

Nyhet

20260923

Solna

Ny undersökning: Två av tre hushåll har mat och vatten för mindre än en vecka

Två av tre hushåll skulle klara sig mindre än en vecka på den mat och det dricksvatten de har hemma idag. Bland unga är beredskapen ännu lägre. Samtidigt har över hälften tänkt att de borde stärka sin hemberedskap men ännu inte gjort det, visar en ny undersökning från Verian på uppdrag av ICA.

Den 21–27 september är det Beredskapsveckan, en nationell temavecka som leds av Myndigheten för civilt försvar med syfte att stärka människors beredskap vid kris. Inför veckan har ICA undersökt svenska hushålls beredskap med fokus på mat och dricksvatten och vad som hindrar människor från att vara bättre förberedda.

Undersökningen visar att två av tre hushåll, 67 procent, skulle klara sig mindre än en vecka på den mat och det dricksvatten de har hemma idag. Samtidigt syns tydliga skillnader mellan åldersgrupperna. Bland 18–29 åringarna är andelen 73 procent, jämfört med 59 procent bland 65–84 åringar.

För ICA är Beredskapsveckan också ett tillfälle att uppmärksamma det långsiktiga arbetet med beredskap och bidra med kunskap som kan vara till nytta i människors vardag.

– Ingen kan vara förberedd på allt, men med ganska enkla förberedelser går det att skapa större trygghet hemma. För ICA är beredskap en viktig del av vårt arbete året runt, och med butiker över hela landet vill vi bidra med kunskap och konkreta råd som kan göra skillnad i människors vardag, säger Kerstin Lindvall, hållbarhetsdirektör på ICA.

8 av 10 upplever hinder för bättre hemberedskap

Över hälften, 55 procent, har under det senaste året tänkt att de borde stärka sin beredskap, men ännu inte gjort det. Totalt uppger 81 procent att något hindrar dem från att vara bättre förberedda. Vanligast är att skjuta upp det, vilket en tredjedel uppger. Därefter följer brist på förvaringsutrymme och att det inte känns nödvändigt.

Så ser svenskarnas hemberedskap ut

- Två av tre hushåll skulle klara sig mindre än en vecka på den mat och det dricksvatten de har hemma (67 procent).
- Fler yngre skulle klara sig mindre än en vecka: 18–29-åringar (73 procent) jämfört med 65–84-åringar (59 procent).
- Fler storstadshushåll skulle klara sig mindre än en vecka (74 procent) jämfört med hushåll i övriga landet (63 procent).

- Över hälften har tänkt att de borde stärka sin hemberedskap men ännu inte gjort det (55 procent).
- Det vanligaste hindret är att man skjuter upp det (33 procent), brist på förvaringsutrymme (16 procent) och att det inte känns nödvändigt (12 procent).
- Kvinnor uppger oftare än män att de skjuter upp att stärka sin hemberedskap (38 respektive 27 procent).
- Färre yngre uppger att de redan är tillräckligt förberedda: 18–29-åringar (4 procent) jämfört med 65–84-åringar (24 procent).

ICA och Röda Korset vill göra hemberedskap enklare

I samband med Beredskapsveckan genomför ICA och Röda Korset även initiativet *Preppa för det oväntade*, där Röda Korsets volontärer möter kunder i ICA-butiker runt om i landet och delar kunskap och konkreta råd om hemberedskap.

Om undersökningen:

Undersökningen har genomförts av Verian på uppdrag av ICA Sverige. Den bygger på 1 063 intervjuer bland den svenska allmänheten 18–84 år. Datainsamlingen genomfördes i den slumpmässigt rekryterade Sifopanelen under perioden 14–17 september 2026.

För mer information

ICA Gruppens presstjänst
Telefon: +46 (0)10 422 52 52
E-post: press@ica.se