



Photo Heiner H. Schmitt

Constituer des réserves peut s'avérer utile en cas de crise.

## RECOMMANDATIONS POUR LES RÉSERVES DOMESTIQUES

**L'OFAE recommande de se constituer une réserve qui garantit l'approvisionnement d'environ une semaine.**

**Composition du stock:**

- boissons: 9 litres d'eau (1 six-pack) par personne, autres boissons
- aliments: assez pour une semaine, par exemple riz, pâtes, huile, plats préparés, sel, sucre, café, thé, fruits séchés, muesli, biscottes,

chocolat, lait UHT, fromage à pâte dure, viande séchée, conserves

- consommables tels que radio à pile, lampe de poche, piles en réserve, bougies, allumettes/briquet, réchaud à gaz
- articles d'hygiène tels que papier WC, savon, pâte dentifrice, matériel de premier secours et médicaments
- nourriture pour animaux
- un peu d'argent liquide

# Réserves de secours

♦ **En cas de pénurie**  
Les rayonnages des supermarchés sont toujours bien remplis, nous vivons dans l'abondance. Toutefois, que se passerait-il en cas de catastrophes?

Les termes «réserves de secours» peuvent sembler quelque peu excessifs, la Suisse n'ayant pas subi de grandes catastrophes au cours des dernières décennies. C'est peut-être précisément pour cela que 73% des Suisses n'ont pas constitué de telles réserves. Cependant, l'Office fédéral pour l'appro-

visionnement économique du pays (OFAE) conseille aux ménages d'avoir chez eux une certaine quantité de produits vitaux en réserve. «En 1986, après la catastrophe de Tchernobyl, la quasi-totalité du lait en poudre était épuisée», rappelle Ueli Haudenschild, responsable des secrétariats des domaines alimentation/produits thérapeutiques auprès de l'OFAE. «Mais durant ces dernières années, il y a aussi eu régulièrement pénurie d'approvisionnement en antibiotiques et vaccins.» Et le spécialiste d'ajouter qu'il

faut toujours avoir à l'esprit que des catastrophes naturelles, des pannes de courant ou des pandémies peuvent se produire.

De nombreux aspects jouent donc en faveur d'une réserve de secours. C'est pour cette raison que l'OFAE a récemment réédité la brochure *Des provisions... providentielles*, qui existait déjà depuis 1968 dans différentes versions. Au fil des années, les quantités recommandées à stocker ont changé.

Après la guerre froide, les recommandations ont de nouveau été réduites: au cours des

années 1990, les réserves de secours devaient désormais suffire pour deux semaines.

De nos jours, le délai est encore plus court. «Nous préconisons un stock suffisant pour une semaine», précise Ueli Haudenschild.

L'expert accorde, en outre, une certaine importance à ce qu'il s'agisse de biens de consommation courante. «La réserve de secours ne devrait pas être stockée à la cave mais intégrée à la consommation quotidienne et remplacée régulièrement.» Cela permet ainsi de garantir la fraîcheur des marchandises. ●

⇒ Lire aussi les résultats de notre sondage sur ce thème en page 7.

## CONSEILS: LA CONSERVATION DES PROVISIONS

**Comment bien conserver une réserve de secours? Qu'en faire au quotidien?**

L'OFAE recommande:

- la réserve de secours individuelle devrait correspondre aux habitudes et aux besoins personnels
- intégrer les aliments dans le quotidien

en les consommant et en les remplaçant régulièrement

- les provisions doivent compter aussi des aliments directement consommables (sans cuisson)
- mettre tous ces aliments ainsi que les médicaments dans un endroit frais,

sec et à l'abri de la lumière

- vérifier la date de consommation et de péremption.

Brochure «Des provisions... providentielles» à télécharger:  
[www.cooperation.ch/reserve](http://www.cooperation.ch/reserve)