

Foto: Thomas Henriksson, MSB

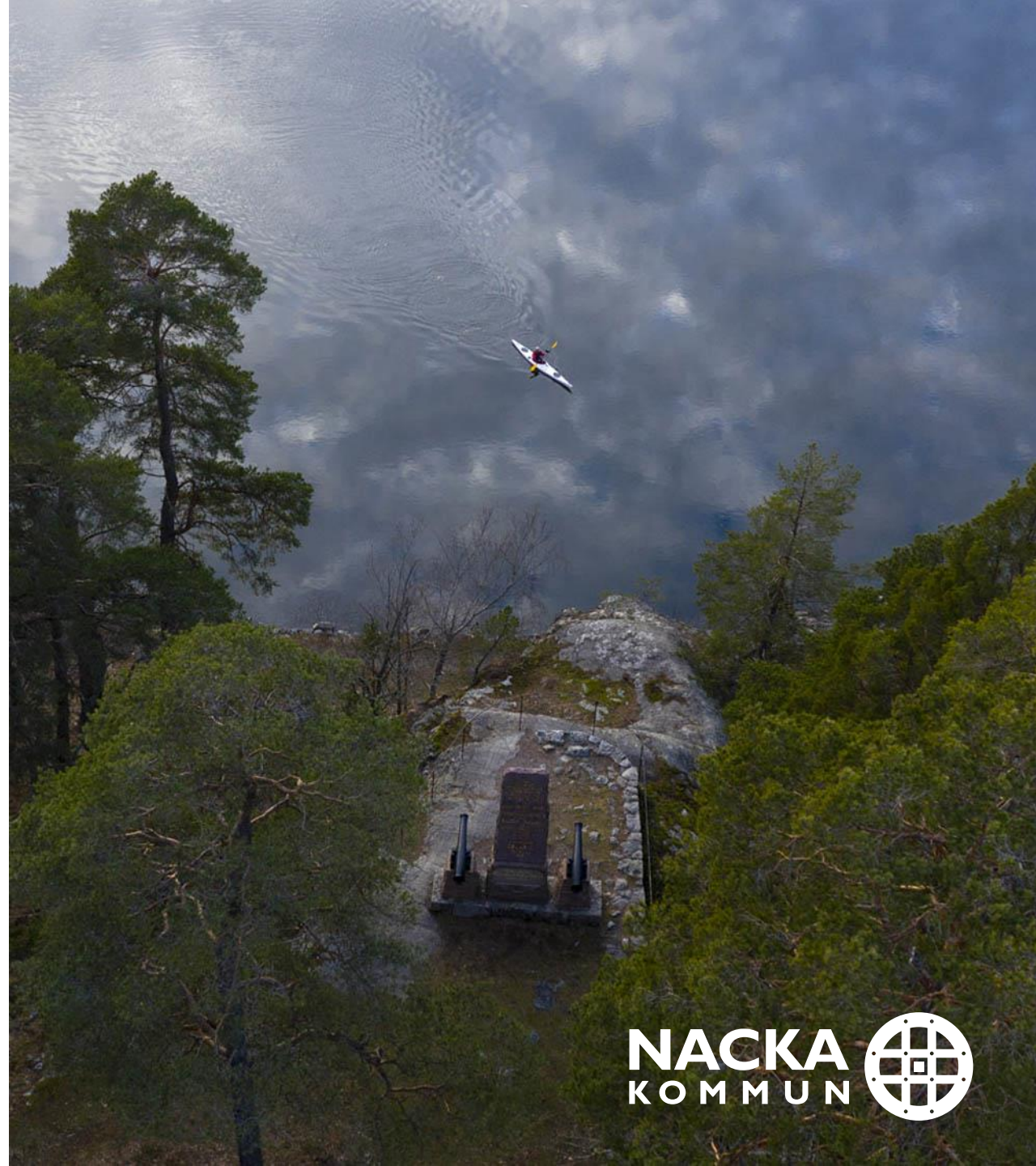
KRISBEREDSKAP OCH CIVILT FÖRSVAR I NACKA KOMMUN

Seniordagen 2025



AGENDA

- Kommunens uppdrag och ansvar i kris och krig
- Dimensionerande faktorer
- KRIS
- Skyddsrum
- Trygghetspunkt
- Vad gör vi i Nacka
- Du själv då?
- Summering och avslut



A photograph of the Nacka City Hall (Nacka stadshus) building, a red brick structure with a series of windows. A large, dark blue sign with the words "Nacka stadshus" in a stylized font is mounted on the facade. Below it, a black horizontal band contains the word "HUVUDENTRÉ" in white capital letters. The sky is clear and blue.

Nacka stadshus

HUVUDENTRÉ

KOMMUNENS UPPDRAG I KRIS OCH KRIG?



DIMENSIONERANDE FAKTORER

- Kriget i Ukraina
- Handelskrig
- Organiserad brottslighet
- Cyberhot, sabotage och terrorism
- AI-utvecklingen
- Klimathot
- Risbergska i Örebro
- Pandemier

Och allt annat som kan drabba en kommun...





UTGÅNGSPUNKTER FÖR TOTALFÖRSVARET 2025–2030



Utgångspunkter för totalförsvaret bygger på ett antal dimensionerande typsituationer som beskriver tänkbara delar av en militär konflikt, och vilka konsekvenserna kan bli för samhället.

De sju typsituationerna är:

- Hybrida hot
- Världsstöd
- Anfall mot norra Sverige
- Anfall mot Gotland
- Fjärrangrepp
- Förstärkning av alliansens norra flank
- Förstärkning av alliansen i Baltikum

KRIS

En kris är en händelse i fredstid som leder till en samhällsstörning som drabbar många människor och stora delar av samhället.

Kriser kommer ofta plötsligt och riskerar att få allvarliga konsekvenser.

Ofta behöver stora delar av samhället arbeta tillsammans för att snabbt försöka lösa krisen

VAD SKULLE NACKA KOMMUN
KUNNA BLI DRABBAD AV?

The background features a complex network diagram with numerous circular nodes of varying sizes connected by thin, light blue lines. The nodes are distributed across the entire frame, creating a sense of interconnectedness and flow.

CIVILT FÖRSVAR

SAMHÄLLET SKA FUNGERA OCH BEFOLKNINGEN SKA SKYDDAS

SKYDDSRUM



- Ett skyddsrum ska skydda mot tryckvåg, splitter, gas och radioaktivt nedfall och ska vara uppmärkt med skylt
- Skyddsrummet ska erbjuda skydd, möjlighet till värme, färskvatten att dricka och toalettbesök
- Man har 75 x 75 cm per person och det finns ingen bekvämlighet
- I höjd beredskap är alla skyddsrum allmän plats
- Vid beslut om höjd beredskap ska alla skyddsrum ställas i ordning på maximalt 48 timmar och det är dom som kommer dit först som får hjälpas åt. I skyddsrummet ska det finnas en instruktion för hur det ställs i ordning
- Det är fastighetsägaren som ansvarar för att skyddsrummet fungerar och att det öppnas vid höjd beredskap
- Man har inget dedikerat skyddsrum utan tar sig till det närmaste vid larm, alla Sveriges skyddsrum finns utsatta på skyddsrumskartan på msb.se

SKYDDSRUM FORTS.



- Man får inte ta med sig sina husdjur och inga skyddsrum är tillgänglighetsanpassade
- Man får själv ta med sig något att äta, mediciner, värmande kläder, öronproppar, hygienartiklar etc.
- I Nacka finns det skyddsrum för ca 65 000 personer
- Ett alternativ till skyddsrum är skyddade utrymmen, till exempel underjordiska garage, källare, fönsterlösa rum etcetera

TRYGGHETSPUNKTER



Bild: Björn Öberg



FINNS PÅ PLATS I NACKA

- ”Om krisen eller kriget kommer till Nacka” – lokal krisbroschyr
- Digital utbildning i krisberedskap för nackaborna – Medveten, redo, trygg
- Kommunens skyddsrum besiktigade och åtgärder pågår
- Fem trygghetspunkter som kan aktiveras vid kris
- Mycket väl fungerande samverkan vid kriser i Stockholmsregionen
- Nacka Värmdö Räddningssällskap
- Tjänsteperson i beredskap (TiB)
- Och mycket mer...

PÅGÅENDE ARBETE

- Krigsorganisation och dess bemanning
- Komplettering "Hesa Fredrik" (Viktigt Meddelande till Allmänheten - VMA)
- Kontinuitetsplanering och övning
- Projekt med batterilagring för reservdrift av trygghetspunkter

Och mycket mer...

DU SJÄLV DÅ?

VILKEN HEMBEREDSKAP HAR DU?





OM DRICKSVATTNET FÖRSVINNAR



Dricksvatten är vårt allra viktigaste livsmedel.

Det kan hända att området där du bor blir utan dricksvatten på grund av olyckor, elavbrott eller andra störningar.

Räkna med att en vuxen person behöver ungefär tre till fem liter vatten per dygn, i första hand till dryck och matlagning.

Bra att ha hemma

- Dricksvatten i rena dunkar för en vecka, som förvaras där det är mörkt och svalt.
- Hinkar med lock eller vattendunkar med stor öppning att hämta vatten i.
- Petflaskor med vatten som förvaras i frysen (fyll inte ända upp, då spricker flaskan). Flaskorna fungerar både som reservdricksvatten och som kylklampar i frysen under längre elavbrott.
- Engångstallrikar och bestick.

Gör så här

- Använd våtservetter och handsprit till personlig hygien i stället för vatten.
- Ta reda på om du kan hämta vatten på andra platser.
- I nödläge kan du använda vatten från sjöar och vattendrag. Ta då vatten från ställen där vattnet rinner, eller som är långt ut från stranden.
- Du kan också samla regnvatten till disk, tvätt och hygien.

Koka vatten

I krissituationer är förorenat vatten en av de vanligaste smittspridarna av mag- och tarmsjukdomar. Om du är osäker på om vattnet är säkert att dricka ska du koka det eller använda reningstabletter. Detsamma gäller för vatten du har hämtat ute, eller om du använder snö och is. Koka upp vattnet tills det bubblar kraftigt med stora bubblor innan du dricker det eller använder till matlagning.



Tips! Några sjöar i Nacka med renare vatten är Vittjärn (Boo), Sandasjön (Älta) och Lund-sjön-Dammsjön (Saltsjöbaden).



Tänk på! Att koka vatten eller använda reningstabletter hjälper inte mot kemisk förorening.

NACKA KOMMUNS NÖDVATTENPLAN

Vid längre vattenavbrott kan Nacka kommuns nödvattenplan aktiveras. Nacka vatten och avfall ställer då ut tankar med dricksvatten för dryck och matlagning i drabbade områden. Vatten körs först ut till sårbara grupper, det kan till exempel gälla äldre-

TOALETT OCH HYGIEN

Under ett vattenavbrott kommer det inte gå att spola på toaletten. Nu behöver du vara uppfinningsrik samtidigt som du tänker på hygien.

- En kraftig plastpåse i toalettstolen kan kortsiktigt fungera som ett "torrdass".
- Gör hål i påsen så att urin kan rinna ner i toaletten. Kasta toalettpappret i en papperskorg.
- Om du vill kan du hämta vatten i närliggande sjö eller smälta snö för att spola med.

Efter någon dag kan det börja lukta illa från toaletten. Lagg på ett lock som sluter tätt så sprids inte lukten i bostaden.

Hantera avfallet

Du kan behöva hjälp med hantering av avfallet. Då informerar Nacka vatten och avfall om hur det går till.

Bra att ha hemma

- Hinkar med lock.
- Kraftiga plastpåsar.
- Våtservetter och handsprit.
- Plasthandskar.

LIVSMEDEL OCH MATLAGNING

Olika situationer kan ställa till problem med både inköp och tillagning av mat, till exempel längre vatten- och elavbrott eller uteblivna transporter till livsmedelsbutiker. Därför är det bra att ha ett lager med mat hemma.

- Välj mat som kan förvaras i rumstemperatur, är enkel att tillaga och kräver små mängder vatten.
- Vid ett långvarigt elavbrott kan du behöva ett gas- eller spritkök med bränsle, eller en grill om du kan vara utomhus.
- Se till att ha kontanter hemma så att du kan handla mat, vid elavbrott fungerar varken bankomater eller kortbetalning.



Glöm ej! Även husdjur behöver vatten, mat och värme vid en kris. QR-koden leder till information och checklistor om husdjur på [krisinformation.se](https://www.krisinformation.se)



GÖR WEBBUTBILDNINGEN SOM STÄRKER DIN KRISBEREDSKAP!



Scanna QR-kod
för att läsa mer och
göra utbildningen.



VAD?

Innehåll

1. Så ökar du din krismedvetenhet

2. Så får du varningar,
information och skydd

3. Så kan du förbereda dig

4. Så tar vi hand om varandra





Vad är hemberedskap?

Grunderna i den personliga hemberedskapen handlar om att du ska kunna tillgodose dina viktigaste behov, förebygga vanliga olyckor samt hantera konsekvenserna av dessa. Det gäller till exempel tryggheten i vårt hem, mat och dryck, brandskydd, första hjälpen, sömn, ekonomi och hälsa.

Vår hemberedskap är och har alltid varit, vårt personliga ansvar. Vissa saker kanske du inte ens tänker på som hemberedskap, till exempel din hemförsäkring och att ha fungerande brandvarnare. Enligt SBC:s siffror (2022) saknar 400 000 hushåll i Sverige en hemförsäkring, vilket innebär att de bland annat står utan rättsskydd och ekonomiskt skydd både hemma och på resa.



Hemberedskap innebär att vi förbereder och planerar så att vi kan behålla vår trygghet i olika situationer.

≡ Innan du börjar ☐

▼ AVSNITT 3: SÅ KAN DU FÖRBEREDA DIG

📺 Välkommen till avsnitt 3 ☐

📖 Lektion 1: Din hemberedskap ☒

📖 Lektion 2: Vatten och mat i kris ☐



☰ Innan du börjar

▼ AVSNITT 3: SÅ KAN DU FÖRBEREDA DIG

📺 Välkommen till avsnitt 3

📖 Lektion 1: Din hemberedskap

📖 Lektion 2: Vatten och mat i kris



QUIZ

Vad kommer du ihåg av den här lektionen?

Svara på frågorna nedan för att se vad du kommer ihåg.

Vad kan du själv ta ansvar för vid en kris?

Du kan klicka i flera svarsalternativ.

☐

Ta reda på vad som händer

☐

Sprida rykten via Facebook och Instagram

SUMMERING

- **Kommunen har samma ansvar under kris och krig**, i ansträngda förhållanden kommer vissa verksamheter att tas bort eller prioriteras ned
- **Ha en egen hemberedskap** - hemmet är den bästa trygghetspunkten
- **Läs kommunens krisbroschyr och gå den digitala krisutbildningen** "Medveten, redo, trygg", båda finns på Nacka.se
- **Prata ihop dig med grannarna** – hur kan ni hjälpas åt i händelse av kris?
- **Bestäm i förväg i familjen hur ni ska agera i händelse av kris**, till exempel förutbestämd samlingsplats
- **Notera var du har dina närmaste skyddsrum**
- **Följ myndigheter och kommunens information** i händelse av kris, till exempel Krisinformation.se

NACKA
K O M M U N

