

## “Öva enkelt!”



### Ett övningsstöd för aktörer inom samhällsskydd och beredskap

#### Vad är det?

“Öva enkelt!” är ett övningsstöd som gör att man med minimala förberedelser och resurser ska kunna planera, genomföra och utvärdera övningar.

I materialet finns användarinstruktion, övningsbestämmelser, färdiga mål och övriga dokument. Det är självinstruerande och sparar på så sätt tid och resurser.

#### Vad innehåller det?

Innehållet består dels av tre seminarieövningar med olika fokusområden:

- Larm och krisorganisation
- Lägesbild
- Geografiskt områdesansvar

Det innehåller även tre funktionsövningar som fokuserar på:

- Larm
- Larm och start
- Larm, start och stab

Scenariot är detsamma i alla övningar, nämligen stormoväder.

Man kan med fördel byta scenario, men behålla inspel och målformuleringar. Utifrån en uppdragsdialog med övningsbeställaren kan övningsmomenten användas i en följd eller som enskilda delmoment. De kan också anpassas efter den egna verksamheten, t.ex. utifrån risk- och sårbarhetsanalyser, övningsmognad eller utbildningsbehov.

#### Tips



Att tänka på

“Öva enkelt!” innehåller lästips som hänvisar till vår övningsvägledning. Den hittar du här:

<https://www.msb.se/sv/Utbildning--ovning/Ovningsverksamheten/Verktyg--Stod/Ovningsvagledning/>

När det gäller övningsinriktning, utvecklingsområden och vidare arbete finns en hel del matnyttigt att läsa i Gemensamma grunder för samverkan och ledning:

<https://www.msb.se/sv/Insats--beredskap/Samverkan--ledning/Gemensamma-grunder-for-samverkan-och-ledning/>

Övningsinriktningen 2018-2021:

<https://www.msb.se/sv/Utbildning--ovning/Ovningsverksamheten/NAFS--Nationellt-forum/Ovningsinriktning/>

Med varje övning medföljer dokumentation som till stor del är färdigskrivna. Dokumenten ska bearbetas av övningsledaren och utvärderingsledaren innan övningarna genomförs.

- *Användarinstruktionen* beskriver hur stödet kan användas och hur man kan byta scenario om man vill anpassa det till sin egen organisation.

- *Övningsbestämmelserna* innehåller färdiga syften och mål samt tids- och resursåtgång för planering, genomförande och utvärdering.

- I *momentbeskrivningarna* ingår scenario, inspel och understödjande frågor.

- *Dokumenterna för utvärdering och erfarenhetshantering* innehåller enkätfrågor som dels ska svara på om målen blev uppnådda, dels på hur det gick och varför.

- Det finns också en mall för *utvärderingsrapport* och en matris för *utvecklingsområden* där man även kan fylla i de åtgärdsförslag man identifierat.

Ladda ner materialet och spara det på din egen dator innan du fyller i dina uppgifter i t.ex. övningsbestämmelserna och utvärderingsrapporten.



## Dokumentation

Till "Öva enkelt!" hör också en PowerPoint med anteckningar som du kan använda när du vill presentera stödet för din organisation.

[Bildspel om "Öva enkelt!"](#)

Vanliga frågor samlar vi i en [FAQ](#)

## Kontakta oss

E-postadress för frågor om stödet: [ovaenkelt@msb.se](mailto:ovaenkelt@msb.se) Inkorgen skannas av regelbundet och vi svarar så fort vi kan på de frågor som kommer in.

---

## Kontakta Myndigheten för samhällsskydd och beredskap

651 81 Karlstad

Tfn: 0771-240 240  
Fax: 010-240 56 00  
[registrator@msb.se](mailto:registrator@msb.se)

[www.msb.se](http://www.msb.se)