

Bra att ha

skötdigsjäl.vu

Tips på "bra-att-ha-saker"

- Varma kläder
- Sövsäck
- Liggunderlag
- Tändstickor
- Ljus och värmeljus, brandsäkra lyktor eller ljusstakar
- Ficklampor, batterier, ficklampa med dynamo, pannlampa
- Proppar, säkringar
- Oljelampa
- T-gul eller lampolja till oljelampan
- Vattendunk. Ett förråd av vatten som ska räcka i minst tre dagar (5 liter/person och dag). Förvara vattnet i oömma stängda dunkar. Byt till friskt vatten var tredje månad.
- PET-flaskor med vatten i frysen
- Kaffefilter
- Termos
- Ett matreservförråd för 3-5 dagar. Välj konserver som kan ätas kalla, torrvaror som kan ätas som de är och sådana som ska tillagas med vatten samt olika drycker (kaffe, te, varma koppen, färdigblandad juice).
- Husdjur behöver också vatten och mat
- Små barn behöver kanske någon speciell mat
- Trangiakök
- T-röd till spritköket
- En förbandslåda med: Första-hjälpen-handbok, olika storlekar av gasbindor och bandage, självhäftande sterila plåster, antiseptisk sårtvätt, tvål, gummihandskar, värktabletter, febertermometer, pincett och nålar.
- En veckas förråd av eventuell förskrivna medicin (kolla Bäst före-datum)
- Våtservetter, toalettpapper, handsprit
- Hinkar och baljor för toalett och hygien
- Sopsäckar och plastpåsar
- En bärbar radio och extra batterier, gärna en som laddas med dynamo
- Mobilbatteriladdare (extrabatteri, solceller, dynamo)
- Multiverktyg
- Reflexer att märka upp strategiska ställen
- Brandfilt
- Brandsläckare
- Kortlek, eller andra roliga spel
- Böcker
- Fulltankad bil
- Kontanter
- Dieselaggregat om du måste driva, t ex en vattenpump till djupborrad brunn eller cirkulationspump
- Alternativ värmekälla (ved till kamin/gasolkamin)

Viktiga telefonnummer när det inte är akut

I många situationer ska du vända dig direkt till andra myndigheter och organisationer istället för att ringa till nödnumret 112.

113 13 är nationellt informationsnummer. Dit kan du ringa om du vill få information vid allvarliga olyckor och kriser i samhället.

Polis **114 14**

BRIS **116 111**. *Gratis och anonymt för dig under 18.*
Vuxentelefon - om barn **077-150 50 50**

Giftinformationscentralen **010-456 67 00** (dagtid)
Vid akut förgiftningstillbud ring **112**

Läkemedelsupplysningen **0771-46 70 10** (Helgfria vardagar kl. 08.00-18.00)
Jourhavande medmänniska **08-702 16 80** (Alla dagar kl 21.00-06.00)

Sjukvårdsrådgivning, allmän **1177**

Du som använder texttelefon eller bildtelefon kan få sjukvårdsrådgivning via en teckenspråkstolk som i sin tur ringer 1177.

Läs mer om tjänsterna texttelefoni.se och bildtelefoni.net.

Socialjour, skriv upp lokalt nummer här:

Trafikradion **020-999 444** (Rapportera störningar i trafiken)

Den viktigaste informationskällan vid stora olyckor är **Sveriges Radio P4** som har beredskap att dygnet runt kunna informera i ett krisläge.

Frekvensen P4 i ditt område:

Vid akuta nödlägen - ring nödnumret 112

Nödnumret 112 ska bara användas vid akuta nödlägen där det föreligger fara för liv, egendom och miljö. Nödnumret 112 är det gemensamma telefonnummer som ska användas när man är i akut hjälpbehov av samhällets hjälpresurser. Samma nödnummer gäller inom hela EU.

Så länge internet fungerar:

Krisinformation.se

Webbplats som förmedlar information från myndigheter och andra ansvariga till allmänheten före, under och efter en stor händelse eller kris. Ladda ner appen så får du information om kriser i ditt närområde till mobilen.

DinSäkerhet.se

Webbplatsen ger tips på hur du själv kan förebygga olyckor och skador i hem- och fritidsmiljö. Webbplatsen ger dig också redskap för att kunna agera på rätt sätt när olyckan eller krisen är framme. Här finns också tips om krisberedskap.

Gör en egen lista med nummer som du behöver ha tillgängliga.