



Lidingö  
stad

# Om **krisen** kommer till Lidingö



# Ett tryggt och säkert Lidingö

Det ska vara tryggt och säkert att bo, arbeta och vistas på Lidingö. Staden arbetar förebyggande för att minska risken för olyckor, allvarliga händelser, brott, skador och andra påfrestningar. Vi har också beredskap dygnet runt om en kris skulle inträffa.

Vi lever i ett sårbart samhälle i en tid där hot och risker inte tar hänsyn till geografiska gränser. Vattenbrist, terrorhot, omfattande elavbrott eller extremväder är exempel på allvarliga händelser som vi måste försöka förhindra, men också kunna hantera om de inträffar.

Utan el fungerar exempelvis inte leveransen av matvaror till affärer, bankomater slutar att fungera liksom internet, mobiltelefoner, bensinpumpar, vatten, värme samt kyl och frys. Efter bara några dagar har vi en samhällskris som drabbar oss på ett eller annat sätt. Kommunerna har en viktig roll i samhällets krisberedskap och inom det civila försvaret. Ju bättre kommunerna är på att hantera kriser, desto bättre blir den samlade förmågan i samhället att hantera kriser.

Vid en samhällskris kommer inte resurserna att räcka till alla drabbade samtidigt, utan måste prioriteras för de mest utsatta. Andra behöver klara sig själva en tid. Har du funderat över hur just du och dina anhöriga skulle klara en vardag som inte fungerar som vi är vana vid? Vilka behov och förutsättningar behöver du ta hänsyn till och planera för? Det du gör påverkar hur hela landet klarar en kris. Du är en del av Sveriges beredskap.

Det faktum att Lidingö är en del av Storstockholmsregionen ställer dessutom höga krav på samordning och samverkan vid kriser, både inom staden och med andra berörda aktörer, exempelvis andra kommuner, Länsstyrelsen Stockholm, Polisen, Region Stockholm, Försvarsmakten och Trafikverket.

Syftet med den här informationsfoldern är att främja trygghet och säkerhet genom att skapa en mental förberedelse och beredskap inför oönskade händelser.

# Stadens ansvar vid kris

Lidingö stad har ett ansvar för alla som befinner sig inom stadens geografiska område vid en kris, ett så kallat geografiskt områdesansvar. Det betyder att staden också har ett ansvar för dem som vistas tillfälligt här. I ansvaret ligger att samverka och samordna planering och förberedelser, att samordna de krishanteringsåtgärder som vidtas och samordna informationen till allmänheten.

En del av detta är att se till att samhällsviktiga verksamheter inom staden fungerar. Det gäller till exempel äldreomsorg, skola och vattenförsörjning.

Utöver geografiskt områdesansvar styrs svensk krishantering av tre principer:

## Ansvarsprincipen

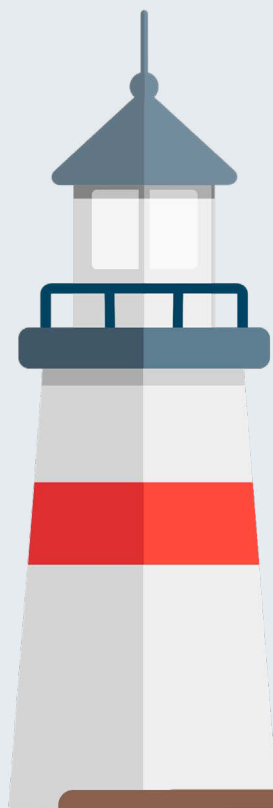
Den som ansvarar för en verksamhet under normala förhållanden har samma ansvar under en krissituation.

## Likhetsprincipen

Under en kris ska samhällsfunktioner så långt som möjligt fungera på samma sätt som vid normala förhållanden.

## Närhetsprincipen

En kris ska hanteras där den inträffar, av de närmast berörda och ansvariga.



# Beredskap dygnet runt

På stadens webbplats hittar du information för att du ska kunna förbereda dig om en kris inträffar. Staden har god beredskap att på olika sätt nå ut med information vid en kris, även när ordinarie informationskanaler inte fungerar. Läs mer på sid 8-9.

## Tjänsteperson i beredskap

Staden har en beredskapsfunktion som kallas tjänsteperson i beredskap (TiB). Lidingös TiB-funktion har beredskap dygnet runt, årets alla dagar. Huvuduppgiften för en TiB är att upprätthålla beredskap så att staden snabbt kan vidta åtgärder om en kris skulle uppstå.


## Trygghetspunkter

Under en kris kan det behövas fysiska platser där du som befinner dig på Lidingö exempelvis kan få information och tillfälligt väderskydd eller ladda din mobiltelefon. Om Lidingö drabbas av en kris kan staden aktivera en eller flera sådana platser, utifrån var krisen uppstår och dess omfattning.

### Här är stadens trygghetspunkter:

- Rudboda skola, Nilstorpsvägen 3
- Lidingö stadshus, Stockholmsvägen 50
- Gångsätrahallen, Läroverksvägen 54



 Lidingös trygghetspunkter.

# Lokala risker

Väderrelaterade händelser som stormar, kraftiga snöfall, skyfall och översvämningar kan drabba Lidingö. Det kan i sin tur ge påverkan på framkomlighet och orsaka skador och strömbrott. Även värmeböljor, vattenbrist och bränder kan drabba oss.

## Här kan du hitta mer information:

- På [smhi.se](http://smhi.se) kan du se aktuella lokala vädervarningar och väderrelaterade konsekvenser.
  - Lidingös webbkarta innehåller bland annat en karta över var de största översvämningriskerna finns på Lidingö. Sök på [lidingo.se/kartor](http://lidingo.se/kartor). Sök upp fliken krisberedskap och trygghetspunkter.
  - På [storstockholm.brand.se](http://storstockholm.brand.se) får du lokal information om du får elda eller inte samt tips på hur du eldar säkert.
  - Vid brist på dricksvatten kommer information om tappställen på Lidingö att finnas på [lidingo.se](http://lidingo.se).
  - För aktuell trafikinformation och påverkan på väg och kollektivtrafik se [sl.se](http://sl.se), [trafikverket.se](http://trafikverket.se) och [trafiken.nu](http://trafiken.nu).
- Vid allvarliga olyckor och kriser kan du få information och lämna information hos Sveriges nationella informationsnummer 113 13.
  - En övergripande bild av läget och information från olika berörda myndigheter finns på [krisinformation.se](http://krisinformation.se).

Här kan du läsa mer om risker och hot som kan uppstå, hur samhällets beredskap ser ut och vilka myndigheter som ansvarar för vad. Du får också information om hur du själv kan förbereda dig.



[krisinformation.se/detta-kan-handa](http://krisinformation.se/detta-kan-handa)

# Var inte rädd – var förberedd

Som enskild bär du alltid ansvaret för din egen säkerhet. Det gäller också vid ett långvarigt strömavbrott eller annan form av störning eller kris i samhället. Det innebär att du själv behöver ordna vatten, värme och något att äta. Det är också viktigt att du kan kommunicera med andra och ta del av viktig information från myndigheter och media.

Om de flesta av oss kan klara den första akuta veckan på egen hand kan samhällets resurser användas för att hjälpa svaga eller utsatta människor, till exempel äldre, sjuka och barn. Förbered dig på att du och din familj ska klara er på egen hand åtminstone i krisens inledningsskede. Fundera på vad du kan behöva ha hemma om samhällets funktioner slutar att fungera. Ha gärna en krislåda redo för att klara minst en vecka, men gärna lite längre. Vad den kan innehålla hittar du längre fram i denna folder.

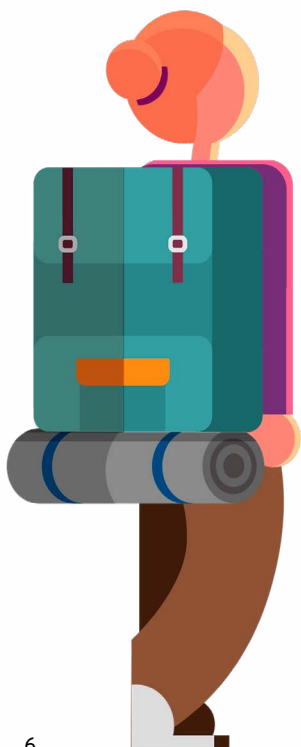
## Håll dig informerad

Vid en kris är det viktigt att ta del av den information som ges. Håll dig till de offentliga kanalerna och lita inte på ryktesspridning. Bra källor till information vid en kris hittar du längre fram i denna folder.

## Att larma

Du ska alltid ringa larmnumret 112 om du eller någon i din närhet råkar ut för en nödsituation som kräver omedelbar hjälp av ambulans, räddningstjänst eller polis. När du larmar är det viktigt att berätta var du befinner dig, vad som hänt och om någon är skadad.

Tänk på att endast ringa 112 om det är en nödsituation. Om ditt samtal inte är brådskande kan du i stället ringa polisen på 114 14, vårdguiden på 1177 eller informationsnumret vid större olyckor eller kriser 113 13.



## Hör av dig till nära och kära

Hör av dig till anhöriga. Använd exempelvis sociala medier för att inte belasta telefonnätet för att meddela anhöriga och vänner att du är säker. Lägg inte ut eller dela bilder på drabbade.

## Engagera dig

Vid en kris är samhället beroende av att det finns frivilliga resurser som hjälper till och engagerar sig. Tänk lite extra på om du har grannar som behöver stöd och hjälp. Det finns även andra sätt att engagera sig på, till exempel att ansluta sig till en frivilligorganisation. Som medlem kan du bidra till att samhället fortsätter fungera även under störda förhållanden och att dina medmänniskor får stöd och hjälp.

## Öva

Ett sätt att pröva sin egen hemberedskap är att öva. Du kan exempelvis öva med din familj, på arbetsplatsen, med grannar eller med en vän. Lek med tanken att något allvarligt inträffat som gör att samhället inte fungerar som vanligt. Det skulle exempelvis kunna handla om ett längre strömbrott på Lidingö eller i hela Stockholmsregionen. Inom ett par dagar blir det kallt inne. Maten i kylan och frysen blir dålig. Det kommer inget vatten ur kranen och ditt betalkort fungerar inte. Internet ligger nere och det går inte att ringa.

- Hur skulle det påverka dig direkt och indirekt?
- Vad behöver du ha förberett för att klara dig på bästa sätt?
- Vad behöver du ändra på för att vara ännu bättre förberedd?

Förbered dig för en kris, Lidingö stads webbplats:

[lidingo.se/krisforberedelse](https://lidingo.se/krisforberedelse)



Röda korset Lidingö är en lokal frivilligorganisation. Här kan du läsa mer:

[rodakorset.se/ort/stockholm/lidingo-stad](https://rodakorset.se/ort/stockholm/lidingo-stad)




Här kan du läsa mer om Sveriges frivilligorganisationer:

[krisinformation.se/detta-gor-samhallet/mer-om-sveriges-krisanteringssystem/samhallets-ansvar/frivilligorganisationer](https://krisinformation.se/detta-gor-samhallet/mer-om-sveriges-krisanteringssystem/samhallets-ansvar/frivilligorganisationer)



# Så får du krisinformation

## Facebook

En viktig krisinformationskälla är Lidingö stads Facebooksida. Stadens konto är verifierat och du känner igen det genom att det är en blå bock bredvid namnet Lidingö stad. 

## Telefon

Ring Lidingö stad för att få svar på frågor om en pågående lokal kris, 08-731 30 00.

## Internet

Lidingö stads webbplats, [lidingo.se](http://lidingo.se), är en viktig informationskälla i händelse av kris. Du kan också gå in på [krisinformation.se](http://krisinformation.se).

## Sveriges radio

Sveriges radio P4 är Sveriges beredskapskanal. Det betyder att Sveriges Radio P4 skickar ut lokal information från myndigheter vid kriser, stora olyckor och i värsta fall krig. De allra flesta "Viktigt medelande till allmänheten", VMA, sänds ut i Sveriges Radio P4 och kan även tas emot i Sveriges Radios app.

## 112-appen

Med 112-appen från SOS Alarm får du information snabbt om händelser som inträffar i ditt närområde så att du kan känna dig tryggare och för att kunna undvika direkt eller indirekt fara. Du kan även ringa 112 via appen och automatiskt dela din aktuella position med SOS Alarm.

→ Längst bak i denna broschyr hittar du fler viktiga kontaktuppgifter.

## Desinformation

Vid stora oförutsedda händelser är det extra viktigt att informationen som sprids är korrekt. Förmedla ingen information vidare om du inte är säker på att den är korrekt. Felaktiga uppgifter som kommer i omlopp genom ryktesspridning kan få förödande konsekvenser. Kom ihåg att vara källkritisk till icke officiell information som inte kommer från myndighetskanaler.



# När allt ligger nere

Både internet- och telefonitjänster kan drabbas av störningar som gör att du inte kan kommunicera eller komma åt information som vanligt. Staden är väl förberedd för att nå ut med information på alternativa sätt exempelvis via Sveriges radio P4, på anslagstavlor runt om på ön, samt på våra tre trygghetspunkter, se sida 4.



Inför ett strömavbrott kan du förbereda dig genom att ha en laddad powerbank hemma. Under ett strömavbrott kan du använda bilradio om du inte har en batteridrivna radio eller en vevradio. Sätt din mobil i strömsparläge och använd den bara när du måste, eller ladda i bilen om du har tillgång till en.

Störningar kan också påverka dig när du ska larma 112. Så länge någon operatörs nät fungerar i området går det att nå nödnumret 112. Om det inte fungerar att larma, ta ut SIM-kortet ur telefonen och ring 112.

## Bra att ha hemma för kommunikation

För att kunna kommunicera med andra och ta del av viktig information är det bra att ha följande hemma:

- Radio som drivs på batteri, med vev eller solceller
- Powerbank till mobiltelefon
- Anteckningsblock och blyertspenna
- Lista med viktiga telefonnummer



# Bra att ha hemma

Om det blir ett längre strömavbrott, vattenbrist, terrorangrepp eller extremväder så kan det ta tid innan samhällets service fungerar normalt igen. Strömmen kan ha gått, värmen slutat fungera och butikernas hyllor börjar gapa tomma.

Samhällets resurser måste då användas till dem som behöver det mest. Att inför ett scenario som ovan tänka på sig själv och sin familj är det bästa sättet att visa omtanke om andra. En målsättning kan vara att du och din familj ska kunna klara er i minst en vecka.

Här hittar du saker som är bra att ha hemma i en krislåda. Anpassa listan så att den passar dig och din familj.

## 🔥 Värme och ljus

- Varma kläder, mössor, halsdukar och vantar
- Extra filter, täcken, sovsäckar
- Stearin- eller värmeljus
- Fotogen- eller oljelampa och bränsle
- Gasol- eller fotogenkamin och bränsle
- Tändstickor eller braständare
- Ficklampa och extrabatterier, eller med dynamo/vev så att du inte är beroende av batterier

## 🔔 Tänk på!

När ljus och annat brinner kan det bildas kolmonoxid, en färg- och luktfri gas som är giftig att andas in. Vädra därför kort men rejält och ofta. Om det är kallt: Samlas i ett rum med mattor. Stäng dörrar, fäll ner persienner och dra för gardiner för att minska värmeutstrålningen. Bygg en koja med filter över ett bord eller slå upp ett tält inne i rummet.

## 🍴 Mat

Det är bra att ha ett litet lager mat som går att lagra länge, som kan förvaras i rumstemperatur och som går enkelt att tillaga. Om det blir långvarigt strömavbrott kan du behöva ett gas- eller spritkök med bränsle, eller en grill om du kan vara utomhus.

- Okokt pasta, ris eller bulgur
- Kött-, fisk- och grönsakskonserver
- Potatispulvermos och pulversoppa
- Ägg
- Havregryn, flingor och mjöl
- Hårt bröd, skorpor eller kex
- Mjukost eller annat hållbart pålägg
- Färdigkokta bönor eller linser i tetrapack
- Nyponsoppa, blåbärssoppa eller fruktkräm
- Nötter och russin
- Socker och honung
- Olja, salt och peppar
- Choklad, energibars och godis

## 💧 Vatten

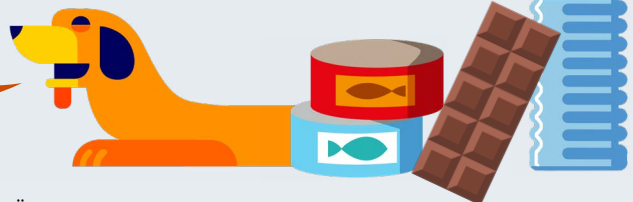
Vatten behövs inte bara till att dricka, utan till matlagning och hygien. Toaletten drar mycket vatten om du spolar. Men den är också en resurs för dricksvatten. Tanken rymmer 7-8 liter färskvatten.

- Vattenfyllda PET-flaskor i frysen
- Vattendunkar eller hinkar
- Mineralvattenflaskor

### ⚠️ Tänk på!

De första dagarna behövs ungefär 3-5 liter vatten per person och dygn, därefter ökar behovet successivt. Om vattnet är förorenat behöver det kokas innan det går att dricka. En vuxen person behöver ungefär 1 800-2 300 kcal per dag. Under en kris kan energibehovet öka på grund av den extra ansträngning som krävs.

Glöm inte  
förnödenheter till  
hustjuren



# Också bra att ha hemma

## ◊ Toalett och hygien

Vid vattenbrist kan du behöva spara på toalettbesök och måste planera för att bara göra enstaka spolningar. Vid ström- eller vattenavbrott kan du i stället behöva samla in avfallet i en kraftig plastpåse som du placerar i toalettstolen. Denna lyfts sedan över i en latrintunna med tätslutande lock innan hämtning. Lidingö stad hjälper till med hämtning men du behöver införskaffa plastpåsar och latrintunna själv. Var beredd på att man kan få spara latrintunnan länge i händelse av kris.

- Kraftiga plastpåsar, max 40 l
- Hink eller tunna med tätslutande lock.



## 🗨️ Kommunikation

För att kunna kommunicera med andra och ta del av viktig information är det bra att ha följande hemma:

- Radio som drivs på batteri, med vev eller solceller
- Extrabatteri till mobiltelefon
- Anteckningsblock och blyertspenna
- Lista med viktiga telefonnummer



## 📅 Övrigt

- Husapotek, första hjälpen och mediciner
- Hygienartiklar och våtservetter
- Kastrull eller kokkärl
- Sprit- eller gasolkök
- Utomhusgrill och kol eller gasol
- Engångstallrikar och -bestick
- Plastpåsar för sopor
- Brandvarnare, brandsläckare och -filt
- Kontanter i små valörer
- Konservöppnare
- Säkringar till proppskåp

# Skyddsrum

På Lidingö finns skyddsrum utspridda över ön. Skyddsrum finns för att ge befolkningen fysiskt skydd vid krig. Fastighetsägaren, som kan vara både kommunen, ett företag, en bostadsrättsförening eller en privatperson ansvarar för att underhålla skyddsrummen. När det är fred får fastighetsägarna använda skyddsrummen som helt vanliga lokaler. Skulle skyddsrummen behöva användas är fastighetsägare skyldiga att ställa i ordning dem inom 48 timmar. Om det skulle bli ett flyglarm ska du omedelbart bege dig till ett skyddsrum eller i nödfall ett annat skyddande utrymme. Läs mer om flyglarm på sid 14. Myndigheten för skydd och beredskap, MSB, har det övergripande ansvaret för landets skyddsrum och genomför kontroller för att se att de underhålls.

På [msb.se](https://msb.se) kan du se skyddsrumskartan och ta reda på var ditt närmaste ligger. Du hittar den också på [lidingo.se/kartor](https://lidingo.se/kartor). Sök upp fliken Krisberedskap och trygghetspunkter.



## Bra att ta med till skyddsrum

- Något att dricka och äta
- Hygienartiklar
- Mediciner och hjälpmedel som glasögon linsor, hörapparat, dosett
- Batteri- eller vevradio
- Mobiltelefon, laddare och powerbank
- Legitimation, kontanter, kontokort
- Ficklampa eller pannlampa
- Varma kläder
- Toalettpapper
- Första hjälpenväska
- Mugg eller kåsa för vatten

# VMA – viktigt meddelande till allmänheten

## VMA och SMS

När det händer något allvarligt som omedelbart hotar liv, hälsa, egendom eller miljö, används utomhussirenen ”Viktigt meddelande till allmänheten”, VMA, populärt kallad Hesa Fredrik

Det finns olika typer av VMA och olika sätt att sända ut sådana meddelanden. I första hand görs det via Sveriges Radio P4, men också via SVT. Som komplement kan även SMS användas. Då skickas ett SMS ut via SOS Alarm. Utomhuslarmet används också till flyglarm och beredskapslarm om det är fara för krig. Signalerna testas 15.00 första helgfria måndag i mars, juni, september och december. Vid prov får du också information via radio.

## Hur låter utomhuslarmet?

Varningssignalen hörs i 7 sekunder. Sedan följer 14 sekunders tystnad. Därefter låter den igen. När faran är över hörs en längre signal på 30 sekunder.



## När larmet går:

1. Gå inomhus.
2. Stäng dörrar och fönster, samt ventiler och fläktar om det går.
3. Lyssna på Sveriges Radio P4, eller titta på SVT.

Du kan också söka information på [krisinformation.se](http://krisinformation.se), tv/text-tv och på det nationella informationsnumret 113 13. Ring inte 112, numret ska bara användas vid akut fara!

## ☎ Myndighetsmeddelande

Ett myndighetsmeddelande skickas när normal verksamhet i viktiga samhällsfunktioner inte längre kan bedrivas. Det kan till exempel röra sig om störningar i vatten- och elförsörjning, som inte bedöms livsfarliga i ett kort perspektiv. Information sprids via Sveriges Radio P4 samt via SVT och [krisinformation.se](http://krisinformation.se).

# Bra länkar och telefonnummer

 På den här sidan kan du samla viktig information:

Närmaste skyddsrum: .....

Närmaste trygghetspunkt: .....

Viktiga telefonnummer: .....

Överenskommen mötesplats för familjen: .....

Närmast anhöriga: .....

Skola/förskola: .....

Omsorgsboende: .....

Försäkringsbolag: .....

Elleverantör: .....

Övriga: .....

## Telefonnummer

**112** Vid akut fara

**113 13** Informationsnummer vid olyckor och kriser

**114 14** Polisens nummer vid icke akuta händelser

**1177** Vårdguiden

## Länkar

→ [krisinformation.se](http://krisinformation.se)

→ [sverigesradio.se/stockholm](http://sverigesradio.se/stockholm)

→ [svt.se/text-tv/100](http://svt.se/text-tv/100) (nyheter)  
och [svt.se/text-tv/599](http://svt.se/text-tv/599) (VMA)

→ [polisen.se](http://polisen.se)

→ [stockholm.brand.se](http://stockholm.brand.se)

→ [sosalarm.se](http://sosalarm.se)

→ [1177.se/Stockholm](http://1177.se/Stockholm)

→ [regionstockholm.se](http://regionstockholm.se)

→ [forsvarsmakten.se](http://forsvarsmakten.se)

→ [72timmar.se](http://72timmar.se)

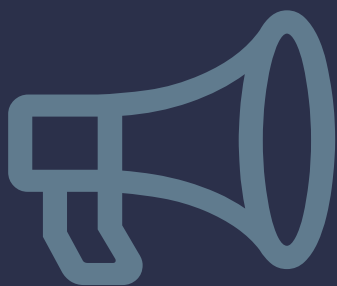
→ [msb.se](http://msb.se)

→ [smhi.se](http://smhi.se)

→ [civil.se](http://civil.se)

→ [lidingo.se](http://lidingo.se)

→ [facebook.com/lidingostad](http://facebook.com/lidingostad)



# Förvaras lätt åtkomlig

En kris kan komma plötsligt



Lidingö  
stad



[lidingo.se](http://lidingo.se)