

WENN DEIN
Kind plötzlich
weg ist...



WAS DEIN KIND IM NOTFALL WIRKLICH
WISSEN MUSS



Dieser Moment, den keine Mama erleben will

Es war ein ganz normaler Abend. Mein Sohn und sein Kumpel wollten noch kurz raus. Ich habe eine Route festgelegt. 30 Minuten, dann seid ihr zurück. Und dann waren sie weg. Ich stand am Fenster. Habe immer wieder rausgeschaut. Es wurde dunkler. Und sie kamen nicht zurück.

Ich bin los. Erst zu Fuß. Dann mit dem Auto. Ich habe gesucht. Menschen angesprochen. Straßen abgefahren.

Und in meinem Kopf war nur noch ein Gedanke:

Was, wenn etwas passiert ist?



IN DIESEM MOMENT WIRD DIR KLAR, WIE SCHNELL AUS EINEM
NORMALEN ABEND ECHTE ANGST WIRD.

Checkliste

Das darf dein Kind wissen,
wenn es mal allein ist



Meinen vollständigen Namen, Adresse und Telefonnummer
von mir und einer weiteren Vertrauensperson



Wo ich wahrscheinlich bin
(Arbeit, unterwegs, zuhause etc.)



Wie sie mich erreichen können
(Handy, Festnetz, Notfallkontakte)



An wen sie sich wenden können,
wenn sie mich nicht erreichen



Dass sie an einem sicheren Ort bleiben sollen



Die Notrufnummer und wann sie diese anrufen dürfen



Ein Codewort, falls es um sie geht



Sprich offen mit deinem Kind.
Wiederhole die wichtigsten Punkte regelmäßig – am besten
spielerisch und altersgerecht.

Kleine Dinge, die zusätzlich helfen können

Du brauchst keine perfekte Ausstattung.
Aber manche Dinge können deinem Kind im Alltag zusätzliche Sicherheit geben.

Kleine Gürteltasche*

Damit dein Kind wichtige Dinge immer direkt bei sich hat.
Gerade beim Fahrradfahren, Joggen oder unterwegs mit Freunden super praktisch.

Notfallkarte mit Telefon- nummer*

Falls dein Kind nervös ist oder sich nicht erinnern kann, hat es deine Nummer direkt dabei.

SOS- Armband*

Eine einfache Möglichkeit, wichtige Informationen immer sichtbar dabei zu haben.

Notfallkontakt Anhänger*

Nicht zwingend notwendig.
Aber für manche Eltern ein beruhigendes Gefühl.

Nicht alles davon ist notwendig.
Schon kleine Schritte können im Alltag einen großen Unterschied machen.

*Es handelt sich um einen Affiliate-Link. Wenn du darüber etwas kaufst, erhalte ich eine kleine Provision, die mir hilft, die Hosting-Kosten meines Blogs zu decken – für dich bleibt der Preis selbstverständlich gleich.

COPYRIGHT

© 2026 Zuhause vorbereitet

Dieses Dokument ist urheberrechtlich geschützt.
Alle Inhalte wurden mit viel Sorgfalt erstellt und sind
ausschließlich für den persönlichen Gebrauch
bestimmt.

Eine Weitergabe, Vervielfältigung oder
Veröffentlichung – auch auszugsweise – ist ohne
ausdrückliche Genehmigung nicht erlaubt.
Wenn du Inhalte teilen möchtest, verweise bitte auf
die originale Quelle.

DANKE, DASS DU MEINE ARBEIT RESPEKTIERST

DEINE SAMIRA