



1

Vad är en kris?

- Den drabbar många människor
- Den drabbar stora delar av samhället och hotar grundläggande värden och funktioner.
- Den kan inte hanteras med normala resurser och organisation
- Den är oväntad, utanför det vanliga och vardagliga
- Att lösa krisen kräver samordnade åtgärder från flera aktörer
- Ex på kriser: följden av en naturkatastrof, stor olycka, epidemi eller ett datahavari.

Till exempel: Bränderna 2014, Värmen 2018, bränderna, Covid, Ukrainakriget, Coop som blev hackat





2

Tre viktiga principer

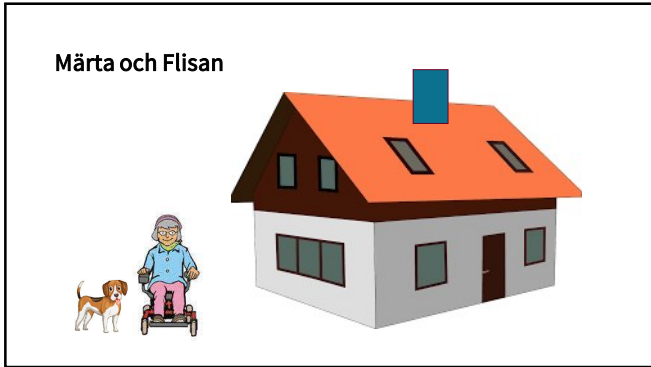
Ansvarsprincipen
Den som har ansvar för en verksamhet under normala förhållanden ska ha det också under en krisituation.

Närhetsprincipen
En kris ska hanteras där den inträffar och av de aktörer som är närmast berörda och ansvariga

Likhetsprincipen
Under en kris ska verksamheten fungera på liknande sätt som vid normala förhållanden - så långt det är möjligt.



3



4



5



6



7

Saker du själv kan behöva förbereda

KOMMUNIKATION

- Radio som drivs med solcell, vev och/eller batterier
- Papperslista med viktiga telefonnummer (inkl till kommunen, läkare, veterinär och liknande)
- Batteriladdare, powerbank etc
- Bilradio



8

Saker du själv kan behöva förbereda

VÄRME OCH BELYSNING

- Värma ytterkläder
- Mössor, vantar, halsdukar
- Ullplagg
- Filtar (till din hund med)
- Liggunderlag
- Sovsäckar (finns även för hund)
- Stearinljus/värmeljus



9



Saker du själv kan behöva förbereda

VÄREME OCH BELYSNING

- Tändstickor, braständare, eldstål
- Annan värmekälla, t ex gasolvärmare
- Ficklampa
- Pannlampa
- Fotogenlampa
- Batterier
- Battericharger, solcellsladdare,

10

Saker du själv kan behöva förbereda

- Vatten
- Räkna ut hur mycket vatten du och ditt/dina djur behöver
- Det är viktigt att det är bra kvalitet på vattnet. Tappa upp kranvattnet i noga diskade och sköljda dunkar och flaskor. Förvara mörkt och kallt och byt ut de med jämna mellanrum, 1-2 ggr per år. Bestäm datum och lägg in i kalendern.
- **Hund** 0,5 dl/kg och dygn
- **Katt** 0,5 dl/kg och dygn
- **Marsvin** Upp till 200 ml/dygn
- **Människa** Minst 3 l/dygn



11

Saker du själv kan behöva förbereda

MAT

- Pasta, gryn, mjöl, hårt bröd
- Färdigkokta linser, bönor och grönsaker
- Konserver
- Juice, blåbärs- och nyponsoppa, havre- och/eller sojadryck
- Sylt, marmelad, mjukost på tub
- Choklad, honung, mandel, nötter, frön
- Matolja
- Foder till hunden (torrfoder, konserver, samma mat som du?)



12

Hygien

- Vid vattenbrist kan man behöva alternativ för att klara sin hygien.
- Vätservetter och handsprit för att tvätta sig.
- Plastpåsar och plastsäckar i toaletten när det inte går att spola. Knyt ihop påsen/säcken och förvara den utomhus.
- Se till att ha ett husapotek med sårtvätt, plåster, bändage, engångshandskar och de mediciner du och ditt djur behöver.



13

Andra bra saker att tänka på...

- Skaffa ett "extraskafferiet" som krislåda
- Köp sådant du ANVÄNDER i extraskafferiet, t ex inte ravioli om du aldrig äter ravioli
- Roterar = när dina makaroner tar slut i "vanliga skafferiet" så tar du från "extraskafferiet" och ersätter med nya till det



14

Vad behöver du ha i krislådan - övrigt

- Kontanter
- Sprit/gasolkök
- Fulltankad bil
- Handsprit
- Mensskydd/blöjor
- Utskrifter på papper av exempelvis försäkringsbrev, bankuppgifter, registreringsbevis



15

Och så...



Kunskap



Första hjälpen

Annat???

16

Mer information

- svenskablastjarnan.se/klara-krisen
- youtube.com/user/svenskablastjarnan
- agri.se
- <https://www.msb.se/sv/amnesomraden/skolmaterial/samhallets-krisberedskap/>
- <https://www.msb.se/sv/rad-till-privatpersoner/>
- www.civil.se/#/tips-rad/
- www.krisinformation.se
- www.swedishprepper.com/resurser/
- <https://www.rodakorset.se/var-hjalp-i-sverige/krisberedskap/krisladan/>

17