

Er du klar når krisen kommer?

kan
Det ske i Frederikshavn Kommune



Næsten 6 ud af 10 danskere følger helt eller delvist anbefalingerne, når det gælder om at være forberedt til kriser.

Som kommune har vi vores 3-døgns-beredskab klar til borgere, der bor på kommunens plejecentre, på midlertidige aflastningspladser og i botilbud på handicap- og socialområdet samt børne- og familieområdet.

Er du klar hjemme hos dig? Det er meget lettere at gøre det nu, fremfor når vi står i en krise. Kriser kan være mange ting – det behøver ikke udelukkende at være i tilfælde af krig. Det kan være ved strømafbrydelser, cyberangreb, oversvømmelser eller andet voldsomt vejr.

Når vi sammen sørger for at være klar, kommer vi nemmere igennem krisen.

Jon Andersen, borgmester

Hvem sørger kommunen for?

Frederikshavn Kommune sørger for borgere, der bor på kommunens plejecentre, på midlertidige aflastningspladser og i botilbud på handicap- og socialområdet samt børne- og familieområdet. Disse borgere er omfattet af kommunens 3-døgns-beredskab, mens private institutioner og hjemmehjælpsmodtagere selv skal sørge for deres eget 3-døgns-beredskab.

Kommunens beredskab omfatter bl.a.:

- Vand og mad
- Hygiejneartikler
- Nødkasser med batteridrevne lommelygter, lamper og FM-radioer
- Tæpper

Fakta om beskyttelsesrum

Der skelnes mellem 3 typer:

- **Offentlige beskyttelsesrum**, bl.a. de såkaldte beton-dækningsgrave, der er beregnet til udefrakommende personer, fx trafikanter og beboere fra ejendomme uden beskyttelsesrum.
- **Sikringsrum**, der er beregnet til personer, som bor, arbejder eller har ærinde i den pågældende ejendom.
- **Supplerende rum til beskyttelse**, som ikke fuldt ud lever op til kravene for offentlige beskyttelsesrum, fx underjordiske garageanlæg og gangtunneller.

Frederikshavn Kommune har registreret alle offentlige beskyttelsesrum, men de skal på nuværende tidspunkt ikke være klargjorte. Ministeren for samfundssikkerhed og beredskab kan anmode kommunen om at klargøre de offentlige beskyttelsesrum. I fremtid må beskyttelsesrummene bruges til andre formål.



Vær kritisk

Fremmede magter spreder falske og vildledende historier for at påvirke os og skabe splittelse. Jo sværere vi er at manipulere, jo stærkere står vi. Styrelsen for Samfundssikkerhed anbefaler:



Stop op

Giv dig tid til at forholde dig kritisk til, hvad du læser og hører.



Tænk efter

Hold øje med myndigheders sociale medier og hjemmesider. Det er en stor hjælp, hvis du deler bekræftede oplysninger under en krise og er opmærksom på at forhindre rygtespredning og misinformation.



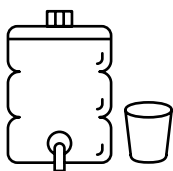
Tjek kilden

Indhold på sociale medier bliver ikke faktatjekket, som det gør i traditionelle nyhedsmedier. Undersøg altid en ekstra gang, om kilden er troværdig, inden du deler oplysninger i dit netværk.



Sådan opbygger du dit hjemmeberedskab

I en krise skal vi passe på hinanden. Derfor er det vigtigt, at du har et hjemmeberedskab til at kunne klare dig i tre døgn - så kan myndighederne hjælpe dér, hvor behovet er størst.



Drikkevand – 3 l pr. person pr. døgn

Beregn 3 liter vand pr. person pr. døgn til at drikke og evt. tilberedning af mad. Til tre døgn skal du altså have 9 liter vand pr. person. Sørg for at have vand til alle i husstanden – også evt. husdyr.



Mad til tre døgn

Sørg for at have mad til tre døgn i husstanden. Det skal være mad, der kan holde sig i længere tid uden for køleskab og fryser. Vælg gerne madvarer, som ikke kræver tilberedning i ovn eller på komfur (fx konserves, knækbrød). Vælg madvarer, som du og din husstand bruger i det daglige og kan lide.



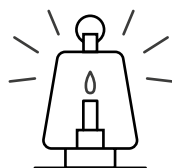
Konter til 3 døgn

Nationalbanken anbefaler, at vi har 250 kr. i konter pr. person og to kredittkort fra forskellige selskaber i tilfælde af nedbrud i betalingssystemer. Nogle supermarkeds kæder har etableret beredskabsbutikker med større varelager, nødstrøm og mulighed for kontant- og offline-betalinger med kredittkort i tilfælde af strømafbrydelser eller nedbrud i betalingssystemer.



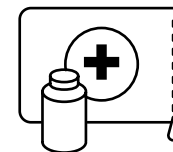
Hygiejne

Sørg for at have hygiejneartikler som fx toiletpapir, hånddesinfektion, vådservietter, bind og tamponer. Hvis du ikke har vand til toiletskyl, anbefaler Miljøstyrelsen, at du bruger poser, som håndteres som restaffald.



Varme

Hvis varmen forsvinder, og det er koldt udenfor, kan du bruge husstandens tæpper, dyner, varmt tøj mv. Er der koldt i en længere periode, kan I i husstanden holde på varmen ved primært at opholde jer i ét rum. Hvis du bruger stearinlys eller andre varmekilder, så stil dem på et fast underlag langt fra brændbart materiale som gardiner og tæpper.



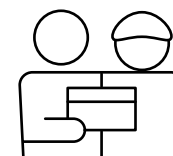
Medicin og førstehjælp

Sørg for at have nødvendig medicin til mindst tre døgn og en opdateret førstehjælpskasse.



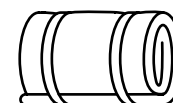
Hold dig opdateret

Anskaf en FM-radio, der kører på batterier, håndsving eller solceller. Via radioen kan I holde jer opdateret, hvis andre informationskanaler svigter. Mange har en FM-radio i deres bil.



Hjælp dine pårørende

Vær opmærksom på, hvis du har ældre pårørende eller en ældre nabo. Måske har de brug for hjælp til at opbygge et hjemmeberedskab. Måske får de brug for din hjælp under en krise, fx til indkøb eller tilkald af læge.



Andre fornødenheder

Udover drikkevand, mad osv. er der andre ting, der er gode at have ved hånden i tilfælde af krisesituationer, fx stearinlys, lommelygter, batterier, powerbanks, tykke trøjer og tæpper.

Føtex i Frederikshavn bliver beredskabsbutik

I 4. kvartal 2026 vil butikken få installeret nødstrømsgenerator, og efterfølgende vil de opbygge et større varelager af visse varer (fx drikkevand og konserves). Beredskabsbutikken er tænkt som et supplement til eksisterende hjemmelagre og ikke til storindkøb.

Offline betaling

Flere dagligvarebutikker kan håndtere betaling med kort, selvom Internetforbindelsen er ude af drift, bl.a. Føtex og Meny på H. C. Ørstedes Vej i Frederikshavn samt alle Netto og Rema 1000 butikker.