



Vorrat

Mehr Infos:
www.noezsv.at

ist kein Luxus

Krisensicher durch Selbstschutz

Kritische Situationen und Engpässe in der Versorgung können überall und jederzeit auftreten. Erfahrungsgemäß vergehen mehrere Tage, bis Hilfsmaßnahmen „vor Ort“ wirksam werden. Für Vorsorgemaßnahmen lässt sich kein allgemein gültiger Terminplan aufstellen. Warten Sie nicht bis eine Krisensituation da ist, beginnen Sie jetzt mit Ihrem **KRIENFESTEN HAUSHALT!**

Richtige Bevorratung

1. Kontrollieren:

Nahrungsmittel (auch Medikamente) haben eine begrenzte Haltbarkeit. Die regelmäßige Kontrolle des Ablaufdatums ist erforderlich.

2. Verbrauchen:

Vor Ablauf der Haltbarkeitsfrist sind Lebensmittel zu verbrauchen. Wenn dies laufend gemacht wird, passt sich der Vorratsverbrauch leicht dem täglichen Speiseplan an.

3. Ergänzen:

Verbrauchte Lebensmittel müssen regelmäßig ergänzt werden.

Die Essgewohnheiten der Familie sollten beim Nachkauf berücksichtigt werden. Auch alle anderen Artikel des täglichen Bedarfs sind laufend zu ergänzen.

Vorratsbeispiele

pro Person für 2 Wochen

	Haltbarkeit	Menge
Mehl	5 Monate	1 kg
Reis	24 Monate	1 kg
Teigwaren	24 Monate	1/2 kg
Zucker	72 Monate	1 kg
Brot	4 Wochen	1 kg
Konserven	48 Monate	15x 1/2 kg Dosen
Dosenaufstrich	48 Monate	2 Dosen
Fischkonserven	36 Monate	2 Dosen
Kartoffeln	2 - 8 Monate	2 kg
Salate im Glas	12 Monate	2 Gläser
Haltbarmilch	12 Monate	2 x 2 Liter
Streichfett	3 Monate	250 Gramm
Speiseöl	9 Monate	1/2 Liter
Eier	2-4 Wochen	10 Stk.
Marmelade, Honig	24 Monate	1 Glas
Fruchtsaft	24 Monate	1/2 Liter
Kaffee, Kakao, Tee	12 Monate	nach Bedarf
Gewürze	unbegrenzt	nach Bedarf
Mineralwasser	24 Monate	21 Liter