

Din beredskap

SÅ FÖRBEDDER DU DIG

1. Vad är du mest orolig för?
2. Vad tror du händer i Sverige under din livstid?
3. Vad har hänt i Sverige senaste året?
4. Vad fungerar inte i din vardag efter ett dygn utan el?
5. Hur länge kan man behöva klara sig utan hjälp från samhället vid ett elavbrott?
6. Hur kan du hjälpa andra vid en kris?

7. Kommunikation – vad har du hemma?
8. Värme och belysning – vad har du hemma?
9. Vapen och hot på hemmaplan – vad har du hemma?

10. Var söker du information vid en kris?
11. Vilka informationskanaler litar du mest på?
12. Viktigt meddelande till allmänheten – VMA

När du hör VMA-signalen, som ofta kallas "Hesa Fredrik", så ska du: gå inomhus, stänga fönster, dörrar och ventilation och lyssna på Sveriges Radio...?

- TV
- Kompisar
- Myndigheter
- Föräldrar
- Radio
- Sociala medier
- Dagstidningar
- Skolan

Numrera från 1 (litar mest på) till 8 (litar minst på)

- Radions P4
- Försvarsmaktens hemsida
- Rådningstjänstens hemsida
- Facebook
- Krisinformation.se
- Flashback
- Kommunens hemsida
- SVT/TV4
- Ringer 113 13

NÅGON GÅNG HÄNDER DET

Elavbrott pga naturkatastrofer (storm, snöstorm)

IT-sabotage

Sabotage av infrastruktur (elledningar, vägar, broar, flygplatser, järnvägar)

Terrorattentat

Militära angrepp

Pandemi

Biologisk krigsföring (spridning av farliga kemikalier)

Elavbrott pga naturkatastrofer

IT-sabotage

Sabotage av infrastruktur

Terrorattentat

Militära angrepp

Pandemi

Biologisk krigsföring

Numrera från 1 (mest troligt) till 7 (minst troligt)

Skriv ner åtta saker

MSB Myndigheten för samhällsskydd och beredskap

Tro du oft du och dina nära skulle klara er själva så länge?

Nej

Ja

Längre

1 vecka

4 dygn

2 dygn

1 dygn

Hur kan du hjälpa andra vid en kris?

Hur länge kan man behöva klara sig utan hjälp från samhället vid ett elavbrott?

Varma ytterkläder

Mössor, vantar, halsdukar

Uljplagg

Filtar

Liggunderlag

Sovsäckar

Stearinljus / Värmeljus

Tändsticker eller bränselrörare

Andra värmekälla

Ficklampor t. ex. gasolvärmare

Batterier

Panncampa

Batterier t. ex. gasolvärmare

Radio som drivs med batteri, solceller eller vev

Papperslista med viktiga telefonnummer

Extrabatteri/power bank till mobiltelefon

Bilradio

Dunkar

Tomma flaskor

Hinkar med lock

Mineralvatten

PET-flaskor att frysa in med vatten (fyll inte ända upp)

Hårt bröd, kex, skorpar

Mjukost på tub eller annat hållbart pålägg

Havredryck, sojardryck

Pasta, gryn, mjöl

Färdigkokta linser, bönor och grönsaker

Konserver

Juice, blåbärs- och nyponsoppa

Sylt, marmelad

Choklad, honung, mandel, nötter, frön

Matalja