

Jaką masz gotowość, jeżeli kaloryfery przestaną grzać, a lodówka chłodzić?

W razie poważnej wichury, zakłóceń informatycznych lub konfliktu zbrojnego to, co uważamy za oczywiste, może przestać działać. Dlatego dobrze jest się przygotować. Najważniejsze to mieć jedzenie, wodę pitną, ogrzewanie i możliwość odbierania ważnych informacji. Jeżeli nadejdzie kryzys lub wojna, wszyscy będziemy musieli sobie pomagać.

Wspólna odpowiedzialność

Większość z nas jest przyzwyczajona do tego, że usługi publiczne prawie zawsze działają. Szwecja jest przy tym bezpieczniejsza od wielu państw. Istnieją jednak zagrożenia dla naszego bezpieczeństwa i suwerenności. Jeżeli masz gotowość, przyczynisz się do lepszego przejścia ciężkich prób.

Ocieplenie klimatu powoduje częstsze wichury, powodzie i pożary lasu. Niepokoje na świecie mogą wpływać na import i powodować braki żywności i leków. Poważna choroba zakaźna z dużą liczbą dotkniętych może spowodować brak personelu w ważnych branżach. Zakłócenia systemów informatycznych mogą wpływać na dostawy prądu.

Gmina odpowiada za funkcjonowanie między innymi zaopatrzenia w wodę, opieki nad seniorami, służb ratunkowych i szkół także w razie kryzysu społecznego. Musisz też jednak przygotować się na radzenie sobie z trudną sytuacją bez względu na to, co ją spowodowało. Odwróć stronę, a znajdziesz porady na temat tego, co warto mieć w domu.

Zaplanuj swoje zapasy domowe

W razie kryzysu społecznego pomoc kieruje się w pierwszej kolejności do najbardziej potrzebujących. Większość musi być przygotowana na radzenie sobie samemu przez jakiś czas. Zaplanuj na kilka dni, tydzień albo dłużej, jeśli masz możliwość. Dopasuj swoje zapasy domowe do siebie i swoich bliskich. Rozwiąż pewne kwestie wspólnie, porozmawiaj z krewnymi i sąsiadami o tym, jak możecie przygotować się razem.

Warto wiedzieć

W broszurze **Om krisen eller kriget kommer** przeczytasz więcej o tym, jak różne kryzysy społeczne mogą wpłynąć na codzienność i co możesz zrobić i o czym pamiętać, żeby lepiej się przygotować.

Broszurę można zamówić po szwedzku. W formie cyfrowej jest dostępna w różnych językach i w wersji uproszczonej. Informacja jest też dostępna w szwedzkiej i angielskiej wersji audio, w języku migowym i pismem punktowym. Zeskanuj kod QR, żeby otworzyć broszurę.



Myndigheten för
samhällsskydd
och beredskap

Jaką masz gotowość?

Poniżej znajdziesz ogólne porady na temat tego, co warto mieć w domu w razie kryzysu. Skorzystaj z tego, co pasuje do Ciebie i Twoich bliskich, rozwiążcie wspólnie pewne kwestie i pożyczajcie od siebie nawzajem.

- Radio na baterie, na baterie słoneczne albo nakręcane. Dostęp do radia samochodowego.
- Latarka i czołówka z zapasowymi bateriami.
- Czyste baniaki i butelki do przynoszenia i przechowywania wody.
- Jedzenie nie wymagające przechowywania w lodówce/zamrażarce, gotowe do spożycia lub do przygotowania bez wody.
- Kuchenka turystyczna z paliwem. Do użytku na świeżym powietrzu.
- Śpiwory, koce i ciepłe ubrania, wełniana bielizna termiczna.
- Zapalki.
- Świece i świeczki.
- Lampa naftowa lub olejna i paliwo do niej. Pamiętaj o dobrej wentylacji.
- Alternatywne źródło ciepła na naftę, gaz, diesel lub drewno.
- Domowa apteczka i artykuły higieniczne (na przykład chusteczki nawilżane).
- Zapasowe baterie, naładowane powerbanki.
- Gotówka na wypadek awarii systemów płatniczych.
- Kartka z listą numerów telefonów do rodziny, sąsiadów, gminy, służb ratowniczych, dostawcy prądu, szpitali.



Woda

Czysta woda pitna jest nieodzowna. Licz co najmniej trzy litry na dobę dla dorosłej osoby. Jeśli nie masz pewności co do jakości, musisz mieć możliwość gotowania wody.

Jedzenie

Ważne, żeby mieć w domu jedzenie o wystarczającym ładunku energetycznym. Korzystaj z pożywienia o długiej przydatności, które można szybko przygotować z małą ilością wody albo które można spożyć bez przygotowania.

Ciepło

Jeżeli zabraknie prądu w zimnej porze roku, mieszkanie szybko się wychłodzi. Zbierajcie się w jednym pomieszczeniu, powieście koce w oknach, przykryjcie podłogę dywanami i zróbcie namiot pod stołem dla utrzymania ciepła. Pamiętaj o ryzyku pożaru, jeśli używasz świec.

Komunikacja

W razie poważnego zdarzenia potrzebujesz odbierać ważne informacje od odpowiedzialnych instytucji, przede wszystkim poprzez szwedzkie radio państwowe P4 i szwedzką telewizję państwową. Możesz też wejść na krisinformation.se lub zadzwonić pod numer informacyjny 113 13. W nagłych potrzebach musisz mieć możliwość zaalarmowania pod 112. Pamiętaj również, że potrzebujesz móc się kontaktować z rodziną.