



DU ÄR EN DEL AV SVERIGES BEREDSKAP

Alla som fyller 18 i år och är totalförsvarspflichtiga får denna folder. Här kan du läsa om vilket ansvar du har vid en kris, krigsfara eller krig. Om du är förberedd bidrar du till att hela landet bättre kan klara en svår påfrestning. Du är en del av Sveriges beredskap.



Bidra genom att fixa krislådan

En kris kan göra att samhället inte fungerar som vi är vana vid. Det kan till exempel vara naturkatastrofer, it-attacker, terrorangrepp eller krig. I sådana lägen ansvarar myndigheter, kommuner, organisationer och företag för att samhället ska fungera, men alla har ett ansvar. Ju fler som kan ta hand om sig själva och sina närstående, desto längre räcker samhällets resurser. Och desto bättre klarar landet krisen. Du kan bidra genom att bunkra upp med det mest nödvändiga.



Mat som kan förvaras i rumstemperatur. Ett campingkök med bränsle.



PET-flaskor fyllda till $\frac{3}{4}$ att ha i frysen som reservdricksvatten och mineralvatten. Möjlighet att koka vatten.



Sovsäck, filterar och varma kläder. Ved till braskamin om det finns.



Extra powerbank till mobilen. Radio med batterier, vev eller solceller så att du kan lyssna på nyheter i Sveriges Radio P4.

Annat som är bra att ha:

- Hygienartiklar som fungerar utan vatten.
- Ficklampa med extra batterier.
- Papperslista med viktiga telefonnummer.
- Kontanter.



Du behövs!

I Sverige har vi totalförsvarsplikt. Du som är mellan 16 och 70 år är totalförsvarspliktig. Det betyder att du kan kallas in för att hjälpa till vid krigsfara eller krig. Det gäller även den som är bosatt i Sverige utan att vara svensk medborgare.

Vad du kan bidra med beror exempelvis på vad du jobbar med och vad du har för utbildning. Du kanske har kallats till mönstring eller sökt frivilligt och ska göra värnplikt? Det finns många sätt att engagera sig för att göra en skillnad.

Engagera dig på ditt sätt

Det finns många sätt att engagera sig. Alla kan göra något. Det finns många frivilliga försvarsorganisationer som gör viktiga insatser för vår säkerhet och beredskap. Gå med i en som fokuserar på något du är intresserad av, exempelvis kommunikation, sjukvård, sjöräddning, transport eller djurskötsel. Du kan bidra genom att bara vara medlem eller delta mer aktivt, exempelvis genom att gå utbildningar och kurser. Ofta får du kunskaper och erfarenheter som du får stor nytta av, även om det inte är en kris.

Att lära sig första hjälpen är också ett sätt att göra skillnad. Ha också alltid ett första hjälpen-kit hemma. En av våra viktigaste tillgångar vid ett hot är vår vilja att hjälpa varandra.



Vad är totalförsvaret?

Sveriges samlade försvar ska skydda och försvara landet, vår frihet och rätten att leva som vi själva väljer. Vi har alla en uppgift om Sverige hotas.

Totalförsvaret – All verksamhet som behövs för att förbereda och skydda Sverige vid krig. Det består av militärt och civilt försvar.

Militärt försvar – Försvarsmakten och Hemvärnet som alltid är redo att agera i händelse av kris eller konfliktsituationer, dygnet runt, här hemma eller i andra delar av världen.

Civilt försvar – Det arbete som görs av statliga myndigheter, kommuner, landsting, företag och frivilligorganisationer, ger stöd till Försvarsmakten och ser till att exempelvis sjukvård och skola fungerar även vid krigsfara eller krig.



Information vid kris, krigsfara eller krig

- Varningar ges via radio och tv, framförallt Sveriges Radio och Sveriges Television. De börjar med orden "Viktigt meddelande till allmänheten".
- Vid sällsynta tillfällen används utomhusvarning "Hesa Fredrik". Om du hör "Hesa Fredrik" ska du gå inomhus. Stäng dörrar, fönster och ventilation och lyssna på Sveriges Radio P4.
- Utomhusvarningen kan även sända signalerna för beredskapslarm och flyglarm. Beredskapslarm är ett sätt för regeringen att meddela att det råder omedelbar krigsfara, eller att landet är i krig. Flyglarm betyder att du omedelbart ska uppsöka skydd, exempelvis skyddsrum eller en källare i den byggnad där du befinner dig.
- För att lämna eller få information vid allvarliga händelser, ring 113 13. Det är Sveriges nationella informationsnummer.
- Krisinformation.se samlar information från Sveriges myndigheter vid kriser.

Läs mer

Dinsäkerhet.se – fördjupad information om olika hot och din beredskap.

Rekryteringsmyndigheten.se – om totalförsvarspikten, värnplikt och mönstring.

Försvarsmakten.se – om Sveriges militära försvar och om militär grundutbildning.

Frivilligutbildning.se – om frivilliga försvarsorganisationer.