



Beredskapsbingo!

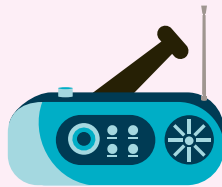
Är du förberedd på en kris eller en oväntad situation?

Testa genom att spela beredskapsbingo! Skicka in en bild på brickan via länken senast söndag 13 oktober så har du chans att vinna fina priser. Du kan få bingo vid 2 eller 3 hela rader eller om du har en full bricka.



Kolla att dina ficklampor fungerar.

Använd inte mobilen på 12 timmar.



Lyssna på nyheterna (P4) på en batteri-driven radio.

Ladda ner en karta över ditt närområde, skriv ut och spara på ett bra ställe.

Fyll upp vatten i PET-flaskor, lägg i frysen eller ställ på en sval plats.



Läs mer om hur du kan förbereda dig på en kris via QR-koden nedan.

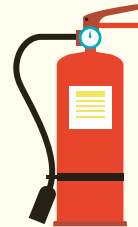
Skriv ner alla telefonnummer som är viktiga att ha på en papperslista.

Lär dig att känna igen 5 ätbara växter eller bär.

Tvätta dig med iskallt vatten.

Laga mat utan el, du får bara använda det du har hemma.

Var utan internet 12 timmar.



Kolla att dina brandvarnare fungerar.



Förbered ett husapotek med till exempel plåster och sårrengöring.

Skicka ett meddelande till en vän eller en anhörig utan mobil.

Ta cykel eller gå istället för att åka bil eller buss till en plats.

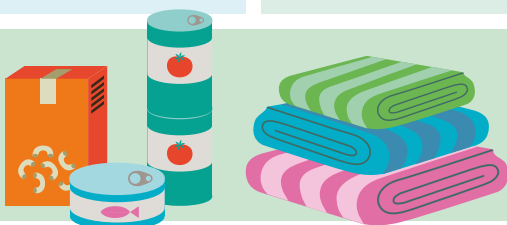
Duscha på mindre än 3 minuter.

Se över vad som finns hemma av konserver och torrvaror med lång hållbarhet.

Läs en dagstidning, till exempel på biblioteket.

Laga lunch eller middag utan att använda el.

Förbered ett förråd med ljus, värmeljus och tändstickor.



Här kan du läsa om hur du kan förbereda dig hemma för att vara redo i händelse av en kris.

