



De
Samvirkende
Købmænd

Analyse:

Under halvdelen af danskerne har taget "prepping" til sig

Resumé

"Prepping" eller kriseforberedelse og opbygning af nødlagre i almindelige husstande har gennem det seneste år fyldt en del i den offentlige bevidsthed. Det skyldes ikke mindst, at de danske myndigheder pludseligt udgav en række anbefalinger i sommeren 2024.

Og anbefalingerne har fået god gennemslagskraft, for danskerne kender til dem. Det viser en befolkningsundersøgelse foretaget af Norstat for DSK i juni 2025 – ét år efter anbefalingerne kom. 95 pct. af de adspurgte svarer, at de i et eller andet omfang kender til myndighedernes anbefalinger om kriseforberedelse.

Undersøgelsen viser også, at en stadig større andel af danskerne rent faktisk opbygger et nødlager sammenlignet med for et år siden. Men det er stadig kun 40 pct. af de danske husstande, der har opbygget det anbefalede nødlager. Seks ud af ti svarer stadig, at de ikke har et beredskab derhjemme. Det er færre end for et år siden – men stadig mange.

Det afspejler danskernes holdning til prepping. Cirka tre ud af ti danskere opfatter prepping og opbygning af kriseberebdskab og nødlagre derhjemme som mere unødvendigt end det modsatte.

Norstat har på vegne af DSK også spurgt danskerne med nødlagre, hvad disse lagre indeholder. Ikke overraskende er det især tørvarer som f.eks. ris og pasta, der fylder – og i stadig stigende grad sammenlignet med 2024 også vand og små lagre af elektricitet (powerbank).

Danskerne ved godt, at de skal forberede sig på kriser,...

Den internationale situation er spidset til, ekstreme vejrhændelser rydder sendefladerne, og en høj grad af digitalisering af samfundets funktioner gør mange ting sårbare for f.eks. hacking, strømnedbrud eller lignende.

Derfor udstedte de danske myndigheder i sommeren 2024 en række anbefalinger til danskernes kriseberedskab. Anbefalingen lød kort og klart, at man skal kunne klare sig selv i tre døgn.

Faktaboks: Anbefalinger til borgernes kriseberedskab

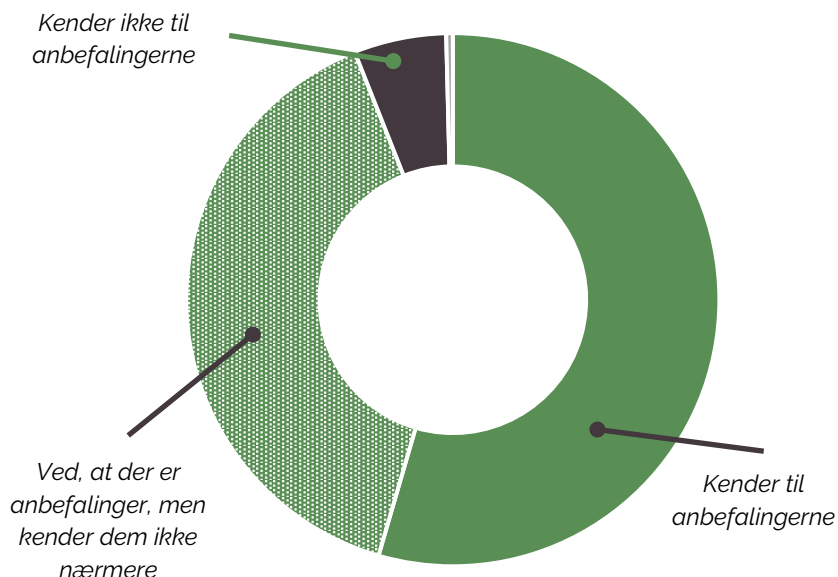
I Danmark er officielle anbefalinger til borgernes kriseberedskab en nyere foreteelse. I juni 2024 udstedte Beredskabsstyrelsen pjecen "Forberedt på kriser", hvori man pegede på, at danskerne burde have nødlager og kriseberedskab til tre døgn. Det indebar bl.a. tre liter vand pr. person pr. døgn, holdbare fødevarer, varmekilder eller andet til at sikre varmen, ekstra strømkilder, førstehjælpsudstyr og hygiejneprodukter.

I Sverige har man en længere tradition for den slags anbefalinger, og de svenske myndigheder peger på et behov for, at borgerne har et kriseberedskab og nødlager, så de kan klare sig i syv døgn.

Kilde: Beredskabsstyrelsen (2024): Forberedt på kriser, <https://www.brs.dk/globalassets/brs---beredskabsstyrelsen/dokumenter/forberedt/-forberedt-pa-kriser-lowres-2.pdf> og Myndigheten för samhällsskydd och beredskap (2024): Om krisen eller kriget kommer, <https://rib.msb.se/filer/pdf/30828.pdf>.

I anledningen af etåret for de danske myndigheders anbefalinger, har Norstat for DSK spurgt danskerne om deres kendskab til disse anbefalinger. Og billedet er, at langt de fleste danskere er bevidste om, at myndigheder peger på et behov for et personligt kriseberedskab: Næsten 95 pct. svarer, at de ved, at myndighederne har anbefalinger i den retning. Og den største andel heraf angiver endda også, at faktisk kender til selve anbefalingerne.

Kender du til myndighedernes anbefalinger om at have et nødlager og kriseberedskab til tre døgn?



Kilde: Norstat for DSK, juni 2025. n = 501.

Note: Svarmulighederne var: "Ja, jeg kender godt anbefalingerne", "Ja, jeg ved, at der er anbefalinger, men jeg kender dem ikke nærmere", "Nej" og "Ved ikke".

Der er altså et godt afsæt for danskernes kriseforberedelse. Kendskab til anbefalingerne vil sandsynligvis for mange være et første skridt.

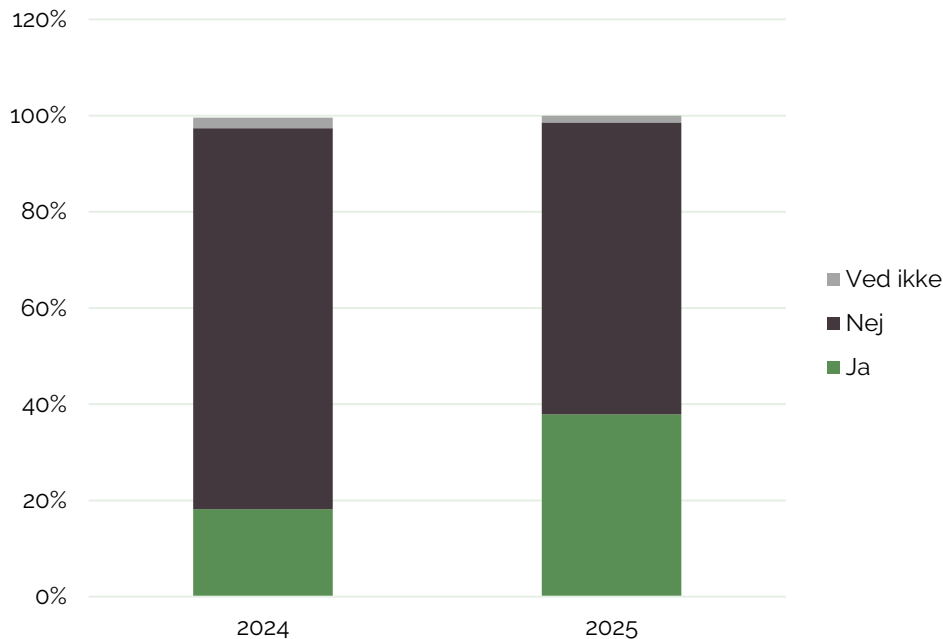
... men de gør det stadig ikke i særlig stort omfang

Men kendskab til anbefalingerne gør det ikke alene. Det bliver tydeligt, når man spørger danskerne til deres faktiske adfærd: Har danskerne rent faktisk et kriseberedskab eller et nødlager – og opfattes det i det hele taget som nødvendigt?

Mere end seks ud af ti svarer, at de eller deres husstand intet nødlager har.

Det er naturligvis en klar forbedring sammenlignet med foråret 2024 – før myndighedernes kom med deres anbefalinger – da det dengang var 79 pct. af danskerne, der ikke havde et nødlager. Men selvom der er tale om en forbedring, kan man næppe tale om, at danskerne i bred forstand har taget prepping-tankegangen til sig.

Så mange har et nødlager



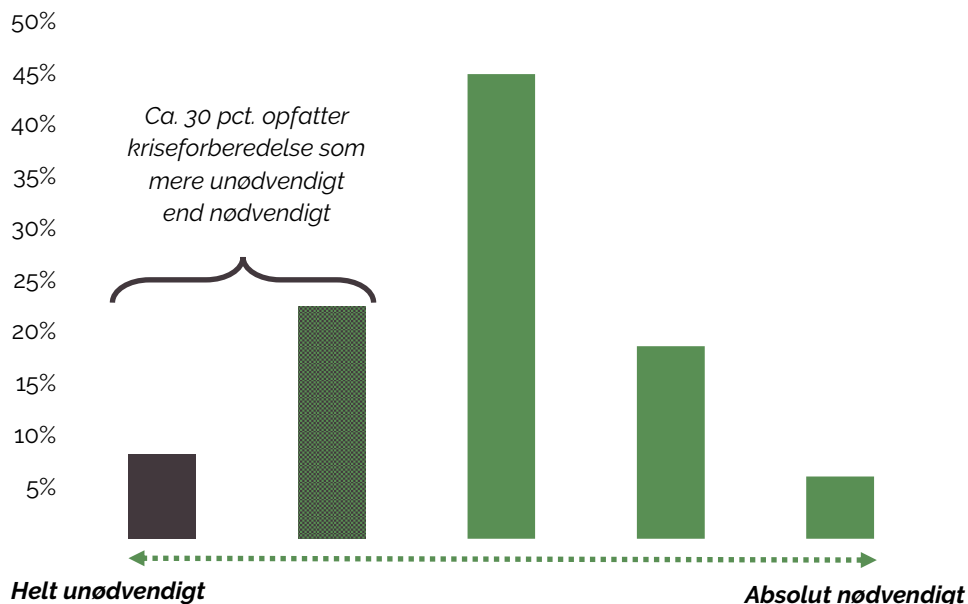
Kilde: Norstat for DSK, juni 2025, n = 501 samt Coop Analyse (2024): Næsten hver femte har et nødlager, www.coopanalyse.dk/analyse/02_677-noedlager/.

Note: I begge undersøgelser lød det konkrete spørgsmål: "Har du/din husstand et nødlager af f.eks. mad og vand, som I bevidst har opbygget for at kunne klare jer i en krise?"

Noget tyder altså på, at myndighedernes anbefalinger både er velkendte og måske også har haft en virkning på danskerne. Men det understreger også, at anbefalingerne – her et år efter de kom – næppe og endnu ikke har fået den gennemslagskraft, som de var tiltænkt.

Dette bliver endnu mere tydeligt, når man spørger man danskerne om nødvendigheden af at "preppe". Det viser sig nemlig, at der er en overvægt af folk, der opfatter prepping som mere unødvendigt end det modsatte. Det er i hvert fald holdningen hos cirka tre ud af ti danskere, når man spørger dem om deres generelle holdning til prepping.

På en skala fra 1-5, hvor 1 er helt unødvendigt og 5 er absolut nødvendigt, hvad er så din holdning til prepping?



Kilde: Norstat for DSK, juni 2025. n = 501.

Hvad har danskerne på lager?

Når danskerne skal opbygge et kriselager, er det vigtigt, at de kan få de nødvendige varer. En stor del af de varer skal købes i den almindelige dagligvarehandel – og derfor spiller dagligvarehandlen en betydelig rolle i samfundets kriseberebthed.

Det ses i lagrenes indhold. Fødevarer fylder en del – det er noget, mange sikrer sig at have på lager. Det gælder ikke mindst tørvarer som ris og pasta. Blandt de danskere, der i undersøgelsen har tilkendegivet at have et nødlager, peger næsten tre ud fire på, at det er varer, de sikrer sig at have liggende. Det er en klar stigning fra 2024 til 2025. Kun andelen, der peger på, at de har vand hhv. en powerbank liggende, er steget mere i perioden. Omvendt peger noget på, at chokolade, kaffe, müeslibarer eller lignende fylder mindre i de kriseberebte danskeres nødlagre.

Hvad indeholder dit nødlager?

Vare	2024	2025
Ris, pasta og lign. tørvarer	62 pct.	74 pct.
Mad på dåse / glas / brev	60 pct.	62 pct.
Toiletpapir	52 pct.	57 pct.
Vand på flaske / dunke	51 pct.	65 pct.
Mel, gryn, gær / torgær	52 pct.	44 pct.
Personlige hygiejneprodukter (f.eks. vådservietter, håndsprit, tandpasta og lign.)	52 pct.	47 pct.
Lommelygte eller pandelygte	52 pct.	51 pct.
Batterier	49 pct.	55 pct.
Chokolade, kaffe, te, müeslibarer eller lign.	47 pct.	35 pct.
Tændstikker eller lighter	46 pct.	46 pct.
Førstehjælpsprodukter (f.eks. plastre, bandage og lign.)	45 pct.	44 pct.
Stearinlys / varmelys	44 pct.	40 pct.
Tæpper, soveposer, liggeunderlag og lign.	38 pct.	41 pct.
Linser, bønner og grøntsager på dåse	36 pct.	26 pct.
Konter	35 pct.	29 pct.
Powerbank til f.eks. mobiltelefon	34 pct.	49 pct.
FM-radio som kører på batteri, solceller eller lign.	29 pct.	39 pct.
Receptpligtig medicin	28 pct.	26 pct.
Gasblus, gasovn eller lign.	26 pct.	24 pct.
Fysisk liste med nødnumre og adresser	11 pct.	6 pct.
Udskrift af f.eks. forsikringspapirer og bankoplysninger	10 pct.	6 pct.
Andet	2 pct.	4 pct.
Ved ikke	1 pct.	2 pct.

Kilde: Norstat for DSK, juni 2025. n = 501 samt Coop Analyse (2024).

Note: Tallene fra 2024 er fra Coops analyse fra marts 2024; spørgsmålet er gentaget i DSK's analyse fra juni 2025. Andelen er beregnet ud fra de besvarelser, hvori det er tilkendegivet, at husstanden har et nødlager. Det betyder, også at tallene er behæftet med en vis usikkerhed.

DSK MENER

Det er afgørende for samfundets beredskab, at danskerne er bevidste om risici og behovet for kriseberedskab. Her er myndighedernes anbefalinger en god vej frem. Det er dog afgørende, at anbefalingerne rent faktisk får den ønskede effekt, og at myndighederne er i tæt dialog med ikke mindst dagligvarehandlen, der skal kunne levere store dele af de varer, der skal til. Især et tæt samarbejde om kommunikationen til danskerne er vigtig, så dagligvarehandlen kan være forberedt.

Derfor foreslår DSK, at

- Myndighederne iværksætter endnu en informationskampagne med fokus på behov for et kriseberedskab / nødlager og indholdet heraf. Det er vigtigt, at denne kampagne afstemmes og koordineres med den samlede dagligvarehandel.
- Myndighederne sikrer sig, at fremtidige udmeldinger om kriseberedskab hos borgerne afstemmes og koordineres tæt med dagligvarehandlen.

Om dette notat

Dette notat er udarbejdet af De Samvirkende Købmænd (DSK). DSK har eksisteret i over 100 år som brancheorganisation og repræsenterer i dag næsten 1.500 supermarkeder, discountbutikker, nærbutikker og convenience i Danmark. Vi arbejder løbende for at forbedre rammerne for de danske købmænd – også ved at skabe og dele viden og indsigt om emner, der har relevans for købmændenes dagligdag og forretning.

Denne analyse er udarbejdet i juni 2025 af underdirektør Morten Jarlbæk Pedersen. Det er tilladt at citere fra denne analyse med henvisning til DSK.