

ØVELSE ØVELSE ØVELSE

ER DU FORBEREDT  
**HVIS NOE  
SKULLE  
SKJE?**



# ØVELSE: HOLDE VARMEN

Kraftig storm fører til omfattende skader på kraftledninger. Titusener av husstander **mister strømmen** i et stort geografisk område, og **du bor midt i et mørklagt** nabolag. Det er store skader på veier og annen infrastruktur.

**Temperaturen** ute er **5 °C** og fallende.

På grunn av mye vann og vind tar det **fire dager** før arbeidet med gjenoppretting kommer i gang.

**Hvordan holde varmen gjennom krisen?**



Sjekk ut flere øvelser på [sikkerhverdag.no](https://sikkerhverdag.no)

## TEST DIN EGENBEREDSKAP

Har du en varmekilde som ikke er avhengig av strøm? For eksempel vedovn, gassovn, eller annet?

Ja  Nei

Alle husstander bør ha en plan for å holde varmen ved et langvarig strømbrudd. Husk at det er begrenset hvor mye gass og brannfarlig væske du kan oppbevare i boligen.

Har du varme klær, pledd og soveposer til alle i husstanden?

Ja  Nei

Er det vanskelig å finne gode alternative varmekilder som passer for deg, kan du avtale med naboer, familie eller venner om å gi deg husly.

Husk at når strømmen er borte, så har du heller ikke lys. Har du en lommelykt/hodelykt med ekstra batterier?

Ja  Nei

Ta ut batteriene fra lykten hvis den ikke brukes jevnlig. Sjekk årlig at lykten virker, og at du har ekstra batterier.