

Förberedd på det oväntade?

Krisberedskap vid dövblindhet

– kartläggning och insatser



Inledning

En kris kan komma plötsligt och oväntat. Det kan handla om en olycka, sjukdom, brand, annan fara i hemmet, naturkatastrof, brist på mediciner, mat och vatten, IT- och telestörningar, strömavbrott eller krig. Korrekt information och förberedelse kan vara avgörande för att man ska kunna agera på ett genomtänkt sätt.

För en person med dövblindhet kan en till synes liten förändring i miljön eller planeringen få omfattande konsekvenser. En bra rehabilitering behöver därför även innehålla beredskap för oväntade händelser.

Alla samhällsmedborgare har ett ansvar att utifrån sina egna förutsättningar förbereda sig för att hjälpa sig själv och andra vid en kris. Detta gäller självklart även personer med dövblindhet. Men vid dövblindhet tillkommer utmaningar när det gäller tillgång till information, kommunikation samt orientering och förflyttning – som är vitala delar om krisen kommer. Det här bör därför lyftas i en re-/habiliteringsprocess. Nationellt kunskapscenter för dövblindfrågor (Nkcdb) har tagit fram förslag på möjliga insatser och frågor som kan användas i samtal om krisberedskap med personer som har dövblindhet.

Detta material kan användas i ett kartläggningssamtal eller i ett samtal som en insats i en rehabiliteringsplan. Insatserna som föreslås är av mycket varierande art och är att se som förslag att tänka vidare kring. Som vanligt är det viktigt att tänka individuellt på vad som är möjligt i personens liv just nu. Det gäller också att se utanför din egen organisation och ge bra förslag på stöd från andra instanser och personens eget nätverk. Målet är att öka personens trygghet och självständighet i vardagen – och om krisen kommer.



Allmän beredskap

Det är viktigt att personen själv tar del av broschyren "Om kriget eller krisen kommer". Den finns i olika versioner, bland annat inläst, på teckenspråk, i punktskrift och på lätt svenska. Dessa finns på Myndigheten för civilt försvars (MCF:s) webbplats www.mcf.se under Råd till privatpersoner. Broschyren går även att beställa inläst och i punktskrift från Myndigheten för tillgängliga mediers (MTM:s) sida www.legimus.se.

På MCF:s webbplats finns även information för dig med dövblindhet. Du hittar den under Råd till privatpersoner > Hemberedskap > Extra stöd > **För dig med dövblindhet.**

Börja med att fråga om personen har tagit del av den allmänna broschyren och informationen på webbplatsen. Om inte, möjliggör att personen kan göra det på det sätt som fungerar bäst.

Följ upp om det är något som är oklart efter att personen har tagit del av informationen. Följande frågor kan vara till stöd i samtalet:



- Finns det något som skulle kunna hända som du är särskilt orolig för?
- Vad skulle du inte kunna vara utan?
- Har du mat och vatten så att du klarar dig i en vecka?
- Har du mediciner så att du klarar dig i en månad?
- Har du kontanter så att du kan handla även om kort och Swish inte fungerar?
- Hur skulle du kunna värma mat utan el?

Möjliga insatser:

- Stöd i att hitta ett sätt att förvara och organisera mat, vatten och mediciner så att det alltid finns reserver.
- Träning i att värma mat på grill/gasolkök eller planering för att ha mat som inte behöver tillagas.
- Träning i att ladda hjälpmedel och mobil med en powerbank.

Information

Vid kris eller krig är det viktigt att veta var man får tag på information som går att lita på. Vi kan förutsätta att det kommer att spridas rykten och falsk information.

Både att hitta och att ta del av trovärdig information kan vara en utmaning. Därför är det viktigt att ställa frågor som:

- **Vet du hur du ska agera i en krissituation för att hitta och ta del av verifierad information?**
- **Har du tillgång till Viktigt Meddelande till Allmänheten (VMA) och den följdinformation som hör ihop med larmet?**
- **Har du ett brandlarm med varseblivning som du är säker på att upptäcka oavsett när på dygnet det börjar larma?**
- **Vet du att det vid kriser som oväder, elavbrott, vattenföroreningar, bränder och olyckor går att få pålitlig information och även lämna information via 113 13?**
- **Hur får du information om försening och ersättningstrafik för transporter som färdtjänst, tåg och buss?**
- **Vad behövs för att du ska kunna läsa information i text?**
(T.ex. belysning, storlek, kontraster, ljudmiljö, fungerande streaming till hörapparater, punktskrift.)
- **Vad krävs för att du ska kunna hantera din mobil och de viktigaste apparna i den?** (T.ex. belysning, ljudmiljö, internet för röststyrning, punktskriftsdisplay.)

Möjliga insatser:

- Träning i punktskrift.
- Träning i att använda mobil och dator med hjälpmedel.
- Översyn och komplettering av varseblivningssystem.
- Stöd vid installation och träning av appar som Krisinformation, 112, färdtjänst och kollektivtrafik samt text-tv.
- Stöd vid inköp, inställning och hantering av vevradio.



Kommunikation

Vid oväntade situationer kan det vara avgörande att kunna kommunicera med de som är i närheten. Det är därför viktigt att ha en strategi för åtminstone grundläggande kommunikation med okända personer. Förslag på frågor:

- Har du någon strategi för hur du skulle agera i en krissituation för att kunna kommunicera med andra?
- Behöver du stöd i att hantera din mobil för grundläggande kommunikation?
- Har du något sätt att informera blåljuspersonal som polis, brandmän och ambulanspersonal samt andra om din kombinerade syn- och hörselnedsättning/dövblindhet? Ingår där information om hur ni kan kommunicera?
- Hur skulle du göra för att komma i kontakt med anhöriga om din mobil och/eller dator inte fungerar?
- Fungerar det för dig att larma via 112?
- Fungerar det för dig att lämna och ta emot information via 113 13 (information vid kriser), 114 14 (polisen när det inte är akut) och 1177 (sjukvårdsupplysningen)?



Möjliga insatser:

- Stöd i att skapa skriftlig information om kommunikationsbehov utifrån syn- och hörselnedsättning/dövblindhet. Detta kan vara ett kommunikationspass som bland annat kan visas för blåljuspersonal, sättas upp på insidan av dörren och bäras med i mobil eller plånbok.
- Stöd i att lägga in information om syn, hörsel och kommunikation inklusive tolkbehov under anteckningar i Medicinsk information på mobilen. Ange även nödkontakt (ICE, In Case of Emergency).
- Träning och stöd vid hantering av mobiltelefon även utan röststyrning som kräver internetanslutning.
- Stöd i att lära sig mer än ett sätt att kommunicera på distans (dator, mobil, olika appar och alternativ telefoni).
- Förskrivning av förstoringshjälpmedel, punktdisplay och/eller appar för distanskommunikation.
- Stöd i att använda förmedlingstjänster generellt för att vid behov kunna använda dem till 112, 1177, 113 13 och 114 14.
- Stöd i att installera, anpassa och lära sig appen "SOS Alarm 112".
- Stöd i att registrera sig för SMS112. **Registrering och anmälan till SMS112 för privatperson – SOS Alarm.**

Orientering och förflyttning

Ibland begränsas träning i orientering och förflyttning som insats till några viktiga, fasta rutter. Att av någon anledning vara tvungen att lämna den intränade rutten kan skapa en kris i sig om man inte förberett sig på det.

Ställ frågor som:

- Hur skulle du göra i en krissituation för att snabbt orientera och förflytta dig i en okänd miljö?
- Vet du hur du skulle ta dig fram kortare och längre sträckor, runt olika hinder, på olika underlag och mellan olika byggnader?
- Hur kan du få information om var du befinner dig?
- Vet du hur du skulle kunna ta dig ut ur ditt hem om olika sidor/delar är blockerade vid till exempel en brand?
- Känner du till omgivningen kring ditt hem om du behöver ta en annan väg hem eller ut?
- Vet du var närmaste trygghetspunkt/skyddsrum/brandstation ligger och hittar du dit?

Möjliga insatser:

- Gemensam genomgång av olika sätt att utrymma hemmet vid behov. Träning i att lokalisera vägar ut.
- Genomgång av omgivningen och alternativa vägar.
- Träning i att förflytta sig säkert med vit käpp i okända miljöer.
- Stöd vid kontakt med kommunen för att få fram information om skyddsrum och trygghetspunkter.
- Stöd i att använda mobilens GPS-funktioner för att få information om position och omgivande vägar.

