



Civildéfensförbundet
www.civil.se

72 Timmar
NS

72 timmar som gör skillnad



72 timmar

Målen med informationen är att ge dig...

- ökad kunskap om främst kommunens krisberedskap
- stärkt förmåga att själv hantera konsekvenserna av en kris och tillgodose grundläggande behov som mat, vatten, värme och information



Civilförsvärsförbundet
www.civil.se

Händelser

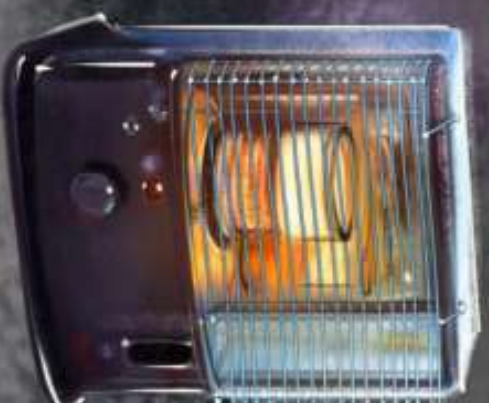
Storm – översvämning – terroristattentat

Konsekvenser?
Vad hotas?



Civilförsvärsförbundet
www.civil.se

Grundbehöven





Civilförsvärsförbundet
www.civil.se

Krisberedskapssystemet

Ansvarsprincipen – Likhetsprincipen - Närhetsprincipen

Kommun

Länsstyrelse

Regering





Det offentliga ansvar

- Det offentliga har ett omfattande ansvar för att bland annat el- och telekommunikationer, vattenförsörjning, transporter och sjukvård fungerar.
- Enligt lag är kommuner och landsting skyldiga att förbereda sig och ha en plan för hur extraordinära händelser ska hanteras..
- Men ett säkert samhälle förutsätter också att du som enskild tar ett ansvar. Ansvaret omfattar både vardagens olyckor och större händelser som kan påverka vårt samhälle.





Ditt eget ansvar

Var förberedd

- Var medveten om och förbered dig för att olyckor och kriser kan inträffa som påverkar din vardag.

Klarar du dig själv – så gör det.

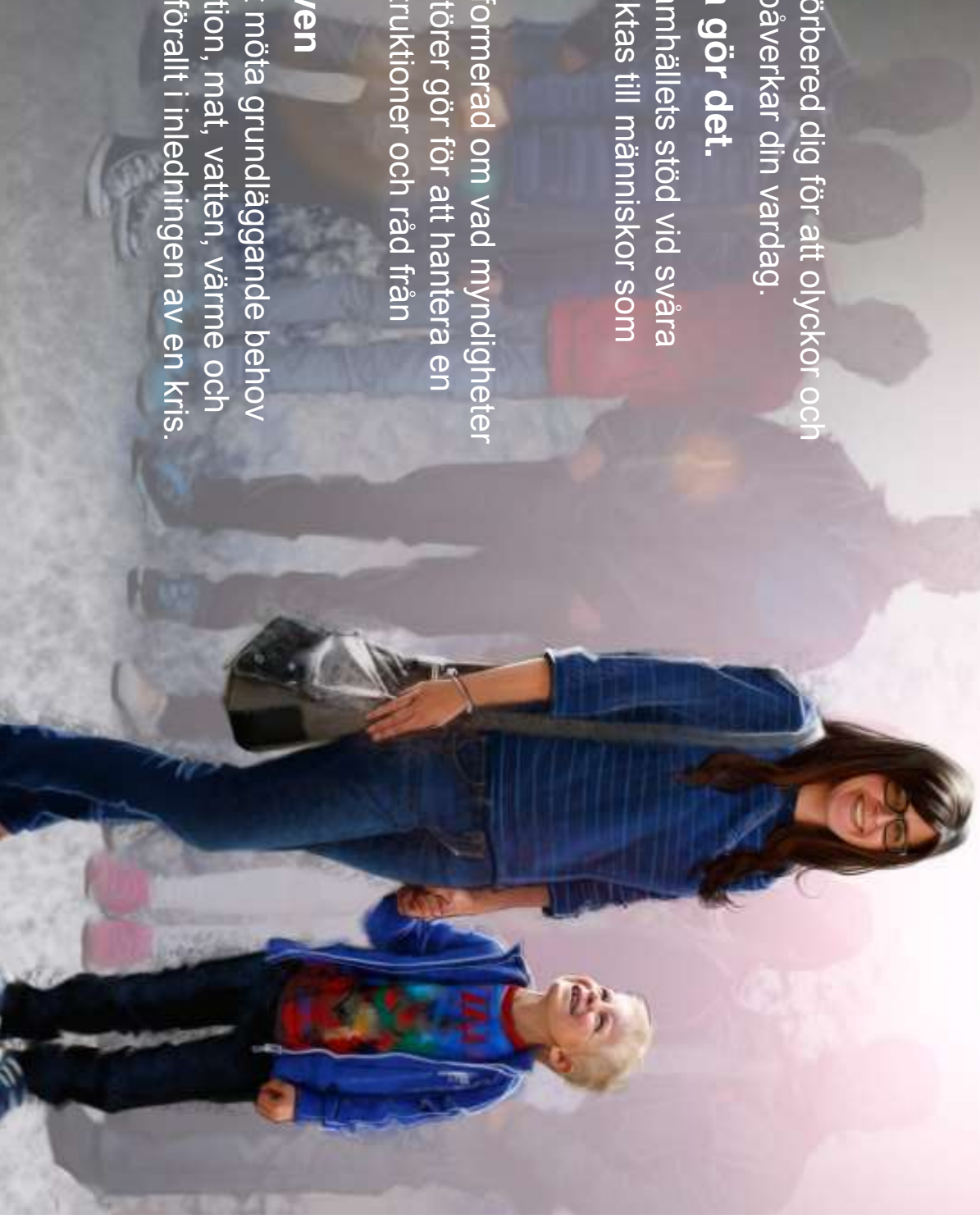
- Var medveten om att samhällets stöd vid svåra händelser först måste riktas till människor som behöver ett extra stöd.

Håll dig informerad

- Var aktiv och håll dig informerad om vad myndigheter och andra ansvariga aktörer gör för att hantera en händelse samt följa instruktioner och råd från myndigheterna.

Tillgodose grundbehoven

- Ha en beredskap för att möta grundläggande behov som tillgång på information, mat, vatten, värme och möjlighet att sova, framförallt i inledningen av en kris.





Information

- SR P4, SVT text
- VMA- stötarna,
- Informationsnummer KOLLA 113 13
- Kommunens hemsida
- Krisinformation.se
- Dinsäkerhet.se





Vatten

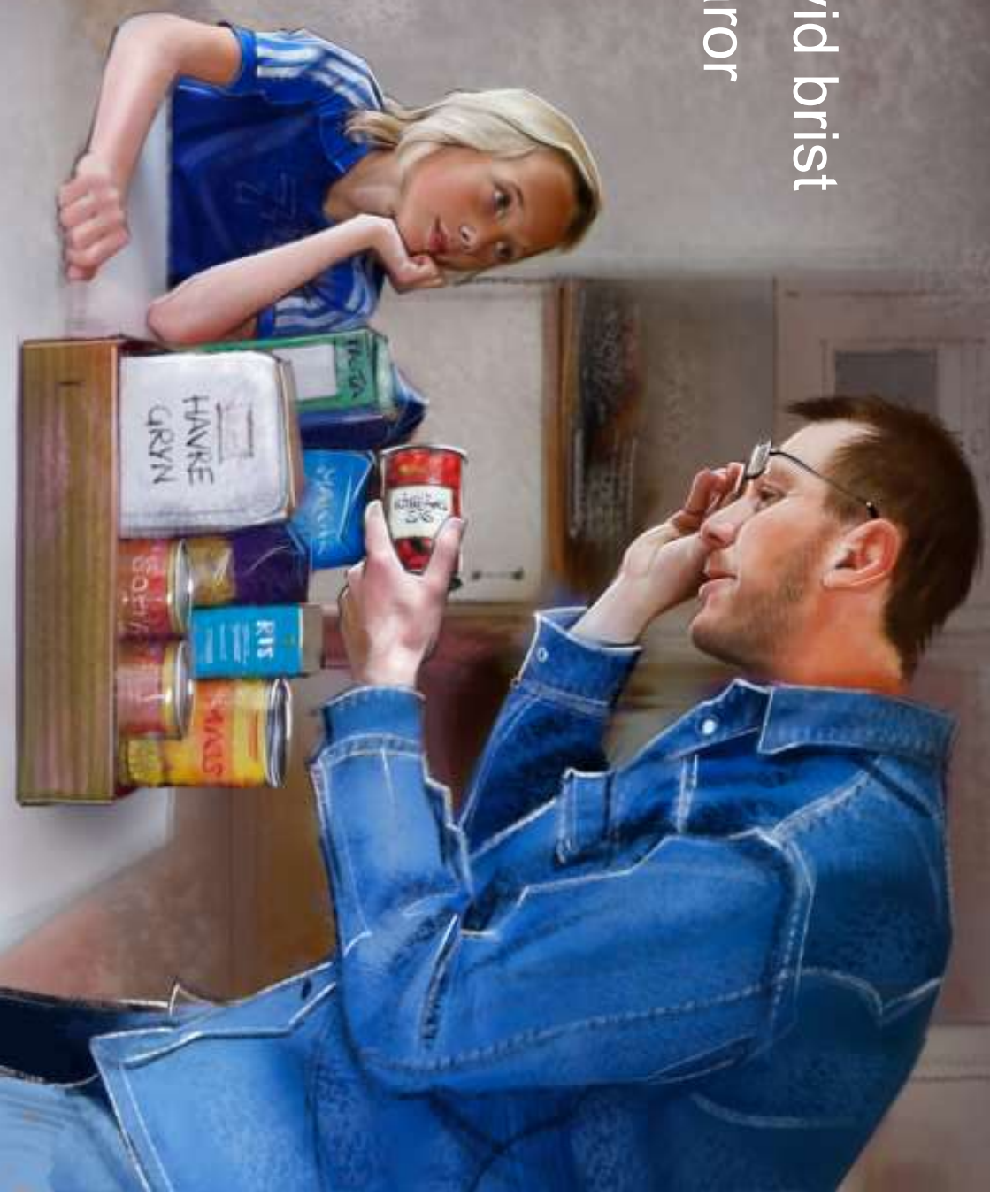
- Cirka 2-3 liter per dag
- Konsekvenser vid brist
- Nödvatten
- Vattenrening,
kokning 3-5 minuter





Mat

- Konsekvenser vid brist
- Lämpliga matvaror
- Kyl och frys
- Matlagning





Värme

- Lugn – huset håller värmen minst 2-3 dygn
- Vädning, korsdrag en kort stund
- Behålla värme





Sömn

- Vuxen: 6-8 timmar
- Barn/ungdomar 8-10 timmar
- Konsekvenser av sömnbrist
- Sömn är viktigt för välbefinnandet





Belysning, bränslehantering och brandsäkerhet

- Belysning
- Förvaring av bränsle
- Brandfaror
- Brandsäkerhet: brandvarnare, pulversläckare, brandfilt, utrymning, brandcell.





Hygien

- Att tvätta sig
- Betydelsen av handhygien
- Toalettbestyren
- Husapotek





Hemberedskap

- Vad ska du/ni tänka på utifrån grundbehoven?
- Behovet av extra utrustning?
- Checklistor, exempel.

Lär dig mer på:

- www.civil.se
- www.dinsakerhet.se
- www.krisinformation.se
- www.energimyndigheten.se

