

FÖRBEREDD

EN INTRODUKTION TILL
SKANDINAVISK KRISBEREDSKAP
OCH PREPPING

SJÖDIN & SJÖDIN

*Det här kommer inte handla om att bunkra vapen,
bygga egna strålningsssäkra skyddsrum eller att
camouflera sig för att kunna gå ut.*

Tack till
Johan Pedersen-Sandbakken



Stefan Sjödin



Michael Sjödin

Som innovatörer och entreprenörer inom bl a IT och marknad har bröderna Sjödin drivit flera projekt, ofta "för tidigt" där t ex storskalig nätshopping för privatpersoner

sågs som en utopi och mer än en uppfinning har fått gå åter i byrålådan för att senare dyka upp från annat håll.

När de nu samarbetar för att väcka förståelse för den egna beredskapen hos vanligt folk kan de dock inte vara ute för tidigt. Ju fler som anammar det här, och ju fortare, desto bättre!

Erfarenheter från bl a säkerhetsbranschen, friluftsliv, överlevnadsutbildning och frivilligrörelsen ligger till grund för den här lättsmälta introduktionen.

Samhällsengagemanget är starkt. Ett annat pågående projekt är Semper Miles: www.sempermiles.se

Åh nej!
Vad har hänt?
Varför gör ingen något?!

Den här boken vänder sig till dig som vill skapa möjligheten och tryggheten att själv klara en tid när allt inte är som det ska – en dag, en vecka eller mer.

Vi tittar närmare på förberedande i stort och i detalj, på vad du kan behöva ta lite höjd för, varför och på enkla lösningar. Utifrån din verklighet, på dina breddgrader.

Byt för alltid ut "Varför gör ingen något?" mot "Okej, nu gör vi så här!"

Innehåll

1. Förbereda?

2. Samhällets beredskap

Kort om kris

Varning och information

Grundprinciper

Ansvar och organisation

3. Två grupper

4. Stanna eller lämna

5. Ta dig hem

Du själv

Din respektive

Dina barn

Andra du ansvarar för

Tillfälligt på annan plats

Utrustning som hjälper

6. Kunskap och erfarenhet

Böcker

På TV

Hemsidor på internet

Kursverksamhet

Friluftsliv

7. Grundläggande behov

Luft

Vatten

Mat

Värme

Toalett

8. Utrustning

Vätska

Värme - uppvärmning

Värme - kläder o dyl

[Livsmedel](#)
[Matlagning](#)
[Ljus och belysning](#)
[Sjukvård](#)
[Brand](#)
[Hygien och rengöring](#)
[Elektroniska prylar](#)
[Handverktyg](#)
[Betalningsmedel](#)
[Fordonsbränsle](#)
[Förvaring av brandfarliga ämnen](#)

[9. Värme och energi](#)

[Isolering](#)
[Kort om uppvärmning](#)
[Om radiatorer](#)
[Lagrad värme](#)
[Vanliga värmekällor i hemmen](#)
[Nöddrift av värmekällor](#)
[Sammanfattning](#)

[10. Säkerhet](#)

[Människans beteende](#)
[Försiktighet](#)
[Egendom](#)

[11. Mer info och källor](#)

1. Förbereda?

Den som förbereder för att klara sig själv och sina närmaste en tid. Är det en omtänksam och klyftig eller bara underlig person?

Ingen vill väl egentligen tänka på att saker och ting kan bli sämre, att vi kanske hänger på en skör tråd som får oss att känna trygghet? Allt är ju som det är och kommer så att förbli!



Du har mat hemma, värmen och AC:n fungerar, din bil startar, lokaltrafiken rullar på, mobiltelefonen är den senaste, jobb och familjen är okej, du har koll på tandläkartiden, amorterar, har rätt antal kanaler i TV:n,

tränar, har lönen på banken och kanske t o m sparar till den där onödigt dyra men åtråvärda grejen samt har en eller flera nära vänner – i vått och torrt.

Livet är som det ska. Ja, det kunde såklart vara ännu lite bättre men tids nog så kommer kanske steget upp. Kämpa på, var social och glöm inte trisslotten!

För varje år som går lämnar vi därför medvetet och omedvetet över allt mer av kontrollen till andra, d v s myndigheter och företag som vi inte har en susning om hur de jobbar eller har för möjligheter, till tekniska lösningar vi inte förstår hur de fungerar o s v. Vardagen går allt fortare och vi fokuserar mer på vår absoluta närhet med kortare och kortare framförhållning. Det enda långsiktiga är kanske hur kommande semester ska se ut och att vi har en pensionsplan (som är lite krånglig men sköter sig själv).

Låt oss stanna upp och ändå skänka motsatsen en tanke. Det kommer onekligen att kännas lite läskigt för en del.



Hur skulle det vara om du en dag inte längre har det du normalt förväntar dig och betalar för. Inget vatten och ingen elektricitet med allt vad det innebär, inget bränsle på bensinmacken och mataffären är stängd. Jobbigt rent generellt och då har vi inte vägt in förutsättningarna.

Är det vinter? Naturkatastrof av något slag? Hur omfattande i samhället, eller t o m i landet, är problemet? Är förbindelserna brutna? Äger du en radio som inte kräver internetuppkoppling? Är du inte hemma – hur tar du dig då hem?!

Det blev kanske mycket på en gång men okej, här kommer en fråga som säger en del om hur förberedda vi (inte) är: Har du kontanter på fickan, låt säga 300–400 kronor, när du är hemifrån och förväntar dig att åka hem med bilen, kommunala färdmedel eller taxi?

Har du det? Grattis, då klarar du den lilla situationen om det skulle krisa! Har du inte det? Då tillhör du kanske skaran som blint förlitar sig på att plastkort, kommunikationer, affärer och tjänster alltid kommer att fungera. (Läs mer om hemfärd i kapitlet Ta dig hem).

Ofta nås vi av nyheter om problem som beror på överraskande yttre omständigheter. Problem som påverkar många och det rejält.

Det vanliga är att det sker i något land, i något område långt härifrån och vi förfasas över offren för t ex översvämningar, stormar och oväder av svårförståeliga mått eller mer samhällseliga problem som terrorism, politisk orolighet, upplopp eller "bara" att livsmedel inte kan levereras fram p g a en strejk eller bränslebrist.

Även i vårt land och direkta närområde får vi vår beskärda del av skyfall, elavbrott, översvämningar, snökaos,

oframkomliga vägar, stormar m m som emellanåt sätter samhället och oss själva på prov.

På senare tid har det också blivit populärt att visa dokumentärer om katastrofer, möjliga katastrofer, om hur folk överlevt svåra umbäranden och t o m program om förberedelser och överlevnad.

Det är då, där framför TV:n eller datorn vi tar det till oss, förfasas och känner engagemang.

Det är då en del av oss tänker att det där vill jag aldrig vara med om och om jag ändå, mot all förmodan, skulle det så skulle det såklart inte vara som ett överraskat offer utan som en väl förberedd överlevnadsexpert.

Hos de flesta är det tyvärr en tom reflektion som går över med reklampausen och kanalbytet eller när programmet är slut. Vi skänker i vissa fall lite pengar till katastrofens offer, viftar bort olustkänslorna och ser sedan kvällens film och tar något gott till. Livet går vidare.

Om det sedan händer något står vi där och förbannar att ingen gör något. Vi kanske undrar hur någon häftig TV-överlevare skulle ha förhållit sig till situationen.

Det är precis det här som du kan ändra på – här och nu!

Börja med att glömma påhittade filmhjältar, hur man gör ett regnskydd i Amazonas djungler eller tar sig ner för en brant klippa i Alperna, som du sett på TV eller kanske t o m läst i en översatt, cool överlevnadsbok från utlandet.

Låt oss istället fokusera på vårt vardagliga liv, vårt hem, och vår familj i vår miljö och återknyt till kunskaper som mer eller mindre alltid funnits men som vi tappat bort.

Låt oss börja tänka logiskt och börja förbereda oss en smula. Och kom ihåg att även lite förberedelse är bättre än ingen!

2. Samhällets beredskap

[Kort om kris](#)

[Varning och information](#)

[Grundprinciper](#)

[Ansvar och organisation](#)

Samhället vakar över oss och kommer att arbeta för att ställa allt till rätta så snabbt och smidigt som möjligt. Det finns många duktiga människor i olika myndigheter och organisationer som har i uppdrag att ansvara för att saker och ting fungerar.

Det betyder dock inte att vi kan lägga fötterna på bordet och tro att vi privatpersoner står utan ansvar. Du förväntas förstå att det KAN hända saker som påverkar och förändrar din vardag. Vidare förväntas du vara medveten om att samhällets resurser i första hand kan komma att behöva användas till grupper som inte klarar sig själva, t ex sjuka, äldre och barn (mellan raderna kan du alltså komma att behöva ta hand om dig själv för en kortare tid). Du ska inhämta information om vad som hänt, vad som händer och följa de instruktioner som ges från myndigheterna.