
- Möchten Sie trotzdem eine warme Mahlzeit zubereiten, ist eine alternative Kochgelegenheit wie z. B. ein Campingkocher, ein Fondue-Rechaud oder ein Gasgrill praktisch, um Speisen und Wasser zu erhitzen. Beim Einsatz von Heiz- und Kochgeräten mit offenem Feuer immer auf ausreichende Belüftung achten (Gefahr einer Kohlenmonoxidvergiftung).
- Wenn Sie Säuglinge, Kleinkinder oder kranke Angehörige versorgen müssen, ist es sinnvoll, während Phasen mit Strom vorsorglich die Nahrung aufzuwärmen und/oder Wasser aufzukochen und in Thermobehältern warmzuhalten.
- Besorgen Sie rund 9 Liter Trinkwasser pro Person pro Woche.
- Sorgen Sie für einen Vorrat an Taschenlampen, Batterien, Kerzen, Streichhölzern und Feuerzeugen im Haus, damit Sie bei einer Stromabschaltung Licht haben. Lassen Sie brennende Kerzen nicht unbeaufsichtigt.
- Mithilfe eines batteriebetriebenen Radios oder Autoradios erhalten Sie auch bei einem Stromunterbruch Informationen der Behörden.

- Besonders im Winter ist Wärme wichtig. Mit dicken Decken, Schlafsäcken und wärmender Kleidung lässt sich der Ausfall der Heizung bei einem allfälligen Stromunterbruch eine Zeit lang ausgleichen.
- Wenn Sie ein Cheminée oder einen Holzofen haben, halten Sie Holz, Briketts oder Pellets auf Vorrat.
- Da bei einem Stromunterbruch auch Bankomaten betroffen sind und elektronische Zahlungsmittel wie Debit- und Kreditkarten oder die Möglichkeit zur Bezahlung via Smartphone ausfallen können, empfiehlt das Bundesamt für wirtschaftliche Landesversorgung, immer etwas Bargeld zur Hand zu haben.
- In einen Vorrat gehören zudem Seife, WC-Papier, eine Notfallapotheke und Medikamente.
- Vergessen Sie das Futter für Ihre Haustiere nicht.

Was muss ich beachten, wenn ich oder pflegebedürftige Angehörige permanent auf medizinische Versorgung angewiesen sind?

Halten Sie Medikamente und Hygieneartikel für eine Woche auf Vorrat. Sprechen Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt über die Versorgung der elektrischen Geräte wie Sauerstoff- oder Heim-Dialysegerät usw. Privatpersonen, die aus medizinischen Gründen zwingend permanent auf Strom angewiesen sind, müssen frühzeitig mit dem kantonalen Krisenstab oder dem nächstgelegenen Spital abklären, wie sie sich bei einer Netzabschaltung verhalten sollen.

**Was mache
ich, wenn eine
zyklische
Abschaltung
unmittelbar
bevorsteht?**

- **Informieren Sie sich frühzeitig, wo der nächstgelegene Notfalltreffpunkt in Ihrer Gemeinde / in Ihrem Quartier liegt.** Wo diese sind, erfahren Sie bei Ihrer Gemeinde-/ Stadtverwaltung, an den Schaukästen in den Quartieren oder unter www.notfalltreffpunkt.ch.
- **Stellen Sie sicher, dass alle Elektrogeräte ausgeschaltet sind, die eine Gefahr darstellen könnten, wenn der Strom wieder fließt** (zum Beispiel Herdplatten, Bügeleisen usw.).
- **Ziehen Sie bei Ihren elektrischen Geräten VOR Beginn der Abschaltung den Stecker, damit diese beim Wiedereinschalten keinen Schaden nehmen.** Beim Wiederherstellen der Stromversorgung kann es zu Spannungsspitzen kommen, wodurch empfindliche Geräte beschädigt werden können.
- **Fließt der Strom wieder, schalten Sie die Geräte eines nach dem anderen wieder ein.** So vermeiden Sie die Gefahr einer Überlastung des Stromnetzes.
- **Meiden Sie bereits eine Viertelstunde vor der Netzabschaltung die Benutzung eines Lifts.**
- **Parkieren Sie nicht in Tiefgaragen oder auf Parkplätzen, die durch Schranken gesichert sind.** Die Schranke wird bei einer Stromabschaltung nicht mehr funktionieren.
- **Vermeiden Sie während der Netzabschaltung unnötige Telefonanrufe.** Damit vermeiden Sie die Gefahr einer Netzüberlastung. Rufen Sie die Notrufnummern nur in Notfällen an. Nutzen Sie stattdessen ein batteriebetriebenes Radio (SRF), um sich zu informieren. Weitere Informationen erhalten Sie an den Notfalltreffpunkten in Ihrer Gemeinde.

**Worauf muss
ich während
der Netz-
abschaltung
achten?**

Haushalt

Bleiben meine Lebensmittel im Kühlschrank bzw. in der Gefriertruhe frisch?

Während der Abschaltung sollte man die Kühl- und Gefrierschränke möglichst selten öffnen! Lebensmittel bleiben über mehrere Stunden kalt bzw. gefroren, auch wenn das Gerät nicht mit Strom versorgt wird.

Werde ich während der Stromabschaltung weiterhin mit Trinkwasser versorgt?

In der Regel sollte die Trinkwasserversorgung gewährleistet sein. An vielen Orten braucht es für eine funktionierende Trinkwasserversorgung jedoch elektrische Pumpen – während einer Stromabschaltung müssten diese mit Notstromgeneratoren betrieben werden. Es kann daher auch zum Ausfall der Trinkwasserversorgung kommen. Beachten Sie die Empfehlung zum Notvorrat (9 Liter Trinkwasser pro Person pro Woche) und gehen Sie sparsam mit dem Wasser um.

Funktionieren die Abwassersysteme während der Stromabschaltung?

Für die Reinigung des Abwassers wird Strom benötigt. Eine kontinuierliche Reinigung des Abwassers kann daher nicht gewährleistet werden. Produzieren Sie deshalb möglichst wenig Abwasser. Die Toilettenspülung funktioniert mit Wasserdruck und läuft, solange die Trinkwasserversorgung gewährleistet ist.

Funktioniert während der Abschaltung meine Heizung noch?

Nicht nur Elektroheizungen, sondern auch Gas- und Ölheizungen, Wärmepumpen sowie Fernwärmenetze sind auf Strom angewiesen. Die Heizung funktioniert deshalb bei einer Netzabschaltung nicht mehr.

Wie Sorge ich dafür, dass meine Wohnung warm bleibt?

Während des Stromunterbruchs möglichst wenig lüften. Zimmertüren schliessen. Nachts Roll- und Fensterläden schliessen. Ziehen Sie warme Kleidung an.

Funktioniert meine eigene Photovoltaik-Anlage noch, wenn kein Strom mehr fliesst?

Nein, ausser Sie verfügen über eine autarke Insellösung.

Was darf ich nicht mehr tun?

Worauf muss ich achten?

- Lifte meiden.
- Bei einem elektrischen Garagentor das Auto lieber im Freien parkieren.
- Elektrische Storen vor der Stromabschaltung hochfahren (tagsüber).
- Stellen Sie elektrische Türen auf manuellen Betrieb um.

Telefon- und Mobilfunknetz

Funktionieren das Telefonnetz und das Mobilfunknetz noch?

Dort, wo Strom fliesst, ist das Telefonieren grundsätzlich möglich. Die Sendeanlagen an den Mobilfunkmasten sind mit Batterien ausgerüstet, sodass die Anlagen bei Stromunterbruch mindestens eine Stunde weiterlaufen können. Wichtige Knotenpunkte, bei denen Signale mehrerer Sendemasten zusammenlaufen, können bis zu vier Stunden ohne Stromversorgung funktionieren. Zentrale Rechenzentren sind zudem zur Überbrückung mit Notstromanlagen ausgerüstet. Bei einem längeren Stromunterbruch kommt es aber zu einem Ausfall des Telefon- und Mobilfunknetzes.

Wie kann man Notrufe absetzen?

Sollten das Mobilfunk- und das Telefonnetz nicht mehr funktionieren, gehen Sie zu einem sogenannten Notfalltreffpunkt. Wo diese sind, erfahren Sie bei Ihrer Gemeinde-/Stadtverwaltung, an den Schaukästen in den Quartieren oder unter www.notfalltreffpunkt.ch.

Beim Notfalltreffpunkt erhalten Sie Auskunft zur Situation und Sie können Notrufe an die Blaulichtorganisationen absetzen. Zu welchem Zeitpunkt die Notfalltreffpunkte in Betrieb sind, erfahren Sie via Radio oder über Alertswiss (www.alert.swiss oder App). Laden Sie die App Alertswiss frühzeitig auf Ihr Smartphone.

Informationsbeschaffung

Wie kann ich mich am besten informieren?

Am besten informieren Sie sich via Radio (SRF). Besorgen Sie sich vorgängig ein batteriebetriebenes Radio (Ersatzbatterien nicht vergessen), ein Autoradio oder ein Kurbelradio.

Erhalte ich noch Post?

Das Postsystem wäre von der Strommangellage stark betroffen. Eine reguläre Postzustellung könnte nicht gewährleistet werden. Es muss daher mit Verzögerungen gerechnet werden.

Erhalte ich meine Zeitung noch?

Aufgrund logistischer Herausforderungen und Einschränkungen der redaktionellen Arbeit sind das Erscheinen und die Zustellung von täglichen Printmedien nicht gewährleistet.

Medizinische Versorgung und Notfälle

Welche medizinischen und pflegerischen Einrichtungen bleiben bestehen?

Stromnetze für die medizinische Grundversorgung in Spitälern werden, sofern technisch möglich, von den Netzabschaltungen ausgenommen und/oder verfügen über Notstromlösungen.

Was muss ich beachten, wenn ich oder pflegebedürftige Angehörige auf medizinische Geräte oder Hilfsmittel angewiesen sind?

Privatpersonen, die aus medizinischen Gründen zwingend permanent auf Strom angewiesen sind, müssen frühzeitig mit dem kantonalen/lokalen Krisenstab oder dem nächstgelegenen Spital abklären, wie sie sich bei einer Netzabschaltung verhalten sollen.

Werde ich alle nötigen Arzneimittel erhalten?

Abschaltungen werden vorzeitig angekündigt, bitte sorgen Sie vor und haben Sie zu Hause Ihre notwendigen Medikamente vorrätig.

Wie reagiere ich in einem medizinischen Notfall?

Wenn Sie Hilfe benötigen, versuchen Sie es über die gängigen Notrufnummern. Sollte das Telefonnetz nicht mehr funktionieren, suchen Sie den nächstgelegenen Notfalltreffpunkt auf oder bitten Sie eine Nachbarin oder einen Nachbarn um Hilfe, wenn Sie sich nicht autonom zum Notfalltreffpunkt begeben können. Die Standorte der Notfalltreffpunkte erfahren Sie bei Ihrer Gemeinde-/Stadtverwaltung, an den Schaukästen in den Quartieren oder unter www.notfalltreffpunkt.ch.

Was mache ich, wenn es brennt?

Rufen Sie die Feuerwehr. Sollte das Telefonnetz nicht mehr funktionieren, suchen Sie den nächstgelegenen Notfalltreffpunkt auf. Wo dieser ist, erfahren Sie bei Ihrer Gemeinde-/Stadtverwaltung, an den Schaukästen in den Quartieren oder unter www.notfalltreffpunkt.ch. Machen Sie sich frühzeitig mit der Handhabung von Feuerlöscher, Löschdecke und Wasserlöschposten vertraut (Wo im Haus sind diese? Bedienungsanleitung lesen).

Strassenverkehr und öffentlicher Verkehr

Kann ich mit dem öffentlichen Verkehr fahren?

Während der Abschaltungen wird der öffentliche Verkehr stark eingeschränkt oder fällt komplett aus.

Funktioniert die Strasseninfrastruktur noch (Ampeln, Strassenbeleuchtung, Bahnübergänge, Schranken usw.)?

Die zyklischen Abschaltungen haben Auswirkungen auf die Strasseninfrastruktur: Die Ampeln und die Strassenbeleuchtungen werden nicht mehr funktionieren, Bahnübergänge, Schranken und Tunnels (Lüftung und Licht) sind ebenso vom Stromunterbruch betroffen.

Kann ich noch tanken während der zyklischen Abschaltungen?

Nicht bei Tankstellen, die im Abschaltungsgebiet liegen. Die Zapfsäulen benötigen Strom, damit sie funktionieren.

Luftverkehr: Kann ich noch fliegen?

Die Notstromversorgung der jeweiligen Flughäfen unterliegt deren Betreibern; ob und wann Fliegen möglich ist, ist zum jetzigen Zeitpunkt nicht zu sagen.

Einkaufen

Kann ich während der zyklischen Abschaltungen einkaufen gehen?

Idealerweise haben Sie durch das Anlegen eines Notvorrates bereits vorgesorgt, sodass Sie sich während der Netzabschaltungen aus Ihrem Vorrat verpflegen können. Müssen Sie trotzdem einkaufen gehen, beachten Sie, dass auch die Detailhändler von den Abschaltungen betroffen sind – regelmässige Öffnungszeiten sind nicht gewährleistet. Nehmen Sie Bargeld mit.

Kann ich noch mit EC-Karte oder Twint zahlen?

Nein, Kartenzahlung und mobile Zahlungssysteme funktionieren nicht mehr. Achten Sie darauf, immer Bargeld dabei zu haben.

Wie kann ich Mangellagen im Haushalt umgehen?

Bevor Sie einkaufen gehen, prüfen Sie mögliche Tauschgeschäfte in der Nachbarschaft und mit Freundinnen und Freunden. Pflegen Sie zudem einen solidarischen Umgang mit älteren oder immobilen Nachbarinnen und Nachbarn sowie Bekannten – helfen Sie sich gegenseitig.

Arbeit und Schule

Muss ich während der Abschaltungen noch arbeiten gehen?

Klären Sie vorgängig mit Ihrem Arbeitgeber, was in Ihrem Unternehmen gilt.

Werden die Schulen im Falle von zyklischen Abschaltungen geschlossen?

Der Schulbetrieb wird so lange wie möglich aufrechterhalten.

Nützliche Websites und Informationen

**Informationen zur aktuellen Versorgungslage:
Energie-Dashboard des Bundesamtes für Energie**
energiedashboard.admin.ch/dashboard

Aktuelle Informationen zur Stromversorgungssicherheit
elcom.admin.ch → **Versorgungssicherheit**

Bundesamt für wirtschaftliche Landesversorgung
bwl.admin.ch

Website und App Alertswiss
alert.swiss/de

Notfalltreffpunkt
notfalltreffpunkt.ch

Organisation für Strom in ausserordentlichen Lagen OSTRAL
ostral.ch

Erklärfilm «In Kürze: Das Risiko einer Strommangellage»
ostral.ch

Kampagnenseite «Nicht verschwenden»
nicht-verschwenden.ch

Hotline 0848 444 444

Checkliste Vorrat

Getränke und Lebensmittel

- 9 Liter Trinkwasser pro Person pro Woche
- Reis, Teigwaren, Bulgur, Hülsenfrüchte usw.
- Konservendosen mit Gemüse, Pilzen und Früchten
- Fertiggerichte (z. B. Rösti oder Fertigsuppe)
- Getrocknete Fleisch- und Fischwaren
- Zwieback oder Knäckebrötchen
- Müesli, Dörrrüben, Nüsse
- Hartkäse, Schmelzkäse
- Mehl, Trockenhefe
- Zucker, Salz, Pfeffer, Bouillon, Öl oder andere Fette
- Konfitüre, Honig, Schokolade
- UHT-Milch, Kondensmilch
- Kaffee, Kakao und Tee
- Spezialnahrung (z. B. Babynahrung oder bei Lebensmittelunverträglichkeit)

Hausapotheke und Hygiene

- Seife, Desinfektionsmittel, Hygienemasken
- WC-Papier
- Persönliche Medikamente

Technik

- Batteriebetriebenes Radio
inkl. Ersatzbatterien, Kurbelradio
- Taschenlampe inkl. Ersatzbatterien
- Kerzen, Streichhölzer, Feuerzeug
- Gaskocher, Fondue-Rechaud, Grill
- Powerbank

Weiteres

- Bargeld
- Futter für Haustiere