

# SÄÄSTÄ TÄMÄ OHJEKIRJANEN

Tärkeää tietoa Västeråsin asukkaille  
kriisi- tai sotatilanteissa



VÄSTERÅS STAD



[vasteras.se](https://vasteras.se)

Yhteiskuntatietoa kaikille Västeråsin  
kunnan kotitalouksille

# Jos kriisi puhkeaa tai sota syttyy

Tämä ohjekirjanen on tarkoitettu sinulle, joka asut Västeråsin kunnassa. Se sisältää tietoa siitä, mikä on voimassa kriisin puhjetessa tai sodan syttyessä, jotta voimme yhdessä pärjätä mahdollisimman hyvin. Täältä löydät tietoa lämmityksestä, vedestä, ruoasta, sähköstä, hälytysnumerosta 112, turvapisteistä, VMA:sta, turvapisteistä jos Västeråsissa puhkeaa kriisi tai pahimmassa tapauksessa sota.

Vuonna 2018 Ruotsin yhtelkuntasuojelu- ja valmiusvirasto MSB lähetti esitteen ”Jos kriisi puhkeaa tai sota syttyy” kaikille kotitalouksille Ruotsissa. Västeråsin kaupunki lähetti silloin täydentävää tietoa västeråsilaishilille.

Koska tilanne maailmassa on muuttunut sen jälkeen ja turvallisuuspoliittinen tilanne on erilainen, olemme päättäneet lähettää

tarkistetun ja edelleen täydennetyn ohjekirjan sinulle uudelleen.

Päivitettyä tietoa on saatavilla myös osoitteissa [www.vasteras.se/krisberedskap](http://www.vasteras.se/krisberedskap) ja [www.msb.se](http://www.msb.se).

## Valmistaudu!

Voi kestää jonkin aikaa ennen kuin yhteiskunta toimii jälleen normaalisti kriisin jälkeen ja voit palata rutiineihisi. Siksi sinun on oltava valmis tulemaan toimeen ilman tavanomaisia julkisia palveluja vähintään viikon tai sitäkin pidempään. Keskustele naapureiden, ystävien ja perheen kanssa ja kysy, tarvitsevatko he apua johonkin.

Jos jokainen on valmis selviytymään itse, viranomaiset, kuten Västeråsin kaupunki, voivat keskittyä auttamaan suurimmassa hädässä ja avun tarpeessa olevia.



## Säästä tämä ohjekirjanen!

Jos jotakin vakavaa tapahtuu, hyödyt suuresti näiden tietojen lukemisesta.

Tallenna esite hyvään paikkaan, jotta löydät sen helposti tarvittaessa.

## Tässä ohjekirjasessa on lisätietoja seuraavista asioista:

Jos kriisi puhkeaa tai sota syttyy	Sivu 2
Miten saa olemassa olevan varoitusäänijärjestelmän kautta tiedon, että on kriisi tai sota?	Sivu 4
Varoitusjärjestelmät kriisi- ja sotatilanteissa	Sivu 5
Kuinka saa tietoa kriisin aikana	Sivu 6
Turvapisteet, joissa voi saada tukea Västeråsin kaupungilta kriisin aikana	Sivu 7
Väestönsuojat	Sivu 8
Oma valmius	Sivu 9
Juomavesihuolto	Sivu 10
Elintarvikehuolto	Sivu 11
Toimintarajoitteiset	Sivu 12
Kokonaismaanpuolustus ja kohotettu valmius	Sivu 14
Tarkistuslista laajamittaista evakointia varten	Sivu 15
Tärkeät puhelinnumerot ja linkit	Takasivu

Ruotsin yhtelkuntasuojelu- ja valmiusvirasto lähetti vuonna 2018 esitteen ”Jos kriisi puhkeaa tai sota syttyy” kaikille Ruotsin kotitalouksille.

Jos sinulla ei enää ole esitettä, voit tilata uuden MSB:n verkkosivustolta osoitteesta [msb.se](http://msb.se). Sieltä löytyy myös lisää vinkejä kodin valmiuteen.



# Miten saa olemassa olevan varoitusäänimerkkijärjestelmän kautta tiedon, että on kriisi tai sota?

## Tärkeä tiedote yleisölle, VMA

Yleisölle vaarallisten onnettomuuksien ja vakavien tapahtumien sattua viranomaiset käyttävät tärkeää tiedotetta yleisölle (VMA) joka on varoitusjärjestelmä. Yleensä VMA välitetään radion ja television kautta. Todella vakavissa tilanteissa tärkeisiin tiedotteisiin käytetään myös "Hesa Fredrik" ulkohälytysjärjestelmää. Ulkohälytysjärjestelmää voidaan käyttää valmius- ja ilmahälytyksiin, jos Ruotsi joutuisi sotaan.

Voimakas ulkohälytysäänimerkki koostuu 7 sekunnin yhtenäisestä äänimerkistä, jota seuraa 14 sekunnin tauko. Se kuuluu vähintään kaksi minuuttia. Hälytys tapahtuu välittömästi vakavassa vaaratilanteessa. Lokakuussa 2022 hälytinkoväänisiä on Västerås, Tillbergan, Irstan, Kvikksundin, Skultunan ja Hökäsenin kaupunkialueilla. Ne toimivat, vaikka virta katkeaisi. Kun vaara on ohi, lähetetään 30 sekunnin tasainen äänimerkki.

Äänimerkkejä tärkeä tiedote yleisölle ja vaara ohi testataan toistuvasti ensimmäisenä pyhättömänä maanantaina **maalis-, kesä-, syys-** ja **joulukuussa** klo 15.00.

## Varoitusäänimerkkiä voidaan myös täydentää puhutulla viestillä

Yleisölle voidaan tiedottaa VMA:sta monin tavoin. Jos lataat sovelluksen Krisinformation/ Kriisi-informaatio MSB:stä puhelimeesi, voit vastaanottaa VMA-ilmoituksen push-tiedotteina. Myös SOS-ALARM hälytyksen 112-sovelluksen kautta saat push-tiedotteita VMA:sta, ja krisinformation.se kautta. Varoitus voi tulla myös tekstiviestinä vaikutusalueella oleviin matkapuhelimiin. VMA-hälytystä pyytävä toimi ja päättää palvelun käytöstä kunkin yksittäisen tapahtuman osalta erikseen.

SOS-hälytys voi myös joissakin tapauksissa soittaa kyseisellä alueella rekisteröityihin lankapuhelinnumeroihin. Soitto tulee silloin numerosta 010-474 55 00.

Varaparistoilla varustettu radio on ylivoimaisesti tärkein työkalu, jolla saa tietoa vakavista tapahtumista. Aurinkokennoilla tai dynamolla ladattava radio, voi olla hyvä varalaite.



# Varoitusjärjestelmät kriisi- ja sotatilanteissa

Jos Ruotsi joutuu sodan vaaraan tai sotaan, hälytysjärjestelmän avulla väestö saadaan nopeasti suojautumaan esimerkiksi ilmahyökkäykseltä. Varoituksia voidaan antaa ulkohälyttimillä ja tiedottein Ruotsin yleisradion kautta.

**Valmiushälytykset välittömästi sodanuhasta tai että maa on sodassa**  
Valmiushälytys (äänimerkki 30 sekuntia - tauko 15 sekuntia) on hallituksen keino ilmoittaa, että sodan vaara on välitön tai että maa on sodassa.

Jos kuulet valmiushälytyksen, mene heti sisälle ja kuuntele Ruotsin yleisradion P4-kanavaa. Valmistaudu lähtemään kodistasi ja ottamaan mukaan tärkeimmät tavarat: lämpimät vaatteet, jotakin syötävää ja juotavaa sekä henkilöllisyystodistus. Jos sinulle on määrätty sodan ajan sijoitus, sinun tulee siirtyä välittömästi paikkaan, joka sinulle on ilmoitettu.

**Ilmahälytys lähestyvistä ilmaiskusta**  
Puolustusvoimien havaitessa uhkaavan ilmahyökkäyksen, ilmahälytystä (äänimerkki kaksi sekuntia – tauko kaksi sekuntia, minuutin ajan) voidaan käyttää väestön varoittamiseen. Jos kuulet äänimerkin, hakeudu välittömästi suojaan, esimerkiksi lähimpään väestönsuojaan tai muuhun suojaavaan tilaan.

**Vaara ohi**  
Kun vaara on ohi, kuuluu tasainen äänimerkki 30 sekunnin ajan. Tällöin voit poistua väestönsuojasta tai muusta suojaavassa tilasta.

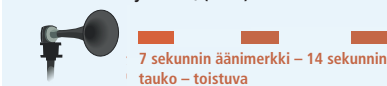
**1. VMA**  
Alkuvaiheessa tärkeät tiedotteet yleisölle (VMA) radion ja television kautta.



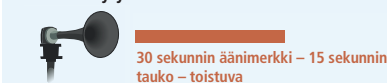
**2. Tyfon**  
Akuutimissa tilanteissa kuuluu ulkohälytys Tyfon, eli "Hesa Fredrik". Tällöin sinun tulee nopeasti hakeutua suojaan.



## Tärkeä tiedote yleisölle, (VMA)



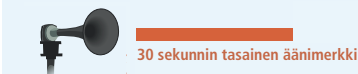
## Valmiushälytys välittömässä sodan vaarassa



## Ilmahälytys - Varoittaa ilma- ja muiden aseiden hyökkäyksistä



## Vaara ohi



# Kuinka saa tietoa kriisin aikana

Muista suhtautua kriittisesti epävirallisten tietojen lähteisiin, jotka eivät tule viranmaisten kanavilta. **Kaikki tiedot, että luovutamme ja antaudumme aseellisessa selkkauksessa, ovat väärä!**



## Facebook

Käytämme Västeråsin kaupungin Facebook-sivua levittämään tietojamme tai halutessamme sinun suojautuvan, kun jotakin tapahtuu.



## Puhelin

Västeråsin kaupungilla on ylimääräinen infonumero, jonka avaamme arvioidessamme kriisin vakavaksi. Numero on **021-39 90 00**. Voit sitten soittaa sinne saadaksesi vastauksia kriisiä koskeviin kysymyksiin. Teemme yhteistyötä lääninhallituksen, poliisin, pelastustoimen, alueen ja Mälarenergin, naapurikuntien, Ruotsin liikenneviraston ja puolustusvoimien kanssa.



## Internet

Kunnan verkkosivuilta, **www.vasteras.se**, löydät tietoa mahdollisessa kriisitilanteessa. Symbolia, jossa on ympyrä ja huutomerkki käytetään kiinnittämään huomiosi siihen, että jotakin vakavaa on tapahtunut. Löydät tietoa myös osoitteesta: **www.krisinformation.se**.



## Ruotsin Radio

Ruotsin radion P4 on Ruotsin valmiuskanava. Tämä tarkoittaa, että Ruotsin radion P4 lähettää viranomaisilta tulevaa tietoa kriiseissä, suuronnettomuoksissa ja pahimmassa tapauksessa sodassa. Suurin osa tärkeistä yleisölle suunnatuista viesteistä lähetetään Ruotsin radiossa kanavalla P4 ja se voidaan vastaanottaa myös Ruotsin radion sovelluksessa, muuten on voimassa taajuus 100,5 Västmanlandissa.



## 112-sovellus

112-sovelluksen avulla saat nopeasti tietoa lähialueesi tapahtumista, jotta voit tuntea olosi turvallisemmaksi ja välttää suoran tai epäsuoran vaaran. Voit myös soittaa numeroon **112** sovelluksen kautta ja jakaa senhetkisen sijaintisi automaattisesti SOS Alarm hälytyskeskukseen.



*The Municipality's special icon for crises*

Tämän esitteen takasivulta löydät lisää tärkeitä yhteystietoja.

Kansallinen viestintänumero **113 13** antaa ja ottaa vastaan tietoja vuorokauden ympäri.

# Turvapisteeet, joissa voi saada tukea Västeråsin kaupungilta kriisin aikana

Västeråsin kaupunki käyttää kunnan kouluja turvapisteinä, jotka voimme aktivoida kriisien aikana. Turvapisteet ovat paikkoja, joissa on tarjolla lämpöä, vettä, lämmintä ruokaa, tietoa, mahdollisuus hälyttää 112, vessoja, yksinkertaista lääketieteellistä hoitoa, yösijaa tai tukea. Turvapisteissä työskentelee usein vapaaehtoisia ja kunnan henkilökuntaa.

## Västeråsin kunnassa on 22 koulua, jotka toimivat turvapisteinä.

Lokakuussa 2022 turvapisteet ovat seuraavat:

- **Bäckbyskolan**, Välljärngatan 492
- **Nybyggeskolan**, Bygatan 26
- **Fredriksbergsskolan**, Rosenfinksgatan 4
- **Pettersbergsskolan**, Pettersbergsgatan 39
- **Carlforsska gymnasiet**, Sångargatan 1
- **Emausskolan**, Långmårtensgatan 6
- **Skiljeboskolan**, Säbygatan 2
- **Viksängsskolan**, Viksängsgatan 23
- **Bjurhovdaskolan**, Boplatsgatan 14
- **Irstaskolan**, Ullvigatan
- **Rönnbyskolan**, Släggkastargatan 13
- **Hökåsenskolan**, Örtegrens väg
- **Tillbergaskolan**, Källbovägen 6
- **Persboskolan**, Karl IX:s väg 3–7
- **Dingtuna kyrkskola**, Kyrkvägen
- **Önstaskolan**, Daggroskolan 2
- **Tortunaskolan**, Holmstens väg 12
- **Orrestaskolan**, Orrestavägen 14
- **Lövängsskolan**, Lövängsgatan 4
- **Norra Vallbyskolan**, Vallby Skolgata 2–4
- **Tegelviksskolan Eskilstunan kunnassa**, Kviksundissa asuville
- **Rudbeckianska gymnasiet**, Skolgatan 5



Haluatko nähdä, missä turvapisteet sijaitsevat kartalla? Käy osoitteessa **http://kartor.vasteras.se/sam/** valitse "Hoiva, tuki ja apu" ja valitse "Turvapisteet".

# Väestönsuojat



Väestönsuojat tarjoavat väestölle fyysistä suojaa sodassa. Västeråsin kaupunkialueella on noin 1200 väestönsuojaa, joissa on enemmän paikkoja kuin asukkaita, noin 140 000 paikkaa. Muista, että et kuulu mihinkään erityiseen väestönsuojaan, vaan käytät sitä, mikä on lähimpänä olinpaikkaasi. Ota selville missä lähin väestönsuojasi sijaitsee.

## Missä on lähin väestönsuojasi?

Katso ympärillesi omalla alueellasi. Kaikki rakennukset, joissa on väestönsuojia, on merkitty symbolilla oranssi neliö sinisellä kolmiolla.



Löydät lähimmän väestönsuojasi myös MSB:n verkkosivuilta [www.msb.se/skyddsrum](http://www.msb.se/skyddsrum) MSB:llä on myös kokonaisvastuu väestönsuojista. Ellet asu lähellä väestönsuojaa, voit mennä muuhun suojaa tarjoavaan tilaan, kuten esimerkiksi kellariin tai tunneliin.

Väestönsuojat ovat hajallaan tavallisilla asuinalueilla ja niitä käytetään rauhan aikana täysin tavallisina tiloina. Tarvittaessa väestönsuoja on voitava panna käyttökuntoon 48 tunnin kuluessa. Kiinteistönomistajat ovat vastuussa omista väestönsuojistaan ja heillä on vastuu niiden kunnossapidosta.

Muista, että tilanpuutteen ja allergioiden vuoksi kotieläimet eivät ole sallittuja väestönsuojassa. Väestönsuoja on tarkoitettu vain tilapäiseksi suojaksi.

## Hyvä ottaa mukaan väestönsuojaan:

- Jotakin syötävää ja juotavaa.
- Hygieniatuotteita.
- Lääkkeet ja apuvälineet, kuten
- silmälasit, linssit, kuulolaite, dosetti.
- Henkilötodistus, käteistä, luottokortti.
- Akku- tai dynamoradio.
- Matkapuhelin, laturi, varavirtalähde.
- Taskulamppu tai otsalamppu.
- Lämpimät vaatteet.
- Vessapaperia.
- Ensiapulaukku.
- Muki tai kuppi vettä varten.

Monissa tapauksissa on parempi mennä **sisätiloihin**, esimerkiksi vaarallisten aineiden päästöjen yhteydessä ja sulkea ikkunat, ovet ja ilmanvaihto. Viranomaiset ilmoittavat sisätiloihin menemisestä tai evakuoinnista tilanteen sattuessa. Tämä voidaan tehdä tärkeänä tiedotteena yleisölle, VMA.

# Oma valmius

Kriisin puhjetessa viranomaiset auttavat ensin eniten apua tarvitsevia. Suunnittele siksi pystyväsi selviytymään itse viikon, mielellään pitempään, jos pystyt. Aloita omista ja läheistesi olosuhteista ja tarpeista. Voi kestää kauan, ennen kuin jokapäiväinen elämä toimii jälleen normaalisti. Valmistautuminen voi myös tarkoittaa, että sinun ei tarvitse jonottaa tavaroita, jotka ovat tuolloin erittäin kysytyjä tai jäädä ilman tarvitsemaasi. Jos olet valmistautunut, autat kaikkia ympärilläsi ja jopa koko maata selviämään vaikeista koettelemuksista paremmin.

## Lämpö- ja sähkökatkokset

Sähkökatkoksen sattuessa kotisi voi jäähtyä nopeasti. Valmistaudu kodin vaihtoehtoiseen lämmitykseen ja pidä kotona varusteita, jotka voivat helpottaa tätä. Jos sinulla on toimiva kaakeliuuni tai avotakka, ne ovat suureksi avuksi. Toinen hyvä lämmönlähde on kerosiinitai kaasuliesi. Steariinikynttilät ja teevalot antavat sekä lämpöä että valoa.

Keskeytysten sattuessa on hyvä keskittyä kodin yhden huoneen lämmittämiseen. Valitse huone, jossa on vähän ikkunoita ja mahdollisimman vähän ulkoseiniä. Mieluiten etelään päin. Yritä eristää lattiat, ovet ja ikkunat teipillä, peitoilla tai matoilla. Ajattele kuten ennen kylmää talvipäivää – Ota esiin lämpimät vaatteesi, myssyt ja lapaset ja pukeudu kerros kerrokselta. Silloin vaatteiden väliin jää ilmaa, jota keho lämmittää.

## Ajattele turvallisuutta

1. Avaa ikkunat ja tuuleta ajoittain. Lämmittäminen tulella kuluttaa paljon happea.
2. Älä käytä liesiä tai kynttilöitä nukkuessasi.
3. Ole varovainen käsitellessäsi polttoainetta ja avotulta sisätiloissa.
4. Sijoita kynttilät kauas palavista materiaaleista, kuten verhoista.
5. Aseta teevalot harvakseen kynttilänjalkaan, joka ei voi alkaa palaa.
6. Sijoita ja käytä retkikeittimiä kaukana kaapeista ja liesituulettimesta.
7. Käytä tulta säästeliäästi. Muista, että polttopuiden tai polttoaineen tarvitsee ehkä riittää pitkään. Lisäksi voit altistaa itsesi turhille riskeille, jos lämmität liian voimakkaasti kamiinaa tai uunia. On olemassa vaara, että liesi rikkoutuu tai savupiippuun syttyy nokivalkea.



Jos sinulla on kotieläimiä, hyvää tietoa ja tarkistuslistoja on osoitteessa: [www.svenskablasterjarnan.se](http://www.svenskablasterjarnan.se).

Pidä kotona tasku- tai otsalamppu ja ylimääräisiä paristoja.



# Juomavesihuolto

Vesi on tärkein elintarvikkeemme. Voi käydä niin, että asuinalueesi jää ilman juomavettä eikä syytä siihen voida korjata nopeasti. Siksi Västeråsin kaupunki on laatinut varavesisuunnitelman, jotta luodaan hyvät edellytykset toimittaa vettä sinulle ja kunnan asukkaille.

Pidemmän vesikatkoksen sattuessa kunta sijoittaa hätävesisäiliöitä näille alueille. Hätävesi on tarkoitettu ensisijaisesti ruoanlaittoon ja juomiseen. Tämä voi viipyä, jos tarve on suuri, joten on tärkeää, että valmistelet oman vesihuollon. Jos vettä suositellaan keitettäväksi, emme käytä hätävesisäiliöitä koska vettä voidaan käyttää keitettynä. Ilmoitamme hätävesisäiliöiden sijainnin osoitteissa: [www.vasteras.se](http://www.vasteras.se) ja [www.malarenergi.se](http://www.malarenergi.se).

- Aikuinen tarvitsee noin 3 litraa vettä päivässä.
- Vesisäiliöt, joissa on suuri aukko, ovat parhaita veden noutamiseen.
- Laita vedellä täytetyt PET-pullot pakastimeen, täytä kolme neljäsosaa. Jäätynyt vesi pysyy tuoreena pitkään. Näitä voidaan käyttää myös jääkaapin kylmäkalleina sähkökatkoksen sattuessa.
- Vessan vesisäiliö on hyvä varanto. Se sisältää noin 8 litraa vettä, jonka voit helposti puhdistaa keittämällä. Keitä vettä, kunnes se kuplii voimakkaasti.
- Puhdasta vettä voit säästää pitkään puhtaissa säiliöissä. Sijoita ne pimeään ja viileään paikkaan.
- Astioiden ja muuhun pesuun voi käyttää järvien ja suurempien vesistöjen vettä.
- Vessan voit huuhdella millä tahansa vedellä.
- Varastoitu vesi, jonka laatu on epävarma ja jossa on joitakin epäpuhtauksia, voidaan keittää ennen kuin vettä käytetään ruokaan ja juomaan. Keitä vesi aina ensin, jos olet epävarma.
- Käytä mielellään henkilökohtaisen hygienian märkäpyyhkeitä ja käsidesiä veden sijasta.
- Jos vessa ei toimi, voit sijoittaa lujia muovipusseja tai muovisäkkejä vessan istuimeen. Hyvä käsihygienia on tärkeä tartuntojen välttämiseksi.
- Käytä kertakäyttölautasia ja -ruokailuvälineitä, jotta vettä ei tarvitse käyttää tiskaukseen.
- Hätätilanteessa voit käyttää järvien ja jokien vettä. On tärkeää keittää tämä vesi kunnolla.



# Elintarvikehuolto

Nyky-yhteiskunta on riippuvainen toimituksista myymälöihimme joka päivä. Esimerkiksi suuren sähkökatkoksen sattuessa toimituksissa on ongelmia ja tuoretuotteet myymälöissä pilaantuvat. On myös olemassa riski, että ihmiset hamstraavat, ostavat enemmän kuin he todella tarvitsevat ja silloin Västeråsin kauppojen hyllyt tyhjenevät nopeasti.



Muista, että suurin osa keittiössä olevista laitteistasi lakkaa toimimasta sähkökatkoksen sattuessa. Käytä niiden sijaan grilliä tai retkikeitintä, mutta silloin on oltava hyvä ilmanvaihto ja on pidettävä mielessä paloriski. Sinun täytyy pystyä sammuttamaan, jos syttyy tulipalo.

Aloitte syömällä jääkaapin sisältö ruoan ollessa vielä kylmää ja tuoretta. Vaikka virta katoaisi, pakastin pysyy tarpeeksi kylmänä pari vuorokautta. Avaa pakastimen ovea mahdollisimman harvoin ja sulje se nopeasti uudelleen, jotta kylmyys säilyy.

Yritä valita lähiruokaa, jolla on pitkä säilyvyysaika. Lähi tuotteiden ostaminen auttaa paikallisia tuottajiamme jatkamaan toimintaansa. Kriisitilanteessa se on eduksi, koska tällöin Västeråsin tarve tuoda elintarvikkeita vähenee.



**Muista myös**, että sinulla on oltava käteistä kotona, jotta voit tehdä ostoksia. Sähkökatkoksen sattuessa pankkiautomaatit tai korttimaksut eivät toimi. Ota käteistä etukäteen vähintään viikon tarpeisiin ja säilytä sitä turvallisessa paikassa.

## Miten minun pitäisi ajatella ruokavalintoja?

- Muista, että varastoimesi ruoan tulee säilyä pitkään, eikä se saa vaatia kylmäsäilytystä.
- Valitse ruokia, joista sinä ja perheesi pidätte.
- Säilytettäväksi valitsemasi ruoan tulisi mieluiten olla helppo valmistaa ja sen vaatimatta paljon energiaa. Esimerkiksi pikapasta on parempi vaihtoehto kuin pasta, jolla on pidempi kypsennysaika.
- Valitse ruokia, jotka eivät vaadi paljon vettä ruoanlaittoon ja tiskaukseen.

Kaffe  
Chips  
Choklad  
Nudlar

# Toimintarajoitteiset

Mieti, mitä juuri sinun toimintarajoitteesi merkitsee, jos sähkö lakkaa toimimasta tai jotakin muuta odottamatonta sattuu.

- Jos sinulla on avustaja, on tärkeää, että myös nämä henkilöt tietävät, kuinka kriisi tai yhteiskunnallinen häiriö vaikuttaa elämääsi.
- Kerro muille, missä tarve-esineesi ovat.
- Jos tarvitset lääketieteellistä varustusta, on tärkeää, että se toimii myös sähkökatkoksen sattuessa.
- Käytä aina lääketieteellistä tuntolevyäsi, henkilötodistusta tai ranneketta.
- Suunnittele, miten voit tarvittaessa poistua asunnostasi. Testaa ja ota selvää, missä evakuointitiet ovat. Jos et tiedä tätä, kysy rohkeasti joltakin, joka tietää.
- Suunnittele opaskoirasta huolehtiminen kriisin aikana ja sen jälkeen.
- Mukauta kriisilaatikkosi tarpeidesi mukaan.
- Jos on jo tiedossa ennakolta, että jollakin on toimintarajoite, se helpottaa avun saantia esimerkiksi evakuoinnin yhteydessä.



## Vinukkejä sokeille ja näkövammaisille

- Kuuntele esite, *Jos kriisi puhkeaa tai sota syttyy*.
- Käytä matkapuhelimen ääniavustajaa jokapäiväisessä elämässä. Tällöin on helpompi saada tukea toiminnosta myös stressaavassa tilanteessa.
- Merkitse tarvikkeet pistekirjoitustarroilla tai suurella tekstillä.
- Pidä luettelo hätävarusteistasi kannettavassa flash-muistissa tai tee äänitiedosto, jota voit helposti käyttää.
- Pidä mukautettu viestintälaitte hätäpaketissa.
- Kuuntele Ruotsin radion Västmanlandin P4 kanavaa.
- Käytä mielellään heijastinliivejä, joissa on merkintä **näkövammaisen** tai **saattaja**.
- Pidä satavilla Daisy-soitinta, sanelulaitetta, suurennuslasia, lukulaitetta ja niin edelleen.

## Vinukkejä kuuroille ja kuulovammaisille

- Käytä radiota, jossa on tekstinäyttö ja vilkkuva varoitus.
- Pidä kuulokojeellesi lisäparistoja kotona.
- Käytä TTY/ tekstipuhelinta kun se on mahdollista.
- Paperia ja kynää voidaan tarvita kommunikointiin muiden kanssa, jotka eivät osaa viittomakieltä.
- Pilliä voidaan käyttää ilmaisemaan, että tarvitset apua.
- Suoratoistolaitteesta, joka poimii signaaleja eri lähettimistä televisiossa, radiossa, tietokoneessa ja puhelimessa voi olla hyvä apu.
- Käytä havaintojärjestelmiä käsivarsivärähtelijöillä.
- SMS 112 – Tarvitsee rekisteröidä SOS Alarm -hälytykseen.

## Vinukkejä liikuntaesteisille

- Jos käytät sähköpyörätuolia, pidä kevyt manuaalituoli varalla.
- Jos käytät tyynyä ja sinun on evakuoitava ilman pyörätuolia, ota tyyny mukaasi.
- Säilytä tarvittaessa ylimääräistä liikkumisvälinettä, kuten keppiä tai rollaattoria, jos tarvitset sitä.
- Pidä otsalamppu kriisilaatikkossasi vapauttaaksesi kätesi.
- Pidä käsillä pilli, jolla voit ilmoittaa tarvitsevasi apua.
- Pidä käsillä työkaluja, joita voit tarvita laitteillesi, esimerkiksi jakoavainta.

# Kokonaismaanpuolustus ja kohotettu valmius

Ruotsin puolustusvoimat suojelee ja puolustaa maata, vapauttamme ja oikeuttamme elää haluamallamme tavalla. Meillä kaikilla on tehtävä, jos Ruotsia uhataan. Kokonaismaanpuolustus käsittää kaikki toimet, jotka tarvitaan Ruotsin valmistautumiseen sotaan. Kokonaismaanpuolustus koostuu siviilipuolustuksesta ja sotilaallisesta puolustuksesta.

## Kohotettu valmius

Sodassa tai sodan uhatessa hallitus voi päättää kohotetusta valmiudesta koko Ruotsissa tai sen osissa. Kohotettu valmius voi olla joko tehostettu tai korkein valmiustila. Jos Ruotsi on sodassa, korkein valmiustila on voimassa automaattisesti. Jos valmius on tehostettu, hallitus ilmoittaa siitä tiedotteella muun muassa radiossa ja televisiossa. Korkeimmassa valmiustilassa koko Ruotsissa voidaan käyttää valmiushälyttämiä. Kohotetussa valmiustilassa koko puolustus tai osa siitä voidaan mobilisoida.

Korkein valmiustila tarkoittaa, että henkilön, jolla on sodanaikainen sijoitus, on saavuttava palvelupaikkaansa ja että viranomaiset, kunnat ja alueet sekä tietyt organisaatiot ja yritykset organisoidaan uudelleen kokonaismaanpuolustusta varten. Korkeimmassa valmiustilassa aletaan soveltaa joukkoa lakeja. Nämä vahvistavat Ruotsin kokonaismaanpuolustuskäytä.

Lait sääntelevät muun muassa kauppaa, merenkulkua, rajavalvontaa, kouluja, työvoimapalveluja, maksupalveluja, vesivoimaa, väestökisteriä ja oikeuslaitosta. Näiden lakien käyttäminen antaa valtiolle esimerkiksi mahdollisuuden säännöstellä tavaroita ja käyttää yksityisomaisuutta. On myös helpompaa rekrytoida henkilöstöä kokonaismaanpuolustukseen.

## Kokonaismaanpuolustusvelvollisuus

Ruotsissa on voimassa kokonaismaanpuolustusvelvollisuus. Tämä tarkoittaa, että kaikki täällä asuvat, jotka ovat 16–70-vuotiaita, voidaan kutsua auttamaan eri tavoin sodan uhatessa ja sodassa. Jokaisella on velvollisuus osallistua ja jokaista tarvitaan. Kaikkien on autettava toisiaan. Kokonaismaanpuolustusvelvollisuuksia on kolmea tyyppiä:

- Asevelvollisuus puolustusvoimissa.
- Siviilivelvollisuus hallituksen päättämässä toiminnassa.
- Yleinen palveluvelvollisuus, johon kuuluu palvelu toiminnoissa, joiden on toimittava myös sodan uhatessa ja sodassa. Tämä tarkoittaa, että jatkavat tavallisessa työssäsi, työskentelet vapaaehtoisjärjestössä tai saat tehtäväksi työnvälitykseltä suorittaa työtä, joka on erityisen tärkeää kokonaismaanpuolustukselle. Kokonaismaanpuolustusvelvollisille voidaan määrätä sodanajan sijoituspaikka.

Jos sinulle on määrätty sodanajan sijoituspaikka, saat palvelukseenastumismääräyksen tai muun tiedon työnantajaltasi tästä.

# Tarkistuslista laajamittaista evakuoointia varten

Laajamittainen evakuointi koskee kaupunkia, kaupunginosaa tai suurta maantieteellistä aluetta. Se on käynnissä pitkään aikaa ja vaikuttaa moniin ihmisiin, eläimiin ja yhteiskunnallisesti tärkeisiin toimintoihin, kuten sairaaloihin, vanhustenasuntoihin, kouluihin ja esikouluihin, yrityksiin ja teollisuuslaitoksiin.

## Laajamittaisen evakuoinnin yhteydessä on hyvä ottaa seuraavat asiat mukaasi:

- Jotakin syötävää ja juotavaa.
- Hygieniatuotteita.
- Lääkkeet ja apuvälineet, kuten silmälasit, linssit, kuulolaite, dosetti.
- Lämpimät vaatteet.
- Henkilötodistus, käteistä, luottokortti.
- Paristo- tai dynamoradio.
- Matkapuhelin, laturi ja varavirtalähde.
- EU:n sairausvakuutuskortti.
- Turvamoduli/sähköinen pankin henkilötodistus.
- Rekisteriote ja vakuutuspaperit.

- Tietokone ja virtalähde.
- Lääkereseptit.
- Puhelimen laturi autoon.
- Luettelo paperilla tärkeistä puhelinnumeroista.
- Sotapalvelukseen määrättyjen palvelukseenastumismääräys.



# Vapaaehtoisten resurssiryhmä (FRG)

Vapaaehtoisresurssiryhmän tehtävänä on olla kunnan käytettävissä, kun säännöllisiä resursseja on vahvistettava uhkaavassa tilanteessa.

## Kiinnostunut osallistumaan FRG:hen?

Aloita lähettämällä osoitteeseen [frg@vasteras.se](mailto:frg@vasteras.se) kiinnostuksenilmaisu, jossa on nimi, ikä ja yhteystietosi, niin FRG ottaa yhteyttä tilaisuuden tullen.



# Yhteystietoja

## SOS Alarm

Akuutti Apu hätätilanteessa

☎ 112

sosalarm.se

## Poliisi

Informaatio ja ilmoitukset

☎ 114 14

polisen.se

## MSB – Yhteiskuntasuojelu ja valmius

Neuvoja ja tietoa kriisien ja sodan aikana

☎ 0771-240 240

msb.se

## Västmanlandin alue

Tietoa julkisesta liikenteestä,  
terveydestä ja hoidosta alueella

☎ 021-17 30 00

regionvastmanland.se

## Sosiaalipäivystys

Akuutti apu sosiaalipalvelusta

☎ 021-39 20 66

vasteras.se

## Vattenfall

Sähkö tietyissä kunnan osissa

☎ 020-82 40 40

vattenfall.se

## Pelastuspalvelu Mälardalen

Paloturvallisuuskysymykset

☎ 010-179 82 00

rtmd.se

## Sairaanhoitoneuvonta

Neuvonta ja terveysinformaatio  
sekä ensiapu

☎ 1177

1177.se

## Mälarenergi

Sähkö, lämpö, vesi ja viemärinti

☎ 021-39 50 50

malarenergi.se

## Västmanlandin lääninhallitus

Alueellinen kriisivalmius

☎ 010-224 90 00

lansstyrelsen.se

## Kriisien ja onnettomuuksien sattuessa

Kansallinen viestintänumero

☎ 113 13

krisinformation.se

## Ruotsin myrkytystietokeskus

Ensiapu myrkytyksissä

☎ 010-456 67 00

giftinformation.se

---

## Västeråsın kaupunki

Kaupungintalo, Fiskartorget 1, Västerås

**Puh:** 021-39 00 00

**Sähköposti:** kontaktcenter@vasteras.se



VÄSTERÅS STAD