

Hjemmeberedskab

Information til dig, der modtager
hjælp fra Frederiksberg Kommune



Sådan bliver du klar til en krisesituation

I en krise skal vi passe på os selv og hinanden. Myndighederne anbefaler, at alle har hjemmeberedskab, så vi kan klare os i tre døgn. Det gælder også dig, som modtager hjælp eller støtte fra kommunen.

Hvad kan du gøre?

Det vigtigste, du kan gøre, er selv at være forberedt. På den måde hjælper du både dig selv og dem, der ikke har mulighed for at forberede sig.

Derfor anbefaler vi, at du altid har:

- Vand til tre dage (3 liter pr. person pr. dag)
- Mad til tre dage (fx tørkost eller konserver)
- Medicin til tre dage
- FM-radio og lommelygte (med batteri, solceller eller håndsving)
- Andre ting, du har brug for (fx hygiejneprodukter)

Forbered jer sammen

Tal med din nabo, familie, venner og bolig- eller grundejerforeningen om, hvordan I kan forberede jer sammen. På den måde får I større kendskab til hinanden og hvad I kan hjælpe hinanden med allerede inden krisen opstår.

Har du behov for hjælp til dit hjemmeberedskab?

Hvis du eller dit netværk ikke har mulighed for at indkøbe ting til dit hjemmeberedskab, er der flere muligheder for at få hjælp:

- Hvis du er visiteret til indkøbsordningen, kan du bestille varer til hjemmeberedskabet gennem din leverandør i indkøbsordningen
- Røde Kors PARAT tilbyder hjælp til etablering af hjemmeberedskab til dig, der ikke selv kan stå for indkøb og transport af fx vand til beredskabet.

Du kan kontakte Røde Kors PARAT alle hverdage kl. 10-15 samt mandag og onsdag kl. 16-19 på telefon 38 202 202 eller på hjemmesiden via formularen på www.rodekors.dk/parat/modtager.

Til dig, der har behov for omfattende plejeydelser

Visitationen og Frederiksberg Hjemmesygepleje har et stort kendskab til borgere, der modtager plejeydelser i hjemmet eller er afhængige af velfærdsteknologiske hjælpemidler i hverdagen.

Du kan derfor være helt rolig – også i en krisesituation med fx strømsvigt. Du vil stadig få besøg fra hjemmesygeplejen, og medarbejderne vil sikre, at du modtager den nødvendige pleje, hvis dine pårørende ikke kan hjælpe.

Vil du vide mere?

Du kan læse mere om hjemmeberedskab på Styrelsen for Samfundssikkerheds hjemmeside: www.samsik.dk/forberedt.

På styrelsens hjemmeside kan du også finde en beregskabsberegner, hvor du kan få hjælp til at beregne, hvad og hvor meget din husstand har brug for i hjemmeberedskabet.