



Är du förberedd?

– om krisen eller kriget kommer



BORLÄNGE

Tillsammans stärker vi motståndskraften och skyddar vår frihet

Till Borlänge kommuns invånare	3
Så får du information i händelse av kris eller krig	4
Vad gör kommunen vid en samhällsstörning?	5
Varningssystem – så varnas du vid fara.....	6
Särskilda samlingsplatser	8
Vad kan hända i Borlänge?	10
Hur ser Sveriges totalförsvar ut?	14
För dig med särskilda behov	16
Din beredskap och mentala förberedelse	18
Kontaktuppgifter	19

Till Borlänge kommuns invånare

Den här broschyren riktar sig till dig som bor i Borlänge kommun och innehåller information om vad som gäller i händelse av kris eller krig. Syftet är att öka din kunskap och göra dig förberedd om det som inte får hända – händer.

I en orolig omvärld är det viktigt att vi alla har en beredskap, både mentalt och praktiskt. Då kan vi tillsammans stötta varandra och bidra till att samhället fungerar.

Meningen med broschyren är att skapa trygghet genom att ge dig tydlig information och råd om vad som gäller om något oförutsett skulle hända, här i Borlänge eller i vår omvärld.

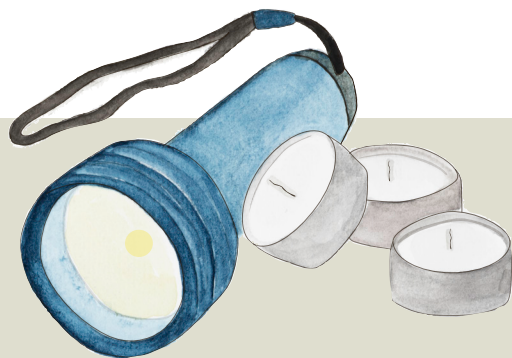
Broschyren är en lokal komplettering till den nationella broschyren *Om krisen eller kriget kommer* som är framtagen av Myndigheten för samhällsskydd och beredskap (MSB).

Vad är en kris?

En kris är en händelse som inträffar i fredstid och orsakar en samhällsstörning som drabbar många människor. Det kan röra sig om allt från avbrott i el- och vattenförsörjningen till extremväder eller terrordåd. Kriser uppstår ofta plötsligt och riskerar att få allvarliga konsekvenser.

Falsk information

I kris och krig ökar risken för spridning av falsk och oriktig information. Tänk på att vara källkritisk och endast ta del av information från betrodda källor som myndigheter och etablerade nyhetskanaler. Sprid inte heller oriktig information vidare. Läs mer på Myndigheten för psykologiskt försvar: mpf.se.



Tips!

Spara broschyren på ett bra ställe, så du lätt kan hitta den vid behov!

Så får du information i händelse av kris eller krig

Vid en samhällsstörning eller större olycka informerar kommunen om vad som händer, vad du kan göra och vart du kan vända dig för mer information.

Kommunens informationskanaler:

- Borlänge kommuns webbplats, borlange.se.
- Borlänge kommuns Facebooksida – här uppdaterar vi snabbt vid händelser.
- Borlänge kommuns särskilda samlingsplatser – sida 8 i denna broschyr och på borlange.se.
- Mejla till kommun@borlange.se om du har frågor (men räkna med fördröjning vid större händelser).
- Ring kommunen på 0243-740 00 vid ytterligare frågor, information eller råd (men bara om det är nödvändigt för att inte överbelasta nätet).



Nationella informationskanaler:

- Sveriges Radio P4 Dalarna, frekvens 95,9–103,4 MHz – vår lokala radiokanal och en del av Sveriges beredskap. Vid kriser, större olyckor eller krig sänder P4 viktig information från myndigheter.
- SVT och Text-TV sida 100 sänder aktuell information.
- Krisinformation.se samlar bekräftad information från myndigheter och finns även som app.
- 112-appen från SOS Alarm ger information om händelser i din närhet, till exempel bränder, trafikolyckor och annan krisinformation.
- Ring Sveriges nationella informationsnummer på 113 13, för att få information om kriser eller olyckor.

Kom ihåg!

En radio med
reservbatteri hjälper dig
att alltid få nödvändig
information!

Vad gör kommunen vid en samhällsstörning?

Vid en kris eller allvarlig störning i samhället har Borlänge kommun i uppgift att agera snabbt, samordna insatser och se till att invånarna får den hjälp och information de behöver. Målet är att skydda människor och säkerställa att viktiga samhällsfunktioner fortsätter fungera.

Geografiskt områdesansvar

Kommunen har ett ansvar att planera, förbereda, samordna och informera inom sitt geografiska område. Det innebär att kommunen ska skapa förutsättningar för att olika aktörer, såsom myndigheter, företag och frivilligorganisationer kan samarbeta på ett effektivt sätt.

Kommunens krisledning

Vid en allvarlig händelse som påverkar samhället aktiverar kommunen sin krisorganisation. Det innebär att en

särskild krisledningsstab samlas för att snabbt kunna fatta beslut, samordna insatser och hantera läget.

Enheten för beredskap och civilt försvar

I Borlänge kommun finns en särskild enhet som arbetar med frågor som rör beredskap och civilt försvar. Enheten planerar, samordnar och stöttar kommunens verksamheter för att de ska vara förberedda när något oväntat händer.



Varningssystem – så varnas du vid fara

Vid allvarliga händelser varnas du via radio, TV, mobiltelefon och/ eller Sveriges utomhusvarningssystem även kallat "Hesa Fredrik".

Viktigt meddelande till allmänheten (VMA) – används i fredstid

Används för att snabbt varna och informera om allvarliga händelser som kan hota liv, hälsa, egendom eller miljö, till exempel vid giftig brandrök, gasutsläpp eller extremt väder.

Så kan ett VMA nå dig:

- Radio och TV (främst Sveriges Radio P4).
- SMS och notiser från myndigheter.
- Utomhussignal – "Hesa Fredrik".

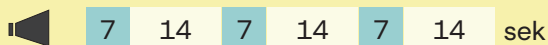


Hesa Fredrik

Systemet för utomhusvarning har fyra olika typer av signaler: VMA, beredskapslarm, flyglarm och faran över.

Systemet testas fyra gånger per år – den första helgfria måndagen i mars, juni, september och december klockan 15.00.

När ett VMA sänds via "Hesa Fredrik" ljuder signalen i 7 sekunder, följt av 14 sekunders uppehåll och upprepas 6 gånger. Pågår i 2 minuter.



Om signalen ljuder:

- Gå inomhus.
- Stäng alla dörrar och fönster, samt stäng ventiler och fläktar om det går.
- Lyssna på Sveriges Radio P4, eller titta på SVT för information om vad som har inträffat.
- Följ myndigheternas uppmaningar.

Beredskapslarm – används i krigstid

Används om regeringen vill meddela att det råder omedelbar krigsfara eller att landet är i krig.

Signal i 30 sekunder med 15 sekunders uppehåll som pågår i 5 minuter.



Om signalen ljuder:

- Gå inomhus och lyssna på Sveriges radio P4.
- Förbered dig på att kunna lämna hemmet snabbt vid behov.
- Undvik att ringa – mobilnätet behövs för samhällsviktig kommunikation.
- Kolla upp var ditt närmaste skyddsrum finns.

Flyglarm – används i krigstid

Används om det finns ett **omedelbart hot från luften**, som flyganfall.

Signal i 2 sekunder med 2 sekunders uppehåll som pågår i cirka 1 minut.



Om signalen ljuder:

- Sök genast skydd – i närmsta skyddsrum, eller annan skyddad plats som källare eller rum utan fönster.
- Lyssna på Sveriges Radio P4 eller följ nyhetsrapportering.
- Stanna i skydd tills du hör signalen "faran över".

Signalen "faran över"

När faran är över hörs en 30 sekunder lång sammanhängande signal.



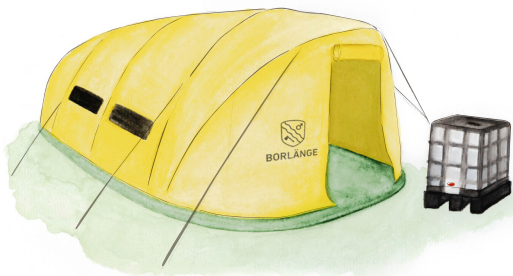
Särskilda samlingsplatser

En särskild samlingsplats är en plats dit du som bor i Borlänge kan vända dig för att få information, stöd och praktisk hjälp från kommunen vid en allvarlig händelse eller kris. Syftet är att erbjuda en trygg och samordnad plats när ordinarie funktioner i samhället inte fungerar.

Om vanlig kommunikation, till exempel telefoni, slutar fungera eller om kommunen uppmanar till det kan du ta dig till en särskild samlingsplats. Exempel på vad du kan få hjälp med:

- Aktuell information.
- Ladda mobiltelefon och få tillgång till wifi.
- Värma dig.
- Dricksvatten och enklare förtäring vid behov.

i Information om när och var särskilda samlingsplatser öppnas får du via kommunens webbplats, Facebook, Sveriges Radio P4 eller andra informationskanaler.



Kom ihåg!

Om du kan klara dig hemma, stanna där och följ utvecklingen via pålitliga informationskällor.

I Borlänge kommun finns det två typer av särskilda samlingsplatser: informationsplats och mobil samlingsplats med utökad service.

Informationsplatser

Väl kända platser som många invånare redan har en koppling till: Stadshusets reception, biblioteket och Tunabyggens reception i Hushagen. De är öppna dagtid och här kan du få aktuell information.

Mobil samlingsplats med utökad service

Om händelsen kräver mer stöd inom ett specifikt område sätter Borlänge kommun upp större räddningstält som är öppna stora delar av dygnet. Det möjliggör att hjälpen kan komma närmare händelsen.

Läs mer om särskilda samlingsplatser på borlange.se/samlingsplatser



Kartbild över utmärkta informationsplatser



Vad kan hända i Borlänge?

Borlänge kommun analyserar löpande vilka risker och sårbarheter som finns i kommunen. Analysen visar vilka insatser som behövs för att stärka kommunens förmåga att hantera oönskade händelser. Ta del av analysen och identifierade risker på kommunens webbplats.

Strömavbrott

Ett strömavbrott kan ske av många olika anledningar till exempel stormar eller sabotage och pågår under en kortare eller längre tid.

Några tips på vad du kan göra:

- Håll kylskåp och frys stängda så mycket som möjligt för att bevara kylan.
- Isolera dörrar, fönster och springor med filter eller tyg för att behålla värmen inomhus.
- Vistas på liten yta eller sov flera personer i samma rum för att hålla värmen. Vädra kortare stunder för att få in syre.
- Prata med grannar, vänner och familj och fråga om de behöver hjälp med något.

Tänk på!

Starta inte all el och värme på en gång efter ett strömavbrott. Om alla gör det kan elnätet bli överbelastat vilket kan leda till nya strömavbrott.

Bra att ha hemma:

- Radio på batteri och mobiltelefon med laddad powerbank.
- Värmeljus, stearinljus och tändstickor.
- Ficklampa eller pannlampa.
- Filter och varma kläder.
- Stormkök med bränsle eller grill med grillkol.
- Mat med lång hållbarhet.

Läs mer på:
msb.se
energimyndigheten.se

Längre checklista kan du hitta på msb.se
Sök på *grunder i hemberedskap*



Problem med dricksvattnet

Vatten är vårt viktigaste livsmedel och brist på vatten är mycket allvarligt. På grund av olyckor, sabotage, strömavbrott eller andra störningar kan dricksvattnet i ditt område bli förorenat eller försvinna helt.

Vid längre avbrott i dricksvattnet har Borlänge kommun möjlighet att ställa ut vattentankar och vattensläp på bestämda platser samt öppna vattenkiosker dit du kan ta dig för att tappa upp vatten. Kom ihåg att du ändå behöver ha vatten lagrat hemma. En vuxen person behöver 3–5 liter vatten per dygn, i första hand till dryck, matlagning och bashygien. För dig som har djur behövs extra vatten.

Tips på vad du kan göra:

- Använd våtservetter och handsprit till personlig hygien istället för vatten.
- Ta reda på var du kan hämta vatten.
- Samla regnvatten till disk, tvätt och hygien.
- Frys in PET-flaskor med vatten (lämna lite luft). Det fungerar som reservvatten och kylklampar.

Bra att ha hemma:

- Dricksvatten i rena dunkar för minst en vecka som förvaras mörkt och svalt. Vattnet kan förvaras så länge som det luktar och smakar bra. Ta för vana att regelbundet kontrollera om vattnet är okej, en eller ett par gånger per år och byt om det behövs.
- Tomma, rena dunkar för att hämta vatten vid de platser som kommunen hänvisar till.
- Mineralvatten på PET-flaskor.
- Engångstallrikar och bestick.



Tänk på!

Ha en reservlösning för toalett, till exempel en hink med soppåse och lock.

Risk för utsläpp av farliga ämnen

I Borlänge kommun hanteras och transporteras farliga ämnen såsom giftiga eller brandfarliga kemikalier. Olyckor i samband med dessa kan orsaka allvarliga skador på människor och miljö. Därför ställs höga krav på säkerhet och förebyggande arbete av de ansvariga.

Ta reda på om du bor eller arbetar i närheten av en verksamhet som hanterar farliga ämnen via kommunens webbplats, borlange.se.

Transport

Inom Borlänge sker också en stor mängd transporter av farligt gods via rekommenderade vägar och på järnvägar. Du kan se om ett fordon transporterar farligt gods genom att fordonet, vagnarna eller containrarna är märkta med stora etiketter och/eller skyltar för att varna om innehållet.



Gör såhär om det sker en olycka av farliga ämnen:

- Ta reda på vad som har hänt och håll dig uppdaterad genom VMA i radio, på TV, via 112-appen och borlange.se.
- Håll dig inomhus med stängda fönster och dörrar. Undvik rök och gasmoln.

Om du själv uppmärksammar en olycka ska du ringa 112.

Tänk på!

Om en olycka med farliga ämnen inträffar i ett vattenskyddsområde är det mycket allvarligt eftersom det kan hota dricksvattnet för många människor. Kontakta omedelbart 112.

Höga vattenflöden och dammbrott

Under vår och höst ökar risken för höga flöden, så kallad vårflood och höstflood. Det kan innebära översvämningar särskilt längs Dalälven men även vid Tunaån och Runn. Även Torsång, Sunnanö, Norr Amsberg och Ornäs kan påverkas.

Dalälven som rinner genom Borlänge är en av Sveriges största älvar med flera dammanläggningar. Risken för dammbrott är mycket liten, men om ett större brott inträffar, kan omfattande översvämningar uppstå längs älven. Om dammbrott vid till exempel Trängsletdammen i Älvdalen sker, kan vattnet nå Borlänge inom 18–20 timmar.

Några tips på vad du kan göra:

- Tänk ut en alternativ plats att åka till om du måste lämna ditt hem.
- Täta fönster och ventiler i källaren samt täpp igen avlopp och toaletter.
- Bygg en vall av sand eller jord runt huset.
- Undvik att gå eller köra bil genom översvämmade områden.

Via lansstyrelsen.se/dalarna kan du läsa mer om aktuellt vattenflöde och prognoser om vattenflödet för länet.

Ditt ansvar som fastighetsägare

Som fastighetsägare har du ett eget ansvar för att vidta förebyggande åtgärder och vara beredd på att skydda din egendom. Läs mer på krisinformation.se vad du kan göra innan, under och efter en översvämning.

Bra att ha hemma:

- Sandsäckar eller hydrosäckar.
- Pump för att pumpa ut vatten ur fastigheten.
- Vattentåliga plastpåsar eller säckar för att skydda viktiga föremål och dokument.
- Vattentåliga kläder om du behöver ge dig ut.

Tänk på!

Se till att din fastighet eller verksamhet är rätt försäkrad.



Hur ser Sveriges totalförsvaret ut?

Om Sverige skulle utsättas för ett angrepp behöver vi alla, efter bästa förmåga, bidra till att försvara vårt land – det kallas totalförsvaret. Totalförsvaret ska skydda och försvara vårt lands fred och frihet samt rätten att leva som vi själva väljer. Sveriges totalförsvaret består av militärt och civilt försvar.

Höjd beredskap

Beredskapen kan höjas för att stärka landets förmåga att försvara sig. Regeringen kan besluta om höjd beredskap och då ska hela samhället hjälpas åt för att se till att det viktigaste fungerar.

Läs mer om höjd beredskap på msb.se

Medlemmar i Nato

Sverige är sedan mars 2024 med i försvarsalliansen Nato, något som stärker totalförsvaret.

Läs mer om Nato på msb.se/nato

Skyddsrum

Sveriges skyddsrum skyddar befolkningen vid krig. Du tillhör inte något särskilt utan använder det som finns närmast dig om du varnas för ett väpnat angrepp.

I Borlänge kommun finns cirka 450 skyddsrum märkta med symbolen orange fyrkant och blå triangel. Du kan hitta ditt närmsta skyddsrum på MSB:s hemsida msb.se/skyddsrum.

Skyddsrum kan användas till förråd i fredstid, men ska kunna göras i ordning av fastighetsägaren inom 48 timmar vid krigsfara eller krig.

Tänk på att det på grund av platsbrist och allergier inte är tillåtet att ta med husdjur i skyddsrummen, men ledarhundar är välkomna.



Totalförsvarsplikt

I Sverige råder totalförsvarsplikt och du omfattas om du är:

- Mellan 16–70 år.
- Svensk medborgare bosatt i Sverige eller utomlands.
- Utländsk medborgare bosatt i Sverige.

Det betyder att du, om det behövs, är skyldig att hjälpa till och bidra med det som krävs för att förbereda och skydda Sverige vid krigsfara eller krig.

Det finns tre typer av totalförsvarsplikt:

- **Värnplikt** finns inom det militära försvaret och ska bidra till landets försvar vid krigsfara och krig.
- **Civilplikt** är den civila motsvarigheten till värnplikt och ska säkerställa att viktiga samhällsfunktioner, som till exempel räddningstjänst, fungerar vid höjd beredskap eller krig.
- **Allmän tjänsteplikt** gäller om regeringen beslutar det och innebär att du ska fortsätta gå till ditt vanliga arbete eller utföra andra viktiga uppgifter för totalförsvaret. Arbetsförmedlingen placerar dig där du behövs mest.

Viste du?

Vid krig måste vi alla bidra efter bästa förmåga!

Krigsplacering – vad betyder det?

Om du är krigsplacerad ska du tjänstgöra inom totalförsvaret vid höjd beredskap eller krig, oavsett annan anställning. Krigsplacering är en förberedande åtgärd och ska säkerställa samhällsviktiga funktioner. Det kan ske via anställning eller som värnpliktig. Är du osäker på om du är krigsplacerad – kontakta din arbetsgivare eller Plikt- och provningsverket.



För dig med särskilda behov

Vid en kris är det extra viktigt att du som har särskilda behov är förberedd. Tänk igenom vad du kan behöva hjälp med och informera din omgivning. Genom att förbereda dig och känna till vilket stöd som finns blir det lättare att agera tryggt och självständigt. Nedan finns exempel på råd från krisinformation.se och MSB som kan öka din trygghet vid en kris.

Råd för dig som är blind eller har en synnedsättning

- Använd röstassistenten i din mobiltelefon regelbundet. Då blir det enklare att förlita sig på den även när du är stressad.
- Märk viktiga saker med punktskrift eller tydlig text.
- Ställ in en batteriradio på din lokala P4-kanal och ha den lättillgänglig.
- Ledar- och assistanshundar får följa med in i skyddsrum.
- Berätta gärna för någon i din närhet, till exempel en granne, att du kan behöva hjälp vid en kris.

Råd för dig som är döv eller har en hörselnedsättning

- Spara medicinsk information och nödkontakter i mobiletelefonen. Ange om du är döv eller behöver teckenspråkstolk.
- Förhandsregistrera dig på sosalarm.se för att kunna larma 112 via SMS.
- Använd tjänsterna texttelefoni, bildtelefoni eller teletal för kontakt med myndigheter och organisationer.
- Ladda ner SOS Alarm och krisinformation.se. Aktivera notiser för VMA.
- Lita på myndighetsinformation. Sprid inte obekräftat innehåll då falsk och oriktig information är vanligt vid kris och krig.

Tips!

Anpassa din beredskap efter dina egna behov!

Råd för dig med fysisk funktionsnedsättning

- Använder du elrullstol? Försök ha en lätt, manuell rullstol som reserv ifall elrullstolen inte kan användas.
- Om du använder en sittdyna, ta med den vid en evakuering, även om du tvingas lämna rullstolen.
- Ha gärna en extra hjälpmedelsenhet hemma, som en käpp eller rullator, för ökad flexibilitet.
- Förvara verktyg hemma som du kan behöva för att justera eller laga din utrustning med, till exempel en skiftnyckel.
- Pannlampa frigör händerna, bra vid strömavbrott.
- Ha en visselpipa nära till hands för att kunna larma.



Din beredskap och mentala förberedelse

Vid en kris kan hjälpen dröja då kommunen prioriterar de mest utsatta. Planera därför för att själv kunna ordna vatten, värme, mat och kommunikation en tid. Lika viktigt är att mentalt förbereda sig, att våga tänka på det svåra och vara rustad när det oväntade sker.

Planera din beredskap utifrån dina och dina näras behov. Glöm inte mediciner och första hjälpen. Ha kontanter i små valörer ifall kortbetalning och uttagsautomater slutar fungera. Kom också ihåg att planera mat, vatten och nödvändig utrustning om du har husdjur. Läs mer om hur du kan planera din beredskap på kommunens webbplats borlange.se.

Genom att planera i förväg, prata med andra och göra en enkel plan, minskar risken att bli passiv i en kris. Att vara mentalt förberedd är minst lika viktigt som att ha vatten och mat hemma. Det handlar inte om att vara rädd, utan att med öppna ögon kunna planera, agera och hjälpa varandra när det behövs.

Tänk igenom hur du kan agera i olika situationer

Prata öppet om beredskap med dina närmaste

Öva på att behålla lugnet och fokusera på nästa steg

Acceptera att en allvarlig kris kan inträffa

Lita på din förmåga att hantera svåra lägen

Gör en enkel plan för dig själv och din familj

Kontaktuppgifter

Nu har du förhoppningsvis fått bättre kunskap om vad som kan hända och vad just du kan göra för att förbereda dig själv och hjälpa andra. Nedan har vi samlat viktiga kontaktuppgifter att spara som kan vara bra att ha vid en kris eller annan allvarlig händelse i Borlänge.



SOS Alarm

Akut hjälp vid nödsituationer

☎ 112

sosalarm.se



Polisen

Information och anmälan

☎ 114 14

polisen.se



Nationella informationsnumret
Vid kriser och olyckor

☎ 113 13

krisinformation.se



Giftinformationscentralen

Giftinformation

☎ 010-456 67 00

giftinformation.se



Sjukvårdsupplysningen

För rådgivning och hälsoinformation

☎ 1177

1177.se



Region Dalarna

Information om hälsa och vård inom regionen

☎ 023-49 00 00

regiondalarna.se



Räddningstjänsten Dala Mitt

För information och rådgivning

☎ 023-48 88 00

dalamitt.se



AB Borlänge Energi

Information vid pågående störningar och avbrott i elnät, avfall, fjärrvärme, fiber, vatten och avlopp

☎ 0243-730 00

borlange-energi.se



Svenska Blå Stjärnan

Information och råd om beredskap för husdjur

☎ 08-425 030 40

svenskablastjarnan.se

Till sist

En av våra viktigaste
tillgångar när något
hotar oss är vår vilja
att hjälpa varandra!

Information som hjälper dig att klara kriser.



borlange.se/beredskap

En bra broschyr att spara.

