

---

## Europäische Kommission stellt „Strategie für eine krisenfeste Union“ vor

Do, 03.04.2025 - 10:01

### Die Tipps der VZS

**Die Europäische Kommission hat kürzlich die “Preparedness Union Strategy” vorgestellt. Dabei handelt es sich um eine Strategie, mit der sich die europäischen Staaten und Bürger:innen auf potenzielle Krisen wie Kriege, Naturkatastrophen und Pandemien, aber auch Cyberangriffe oder Desinformationskampagnen vorbereiten können sowie und besser davor schützen können.**

Der Aktionsplan (

[https://ec.europa.eu/commission/presscorner/api/files/attachment/880970/Factsheet\\_EU%20Preparedness%20](https://ec.europa.eu/commission/presscorner/api/files/attachment/880970/Factsheet_EU%20Preparedness%20)

) umfasst **30 Leitmaßnahmen in sieben verschiedenen Themenbereichen**, die von der individuellen Vorbereitung der Bürger:innen bis zur zivil-militärischen Zusammenarbeit reichen. Es handelt sich nicht um ein Gesetz, sondern vielmehr um eine Reihe von Leitlinien, die schnellstens von der Europapolitik und in den politischen Programmen der Mitgliedstaaten übernommen werden sollen. In Zeiten der wachsenden Instabilität müssen Mitgliedstaaten auf Krisen vorbereitet sein.

Den Bürger:innen wird u. a. empfohlen, einen 72-Stunden-Vorrat an Lebensmitteln und Wasser zu Hause aufzubewahren, um in den Stunden unmittelbar nach einem kritischen Ereignis wie einer Überschwemmung oder einer Gesundheitskrise, wie bei Covid-19, versorgt zu sein.

Auch wenn die Verbraucherzentrale Südtirol von irrationalen Hamsterkäufen abrät, bekräftigt sie die Aussagen der Europäischen Kommission. Auch kleinere Krisen wie Unwetter oder Stromausfälle treten schließlich plötzlich und ohne „Vorlaufzeit“ ein und können die Versorgung mit Lebensmitteln beeinträchtigen.

Gewisse haltbare Lebensmittel zu Hause vorrätig zu haben sei nämlich jederzeit und nicht nur in Krisenzeiten sinnvoll. Generell wird empfohlen, einen **Lebensmittelvorrat für zehn Tage** daheim zu

lagern. Der Kauf von Lebensmitteln, die man nicht gerne isst und die man deswegen zu einem späteren Zeitpunkt ungegessen wieder entsorgt, sollte vermieden werden.

**Viel besser ist die so genannte dynamische Vorratshaltung: bestimmte Produkte, die man im Alltag häufiger verwendet, werden regelmäßig nachgekauft, so dass immer ein Vorrat vorhanden ist.** Die neu gekauften Produkte werden im Vorratsschrank oder in der Speisekammer jeweils ganz hinten eingeräumt, da sie die längste Haltbarkeitsfrist haben. Produkte, die schon vorrätig sind und eine kürzere Haltbarkeitsfrist haben, wandern im Regal somit immer weiter nach vorne und werden früher konsumiert.

Da im Falle eines länger andauernden Stromausfalls alle Produkte im Kühlschrank und in der Tiefkühltruhe nach kurzer Zeit entsorgt werden müssten, sollte man **Lebensmittel einlagern, die ohne Kühlung haltbar sind.**

**Nudeln, Reis, Maisgrieß und Müslimischungen** haben eine lange Haltbarkeit, machen satt und schmecken (hoffentlich) allen Familienmitgliedern. **Kartoffeln** können mehrere Wochen bis Monate lang im Keller gelagert werden. Aus **Mehl und Trockenhefe** kann im Bedarfsfall frisches Brot auch selbst gebacken werden. Alternativen zu frischem Brot sind **Knäckebrötchen, Zwieback oder Cracker.**

Gute Eiweißquellen sind getrocknete **Hülsenfrüchte** (wie Linsen oder Kichererbsen) oder solche aus der Dose, **H-Milch und Fisch aus der Dose. Olivenöl** oder andere **pflanzliche Öle sowie Nüsse und Samen** (wie Haselnüsse oder Kürbiskerne) sollten ebenfalls vorrätig sein. Bestimmte **Apfelsorten** lassen sich für eine gewisse Zeit einlagern. Gleiches gilt für **Lagergemüse** wie Karotten, Zwiebeln, Rote Röhren, Lauch und verschiedene Kohllarten. Winterkürbisse halten sich zum Teil mehrere Monate lang. **Trockenfrüchte** wie getrocknete Apfelinglinge oder getrocknete Aprikosen sind eine leckere Ergänzung zu frischem Obst. Je nach den persönlichen Vorlieben können bzw. sollen auch noch **Honig, Marmelade, Fruchtsirup, Kekse und andere Süßigkeiten, Tomatensoße, Salz, Kaffee, Tee, Kakao, Milchalternativen wie beispielsweise Hafer Drink usw. vorrätig sein.**

Auch für einen Vorrat an **Hygieneartikeln** (wie Toilettenpapier), **Futter für Haustiere** u.ä. sollte gesorgt werden.