

# Frivilliga vänner främjar beredskap – tips för frivilliga vänner



Vänverksamheten är en del av hjälpberedskapen. Frivilliga vänner främjar beredskap och säkerhet på många olika sätt både **förebyggande** och **vid störning**.

Beredskap och säkerhet kan främjas förebyggande t.ex. genom att ordna en trygghetsrunda hemma hos kunden. Trygghetsrundan är ett sätt att få konkret information om hur tryggt det är hemma hos kunden och hur beredd kunden är på störningssituationer.

## Trygghetsrunda hemma – 3 tips:

1. Gå igenom kundens **största anledningar till oro** när det gäller trygghet och beredskap i hemmet. Är det något som hen i synnerhet funderar på? Har det uppstått några tillbud? Om ja, hurdana? Är [hemförrådet](#) uppdaterat?
2. Efter detta kan ni göra en trygghetsrunda i hemmet (både inomhus och utomhus) tillsammans **genom att utnyttja [checklistor](#) för säkerhet i hemmet**. Med hjälp av checklistorna är det lättare att komma ihåg vilka viktiga saker man ska ta upp.
3. Efter rundan kan ni **fundera tillsammans på hurdana brister** ni stötte på under rundan. **Vad kan man göra åt dem? Vem kan hjälpa? Med vilken tidtabell?**

## Elavbrott

Det bästa sättet att förbereda sig för ett elavbrott är att ha ett [hemförråd](#) hemma, det vill säga extra mat, vatten och andra förnödenheter. Du får snabbt användning för till exempel **en ficklampa som fungerar med batterier, en batteriradio och reservströmskällor** när det blir elavbrott. Se även till att ha kontanter hemma. Bekanta dig även med SPEKs material och beredskapsrunda: [Beredskap i hemmet - SPEK](#)

Vid elavbrott är det viktigt att frivilliga vänner besöker människor och frågar hur de klarar sig hemma. Det skulle vara bra om frivilliga vänner hade med sig **laddade reservströmskällor** med hjälp av vilka kunderna kan ladda sina mobiltelefoner vid behov. Om du märker att kunden har en kall bostad på grund av ett längre elavbrott, och han inte klarar sig där, kontakta socialtjänsten.

Till hjälpberedskapen hör att bemöta människor, lyssna på dem, identifiera hjälpbehovet och hänvisa till andra tjänster.

## Vid störning kan en frivillig vän exempelvis:

- ✓ Hjälpa med att ta kontakt med närstående.
- ✓ Hjälpa kunden att hitta rätt information.
- ✓ Erbjudas närvaro utan brådska i en störningssituation.
- ✓ Hjälpa kunden genom att utnyttja nätverk och samarbetspartner (t.ex. handikapporganisationer, organisationer för minnessjuka).

## Att fundera på:

- Finns det människor som befinner sig i en utsatt situation i ert område? Hur skulle ni kunna nå dem?
- Borde man göra något på annat sätt för att nå dem?