



Чи ти ГОТОВИЙ?

- у випадку кризи або війни

Місцева інформація для всіх домогосподарств
У муніципалітеті Оре

Разом ми створюємо захищеність

Ця брошура доповнює жовту брошуру «Якщо прийде криза чи війна» від Норвезького агентства із захисту та готовності громади (MSB). Тут ми зосереджуємося на тому, що стосується вас, хто живе або відвідує муніципалітет Оре.



Підготувавшись, ви зможете краще впоратися з несподіваними подіями та створити безпеку як для себе, так і для оточуючих. Чи думали ви про те, як би ви впоралися, якщо продуктовий магазин не працюватиме, якщо вода забрудниться, якщо дорога стане непроїзною або якщо в холодний зимовий день вимкнеться тепло? Продумування та підготовка до таких і інших ситуацій заздалегідь не тільки зміцнює вашу власну готовність, але й сприяє створенню безпечнішого суспільства для всіх.

Комуна Оре надає пріоритет хорошій підготовленості та завжди має військовослужбовця в режимі очікування (TiB), готового впоратися з надзвичайними ситуаціями та координувати зусилля цілодобово, цілий рік. Муніципалітет співпрацює з управлінням безперервністю та плануванням військової організації, щоб підвищити здатність справлятися з усіма — від криз мирного часу до екстремальної війни. Співпраця та практика відбувається з різними учасниками та місцевому, регіональному, національному рівнях, а також з Норвегією. У муніципалітеті Оре також є так звана група POSOM (психосоціальна допомога), яка може надати підтримку тим, хто її потребує у складних ситуаціях.

Підготовка та співпраця є фундаментальною частиною нашої спільної готовності. Об'єднавши вашу власну підготовку з колективними ресурсами та співпрацею муніципалітету, ми зможемо успішно протистояти викликам разом.

Разом ми сильні!

Інформація

Під час кризи важливо мати доступ до фактичної, доступної, надійної та зрозумілої інформації, щоб зрозуміти ситуацію та знати, як вам діяти.



P4 Jämtland 100.4 MHz



Застосунок SOS Alarm 112

Надає вам інформацію про події у вашому регіоні. SOS Alarm рекомендується завжди використовувати, якщо вам потрібно зателефонувати за номером 112. Тоді SOS Alarm автоматично знаходить ваше положення, щоб ви могли швидше отримати допомогу.



Застосунок Krisinformation.se

Надає актуальну інформацію про кризи та надзвичайні ситуації. Ви також можете отримувати новини та знайти контрольні списки для підготовки і реагування на різні типи подій.

Застосунки можна завантажити в Appstore або Google Play.

Інформація

Шведське радіо Р4 є основним каналом для інформування суспільства у випадку криз, великих аварій або війни. Одна з порад — придбати екстрену радіостанцію з блоком живлення, який можна заряджати від сонячних батарей і ручного приводу (віва).

Система оповіщення

Оповіщення для населення, так зване VMA, використовується для інформування про серйозні аварії та кризи, такі як викиди небезпечних речовин і пожежі, що, наприклад, несуть ризик токсичного диму або вибуху.

Ви отримуєте VMA сповіщення, зокрема, через

- Sveriges Radio, SVT, SVT Text та комерційного радіо- і ТВ-каналів
- Мобільні застосунки від krisinformation.se, SOS Alarm, Sveriges Radio och SVT.

У разі серйозних подій SMS можуть надсилатися на мобільні телефони в постраждалому районі. Якщо у вас є стаціонарний телефон, прив'язаний до адреси в постраждалому районі, вам може зателефонувати SOS Alarm з номера 010-474 55 00.

Зовнішня система попередження населення "Hesa Fredrik" наразі знаходиться в Ярпені, але MSB (Агентство з питань захисту та готовності суспільства) розширить систему в Дувед, Оре, Ундерсокер та Мьорсіл.

Тестування проводиться в перший несвятковий понеділок березня, червня, вересня та грудня о 15:00.

Åre інформаційні канали муніципалітету

Основними каналами комунікації муніципалітету Оре у разі кризи чи війни є www.ore.se, а також сторінка у Facebook — Åre kommun. Залежно від події фізичні інформаційні пункти також можуть використовуватися для поширення актуальної інформації.

Фізичні інформаційні пункти розташовані за такими адресами:

- Järpens bibliotek, Norra vägen 14
- Åre bibliotek, Sankt Olafs väg 33
- Duveds skolbibliotek, Karolinervägen 3
- Mörsils bibliotek, Skolvägen 9
- Kalls bibliotek, Kall Kyrkmon 6
- Hallens bibliotek, Hallenvägen 30

За потреби передбачені також інші фізичні інформаційні пункти.

У кризовій ситуації служба обслуговування клієнтів комуни Оре також може надати відповіді на запитання, що стосуються питань, за які відповідає комуна, або, за необхідності, перенаправити до відповідного адресата. Зв'язатися зі службою обслуговування клієнтів можна за телефоном 0647-161 00. У разі потреби будуть створені додаткові номери для зв'язку, про які муніципалітет Оре повідомить окремо.

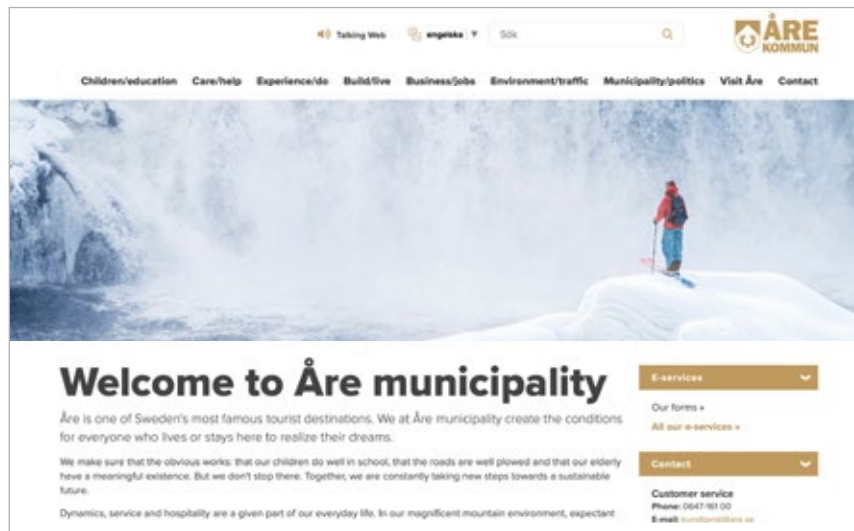
Розрізнення інформації від комуни Оре

Фейкові новини можуть швидко поширюватися як цифровими, так і фізичними засобами інформування. Це може бути що завгодно: від фальшивих дописів у соціальних мережах до оманливих чуток або фальсифікованих плакатів. Щоб переконатися, що ви отримуєте правильну інформацію, важливо розпізнавати, коли муніципалітет Оре є відправником.

Комуна Оре сповіщає таким чином:

- **Офіційні джерела:** У випадку кризи інформація публікується на www.ore.se і сторінці у фейсбуці Åre kommun.
- Якщо цифрові канали не можуть бути використані, зв'язок перемикається на фізичні інформаційні точки.
- **Візуальна ідентифікація:** Повідомлення від комуни завжди має логотип комуни Оре, чіткого відправника і послідовний мовний тон.
- **Узгоджене повідомлення:** Інформація однакова в усіх каналах – на веб-сайті, у Facebook та фізичних місцях розміщення інформації.

Завжди критично ставтеся до джерела та думайте про те, хто стоїть за інформацією, чому вона існує та чи надійне джерело.



Пункти обслуговування та безпеки

Перший у Швеції пункт обслуговування та безпеки SOT-punkt був створений у Каллі в січні 2020 року. SOT-punkt — це контейнер із резервною електростанцією, яка може забезпечити електропостачання як продуктових магазинів, так і АЗС. У Каллі контейнер також може обігріти сусідню школу, якщо це необхідно.

Крім того, він портативний і може бути швидко використаний в іншому місці, якщо цього вимагає ситуація.

Восени 2024 року в Галлені відбулося відкриття пункту SOT. Це також контейнер з резервною електростанцією, яка забезпечує електропостачання продуктового магазину.

Тут ви знайдете найближчу точку SOT

SOT-пункти в комуні Оре розташовані в двох місцях:

- **Kall:** Kall Västgård 10 (ICA Kall)
- **Hallen:** Hallenvägen 22 (ICA Nära Karl Ors Bua)

Укриття та захищені приміщення

В Швеції укриття позначені оранжевим чотирикутником та синім трикутником. Ти можеш знайти найближче укриття за допомогою MSB:s мапи укриттів, www.msb.se/skyddsrum. На додаток до укриттів, підвали та подібні приміщення можуть за потреби виконувати функції захищених приміщень.



Підготовка

Незалежно від того, чи це тривале відключення електроенергії, чи перебої з водопостачанням чи їжею, важливо мати можливість подбати про себе хоча б тиждень. Маючи відповідне обладнання та плани для різних сценаріїв, ви можете зменшити наслідки кризи та забезпечити собі та вашим близьким те, що вам потрібно. Таким чином суспільство зможе зосередити свої ресурси на допомозі тим, хто її найбільше потребує.

У цьому розділі ви знайдете практичні поради щодо подолання деяких найпоширеніших проблем під час криз.



Система попередження про погоду SMHI (Шведський метеорологічний і гідрологічний інститут)

Знати та розуміти систему попередження про погоду SMHI важливо, щоб мати можливість підготуватися та діяти в різних погодних ситуаціях. Система допомагає попереджати про можливі ризики і розділена на три рівні: жовтий, оранжевий і червоний. Кожен рівень сигналізує про те, наскільки серйозними можуть бути наслідки погоди. Деякі райони страждають сильніше. Слідкуйте за тим, як змінюється погода там, де ви знаходитесь. Чутливі особи чи групи також можуть постраждати більше, ніж інші. Робіть усе можливе, щоб захистити себе, своє оточення та своє майно. У деяких випадках найбезпечніше залишатися вдома.

Більше інформації: www.smhi.se Застосунок SMHI Väder



Жовте попередження: Погода може мати значні наслідки, бути небезпечною та завдати шкоди. Це може створити проблеми для різних громадських служб, наприклад, громадського транспорту.



Оранжеве попередження: Наслідки погоди можуть мати серйозні наслідки для суспільства. Це може бути небезпечно для людей і може завдати значної шкоди майну та навколишньому середовищу. Уникайте діяльності, яка може поставити вас під загрозу.



Червоне попередження: Наслідки погоди можуть мати дуже серйозні наслідки як для людей, так і для суспільства. Це може становити велику небезпеку для населення та спричинити серйозні травми. Існує високий ризик серйозних проблем із важливими соціальними функціями, такими як громадський транспорт. Повністю уникайте діяльності, яка може поставити вас під загрозу.

Дощ і злива

Зі зміною клімату очікується, що кількість опадів у повіті Ємтланд збільшиться на 40–60 відсотків як за інтенсивністю, так і за кількістю. Це означає підвищений ризик повеней, а також зсувів, обвалів і селевих потоків, особливо в районах з крутим рельєфом. У Åreдален ризик селевих потоків найвищий у Швеції, тому дуже важливо бути готовим. Під час сильних дощів і проливних злив велика кількість води може швидко спричинити такі проблеми, як повені, ерозія та пошкодження доріг, будівель та інфраструктури.

Також очікується зміна течії в озерах і струмках, що може спричинити повені, особливо у разі великої кількості дощу, танення снігу або якщо гребля провалиться. Тому важливо звертати увагу на попередження про дощ і знати, що можна зробити, щоб зменшити ризики в разі повені.

Порада!

- Перевірте свою дренажну систему та переконайтеся, що дощова вода може відтікати з вашої ділянки, утримуючи люки та водостоки вільними від сміття.
- Якщо ви підозрюєте, що вода може протікати у вашу власність, ви можете встановити мішки з піском, пороги або інший захист, щоб запобігти проникненню води.
- Після затоплення перевірте наявність небезпеки ураження електричним струмом і вимкніть основне живлення, якщо сумніваєтеся. Завжди дезінфікуйте кухонне обладнання та інше, що контактувало з паводковою водою.

Сильний вітер

Сильний вітер може спричинити значні труднощі в повсякденному житті — від потужних поривів вітру, які ламають дерева, до тривалих відключень електрики та пошкоджень будівель. Відкриті або високо розташовані території, такі як гірські райони, а особливо на голих вершинах, можуть зазнавати швидких змін вітрових умов. Під час сильного вітру або бурі видимість різко погіршується, і може бути важко безпечно пересуватися на вулиці.

У гірському середовищі ризик особливо високий, оскільки погода може змінюватися без попередження. Тому важливо ретельно планувати діяльність, стежити за прогнозами погоди та робити безпечні висновки на основі будь-яких попереджень про погоду.

Порада!

- Переконайтеся, що незакріплені предмети, такі як садові меблі, батути, велосипеди тощо, розміщені в приміщенні або належним чином закріплені.
- Якщо ви збираєтеся зупинитися в гірській місцевості, переконайтеся, що у вас є правильний одяг і речі, щоб впоратися з раптовими змінами погоди.

Сніг і лавини

Велика кількість снігу за короткий час може вплинути як на доступність, так і на електропостачання. При поєднанні снігопаду з сильним вітром часто виникають замети, які швидко можуть зробити дороги непроїзними. У таких гірських районах, як наша, це особливо поширене явище і вимагає особливої обережності.

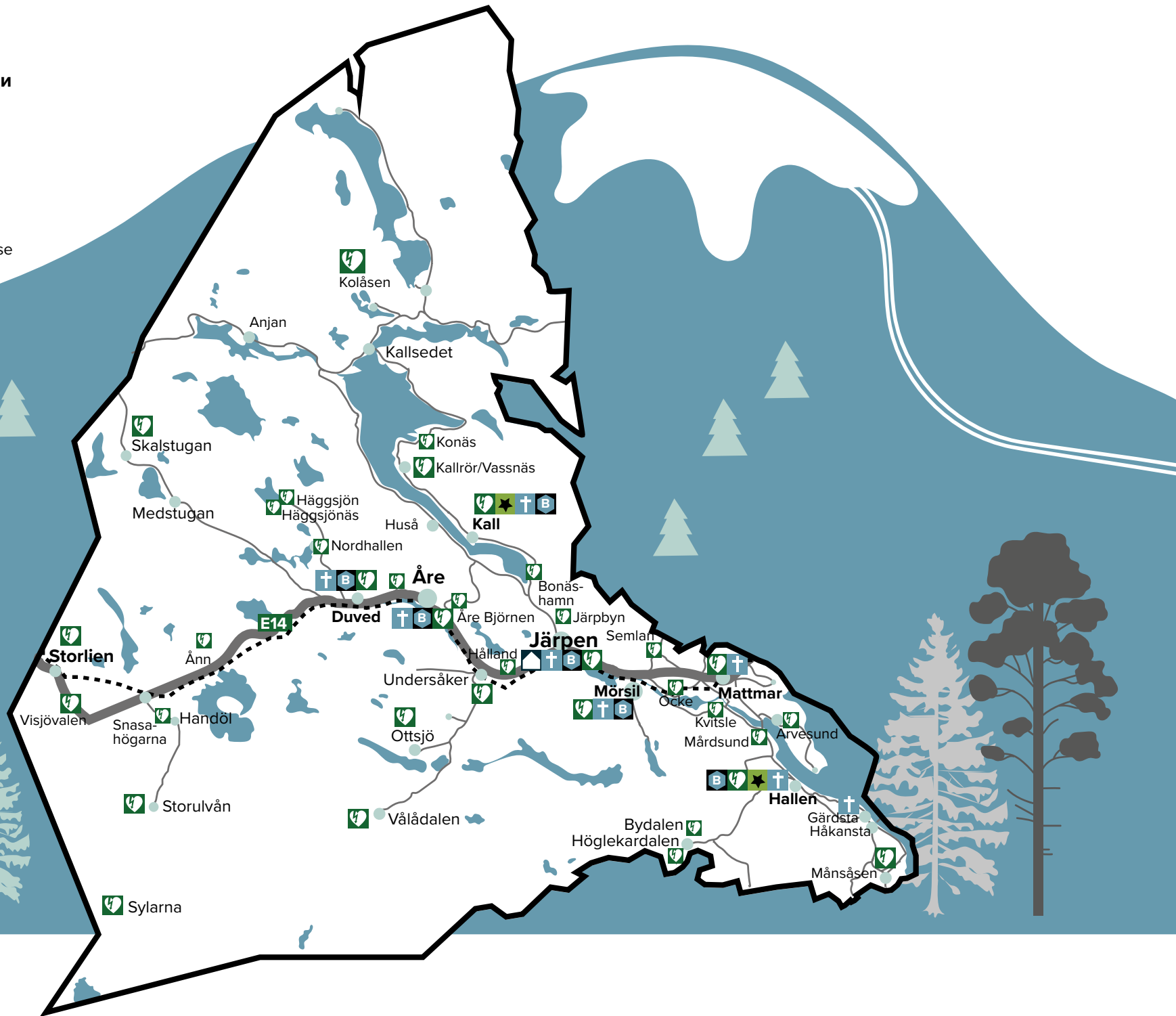
Лавини трапляються кожної зими в різному обсязі в залежності від погодних умов та стану снігу. На вебсайті Агентства з охорони навколишнього середовища www.lavinprognoser.se протягом зимового сезону публікуються щоденні прогнози лавин для шести районів шведських гір, де Західні Ємтландські гори охоплюють частину комуни Оре. В межах територій лижних курортів проводяться оцінки лавинної небезпеки самими курортами. Для актуальної інформації відвідайте відповідні вебсайти лижних курортів.

Пам'ятайте, що як лижник або відвідувач гір, ви несете власну відповідальність за те, щоб адаптуватися до поточних умов. Не ризикуйте без потреби та завжди дотримуйтесь актуальних рекомендацій.

Порада!

- Огляньте своє майно, щоб дахи та інші споруди витримали вагу снігу. Очищайте дахи від снігу.
- Підготуйте автомобіль, узявши пускові кабелі, додатковий одяг та снігову лопату, якщо вам потрібно буде вирушити в дорогу.

-  Будівля міської ради
-  SOT пункт
-  Бібліотека
-  Дефібрилятор
Детальна інформація:
www.hjartstartarregistret.se
-  Церква



Лід та ожеледиця

Раптова ожеледиця та утворення льоду можуть виникати під час переохолодженого дощу або коли холодне дорожнє покриття швидко замерзає. Такі погодні умови можуть створювати серйозні проблеми на дорогах і підвищувати ризик аварій як для транспортних засобів, так і для пішоходів. Слизькі дороги можуть з'явитися без попередження, особливо на затінених ділянках, мостах та схилах, де температура часто нижча, ніж у навколишньому середовищі.

SMHI видає попередження про раптове обледеніння, коли стан доріг може швидко погіршитися. Окрім того, що це впливає на рух транспорту, обледеніння може також зробити пішохідні доріжки та тротуари небезпечними для пішоходів. Тому важливо бути уважними до попереджень і адаптуватися до змінюваних умов.

Порада!

- Переконайтесь, що у вас є зимові шини в хорошому стані, і коригуйте швидкість залежно від стану доріг.
- Використовуйте протиковзкі засоби, якщо ви йдете по слизьких дорогах або стежках
- Слідкуйте за оновленнями про погоду та стан доріг через SMHI та Trafikverket.

Грім

SMHI видає попередження про раптове обледеніння, коли стан доріг може швидко погіршитися. Окрім того, що це впливає на рух транспорту, обледеніння може також зробити пішохідні доріжки та тротуари небезпечними для пішоходів. Тому важливо бути уважними до попереджень і адаптуватися до змінюваних умов.

Порада!

- Вимкніть електронне обладнання та уникайте використання стаціонарних телефонів.
- Уникайте перебування на відкритих місцевостях або висотах.

Високі температури

Зі зміною клімату ми можемо очікувати як підвищення середньої температури, так і частіші хвилі спеки, як у внутрішніх, так і в горах.

Хвиля спеки визначається SMHI як період, коли найвища денна температура становить щонайменше 25 °C протягом щонайменше п'яти днів поспіль. SMHI видає повідомлення та попередження про високі температури.

У гірському середовищі вплив спеки може ще більше посилюватися через розріджене повітря та інтенсивне сонце на великій висоті.

Високі температури можуть призвести до серйозних проблем зі здоров'ям, таких як зневоднення, тепловий удар і загострення серцево-судинних захворювань. Це стосується всіх, але особливо людей похилого віку, хронічно хворих, людей з обмеженими можливостями, дітей, вагітних жінок та людей, які приймають певні ліки.

Поради!

- Носіть капелюх від сонця, сонцезахисні окуляри та використовуйте сонцезахисний крем з високим фактором, якщо перебуваєте на відкритому повітрі.
- Якщо стає дуже спекотно, прохолоду можна знайти в лісі або в природних водоймах у горах.
- Багато гірських будиночків мають погану вентиляцію. Провітрюйте приміщення під час прохолодних вечорів і ночей, щоб зменшити спеку.
- Зважайте на те, що температура може сильно відрізнятися між долиною та вершиною. Одягайтеся шарами, щоб пристосовуватися до різних температур.

Вода

Якщо у вас є комунальне водопостачання та водовідведення і ви зареєстровані за адресою, яка потрапляє під дію пошкодження, несправності, ви можете отримати SMS від комуни Оре з інформацією про те, що сталося, та які заходи вживаються. Якщо ви ще не зареєстровані для цієї послуги, ви можете легко зробити це через сайт www.ore.se або зателефонувати до служби підтримки клієнтів комуни Оре за номером 0647-161 00.

Один дорослий потребує близько трьох літрів води на день. Тому в разі перебоїв з водопостачанням важливо мати власний запас води. Зберігайте воду в чистих каністрах, в темному та прохолодному місці — так вона може зберігатися до півроку. Добре мати на увазі правило: міняти воду, наприклад, на новий рік і на свято середини літа. У разі тривалих перебоїв з водопостачанням, Оре може встановити резервуари з питною водою. Місця їх розташування будуть повідомлені через інформаційні канали комуни.

Якщо ви плануєте використовувати воду, наприклад, з гірських потоків, зазвичай її можна пити безпосередньо. Однак, якщо ви сумніваєтеся, краще прокип'ятити воду перед вживанням. Це також стосується води з озер або великих водотоків.

Поради!

- Заморожуйте воду в ПЕТ-пляшках — це працює як резервний запас води та охолоджуючий пакет в разі відключення електроенергії. Будьте обережні, щоб не наповнювати пляшку водою повністю, оскільки вона може лопнути. Будьте обережні, щоб не наповнювати пляшку водою повністю, оскільки вона може лопнути.
- Для особистої гігієни використовуйте вологі серветки та дезінфікуючий засіб для рук.
- Тримайте вдома одноразові тарілки та столові прилади, щоб економити воду під час миття посуду.
- Менші каністри для води з великим отвором зручні у використанні. Також добре мати додатковий кран, щоб діти могли зручно набирати воду.

Їжа

У кризовій ситуації важливо мати їжу, яка насичує вас, дає енергію та з якою легко вживати. Вам потрібна їжа, яка може зберігатися при кімнатній температурі, яку можна швидко приготувати, потребує мінімум води або яку можна з'їсти відразу. Хороші контрольні списки можна знайти в брошурі MSB для додаткового натхнення.

Вирощування власної їжі може бути хорошим способом зменшити залежність від транспорту та сприяти самозабезпеченню. Навіть невеликі вирощування, наприклад, у горщиках або на балконі, можуть забезпечити свіжі овочі та зелень. Картопля, квасоля та салат є прикладами культур, які легко вирощувати.

В Ємтланді вегетаційний період може бути коротким, але, наприклад, за допомогою теплиць можна продовжити сезон і збирати врожай навіть у холодні місяці. Співпраця у спільному вирощуванні також може сприяти зміцненню як громади, так і продовольчого забезпечення в муніципалітеті.

Поради!

- Плануйте запаси консервів, сухої їжі і продуктів з тривалим терміном зберігання. Було б корисно також мати у своєму запасі речі, які забезпечують швидку енергію, наприклад батончики, горіхи, сухофрукти та шоколад.
- Їжте охолоджені продукти, поки вони не зіпсуються. Якщо двері не відкривати дуже часто, морозильна камера зберігає холод протягом кількох днів.
- Підготуйте кемпінгову кухню або гриль для приготування їжі
- Вивчіть прості методи консервування, такі як сушіння або маринування, щоб зберегти врожай.
- Розгляньте можливість заморожування свіжих продуктів, які можна використовувати за потреби.

Електрика/опалення

У муніципалітеті Оре зимовий холод і сильні вітри можуть швидко стати проблемою в разі відключення електроенергії та тепла. Поєднання низької температури та сильного вітру може спричинити сильний охолоджуючий ефект, тому ще важливіше бути добре підготовленим. Якщо у вас є піч на дровах, пічка або інше опалювальне обладнання, важливо використовувати їх безпечно. Якщо ви палите занадто сильно, існує ризик виникнення сажевої пожежі. Вона може статися, якщо ви використовуєте багато дров або вологі дрова. Сажева пожежа може бути дуже сильною, пошкодити димар або спричинити пожежу в будинку. Рекомендується обмежити кількість дров до 3 кг на годину та дати печі охолонути протягом того ж часу, що ви палили. Також не забувайте провітрювати приміщення, щоб уникнути нестачі кисню.

Пам'ятайте, що вдома завжди повинні бути запаси сухих дров або іншого палива для забезпечення опалення. Тримайте паливний бак автомобіля повним, особливо в зимові місяці, оскільки автомобіль може забезпечити і тепло, і можливість послухати, наприклад, Р4.

У разі відключення електроенергії також важливо мати альтернативи для освітлення. Бажано мати ліхтарі або налобні ліхтарі з батарейним живленням. Банк живлення або інше резервне джерело для зарядки мобільного телефону може бути неоціненним у разі тривалих перерв. Якщо відключення електроенергії тривале, подумайте про планування та нормування використання батареї, щоб вона тривала якомога довше.

охолоджуючий ефект

Показання термометра °C

	10	5	0	-5	-10	-15	-20	-25	-30	-35	-40
2 m/s	9	3	-2	-8	-14	-20	-26	-32	-37	-43	-49
5 m/s	8	1	-5	-11	-17	-24	-30	-36	-42	-49	-55
10 m/s	6	0	-7	-14	-20	-27	-34	-40	-47	-53	-60
15 m/s	5	-2	-8	-15	-22	-29	-36	-43	-50	-56	-63

Поради!

- Перевірте, чи працює пожежна сигналізація, чи є вогнегасники та протипожежні ковдри.
- Не використовуйте свічки та плити під час сну, а чайні свічки розміщуйте помірно та у вогнетривких контейнерах.
- Зберігайте легкозаймисті матеріали, такі як дрова та гас, на безпечній відстані від дому.
- Якщо вам потрібно спалити на відкритому повітрі, виберіть з захищене місце та стежте за іскрами, щоб мінімізувати ризик пожежі.
- Заздалегідь завантажуйте програми, серіали, фільми чи подкасти, які подобаються вам або дітям. З ним можна добре провести час. Однак не забувайте економити батарею та плануйте використання так, щоб мобільний прослужив якомога довше.
- Захистіть чутливі прилади, вимкнувши їх з розетки, щоб уникнути пошкодження після відновлення живлення.

Охорона здоров'я

Муніципалітет Оре є одним із найбільших за площею муніципалітетів Швеції, тому іноді відстані до медичних центрів та інших закладів догляду можуть бути великими. Тому важливо заздалегідь продумати, як діяти, якщо знадобиться медична допомога.

Для невідкладних питань завжди телефонуйте за номером 112. Для менш термінових медичних потреб телефонуйте за номером 1177 або увійдіть на сайт 1177.se, щоб отримати консультацію щодо хвороби чи потреб у догляді.

Базові навички надання першої допомоги безцінні в кризовій ситуації. Знання того, як виконувати серцево-легеневу реанімацію (СЛР), зупиняти сильну кровотечу та контролювати шок, може врятувати життя до прибуття професійної допомоги. Навчайте себе, щоб отримати більшу впевненість у тому, як ви можете діяти в надзвичайній ситуації.

Якщо ви або хтось із членів вашої родини має рецептурні ліки, медичне обладнання чи витратні матеріали, переконайтеся, що:

- Маєте запас ліків мінімум на місяць. Регулярно перевіряйте термін зберігання.
- Зберігайте ліки відповідно до інструкції на упаковці
- Заздалегідь зверніться до свого медичного працівника, щоб спланувати альтернативні рішення щодо медичного обладнання чи допоміжних засобів, які потребують електрики.

Кризова ситуація може бути стресом для психічного здоров'я. Занепокоєння, невпевненість і стрес є природними реакціями. Тому важливо намагатися спілкуватися з іншими, щоб відчувати підтримку. Також може бути корисним якомога більше намагатися вести повсякденне життя якомога більше, оскільки це створює відчуття контролю.

У разі кризи місцеві медичні центри в муніципалітеті Оре можуть змінити години роботи. Актуальну інформацію дивіться на веб-сайті регіону Jämtland-Härjedalen: www.regionjh.se.



Завжди використовуйте додаток SOS Alarm 112, коли вам потрібно зателефонувати за номером екстреної допомоги 112.

Тоді SOS Alarm автоматично отримає вашу позицію, і ви зможете швидше отримати допомогу.



Порада!

Подбайте про те, щоб у вас була добре укомплектована аптечка першої допомоги



Ваш найближчий дефібрилятор

У разі раптової зупинки серця є кожна секунда має вирішальне значення. Щоб підвищити шанси на порятунок життів, муніципалітет Оре розмістив дефібрилятори у відкритих шафах поблизу наших великих робочих місць, дошкільних закладів, шкіл і будинків престарілих.

Дефібрилятори доступні кожному, прості у використанні та можуть мати велике значення до прибуття швидкої допомоги та медичного персоналу.

На додаток до дефібриляторів за які відповідає муніципалітет є й інші. Дивіться все на www.hjartstartarregistret.se. Якщо вам виповнилося 18 років і ви володієте знаннями про серцево-легеневу реанімацію, ви можете завантажити додаток SMS-livräddare і допомогти в екстреній ситуації.

Закриті основні дороги

Euroaväg 14 (E14) є важливою транспортною трасою, на яку можуть впливати різними способами. Якщо з будь-якої причини доведеться закрити дорогу, можуть знадобитися альтернативні маршрути.

Доцільно вже подумати про те, якими іншими дорогами можна скористатися, якщо E14 або інші головні дороги недоступні. Будь ласка, майте під рукою паперову карту та сплануйте, щоб у разі потреби мати можливість проїхати коротшими маршрутами.

Будьте в курсі подій, слідкуючи за інформацією від транспортної адміністрації Швеції, www.trafikverket.se. На сайті ви отримаєте актуальну інформацію про стан доріг, перекриття та об'їзди.

Тварини

У муніципалітеті Оре криза може поставити особливі вимоги до власників тварин. Важливо бути готовим, щоб мати можливість піклуватися про своїх тварин у таких ситуаціях. Швидкі зміни погоди, такі як сильний снігопад або повінь, також можуть вплинути на вашу здатність дістатися до тварин або отримати допомогу.

Тому варто заздалегідь подумати, як захистити своїх тварин, особливо якщо ви живете поблизу водотоків або у віддалених місцях, де дороги можуть стати непроїзними. Забезпечте доступ до корму, води та необхідного обладнання та майте на увазі, що за необхідності може знадобитися перемістити тварин у безпечніше місце.

Інформація для власників тварин

Svenska Blå Stjärnans веб-сайт, www.svenskablastjarnan.se.

Тут ви можете знайти багато корисної інформації та контрольних списків.

Брошура «Якщо станеться криза або війна – для шведських фермерів» (MSB).

Тут ви, як власник тваринницького господарства, можете отримати додаткові рекомендації.

Щодо місцевих і національних рекомендацій щодо утримання тварин під час кризи, дивіться www.jordbruksverket.se.

Ви хочете зробити свій внесок у кращу готовність?

Долучаючись до місцевих ініціатив та організацій, ви сприяєте не тільки своїй власній готовності та готовності суспільства, але й соціально стійкому суспільству. Коли ми зміцнюємо спільноту та створюємо умови для допомоги один одному, ми будуємо більш стійке суспільство, де кожен може почуватися в безпеці – як у повсякденному житті, так і під час кризи.

Наприклад, Ви можете:

- Станьте пожежним за сумісництвом і зробіть важливий внесок у місцеву громаду. Зв'яжіться з асоціацією екстрених служб Ємтланда за телефоном 063-14 80 00.
- Візьміть участь у групі POSOM муніципалітету Оре, яка пропонує психосоціальну підтримку під час криз. Зв'яжіться з муніципалітетом Оре за телефоном 0647-161 00
- Приєднуйтеся до таких організацій, як Червоний Хрест, де ви можете пожертвувати своїм часом і навичками, щоб допомогти тим, хто цього найбільше потребує. З місцевим Червоним Хрестом можна зв'язатися електронною поштою are@redcross.se.

Щоб отримати контактну інформацію для інших організацій, які працюють із забезпеченням готовності та безпеки, зв'яжіться з муніципалітетом Оре по телефону 0647-161 00.

Важливі номери телефонів

SOS Alarm 112

Комуна Оре 0647-161 00

Поліція, з тепмінових питань 112, або 114 14

MSB – Агентство з питань захисту та готовності суспільства 0771-240 240

Служба медичних консультацій 1177

Region Jämtland-Härjedalen 063-14 75 00

Jämtkraft (енергетична компанія) 063-14 90 00

Об'єднання рятувальних служб Ємтланду 063-14 80 00

Управління Ємтланду 010-225 30 00

**Національний інформаційний номер
– під час криз і нещасних випадків** 113 13

Телефон: 0647-161 00,
Електронна пошта: kundtjanst@are.se
Адреса: Norra vägen 21, Järpen



Інформація щодо брошури

У листопаді 2024 року Агентство з питань захисту та готовності суспільства (MSB) надіслало брошуру «Якщо настане криза або війна» до всіх шведських домогосподарств. Брошура, яку ви тримаєте в руках, є доповненням з більш локальним акцентом.

Ця брошура доступна в різних версіях і різними мовами. Ви можете знайти різні варіанти на сайті www.are.se.

Якщо ви загубите свою брошуру від муніципалітету Оре, ви можете легко замовити нову на www.are.se. Новий примірник «Якщо прийде криза чи війна» можна замовити за адресою www.msb.se.