

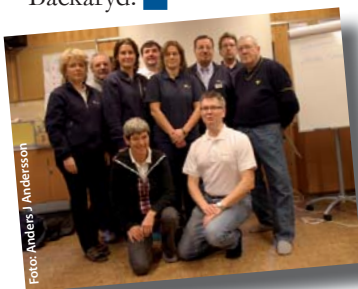


Goda råd i media när vinterkylan slog till

NYTT I KORTHET

NYA INSTRUKTÖRER TOG EXAMEN

I slutet av november tog Civilförsvarfsförbundets 20 nya instruktörer sin examen. De nya instruktörerna är: Daniel Andersson, Katrineholm, Ola Andersson, Hörnefors, Martin Blomberg, Linköping, Lisbet Brevig, Flen, Gunnel Cassel-Söderbäck, Åtvidaberg, Malin Dreifaldt, Hallstahammar, Stig Ericsson, Lönsboda, Natalie Eriksson, Stockholm, Ulf Fredriksson, Karlstad, Ziad Abu Ghoush, Borlänge, Seppo Halunen, Alby, Cia Holmberg, Sala, Renate Kolbe, Torslanda, Roger Karlsson, Vartofta, Stefan Lundin, Lidköping, Annika Mossfelt, Reftele, Bo Nehrman, Mjölby, Anneli Ohlsjö, Smedjebacken, Nedžad Talovic, Fågelfors samt Linda Thelander-Månsson, Backaryd. ■



PERSPEKTIV GÅR I GRAVEN

Folk och försvars tidning Perspektiv har kommit ut med sista numret (nummer 4-6). I stället satsar man allt på webben. ■

EXTRA RIKSSTÄMMA I MARS

En extra riksstämma kommer att hållas i Södertälje 26/3. Dagordningen består av antagande av de nya stadgarna. Ett andra beslut krävs eftersom ett enhälligt beslut inte kunde nås på riksstämman. ■

NÄRMARE 600 HJÄRTSTARTARE

I mitten av januari hade 577 hjärtstartare beställts genom "Hjärta att hjälpa". ■

SÄKRARE EL I UPPSALA

I ett par års tid har arbetet med ett nytt elnät i Uppsala pågått. De stora kraftledningarna har ersatts med marklagda kablar i ett projekt kallat Uppsala ström. Rivningen av de totalt 22 stolparna pågick fram till december. Elförsörjningen blir säkrare när elen leds in från olika håll. ■

GRETEL BILL NY VERKSAMHETSLEDARE

Gretel Bill är sedan 1 januari i år ny verksamhetsledare på heltid för Jämtlands och Västernorrlands län. Hon efterträder Ulla Jönsson och Ingemar Byström som tidigare hade varsitt län.

Hon är 37 år och bor i Gimdalen i sydöstra delen av Jämtlands län, inte långt från Bräcke. För den som är osäker på geografin kan sägas att Gimdalen i grova drag ligger mitt emellan Östersund och Sundsvall. Gretel Bill har tidigare arbetat inom försvarsmakten och då med rehabilitering av soldater som skadats i utlandstjänst. Själv har hon varit på utlandsuppdrag i Bosnien. Trots avfolkning, vikande födelseantal och svag arbetsmarknad ser hon möjligheter i bygden.

– Det finns gott om mickelpellar, sådana som är vana vid att lösa problem, säger hon. Målet är fler medlemmar och att fånga upp ungdomarna för att inte mista en hel generation. Men först blir det "Eriksgrata" i Jämtland och Västernorrland. ■



CIVIL ges ut av Civilförsvarfsförbundet **Ansvarig utgivare:** Anders M. Johansson
Postadress: Box 2034, 169 02 Solna **Telefon:** 08-629 63 60 (växel)
Adressändringen/prenumeration: Kontakta din förening eller info@civil.se
Redaktör/produktion: Anders J Andersson E-post: aja@civil.se Tel 08-629 63 70
Annonser: aja@civil.se **Tryck:** Sörmlands Grafiska, Katrineholm, januari 2010
Omslagsbild: Vinterväder. Foto: Konstantin/Dreamstime.com

Tidningen Civil får citeras om källan anges. För insänt, ej beställt material, ansvarar inte redaktionen. Vi förbehåller oss rätten att redigera och stryka i alla texter. All redaktionell text lagras i digital form och kan komma att återanvändas.
Nästa nummer utkommer 26/2



Civilförsvarfsförbundet
www.civil.se



Förbundets överlevnadsrådgivare Harry Sepp tipsar om hur man klarar kylan.

Rätt kläder för rätt väder

Samtidigt som vinterkylan slog till dök förbundets överlevnadsrådgivare Harry Sepp upp i teverutan. Flera medier tipsade om hur man överlever när det blir riktigt kallt.

Mitt på självaste nyårsafton åker SVT:s Rapport ut och intervjuar Harry Sepp om hur folk ska klara sig i den stränga kylan.

Harry Sepp är utbildare på förbundet men också mycket kunnig i hur man gör för att överleva när

förutsättningarna är svåra.

Vad gav du för råd till tevetittarna?

– Ett effektivt sätt att hålla värmen är att klä sig i flera lager. Luftlagren mellan kläderna gör att man håller värmen bättre. Därför ska man inte klä sig med för åtsittande kläder, berättar Harry Sepp. I inslaget fick tittarna också veta att om de är ute och kör bil så ska de i första hand hålla sig vid bilen för att underlätta räddning.

För den som är ute i skogen och behöver söka skydd visade Harry också hur man kan använda granris som sittunderlag.

Vad finns det mer att tänka på?

– Man ska inte ha för trånga skor. Det måste finnas utrymme för luft som värmer och ventilation. Fler par sockor kan däremot göra att man blir fuktig om fötterna. Men sulor som håller kylan ute är bra liksom reservsockor. Genom att byta sockor var fjärde timme lyfter man ut fukten och håller lädret tort på insidan.

Han tipsar också om att tjocka tumvantar är bättre än fingervantar. Då håller man värmen bättre. – Redan vid ett par graders sänkt kroppstemperatur börjar man bli lite tröttnad, inåtvänd och musklerna får minskad rörlighet. Det är viktigt att kunna hålla värmen och få i sig vätska, berättar han.

I grund och botten handlar allt dock om att förbereda sig.

– Då blir allt mycket enklare och man har större chans att klara sig. ■

Text och foto: Anders J Andersson

Länk till Rapportinslaget: http://svtplay.se/v/1831850/rapport/hur_skyddar_man_sig_fran_kylan_

Civilförsvarsförbundets övergripande mål för 2010

Förbundsstyrelsen har beslutat om målen för verksamheten 2010. Här följer ett axplock i sammanfattning.

Det främsta målet är att stödja den enskilde människans förmåga att förebygga och förbereda sig för att hantera utsatta lägen. Från vardagsolyckor till stora kriser.

Ett arbete inleds för att kvalitetssäkra de frivilliga resursgrupperna (FRG) men också arbeta för fler FRG.

”Hjärta att hjälpa” får gemensamma mål och resultatuppföljning. De föreningar som lyckas bäst kommer att uppmärksammas. Arbetet med den centrala avise-

ringen 2011 ska förberedas och nya medlemmar värvas.

För att nå målen om fler medlemmar behövs också ökad igenkänning hos allmänheten. En del i detta är att vi utåt marknadsför oss som Civilförsvarsförbundet oavsett om det är

Civilförsvarsförbundet är en idéburen, medlemsdriven organisation för säkerhet till vardags och vid kris. Vi finns för att utbilda, informera och hjälpa.

riks, distrikt eller förening. Till exempel Civilförsvarsförbundet Sverige, Civilförsvarsförbundet Dalarna och Civil-

försvarsförbundet Karlskrona. Förbundet ska också aktivt delta i samhällsdebatten. Den röda tråden 2010 blir ”Hur klarar svenska folket omfattande störningar i samhället?”.

För att enkelt kunna beskriva förbundets verksamhet har en kort förklaring tagits fram (se blå rutan till vänster).

Under året ska användandet av den egna hemsidan optimeras.

Tidningen Civil kommer under året att utkomma med två nummer med något fler sidor.

Slutligen ska en fortsatt utveckling ske av verksamheten. ■

Text: Anders J Andersson



Förbundets webbredaktör Gunlög Solax har hållit i trådarna under utvecklingen av den nya webben. Foto: Anders J Andersson

Webben har landat efter ett år och är nu i full drift

Ett år har det tagit att mejsla fram den nya gula webbplatsen civil.se. För alla föreningar finns nu en webbplats med stora möjligheter.

Leverantören PBS ville ta fram en ny version av sitt webbverktyg Composer samtidigt som Civilförsvarförbundet behövde en ny, fräschare webbplats.

Ett samarbete i form av pilotprojekt passade båda parter perfekt. Mest tid och huvudbry har gått åt till att skapa den tredimensionella navigeringen som låter besökaren själv välja tid, händelse och plats.

Men nu är alla bitar på plats. Finslipning pågår fortfarande, så fortsätt gärna att rapportera konstigheter till webbred@civil.se.

Civilförsvarsföreningarna annonserar själva sina evenemang i kalendern på civil.se. Varje förening har egna webbsidor till sitt förfogande på civil.se. Och varje förening ansvarar själv för

att föreningens kontaktuppgifter på civil.se är aktuella.

Två föreningar som insett nytan av att synas på webben är Karlshamn och Örskelljunga. De har länge använt sina webbsidor på civil.se. Kanske kan deras erfarenheter fungera som inspiration?

ERFARENHETER FRÅN KARLSHAMN

Johanna Jonsson, ansvarig för webben i Karlshamns civilförsvarsförening i Blekinge:

1) Vilken nytta har föreningen av sina webbsidor på civil.se?

Har man aktuella webbsidor är det lättare att rekommendera människor att gå in och titta. Webbsidor med "gamml" information är inte roligt att hänvisa till.

Vi lägger in vårt kursutbud och vad som händer i föreningen. Vi publicerar även bilder från genomförda utbildningar och

informationsmedverkan. Tyvärr kan man i dagsläget inte se hur många som använder förenings-sidan men vi vet att informationen där är aktuell.

2) Vilka tips kan du ge föreningar som ännu inte börjat använda sin webb?

Hitta någon i föreningen som är intresserad av att lära sig och att jobba med webbsidorna.

Finns det någon ungdom som är intresserad?

Samla ihop ett antal föreningar och hjälp varandra.

Det är alltid lättare om man är fler. Ta hjälp från riksförbundets webbredaktör.

3) Hur sköts webben i din förening?

Den som är webbansvarig



ansvarar för att material läggs in på webben.

Det som läggs upp diskuteras fram på styrelsemöten. På våra möten finns alltid en punkt om webben med. Bra är även att samla styrelsen i en datasal och låta dem prova på hur civil.se fungerar.

Se även: [www://civil.se/#/blekinge/karlshamn](http://www.civil.se/#/blekinge/karlshamn)

ERFARENHETER FRÅN ÖRKELLJUNGA

Kjell-Arne Johlin, webbansvarig i Örkelljunga civilförsvars-förening i Kristianstad.

1) Vilken nytta har föreningen av sina webbsidor på civil.se?

Allt sedan vår kampanj ”hjärta att hjälpa” startades upp i början av 2007 har jag använt mig av våra webbsidor som ett instrument för att få ut budskapet på lokal nivå. Vi har besökt många föreningar, organisationer och företag för att informera om Civilförsvarsförbundets pågående kampanj. Vi har då också passat på att presentera oss och berättat vad föreningen gör när det gäller säkerhetsfrågor och utbildning kring dessa. Vi har presenterat vår egen webbplats, och på vilket sätt man kan ta del av vad vi sysslar med. Redan i vår ”gamla webb” hade vi många besökare som sökte efter information när det gäller själva hjärtstartarkampanjen, ett bra exempel på att vi haft nytta av våra webbsidor.

Jag har också i ett tidigt skede samarbetat med kommunens webbredaktör. Vi har tillsammans lagt ut information och länkar kring vår hjärtstartarverksamhet och övrig information. Att jag använt mig av kommunens webbplats beror på att jag har den uppfattningen att våra kommuninvånare oftare är inne

på kommunens webbsida, än på vår egen. Men där finns också länkar till Civilförsvarsförbundet/föreningen.

2) Vilka tips kan du ge de föreningar som ännu inte börjat använda sina webbsidor på civil.se?

Att ge tips till andra föreningar är kanske inte så enkelt. Helt nödvändigt är att finna någon kunnig medlem eller annan intresserad som klarar av den datatekniska delen.

På vår senaste riksstämma kom det fram att vi måste släppa fram fler ungdomar i förbundet. Ett konkret tips kan vara, att se till att få in

data-intresserade ungdomar i föreningen.

Låt dem få ett eget ansvar som webbredaktör eller ansvar för vårt resursregister Max. Vår nya webb ger stora möjligheter för ungdomar. De kan förmedla ett budskap på sitt eget sätt, ett sätt som vi äldre inte kan.

Ett annat tips är att ta kontakt med respektive kommun och dess webbansvariga. Vi ska komma ihåg att det är kommunerna som har ett särskilt säkerhets- och informationsansvar när det gäller större kriser. Här kan vi från civilförsvarsföreningarna hjälpa till att sprida information till kommuninvånarna.

3) Hur sköts webbhanteringen i din förening?

Ordförande Sten Bergman svarar:

Vår förening har tillgång till en mycket datakompetent medlem,

Kjell-Arne Johlin, som intresserat följer förbundets olika informationskanaler och efterhand till föreningens egen webbplats överför sådant som bedöms ha aktualitet och kan vara intressant för våra egna medlemmar och Örkelljungabor.

Webben är också ett bra verktyg – bland flera andra – att göra föreningen och dess arbete känt för allmänheten. Möjligheten att få in föreningsnyheter i lokalpressen är till exempel betydligt sämre än för några år sedan. Kontinuerlig uppdatering är nödvändig så att sidan ger aktuella besked till intresserade.

Innehållet får inte verka ”gammalt”. Nyhetsvärdet är viktigt. Webben skall vara en kanal för att göra föreningens verksamhet känd för allmänheten.

Dator finns i dag i snart sagt varje hem, och nyfikenheten på webbsidor

från den egna kommunens olika verksamheter, organisationer och arrangemang skall inte underskattas. ■

Se även: www.civil.se/#/kristianstad/orkelljunga

Text: Gunlög Solax



FAKTA CIVIL.SE

Varje aktiv civilförsvarsförening har kostnadsfritt tillgång till egna webbsidor på civil.se. En utmärkt kanal att marknadsföra föreningens aktiviteter via. Alla evenemang som skrivs in i kalendern på civil.se visas direkt på webbplatsens första sida.

Föreningen utser en webbansvarig med normal datorvana och intresse för uppgiften. Den enda utrustning som behövs är en dator och internetuppkoppling.

För att komma igång med föreningens webbsidor: ta kontakt med verksamhetsledaren i distriktet.



För första gången utbildades unga att utbilda andra unga

I slutet av förra året hölls ett energiläger i Karlshamn i Blekinge. 22 ungdomar deltog. Mest långväga var en tjej från Costa Rica.

Under tre dygn utbildades ungdomarna till energiinformatörer. Det var första gången som ungdomar utbildades för att i sin tur utbilda andra ungdomar.

Dag ett ägnades åt ordinarie "vuxenprogram" för energiinformation. Dag två var energiinformationen inriktad på barn och ungdomar.

Under hela dagen fokuserades det på metoder och upplägg för hur en energiinformation kan genomföras till olika målgrupper på ett deltagaraktivt och engagerande sätt.

Under den senare delen av dag

två startade momentet att planera för att hålla en egen energiinformation.

Tredje dagen bestod i att öva inför uppdraget som informatör. Alla fick tips och feedback. Ungdomarnas sätt att ta till sig kunskaperna gav också nya roliga idéer för framtiden.

Under dagarna hans det även med tävlingar, bowling och samkväm med mat. Trots att det bara fanns en fungerande toalett och en likaså fungerande dusch var det bara idel glada miner från alla deltagare.

Evenemanget fick bra press. Lokaltidningarna Blekinge Läns Tidning och Sydöstran bevakade liksom TV4 lokalt. ■

Text: Åsa Hagelberg och Johanna Jonsson (även foto)



Årets energiläger blev det första där ungdomarna utbildades till att utbilda andra ungdomar i energiinformation.



Ungdomarna sätter ihop energihalsband att hänga runt halsen. När krafterna tryter är det bara att ta ett bitt.

Tallbarrste och nybakade kolbullar på skyltsöndag i Hedemora



Felicia Ljungberg, Marcus Wigert och Tommy Pettersson bygger vindskydd.

Under juls skyltningsöndagen i Hedemora ville vi i Civilförsvärförbundet Hedemora att ungdomarna skulle visa upp sig i första hand och FRG-arna i andra hand.

dan gjorde de upp eld och kokade tallbarrste och bakade kolbullar. Även besökarna fick smaka. Det samlades också en hel del andra

Ungdomarna, Tommy och Fredrik Pettersson, Felicia Ljungberg, Marcus och Niklas Wigert valde att bygga ett vindskydd av grannris i centrum av stan för att visa vad dom gör på lägren. Se-

intresserade ungdomar.

– Det var en trevlig kväll för oss ungdomar också, vi träffas inte så mycket annars. Och nu fick vi visa våra kunskaper och vad vi gör. Vi fick också fler ungdomar som medlemmar! säger Felicia Ljungberg.

FRG-arna hade "Little Anne" och en övningshjärtstartare på plats som ungdomarna fick visa HLR på. De demonstrerade även hjärtstartaren för intresserade.

Det var ganska mycket folk ute på stan så vi tycker det blev en mycket lyckad kväll. Vi fick några nya medlemmar men framförallt fick vi visa att vi finns i Hedemora. ■

Text och foto: Gösta Ljungberg

Nytt bolag ska stödja den ideella verksamheten

I slutet av förra året bildade Civilförsvarförbundet bolaget Civil AB. Syftet är att stödja föreningsverksamheten och minska vår sårbarhet.

Bolaget ska stödja den ideella verksamheten genom att pröva möjligheterna till kommersiella intäkter. Detta ska ske vid sidan av de övriga intäkterna som gör förbundet beroende av staten.

Blir förbundet nu en kommersiell aktör bland andra utbildare?

– Nej, i bolaget ska vi satsa på sådant som ligger inom vårt område, kompetens och erfarenhet men staten inte medger finansiering av, säger generalsekreterare Anders M. Johansson.

STÖRRE RÖRELSEFRIHET

Genom andra intäkter får förbundet rörelsefrihet även när staten i spartider kanske drar åt svängremmen. Förbundets verksamhet ska då inte stå eller falla med detta. Nya egna projekt kan också prövas utan att riskera medel från förbundet.

Ett exempel på verksamhet som kommer att inlemmas i Civil AB



– Civil AB:s enda syfte är att stödja verksamheten i förbundet, säger generalsekreterare Anders M. Johansson

är de avgiftsbelagda kurserna i HLR och D-HLR som vänder sig till privat och offentlig sektor.

– Verksamheten i bolaget får inte bedrivas på ett sådant sätt att den tränger undan den ideella verksamheten. Och allt överskott ska gå tillbaka till förbundet, betonar Anders M. Johansson.

Är Civilförsvarförbundets bolag något unikt bland ideburna organisationer?

– Nej det finns andra välrenommerade organisationer som redan praktiserar den här modellen där ett bolag stödjer den ideella verksamheten. Så det är inget unikt för oss.

Kommer Civil AB att börja konkurrera med den ideella verksamheten?

ETT ENDA LAG MED SAMMA MÅL

– Inte alls. Vi är ett enda lag med ett gemensamt mål. För att göra en enkel liknelse är det samma som att man anpassar klädseln efter väderleken. Något annat handlar det inte om. Vi ska inte överge den ideella tanken som är grunden för allt vi gör. Bolaget är ett verktyg som ökar handlingsfriheten att utvecklas och gör oss mindre beroende av staten.

Du kommer också att vara verkställande direktör för Civil AB. Får du högre lön nu?

– Nej. Bolaget är en del av vår verksamhet. Min lön påverkas inte av att jag både är generalsekreterare och vd. Det är samma jobb men två olika titlar.

Styrelsen i Civil AB kommer att bestå av förbundsstyrelsens arbetsutskott (ordförande och förste respektive andre vice ordförande). Liksom för generalsekreteraren ingår deras nya uppdrag i deras tidigare arvode. ■

Text och foto: Anders J Andersson

Sveriges nationella hjärstartarregister får bra respons

Efter att Sveriges hjärstartarregister öppnade i december har intresset ökat rejält. Registreringsblanketterna har forsat in.

– Jättekul! säger Joel Sundberg, som ansvarar för registret på Civilförsvarförbundet. Trots avsaknad av marknadsföringsbudget har registret fått bra uppmärksamhet. Media har nämligen sett samhällsvärdet och varit välvilliga till att publicera nyheten. Förutom tidningar på papper och webb har Sveriges radio tagit till sig nyheten i stora delar av

landet. Joel Sundberg och Anders J Andersson från Civilförsvarförbundet medverkade i P4 Radio Stockholms morgonshow.

– Responsen efter intervjun var godkänd, ett tiotal hjärstartare blev ganska snabbt registrerade i Stockholmsområdet.

Anders M. Johansson var med i lokalradio i Halland, Kronoberg och Västerbotten. Jacob Holtenberg från Svenska HLR-rådet, Civilförsvarförbundets samarbetspartner i projektet, medverkade i P4:s Ring så spelar vi.

Under julhelgen ökade antalet inkomna registreringar markant.

– Jag trodde inte mina ögon när jag kollade mejlen efter juledighe- ten. Det hade kommit in 130 nya. Sambandet är tydligt mellan publicitet och antalet nyregistreringar. Cirka 550 hjärstartare är hittills publicerade i registret, en tiondel av de som beräknas finnas i landet.

– Tipsa gärna vänner och bekanta om hjärstartarregistret. ■

Se även hjärstartarregistret.se

Text: Joel Sundberg

Utbildningar 2010

Mer information om utbildningarna och hur du anmäler dig finns på webben, www.civil.se

Kriskommunikation

Datum	Ort	Anmälan senast
4 – 6 mars	Ystad	25 januari
10 – 12 mars	Skövde	29 januari
19 – 21 mars	Karlshamn	5 februari
24 – 26 mars	Borlänge	5 februari
27 – 29 april	Örebro	12 mars
7 – 9 maj	Örnsköldsvik	26 mars
17 – 19 september	Malmö	13 augusti
29 september – 1 oktober	Falun	13 augusti
15 – 17 oktober	Umeå	3 september
20 – 22 oktober	Göteborg	10 september
12 – 14 november	Södertälje	1 oktober

Ungdomsverksamhet - läger

19 – 23 mars	Vinterläger, Transtrand	30 januari
23 – 25 april	Camp Home, Mora	19 mars
29 juli – 1 augusti	Sommarläger, Villingsberg	15 juni
30 oktober – 2 november	Camp Lost, Sandviken	17 september

Grundutbildning av instruktörer i självskydd

26 – 30 april	Del 1, Sparreholm	26 februari
4 – 8 oktober	Del 2, Sparreholm	-
22 – 26 november	Del 3, Sparreholm	-

Grundutbildning av FRG-ansvariga

21 – 23 april	Knivsta (Stockholm)	12 mars
18 – 20 oktober	Halmstad	3 september

Fortbildning av FRG-ansvariga

28 – 29 maj	Växjö	16 april
24 – 25 september	Umeå	13 augusti
8 – 9 oktober	Stockholm	27 augusti
19 – 20 november	Malmö	8 oktober

Grundutbildning av FRG-ledare

9 – 11 april	Halmstad	1 mars
24 – 26 maj	Södertälje	9 april
6 – 8 september	Södertälje	15 juni OBS!
29 – 31 oktober	Umeå	17 september

