

TÄNK PÅ DIN DIGITALA BEREDSKAP

Var förberedd på oväntade kriser

Många små och stora kriser kan drabba vårt land. Därför rekommenderar myndigheterna att man ska kunna klara sig en tid på egen hand. Här ger vi inspiration till användbar elektronik som är bra att ha redo i krissituationer.



Journalist
Henning Rasmussen

Svenska myndigheter har skickat ut viktig information till alla svenska hushåll. Det handlar bland annat om en uppmaning att se till att vi kan ta hand om dig själv under en kris, så att myndigheterna kan fokusera på att hjälpa de mest utsatta och återställa det normala.

I informationen ges också exempel på ett antal kriser som kan drabba både samhället och enskilda individer, men också extremt väder och mänskligt orsakade incidenter som cyberattacker och sabotage. Även olyckor, tekniska problem och andra incidenter som påverkar samhället kan inträffa, så det är viktigt att vara väl förberedd.

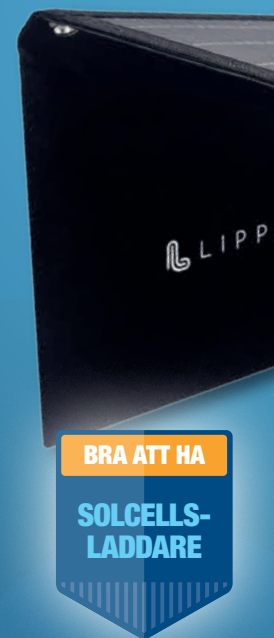
Var beredd på brist på el och vatten

Därför har Myndigheten för samhällsskydd och beredskap (MSB) tagit fram en lista med rekommendationer på sådant som vi bör ha hemma, så att vi kan klara oss en tid om något skulle inträffa. Det kan till exempel vara

att det inte finns ström i vägguttaget, vatten i kranen, eller att kylskåpet och spisen inte fungerar. I en krissituation kan det också hända att du inte kan handla, ringa eller gå ut på nätet under en period. För att kunna klara dig några dagar bör du se till att du har tillräckligt med vatten, mat och medicin, samt tillräckligt med lagrad energi för att ladda mobiler och annan viktig utrustning under några dagar.

Utrustning som är bra att ha

Förutom varor och saker som kan uppfylla basala behov finns det också vissa saker som vi på PC-tidningen tror kan hjälpa dig att klara en kris ännu bättre – oavsett om det är på kort eller lång sikt. I artikeln tittar vi närmare på åtta olika elektronikprylar som kan vara guld värda i en situation där förnödenheter tryter och räddningstjänsten har fullt upp. En del av utrustningen du kan läsa om här finns faktiskt med på MSB:s lista över rekommendationer och bör därför betraktas som nödvändig, medan andra är mer av en bekvämlighet som gör krisen lite mer uthärdlig.





Få nyheter från myndigheterna när strömmen är borta

I händelse av en oväntad kris eller katastrof som gör att alla system slås ut och elen försvinner, kommer landets myndigheter att sända ut nödmeddelanden på det gamla hederliga FM-bandet. För att göra det måste du ställa in dig på närmaste

Sveriges Radio P4-radiokanal, vilket du kan göra med en så kallad nödradio som kan laddas med en handvev så att du inte behöver förlita dig på batterier. De flesta nödradioapparater har ett inbyggt batteripaket som kan laddas med solceller, och ett USB-uttag, så att du kan ladda en mobil från den. Du kan enkelt hitta dem hos flera återförsäljare genom att söka efter "nödradio" på Google.

Pris: 250-500 kronor



Ladda din utrustning med solen

Många batteripaket, nödradioapparater och andra enheter har en mikroskopisk solpanel på sig, men de är ofta så små att de har svårt att ladda särskilt mycket på våra breddgrader. Istället kan du överväga en dedikerad solpanel som rullas ut som en liten filt. På så sätt får du en mycket större yta som solens strålar kan träffa. Lippas solpanel som visas här ger en effekt på 15 watt när solen skiner. Panelen kostar 639 kronor och har två USB-uttag så att du kan ladda två mobiler samtidigt. Det finns också lite dyrare modeller som har ett inbyggt batteripaket och kan lagra överskottsenergin för senare laddning.

Pris: 350-800 kronor

Här är listan för god hemberedskap från MSB

2024 publicerade MSB en rekommendation om att alla bör kunna vara självförsörjande några dagar i händelse av en krissituation. Därför råder myndigheten alla att lagra följande så att myndigheterna kan fokusera sina resurser på dem som inte kan ta hand om sig själva om något oväntat inträffar:

- ☐ **Radio som går på batterier eller med vev/solceller**
- ☐ **Ficklampa och pannlampa med extra batterier**
- ☐ **Flaskor och dunkar med rent vatten**
- ☐ **Mat som inte behöver kyl eller frys, och som kan ätas direkt eller tillagas utan vatten**
- ☐ **Stormkök och bränsle**
- ☐ **Sovsäckar, filter och varma kläder**
- ☐ **Tändstickor, stearinljus, värmeljus**
- ☐ **Husapotek – första hjälpen-kit, sårvård, viktiga mediciner**
- ☐ **Hygienartiklar som våtservetter, handsprit, blöjor och mensskydd.**
- ☐ **Extra batterier, laddade batteripaket**
- ☐ **Kontanter**
- ☐ **Alternativ värmekälla som drivs av fotogen, gasol, diesel eller ved**

Läs samtliga råd från MSB på www.msb.se/



Mät den radioaktiva bakgrundsstrålningen

Det är osannolikt att det kommer att uppstå en kris som är så allvarlig att den leder till en farlig ökning av den radioaktiva bakgrundsstrålning. Därför är det inte absolut nödvändigt att äga en geigermätare (eller dosimeter, som den också kan kallas), men det är ändå bra att kunna kontrollera att allt är som det ska. Med en geigermätare kan du övervaka strålningsnivåerna om det skulle inträffa en olycka i något av våra grannländers kärnkraftverk eller om en atombomb skulle detonera. Bakgrundsstrålningen är normalt mindre än 0,5 μ SV, och oftast 0,1 - 0,2 μ SV. Med en geigermätare kan man detektera beta-, gamma- och röntgenstrålning. Den här modellen kan köpas på conrad.se för 950 kronor.

Pris: 900-20 000 kronor

BRA ATT HA

GEIGER-
MÄTARE



Spara ström för att ladda senare

De flesta har nog redan ett eller flera batteripaket liggande framme. Om du har det, se bara till att de har tillräckligt stor kapacitet för dina behov samt att de alltid är laddade och redo att användas den dag strömmen försvinner. Om du letar efter en nytt batteripaket för hemmabruk rekommenderar vi att du skaffar en modell med en kapacitet på 10 000 mAh eller mer. Det finns ett antal batteripaket med inbyggd ficklampa, som ofta till och med kan blinka en SOS-signal automatiskt så att du kan signalera till flygplan och helikoptrar att du behöver hjälp.

Pris: 200-600 kronor

VIKTIGT

BATTERI-
PAKET



Renar vatten med ultraviolett ljus

Myndigheterna rekommenderar att man lagrar minst tre liter vatten per person och dag, men om krisen tar längre tid eller om vattnet ändå tar slut kan det vara praktiskt att kunna dricka från en fylld regnvattentunna eller från en närliggande bäck. I så fall måste du sterilisera vattnet för att bli av med bakterier innan du dricker det. Med den uppladdningsbara Katadryn Steripen UltraLight UV kan du rena en halv liter vatten på mindre än en minut och upp till 20 liter vatten på en enda laddning. Den tar bort 99,9 procent av alla parasiter, bakterier och virus i vattnet, så att du kan dricka det utan risk.

Pris: 700-1 600 kronor

BRA ATT HA

STERILI-
SERING





BRA ATT HA

**KRAFT-
VERK**

Ha ström redo för dina 220-voltsapparater

Om strömmen försvinner under en längre tid är det skönt att kunna driva vanliga elektriska apparater som kräver 230 volt - och det klarar inte små batteripaket. Förr i tiden fick man köpa en generator och några dunkar bensin för att få fram den ström man behövde, men på senare år har det dykt upp ett smidigare alternativ: ett kraftverk. Det är i princip bara ett överdimensionerat batteripaket på 170 Wh (48 000 mAh) eller mer, som förutom USB-uttag för laddning av till exempel mobiler också har ett eller flera vanliga 230-voltsuttag så att du kan ansluta enheter som använder max 200-300 watt. Självklart ska den alltid vara fulladdad och redo att användas i en nödsituation, precis som dina batteripaket. Den här modellen heter Sandberg AC 200 och kostar 3 090 kronor.

Pris: 1 800-4 000 kronor



VIKTIGT

**KOMMU-
NIKATION**

Få en livlina till släkt och vänner

I en krissituation kan du inte förlita dig på mobilnätet, så en uppsättning walkie talkies kan vara guld värda. De fungerar helt oberoende av mobilmaster och kan ofta kommunicera över flera kilometer. Det betyder att hushållets medlemmar fortfarande kan prata med varandra om någon lämnar hemmet, och du kan även prata med familjemedlemmar om de bor i närheten. Walkie talkies finns i många prisklasser med olika överföringsstyrkor och antal funktioner. Här visas Motorolas paket Talkabout T82 Extreme.

Pris: 500-2 500 kronor



VIKTIGT

BATTERIER

Extra ström för radioapparater och ficklampor

Många nya elektronikprylar har inbyggda uppladdningsbara batterier, så att du enkelt kan ladda dem med en vanlig USB-kabel. Ändå har du säkert prylar hemma som använder AA- eller AAA-batterier, till exempel ficklampor och radioapparater. Det är därför extrabatterier nämns särskilt på MSB:s rekommenderade lista. Du kan exempelvis köpa ett paket med 40 AA-batterier från Varta för drygt 160 kronor. Tänk på att det även kan vara bra att ha gott om andra typer av batterier, som AAA-batterier, eftersom inte alla prylar använder just AA-batterier.

Pris: Cirka 100-200 kronor för 40 AA-batterier