

Regler för beredskapsövningens bordsspel

#AvunKetju2025
#HjälpensKedja2025

Beredskapen i hemlandet
Toni Rikala



Sju principer för tryggare rum



1 Var öppen

Bemöt nya människor och frågor utan fördomar. Ta varje möte som en möjlighet att lära dig något nytt och utvecklas.

2 Visa respekt

Uppmärksamma dig på dina ordval och respektera den andras åsikt. Låt bli att skymfa, förlöjliga eller fördöma någon med ditt tal eller beteende.

#AvunKetju2025 #HjälpensKedja2025 3 Skapa en positiv atmosfär

Ta även ansvar för någon annans upplevelse. Lyssna, beröm och uppmuntra.

4 Undvik antaganden

Gör inga antaganden på basis av yttre egenskaper, hudfärg, etnisk bakgrund, religion, kön, ålder eller tal. Gör inga antaganden om kön, bakgrund eller funktionsförmåga.

5 Ge utrymme

Respektera den andras personliga utrymme, integritet och självbestämmanderätt. Se till att alla blir hörda och ge alla möjlighet att delta.

6 Ingrip

Var inte passiv ifall du lägger märke till trakasserier eller annat osakligt beteende.

7 Njut

Ha det trevligt! Fråga om du undrar över något och ta reda på saken.

#AvunKetju25
#HjälpensKedja25

Operation HjälpensKedja2025 -övningsscenario

FRK inhemsk beredskap
Mari Rantio



Operation HjälpensKedja2025 (1)

#AvunKetju2025

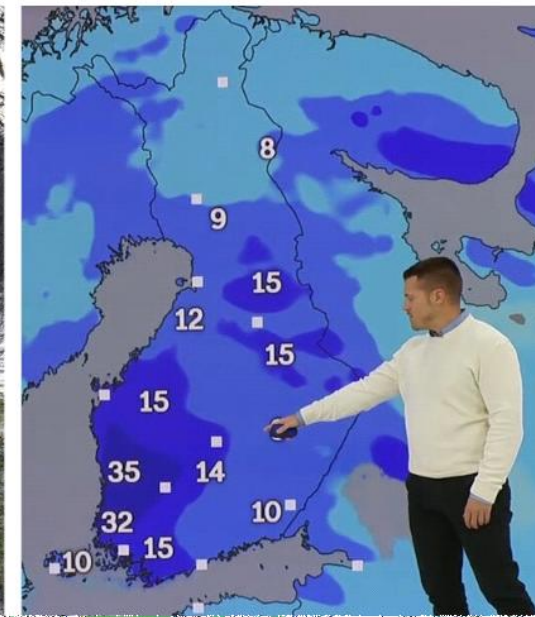
#HjälpensKedja2025

Meteorologilta hurja tieto lähestyvistä lumimyrskystä – jopa puolen metrin kinoksia Etelä-Suomeen

Det har legat en exceptionell lågtrycksfront över Finland. Fronten har stått stilla de senaste veckorna och orsakat vindar nära jordytan som är typiska för vintersäsongen, **lågtrycksstormar**. På grund av den globala uppvärmningen och av tjälen som saknas i marken har lågtrycksstormarna orsakat stora **stormfällningar i breda skogsområden** på olika håll i Finland.

Räddningsmyndigheterna och elbolagen har arbetat i den belastande situationen under de senaste två veckorna med att vidare utreda stormskadorna. Det har varit **omfattande strömavbrott i landskapen efter stormskadorna**, och mer än 250 000 hushåll har varit utan el. En del av luftledningarna är helt förstörda och därför **saknar en del hushåll fortfarande elektricitet**.

Seuraava vuorokausi tuo hurjan muutoksen säähän – varoitus harvinaisen laajasta talvitulvasta ja vaarallisesta ajokelistä



Operation HjälpensKedja2025 (2/3)

Social- och hälsovårdssektorns myndigheter och hemvårdspersonalen har tillsammans med Röda Korsets och den Frivilliga räddningstjänsten Vapepas nätverks frivilliga kartlagt hur de äldre invånarna i glesbygden klarar sig.

Detta samarbete fortsätter och myndigheterna bereder sig på att grunda och en del har redan öppnat kommunala centraler för störningssituationer och evakueringscentraler för invånarna.

Det har skett en förändring i väderleken i form av en kall luftfront som för med sig en sträng köld som Meteorologiska institutet förutspår att blir kvar i Finlands luftrum i flera veckor. I början av den stränga köldperioden **har myndigheterna fokuserat på att återställa eldistributionen efter stormen i november och förbereder sig nu på att periodisera eldistributionen med cirkulerande elavbrott** för att trygga elnätets funktion i Finland.

Operation HjälpensKedja2025 (3/3)

Myndigheterna har med stöd av befintliga samarbetsavtal bett Röda Korset om hjälp med följande eventuellt nödvändiga uppgifter:

- Kartläggning och bedömning av hjälpbehovet
- Efter var och ens egen beredskap under de första 72 timmarna för utdelning av förnödenheter och eventuella kontantunderstöd samt för ordnande av proviantering
- Stärka medborgarnas resiliens i krisen
- Stödja myndigheter i evakueringscentraler och centraler för störningssituationer
- Beredskap för att ordna kortvarig nödinkvartering för evakuerade personer

Saker att ta hänsyn till:

- Behovet av hjälp beräknas enligt preliminära uppskattningar pågå i minst två veckor.
- Beakta att hjälparbetet hindras av cirkulerande elavbrott, varvid man måste agera i en situation där el inte finns att tillgå och telefonförbindelserna inte fungerar.
- VIRVE-nätets verksamhet kan inte garanteras för Röda Korsets aktörer.
- Det kan också finnas utmaningar inom datakommunikation.

Beredskapsnivåer

#AvunKetju2025
#HjälpensKedja2025

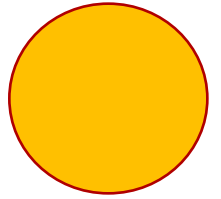
Brand

Tåg- eller
bussolycka

Terrorattacker,
cyberattacker,
storskaligt,
långvarigt el- och
datatrafikavbrott

Massinvandring,
omfattande
regionala
evakueringar av
befolkningen

Operationen Riksomfattande intensifierad beredskap



- **Händelsen har betydande konsekvenser för samhället eller befolkningen.**
- Händelsen har **konsekvenser inom flera distrikt.**
- Exempel på sådana situationer:
 - Massinvandring
 - Omfattande informationspåverkan – i synnerhet handlingar som syftar till att försvåra humanitärt biståndsarbete eller Röda Korsets verksamhet,
 - Störningar i hälsosäkerheten
- **Generalsekreteraren** fattar beslut om att inleda en rikstäckande insats
- **Centralbyrån gör upp en strategisk plan** för insatsen i samarbete med de **distrikt och institutioner** som deltar i insatsen.
- De distrikt som deltar i insatsen gör upp distriktsvisa verkställighetsplaner
- Avdelningarna, beredskapsområdena och distrikten leder verkställandet av operationens strategi med sina tillgängliga resurser
- Institutionerna stöder operationen i den mån det behövs

Övningsmodeller och utrustning

För övningsledaren

- Även om det gäller samarbete ligger huvudansvaret hos en person.
- Kolla in scenariot och målen för övningen Hjälpens Kedja 2025
 - Det finns ett handlingskort för ledaren av bordsspelet
- Se till att ni har:
 - En beredskapsplan (arbetsversioner är ok)
 - En störningssnurra och möjliga insatskort (om ni använder)
 - Uppställning av diskussionsämnen

Inledning

- Presentera målen
- Presentera scenariot
- Förklara principerna för grupparbete och trygga rum

Verkstäder

- Behandla ämnet med hjälp av de uppställda diskussionsteman
- Ni kan använda verktyget störningssnurra och insatskort
- Skriv ner svaren
- Uppmuntra deltagarna att dela med sig av sina åsikter och erfarenheter

Sammanfattning

- Gör en sammanfattning av verksamhetsmodellerna
- Diskutera om vad ni har lärt er
- Känslorunda: Vilka tankar väckte övningen?
- Fyll i frågeformuläret för beredskapsövningen

Inledning

- En del av övningen sker i form av ett bordsspel där avsikten är att fundera över verksamheten under ett scenario
- Syftet är att stärka avdelningarnas och de frivilligas beredskap att agera under undantagsförhållanden i enlighet med scenariot.

Bordsspel

- Bordsspelet är en simulerad situationsövning, där deltagarna går igenom ett på förhand uppgjort scenario
- Övningen sker "vid bordet" – man diskuterar, planerar och utvärderar:
 - Hur man skulle agera i en verklig situation
- Det är fråga om en inlärningsmetod som betonar samarbete, uppfattning av lägesbilden och beslutsfattande



Mål

- Öva på att tillämpa beredskapsplanen i praktiken
- Fördjupa förståelsen för samarbetet med myndigheterna och avdelningens roll
- Stärka den personliga och samhälleliga beredskapen
- Identifiera behoven hos specifika grupper och ta hänsyn till dem
- Öva på situationsledning och beslutsfattande

Övningens struktur

- Bordsspelet är avsett att vara en simulerad övning som består av diskussioner och som är baserad på en plan
- Deltagarna hanterar ett störningsscenario och tillämpar en befintlig beredskapsplan
- Övningen är inte ett test, utan en inlärningsprocess som främjar gemensam förståelse, samarbete och utveckling av beredskapen

Övningens förlopp



Tidtabell

- Övningens längd ca 1,5–2 timmar
 - Välj 3–4 teman och fokusera på dessa
 - Använd 2–3 insatskort om så önskas
 - Lämna bort rollkorten
 - Avslutande diskussion

- Övningens längd 4 timmar
 - Gå igenom alla teman i en diskussion
 - Välj 4–6 insatskort om så önskas
 - Välj 3–4 rollkort om så önskas
 - Ta upp 2–3 teman till särskild diskussion
 - Diskutera beredskapens självutvärderingsformulär
 - Avslutande diskussion

- Övningens längd 6–8 timmar
 - Gå igenom alla teman
 - Använd alla insatskort som en del av bordsspelet
 - Fundera på möjligheter, särskilt med tanke på den egna avdelnings verksamhet
 - Använd alla rollkort som en del av bordsspelet
 - Vi tar upp 2-4 teman till diskussion
 - Fyll i beredskapens självutvärderingsformulär
 - Avslutande diskussion

Bordsspelets teman

Teman

- Bordsspelet har totalt 10 teman
- Välj utifrån spelets längd de teman som passar er bäst
 - Välj också teman som ger utmaningar och som väcker diskussion
- För varje tema finns det stödfrågor som hjälper till att väcka diskussion → Ni kan fortsätta diskussionen med egna frågor och reflektioner.

1. Uppgifterna i situationen

Deltagarna funderar på vilka konkreta uppgifter som avdelningen kan utföra i scenariot.

- Vilka uppgifter kan vi utföra?
 - Vilka uppgifter åligger FRK och vilka åligger myndigheterna?
 - Vilka uppgifter kan utföras omedelbart och vilka kräver förberedelser?
 - Hur följer man upp att uppgifterna utförs?
- Exempel på uppgifter är proviantering och psykiskt stöd.

2. Att svara på myndigheternas begäran

Gå igenom vilka myndighetsbegäranden som kan besvaras och hur uppgifterna prioriteras. Målet är att förstå gränserna och möjligheterna

- Vem tar emot en myndighetsbegäran?
 - Har kontaktpersoner utsetts?
- Hur beslutar man om vilka begäranden som besvaras?
- Hur dokumenteras beslut och åligganden?
- Vilka är de viktigaste samarbetsmyndigheterna i er region?

3. Egen personlig beredskap

Deltagarna bedömer sin egen beredskap (t.ex. 72 timmars beredskap), psykisk och fysisk ork och kompetens

- Har du ett hemförråd?
 - Diskussionen kan fortsättas med hjälp av hemförrådsbilagan. Fundera på olika scenarier med beaktande av det ursprungliga övningsscenariot
- Hur skulle du bedöma din egen funktionsförmåga?
 - Formulär för vänförfrågan medföljer
 - Kan du delta i ett kortvarigt eller långvarigt uppdrag?
- Vilka färdigheter har du/ni som kan utnyttjas i situationen?
- Vad tar du med dig när du rycker ut till ett uppdrag?
- Hur kan du stötta andra frivilliga?

Bifogat 72 timmars beredskapstabell

4. Tillgängliga resurser

Kartlägg de tillgängliga resurserna. Till exempel de frivilliga, deras kunskaper och färdigheter, deras roll. Fundera också på mottagning av nya frivilliga.

- Hur många frivilliga har avdelningen?
 - Vilka kunskaper och utbildningar har de?
 - Hur tar man emot nya frivilliga?
 - På vilket sätt säkerställs kompetensen?
 - Vilka andra resurser finns det?
- Resurserna kan vara frivilliga, kompetens, utrustning, lokaler, förnödenheter, anvisningar eller samarbetspartner.

5. Beaktande av den övergripande beredskapen

Granska avdelningens beredskap som helhet: Planer, utbildningar, avtal, samarbetsnätverk.

- Har avdelningen en aktuell beredskapsplan?
- Vilka avtal finns det med myndigheterna?
- Hur aktiveras samarbetsnätverken?
- Hur bedöms och utvecklas beredskapen?
- Hur kan man förbereda sig för en långvarig situation?

6. Kommunikation i händelse av störningar i eldistributionen

Öva på kommunikation i en situation där det inte finns tillgång till el. Fundera på alternativa kommunikationskanaler och kommunikation på lätt språk. Fundera även på att sammanställa en lägesbild och dela den vidare.

- Vilka kommunikationsmedel kan användas utan el?
 - Finns det radiotelefoner, anslagstavlor, etc.?
- Hur kan kommunikationen utföras på lätt språk och vid behov på flera språk?
- Hur aktiveras de frivilliga?
- Hur kommunicerar man externt och internt?
- Hur kommunicerar man med samarbetspartnerna?
- Fundera på hurdan rapport man ska skicka till distriktet i denna situation och vad den ska innehålla.

7. Samarbete med andra aktörer

Identifiera de viktigaste samarbetsparterna (till exempel myndigheter och organisationer) och planera hur samarbetet ska genomföras.

- Vilka organisationer eller myndigheter är de närmaste samarbetsparterna i er region?
- Finns det några gemensamt överenskomna och övade verksamhetsmodeller?
- Hur samordnas funktionerna?
- Hur delar man information i samarbetsnätverken?
- Vilken information är relevant med tanke på er verksamhet?

8. Varifrån får man biståndsförnödenheter?

Fundera på varifrån ni får förnödenheter samt hur ni transporterar och delar ut dem. Beakta logistiska utmaningar.

- Finns det ett lager för förnödenheterna?
 - Finns det en separat plan för ibruktagandet av förnödenheterna och en ansvarsperson?
 - Finns det några avtal om tillgången till förnödenheter?
- Hur kan förnödenheterna transporteras i händelse av ett elavbrott?
- Hur säkerställer man en rättvis utdelning?
- Hur dokumenteras och uppföljs utdelningen?
 - Hur meddelas eventuella brister?

9. Hur uppmärksammas personer i behov av särskilt stöd?

Diskutera tillgänglighet, kulturell känslighet, språk och andra särskilda behov.

- Vem är i behov av särskilt stöd?
- Hur identifierar och når man dem?
- Finns det material på lätt språk eller med bilder?
 - Hur beaktar man kulturell känslighet?
- Distrikten har en kontaktperson för skydd och hjälp.
 - Vilken roll skulle denna person ha i en operation?
- Personer i behov av särskilt stöd kan vara: Barn, unga, äldre, sjuka, gravida...

10. Säkerhet och ork

Planera åtgärder för att stödja de frivilligas välbefinnande. Åtgärderna kan vara bland annat en känslorunda, kontaktpersoner för trakasserier och pauser.

- För ni avlastningssamtal?
- Hur organiseras pauser och vila?
 - Hur känner man igen och reagerar på tecken på trötthet?
- Finns det en utsedd kontaktperson för trakasserier?
- Hur känner man igen och reagerar på tecken på trötthet?
- Vilka säkerhetsrisker kan man identifiera i scenariot?
- Hur kan säkerheten och säkerhetsförhållandena förbättras under operationen?

Insatskort

Insatskortens innehåll

- Insatskortet har utarbetats utifrån ett tema/en rubrik
- Insatskortet innehåller frågor som har samband med scenariot
 - Det finns inga absoluta svar på frågorna
- Användning av insatskortet
 - De kan användas för att fördjupa rubrikens övningen
 - De kan användas som stöd till den situation som rubriken beskriver
 - Det är inte obligatoriskt att använda korten som en del av bordsspelet

Exempel på kort

Uppgifterna i situationen

Till evakueringscentret anländer 40 personer. Vissa behöver mat, andra behöver lite första hjälpen och psykiskt stöd.

Hur skulle ni fördela uppgifterna?
Vad skulle ni beakta i den här situationen?

Att svara på en begäran från en myndighet

Räddningsledaren ber FRK om hjälp med registrering och proviantering på evakueringscentralen.

Vad ska man beakta i situationen och på vilken nivå kan begäran besvaras?

Egen personlig beredskap

Du kallas in för ett uppdrag. Du har barn hemma och arbetsdagen är inte över. Hur bedömer du dina chanser att delta?

Uppgifterna i situationen

Du kommer att behöva omfördela uppgifterna på grund av en oväntad situation.

Är det möjligt att dela på uppgifterna? Måste vi välja bort någon uppgift?

Att svara på en begäran från en myndighet

Myndigheten ber om hjälp med att ta fram en lägesbild och ber er om information. Hur reagerar avdelningen på detta?

Egen personlig beredskap

Du har precis kommit hem från nattsiftet. Hur bedömer du din förmåga att delta?

Tillgängliga resurser

Avdelningen har 20 filter och 5 första hjälpen-väskor i lager. Behovet är dock det dubbla.

Hur fördelas resurserna och var kan man få tag i mer?

Beaktande av den övergripande beredskapen

Situationen drar ut på tiden. Finns det en plan för en veckas eller två veckors verksamhet?

Fundera hur du kan bedöma beredskapen under den rådande situationen?

Kommunikation under ett elavbrott

Telefonnätet slås ut. Hur kan ni kommunicera med frivilliga? Hur kan ni kommunicera med intressentgrupperna? Vilka reservsystem finns tillgängliga?

Tillgängliga resurser

I det befintliga scenariot tar avdelningen emot fem personer som vill ställa upp som frivilliga och hjälpa till.

Hur agerar ni? Hur kan de involveras?

Beaktande av den övergripande beredskapen

Avdelningens beredskapsplan är inte uppdaterad. Hur påverkar det verksamheten?

Kommunikation under ett elavbrott

På avdelningen används radiotelefoner, men inte tillräckligt för att delas ut till alla. Hur kan kommunikationen organiseras i den rådande situationen?

Samarbete med andra aktörer

Den lokala församlingen tillhandahåller lokaler och frivilliga. Hur skulle ni inleda och samordna detta samarbete?

Varifrån får man biståndsförnödenheter?

De evakuerade behöver kläder och hygienartiklar. FRK Kontti är stängd. Varifrån är det möjligt att få förnödenheter?

Behov av särskilt stöd

Bland de evakuerade finns personer med nedsatt rörlighet, barn och personer utan språkkunskaper. Hur skulle ni tillgodose deras behov?

Samarbete med andra aktörer

Ett lokalt företag donerar matvaror. Hur mottas och samordnas donationen?

Varifrån får man biståndsförnödenheter?

På grund av elavbrottet fungerar inte kylkedjan. Kan matförsörjningen ordnas utan att livsmedlen blir förstörda?

Behov av särskilt stöd

En äldre person vill inte lämna sitt hem. Hur kan situationen hanteras?

Säkerhet och ork

Två frivilliga berättar att de är utmattade. Hur kan man ordna med pauser och stöd i den rådande situationen?

Säkerhet och ork

- Ni märker att en deltagande frivillig håller tydligt på att bli utmattad. Han eller hon upplever också att situationen är tung. Hur stöttar man honom eller henne och hur skulle ni ta hand om situationen?

Insatsens jokrar

Cyberstörningar

Alla datorer och telefoner har slagits ut.

Hur inkallas frivilliga?

Evakuering nattetid

Evakueringscentralen upprättas kl. 2.00.

Hur får ni frivillig på plats?

Hur ser ni till att de evakuerade får ett tryggt mottagande?

Frivilliga

Upp till 20 personer utan utbildning hos FRK anmäler sig för att hjälpa till.

Hur involverar man dem på ett säkert sätt?
Hur får de vägledning?
Hur säkerställer ni att verksamheten är säker och organiserad?

Rollkort

Rollkort

- Kan användas som en del av ett bordsspelet
- Användning av rollkortet
 - De kan användas för att fördjupa rubrikens övningen
 - De kan användas som stöd för den situation som rubriken beskriver
 - Det är inte obligatoriskt att använda korten som en del av bordsspelet

Frivillig från första hjälpen-gruppen

Roll: Frivillig inom första hjälpen

Ansvarsområden: Ansvara för bedömningen av de evakuerades fysiska hälsa och för första hjälpen

Mål: Identifiera situationer som kräver första hjälpen och hänvisa vidare vid behov.

Utmaning: Begränsad utrustning, tid och utrymme.

Fråga: Hur organiserar du första hjälpen på ett säkert och effektivt sätt?

Avdelningens kontaktperson för beredskapen

#AvunKetju2025
#HjälpensKedja2025

Roll: Avdelningens beredskapssamordnare

Ansvarsområden: Kontakt med myndigheter, fördelning av arbetsuppgifter, sammanställning av lägesbilden

Mål: Säkerställa att avdelningen fungerar plan enligt

Utmaning: Elavbrott, avbrott i kommunikationen, knappa resurser.

Fråga: Hur prioriterar du arbetsuppgifterna och håller kontakt med myndigheterna?

Ny frivillig

Roll: En hjälpare som kommit med spontant

Ansvarsområden: Hjälper till med uppgifter som inte kräver särskild utbildning.

Mål: Vara till nytta och lära sig av det som händer.

Utmaning: Ingen introduktion, ingen erfarenhet, inga identifikationskoder.

Fråga: Hur involveras du på ett säkert och effektivt sätt?

Evakuerad person

Roll: Person som anländer till evakueringscentralen

Ansvarsområden: Inga uppgifter, men behöver stöd och vägledning.

Mål: Få grundläggande behov tillgodosedda och information om situationen.

Utmaning: Chock, språkbarriär, särskilda behov.

Fråga: Hur blir du bemött av de frivilliga och hur stöttar de dig?

Frivillig för psykiskt stöd

Roll: Person som ger psykiskt stöd

Ansvarsområden: Lyssnande, närvaro, vägledning för ytterligare stöd.

Mål: Minska stress orsakad av krisen och stödja återhämtning.

Utmaning: Begränsad tid, många slags reaktioner, egen uthållighet.

Fråga: Hur identifierar du behovet av stöd och agerar enligt situationen?

Ansvarig för logistiken

Roll: Utrustnings- och materialansvarig

Ansvarsområden: Ansvarar för att nödvändig utrustning och nödvändiga förnödenheter finns tillgängliga.

Mål: Se till att proviantering, hygien och första hjälpen kan tillhandahållas.

Utmaning: Transportproblem, lagerbrist, samordning av distribution.

Fråga: Hur löser du bristen på utrustning snabbt och rättvist?

Kontaktperson för skydd och hjälp

Roll: Samordnare för skydd och säker hjälp

Ansvarsområden: Uppmärksamma sårbara och stödja frivilliga

Mål: Tryggt och mänskligt hjälpande

Utmaning: Identifiera mitt i brådskan och begränsade resurser

Fråga: Hur ser du till att ingen lämnas utan hjälp?

Förmedlare av lägesbilden

Roll: Sammanställare och delgivare av information

Ansvarsområde: Samla in och förmedla lägesinformation

Mål: Aktuell information vid rätt tidpunkt

Utmaning: Fragmenterad information och snabba förändringar

Fråga: Hur gör du för att hålla lägesbilden tydlig och användbar?

Övrigt material

Fördjupande element i bordsspelets övning

- Rollkort och profiler
Möjliga rollkort för att användas i bordsspelet.
- Utvecklingen av lägesbilden
 - Insatser under övningen (gäller inte alla deltagare). Exempel: Allt fler områden blir utan el, datatrafiken slås ut, nya evakuerade anländer. Avsikt är att inkludera situationsledning och övning i beslutsfattande

- Utmaningar med kommunikationen
 - En situation där telefonnätet inte fungerar. Deltagarna bör fundera på hur kommunikationen ska skötas. Vilka reservsystem kan användas? Hur kommunicerar man tydligt? Verkyget störningssnurren kan användas som stöd för diskussionen
- Övning i beslutsfattande
 - Prioritering av uppgifter och reflektion över val. Målet är att utveckla strategiskt tänkande och samarbetsförmåga

- Avlastningssamtal och bedömning av genomslagskraften
 - Efter övningarna följer en diskussionsrunda. Deltagarna gör en bedömning om vad de lärt sig, vad som bör utvecklas eller vad som blev oklart. Hur kan avdelningen utveckla sin verksamhet. Vid bedömningen kan beredskapsplanens bedömningskriterier användas.

Övningsredskap

- Övning med bordsspel
 - Bordsspelsmodellerna för HjälpensKedja2025
 - Färdiga insatser för situationer av olika storlekar
 - Betjänar en enskild avdelning/avdelningarnas regionala samarbete
 - Försörjningsberedskapscentralens störningssnurra:
<https://www.huoltovarmuuskeskus.fi/tietoa-huoltovarmuudesta/aineistopankki/hairiohyrra>
 - Diskussion med anknytning till temat med hjälp av störningssnurran



Om det finns några frågor före eller under bordsspelet

- Kontakta gärna Toni Rikala via team, e-post eller per telefon
- Du behöver inte ensam fundera på vad som ska göras, det finns stöd att få

Tack för att ni finns!

