

BUUG-WARBIXINEED OO MUDAN IN LA KAYDSADO

Warbixin muhim ah oo dadwaynaha Degmada Västerås ku nool loogu talagalay
oo ku saabsan haddii marxalad adag ee qallafsan ama dagaal u dhaco



VÄSTERÅS STAD



 vasteras.se

Warbixinta loogu talagalay dhammaan
bulshada Degmada Västerås ku nool

Haddii marxalad adag ee qallafsan ama dagaal u dhaco

Buug-warbixineedkaan waxaa loogu talagalay dadwaynaha Degmada Västerås ku nool. Waxaa ku qoran warbixin xiriir la leh qaabka loo dhaqmi doono haddii marxalad adag ee qallafsan ama dagaal u dhaco, taasoo noo suurtagelin doonto in aan wadajir ugu gudubno. Waxaad buug-warbixineedkaan ka aqrisan kartaa warbixin ku saabsan kululaynta guryaha, sahayda biyaha, sahayda raashinka, korontada, gurmada degdegga 112, goobaha lagu badbaado, wargelin muhiim ah ee dadwaynaha loogu talagalay VMA, goobaha amniga haddii marxalad adag ee qallafsan ama ka si darran dagaal u ka dhaco Västerås.

Sannadka markii u ahaa 2018 waxay Hay'adda badbaadinta bulshada iyo diyaarsanaanta, MSB soo saartay buug-warbixineed "Om krisen eller kriget kommer" kaasoo kaddib u qaybisay dhammaan qoysaska dalka Iswiidan ku nool. Dowladda hoose Västerås waxay markaas shicibka degmada ku nool u soo dirtay warbixin dhamaystirid ah.

Maadaama tan iyo waagaas ay xaaladda adduunka wax iska beddeshay oona xaaladda siyaasadda amniga nooc kale isku rogtay, ayaan waxaan go'aansanay in aan idin soo dirno buug-warbixineed la cusboonisiyay oo la sii dhamaystiray. Warbixinta oo cusub waxaa kaloo laga aqrisan karaa www.vasteras.se/krisberedskap iyo www.msb.se.

Is-diyaari

Kaddib markii marxalad adag ee qallafsan ay dhacdo waxay bulshada u baahan tahay wakhti ay kaga soo kabsato, iyo sidii ay berri hore ugu shaqayn lahayd darteed, adiguna aad ku qabsan lahayd hawllo maalmeedkaaga. Waa inaad isku diyaaris, sidii muddo ka kooban ugu yaraan hal toddobaad ama in ka badan ba, aad isku dabari lahayd adigoo aadan haysan adeegyada bulshada. Wadahadal la yeelo deriskaaga, saaxibadaada iyo xubnaha qoyskaaga, waxaana waydiisa haddii ay u baahan yihiin in wax laga caawinno. Haddii qof kasta u isku filnaansho isku diyaariyo, waxay hay'adaha, sida tusaale Degmada Västerås diirada saari lahayd sidii ay u caawini lahaayeen dadka gurmada iyo caawinaad ba aad ugu baahan.

Kaydso buug-warbixineedkan!

Haddii wax darran oo halis dhacaaan, waxaad ka faai'idaysan doontaa warbixinta bug-warbixinta ku qoran. Meel sugan ku kaydso buug-warbixineedkaan, taasoo goor dambe ku suurtagelin doonto inaad si fudud ku hesho markii aad u baahato.



Buug-warbixineedkaan waxaad ka aqrisan kartaa warbixin ku saabsan:

- Haddii marxalad adag ee qallafsan ama dagaal u dhaco, bogga 2:aad
- Sidee baa hab-dhiska digniinta ee jira kaga ogaan karaa dhacdooyinka marxalad adag ee qallafsan ama dagaal? Bogga 4:aad
- Hab-dhiska digniinta ee xiriirka la leh marxalad adag ee qallafsan iyo dagaal, bogga 5:aad
- Sidatan ayaa warbixin xiriir la leh marxalad adag ee qallafsan ku heli kartaa, bogga 6:aad
- Goobaha amniga oo haddii marxalad adag ee qallafsan ay jirto aad taageero ka heli karto, bogga 7:aad
- Goobaha waxyelada dagaalada looga badbaado, bogga 8:aad
- Sidatan ayaa isku diyaarin kartaa, bogga 9:aad
- Sahayda biyaha, bogga 10:aad
- Sahayda raashinka, bogga 11:aad
- Warbixin loogu talagalay itaaldarrada, bogga 12:aad
- Isku-darka difaacyada qaranka iyo heerka sare ee diyaarsanaanta, bogga 14:aad
- Liiska hubsashada ee xiriirka la leh liiska hubinta ee daadgureynta baaxadda leh, bogga 15:aad
- Lambarrada muhimka ah iyo isku-xireyaasha, bogga dusha

Hay'adda arrimaha bulshada iyo diyaarsanaanta waxay 2018 soo saartay buug-warbixineedka "Om krisen eller kriget kommer" oo loo soo diray dhammaan qoysaska/guryaha dalka Iswiidan. Haddii buug-warbixineedkaas u ka lummay, waxaad mid cusub ka dalban kartaa barta internetka ee MSB:s. Isla bartaas waxaad kaloo ka aqrisan kartaa dhawr naseexooyin oo ku saabsan sida guriga loogu diyaargarooobo. msb.se



Anigoo isticmaalayo hab-dhiska digniinta sidee baa ku ogaan karaa in ay jirto marxalad adag ee qallafsan ama u dagaal dhacay?

Wargelin muhim ah ee dadwaynaha loogu talagalay VMA

Haddii shilal ay dhacaan iyo dhacdooyin shicibka halis geli karta, waxay hay'adaha isticmaalaan oo shicibka u soo diraan farimaha muhimka ah, VMA, kaasoo ah Hab-dhiska digniinta. VMA dartiisa waxaa caadi ahaan la adeegsada raadiyahaha iyo telefiskanada. Laakin markii dhacdooyin halis ah ay dhacaan waxaa kaloo la isticmaala Hab-dhiska digniinta ee dibadaha ku yaalaan kaasoo shicibka lagu wargeliyo farimaha muhimka ah, oo xitaa loo yaqaanno [Hesa Fredrik]. Hab-dhiska digniinta ee dibadda waxaa la isticmaala alaarmiga/qaylodhaanta diyaarsanaanta iyo digniin dayaaradeed haddii Dalka Iswiidan u dagaal galo.

Signalka digniinta waa qaylodhaan dibadeed oo dhawaaq dheer leh oo ka kooban 7-ilbiriqsi oo signal joogto ah oo ku xigta 14 ilbiriqsi oo aamusnaan ah. Dhawaaqa waxaa la maqli doonaa ugu yaraan laba daqiiqado. Durbadiiba ayaan ka shaqayn siin doonaa haddii dhacdooyin halis ah ay dhacaan. Tan iyo bisha oktoobar waxaa degmooyinka Västerås, Berga, Irsta, Kviksund, Skultuna iyo Hökensås yaalaan qalabyada signalka. Waa qalabyo shaqaynayaan xitaa haddii korontada ay go'do. Markii halista laga gudbo kaddib waxaa lagu muujin doonaa 30 ilbiriqsi oo signal dheer ah.

Dhawaaqa signalada ee farimaha muhimka ah ee shicibka loogu talagalay iyo halista jirta, hab joogto ah ayaa markii bisha ay ku began tahay maalinta isniinta ee ugu horeeyso saacaduna ku began tahay 15.00 ayaa bilaha **maarso, juunyo, seteember** iyo **diseembar** loo tijaabiyaa.

Waxaa dhici karto in signalka digniinta lagu dhamaystiro farin hadal ah

Siiyaabo badan oo kala duwan ayuu shicibka fiirogaar ugu lahaan karaa VMA. Haddii aad MSB ka soo degsato app-ka Krisinformation oo aad ku duubato mobaylkaaga, waxaad aqrisan kartaa farimaha VMA. Xitaa appka 112 ee SOS Alaarm/Qaylodhaan waxaa lagaga soo diri karaa farimaha VMA, iyo waxaa kaloo lagu soo marin karaa barta internetka krisinformation.se. Waxaa kaloo digniinta lagugu wargelin karaa iyadoo la adeegsado farsamada SMS ee mobaylada kuwaasoo loo soo diri doono goobaha marxalada adag ay saamaysay. Waa hawl-fuliyaha codsada VMA, iyadoo u ku salaynayo dhacdo kasta haddii adeegga la adeegsan doono iyo in kale.

Maamulka SOS Alaarm/Qaylodhaan wuxuu xitaa xaaladaha qaarkood adeegsan karaa taleefonada guryaha ee ka diiwan gashan goobaha dhacdoonada ay saamayn ku yelatay. Xaaladdaas waxay idinka soo wici doonaan lambarkaan 010-474 55 00.

Inaad haysato raadiyo batari ku shaqaynayo iyo batari dheeraad, waa qalabka aad ugu muhimsan ee lagugu soo gudbin karo farimaha muhimka ah haddii dhacdo halis ah ay dhacdo. Sidoo kale raadiyow ku shaqayn karo tamarta qoraxda ama gacanta lagu buuxin karo waa qalab wanaagsan in la kaydsado.



Hab-dhiska digniinta ee xiriirka la leh marxalad adag ee qallafsan iyo dagaal

Haddii Dalka Iswiidan u galo xaalad halis dagaal ama dagaal, waxaa sidii si dhaqsi ah u shicibka u baadigoobi lahaa badbaadin la isticmaala Hab-dhiska digniinta, sida tusaale ugu badbaadi lahaa digniin dayaaradeed. Waxaa shicibka lagu wargelin doonaa iyadoo la adeegsan doono qalabyada alaarmiga ee dibadda yaalaan iyo warbixin laga dhagaysan karo raadiyowga Dalka Iswiidan.

Alaarmiga diyaargarowga ee halista dagaal ama dagaal

Signalka Alaarmiga diyaargarowga (signal 30 ilbiriqsi - ammusnaan 15 ilbiriqsi) waa hab dowladda ay shicibka ku wargelinayo in ay jirto halista dagaal ama in dalka u xaalad dagaal galay. Haddii aad maqasho signalka alaarmiga diyaargarowga waa inaad sida ugu dhaqsida badan dibadda u baxdo oo aad dhagayso Raadiyahaha P4 ee Dalka Iswiidan. Isku-diyaari inaad ka dhaqaaqi karto gurigaaga adigoo sita waxyaalaha ugu muhimsan: sida dhar dhaxanta looga badbaado, raashin iyo cabbitaan iyo kaararka aqoonsiga. Haddii dagaalka dartiisa meel lagugu meeleeay waa inaad sida ugu dhaqsida badan aad tagto goobta lagu wargeliyay inaad tagto.

Alaarmi xiriir la leh digniin dayaaradeed

Haddii difaaca ciidanka ay shaacbiyaan weerar dayaaradeed waxaa la isticmaali karaa Signalka alaarmiga ee xiriir la leh digniin dayaaradeed (signal laba ilbiriqsi – ammusnaan laba ilbiriqsi, muddo hal daqiiqo) digniin shicibka. Haddii aad maqasho signalka waa inaad sida ugu dhaqsida badan aad is badbaadiso, tusaale tagto goobaha waxyelada dagaalada looga badbaado ama goob kale oo aad badbaadin ka heli karto.

Halistii waa laga soo gudbay

Kaddib markii halista laga soo gudbo waxaad maqli doontaa dhawaaq ka kooban signal muddo 30 ilbiriqsi oo kala go'lahayn. Haddii aad ku sugan tahay goobaha waxyelada dagaalada looga badbaado ama goob kale waad ka soo dhaqaaqi kartaa.

1. VMA

Wargelin muhim ah ee dadwaynaha loogu talagalay VMA waxaa markii ay jirto xaaladda ugu horeeyso shicibka lagu wargelinayaa raadiyahaha iyo telefiskanada.



2. Alaarmiga dibadda Tyfon

Haddii ay jirto xaalad ka sii darran waxaa la adeegsan doonaa alaarmiga dibadda Tyfon, oo xitaa loo yaqaanno **Hesa Fredrik**. Xaaladdas waa inaad sida dhaqsi badan aad badbaadin raadsato.



Wargelin muhim ah ee dadwaynaha loogu talagalay VMA



7 ilbiriqsi signal – 14 ilbiriqsi ammusnaan – waa lagu soo celceliya

Alaarmiga diyaargarowga ee xiriirka la leh halista dagaal ee durbadiiba la filanayo



30 ilbiriqsi signal – 15 ilbiriqsi ammusnaan – waa lagu soo celceliya

Qaylodhaan xiriir la leh digniin dayaaradeed -Digniinta xiriirka la leh digniin dayaaradeed iwm



Signalo gaagaaban muddo 1 daqiiqo

Halista waa laga soo gudbay



30 ilbiriqsi signalado taxan oo aan kala go'lahayn

Qaabkaan ayaa warbixin ku heli kartaa markii marxalad adag ee qallafsan ay jirto

Ha iloowin inaad shaki geliso warbixinada aan rasmiga ahayn oo aan laga soo xigan iladaha hay'adaha. **Dhammaan warbixin xiriirka la leh in dagaalka nalagu jebiyay oona aan is dhiibnay waxay ku salaysan yihiin been-abuur!**



Facebook

Waxaan isticmaali doonaa Facebook u gaarka ah maamulka Degmada Västerås, bogga shicibka lagu wargeliyo haddii aan ogsoon nahay iyo haddii tusaale aan doonayno inaad wax qabato sidii aad isku badbaadin lahayd muddo dhacdada.



Taleefan

Degmada Västerås wuxuu isticmaala lambar u warbixinada ku soo gudbiyo oo dheeraad ah, kaasoo la adeegsan doono, haddii marxalad adag ee qallafsan ay tahay mid halis ah. Lambarka waa **021-39 90 00**. Lambarkaas ayaa lagala xiriiri karaa wixii su'aallo ah oo xiriir la leh marxalad adag ee qallafsan. Wadashaqayn ayaa naga dhaxayso Gole-goboleedka, Ciidanka Booliska, Adeegga gurmadka, Gobolka iyo Mälarenergi, degmooyinka deriska ah, Wakaaladda traafikada iyo Ciidamada Qalabka.



Internet

Barta internetka ee Dowladda hoose **www.vasteras.se**, waxaa laga aqrisan karaa warbixin xiriir la leh haddii ay jirto marxalad adag ee qallafsan. Astaanka goobabinta iyo caalamadda yaabka leh waxaa la isticmaala sidii loo soo jeedin lahaa fiirogaar-siinta dhacdada halista ah. Waxaad kaloo warbixin ka aqrisan kartaa **www.krisinformation.se**.

Lambarka warbixinada qarameed **113 13** waxaa habeen iyo maalin laga heli karaa wixii xog ah waana looga gudbin karaa.



Raadiyaha Dalka Iswiidan

Raadiyaha P4 ee Dalka Iswiidan waa kanaalaha diyaarsanaanta ee Dalka Iswiidan. Taasoo macneheedu tahay in Raadiyaha P4 Dalka Iswiidan u soo diri doonaa warbixinada hay'adaha ee xiriirka la leh marxalad adag ee qallafsan, shilalka waawayn iyo xaaladda ugu darran oo ah dagaal. Farimaha muhimka ah badidooda ee shicibka waxaa laga soo dira Raadiyaha P4 ee Dalka Iswiidan kaasoo xitaa laga dhagaysan karo appka Raadiyaha dalka Iswiidan, haddii kale mowjada **100,5** Västmanland.



App-ka 112

Haddii aad isticmaasho app-ka 112 waxaad si dhaqsi badan heli doontaa warbixinada dhacdoonada ka dhici doonaan degmada aad degan tahay iyo goobaha agagaarkooda ku yaalaan, taasoo ku dareen-siin doonto magangelyo kana hortegi karto inaad toos ama si aan toosnayn halis la kulanto. Adigoo isticmaalayo app-ka ayaa xitaa wici kartaa **112** kaddib toos SOS Alarm ula qaybsan kartaa halka aad ku sugan tahay.



Astaanka degmada si aad fiirogaar u siiso marxaladda adag ee qallafsan

Dusha buug-warbixineedkaan waxaa laga aqrisan karaa dhawr Faahfaahinta xiriirka oo muhim ah.

Goobaha amniga ee Degmada Västerås oo aad taageero ka heli karto ee xiriirka la leh marxalad adag ee qallafsan

Degmada Västerås waxaa goobaha amniga ahaan la isticmaala iskuullada degmooyinka ku yaalaan, kuwaasoo la hawlgeliyo muddada marxalad adag ee qallafsan lagu guda jiro. Goobaha amniga waa goobo laga helo kululaynta guryaha, Sahayda biyaha, cunto kulul, warbixin, fursad qaylodhaan 112, musqul, daryeel-caafimaadeed fudud, lagu hoydo ama taageero. Goobaha amniga waxaa badi ahaan ka hawlgala iskaa wax u qabsayaal iyo shaqaalaha Dowladda hoose.

Degmada Västerås waxaa ku yaallo 22 iskuullo kuwaasoo loo isticmaalo goobaha amniga ahaan.

Bishii oktoobar 2022 kuwaan ayay ahaayeen goobaha amniga:

- **Bäckbyskolan**, Välljämngatan 492
- **Nybyggeskolan**, Bygatan 26
- **Fredriksbergsskolan**, Rosenfinksgatan 4
- **Pettersbergsskolan**, Pettersbergsgatan 39
- **Carlforska gymnasiet**, Sångargatan 1
- **Emausskolan**, Långmärtensgatan 6
- **Skiljeboskolan**, Säbygatan 2
- **Viksängsskolan**, Viksängsgatan 23
- **Bjurhovdaskolan**, Boplatsgatan 14
- **Irstaskolan**, Ullvigatan
- **Rönnbyskolan**, Släggkastargatan 13
- **Hökåsensskolan**, Örtregrens väg
- **Tillbergaskolan**, Källbovägen 6
- **Persboskolan**, Karl IX:s väg 3–7
- **Dingtuna kyrkskola**, Kyrkvägen
- **Önstaskolan**, Daggrosngatan 2
- **Tortunaskolan**, Holmstens väg 12
- **Orrestaskolan**, Orrestavägen 14
- **Lövängsskolan**, Lövängsgatan 4
- **Norra Vallbyskolan**, Vallby Skolgata 2-4
- **Tegelviksskolan degmada Eskilstuna**, loogu talagalay dadka ku nool Kvikksund
- **Rudbeckianska gymnasiet**, Skolgatan 5



Ma doonaysaa inaad aragto halka goobaha amniga ay khariidada kaga yaalaan? Booqo **http://karter.vasteras.se/sam/** kaddib ka dooro **"Omsorg, stöd och hjälp"** kaddib calaamadeey **"Trygghetspunkterna"**.

Goobaha waxyelada dagaalada looga badbaado [Skyddsrum]



Goobaha waxyelada dagaalada looga badbaado waa goobo loogu talagalay shicibka in waxyeelada dagaalka kaga badbaadaan. Degmada Västerås waxaa ku yaalaan qiyaastii 1200 goobaha waxyelada dagaalada looga badbaado, oo leh boosas ka badan tirada dadka degmada ku nool, qiyaastii 140 000 boos. Ha iloowin in aadan ka tirsanayn goob aad gaar ahaan ka diiwaan gashan tahay, ee waxaad badbaadin ka raadsan kartaa goobta ugu dhow halka markaas aad ku sugan tahay. Kahor hubso halka goobta kugu dhow ay ku taallo.

Goobaha waxyelada dagaalada looga badbaado ee igu dhow halkee ayay ku yaalaan?

Ka baadigoob degmada aad ku nooshahay. Dhammaan dhismaha leh goobaha waxyelada dagaalada looga badbaado waxaa ku calaamadaysan astaan leh muqaalka afargeys oranj iyo saddex gees oo buluug ah.

Tan kale goobaha waxyelada dagaalada looga badbaado ee kugu dhow waxaad ka baadigoobi kartaa barta internetka ee MSB www.msb.se/skyddsrum. Hay'adda MSB ayaa mas'uul ka ah goobaha waxyelada dagaalada looga badbaado. Haddii halka aad degan tahay aysan ku oolin goobaha waxyelada dagaalada looga badbaado, waxaad badbaadin ka raadsan kartaa goob kale oo aad naftaada ku badbaadin karto, sida tusaale goobaha dhulka hoostiisa ku yaalaan ama tuneel.

Goobaha waxyelada dagaalada looga badbaado waxay ku yaalaan dhismo caadi ah, kuwaasoo xilliyada kale loo isticmaalo goobo caadi ahaan. Haddii loo baahdo waxaa goobaha waxyelada dagaalada looga badbaado lagu diyaarin karaa 48 saacado gudahood. Milkiyaha hanti ma guurtada ayaa mas'uul ka ah diyaargaraynta iyo daryeelista goobaha waxyelada dagaalada looga badbaado.

Ka feker in tirada yar ee boosaska iyo aleerjiada dartood aan la oggolayn in xayawaanada guryaha in la keeno goobaha waxyelada dagaalada looga badbaado. Goobaha waxyelada dagaalada looga badbaado waxaa loogu talagalay oo keliya badbaadin kumeelgaar ah.

Fiican inaad goobaha waxyelada dagaalada looga badbaado u soo qaadato

- Raashin iyo cabbitaan.
- Waxyaalaha nadaafad shaqsiyeedka dartood la isticmaalo.
- Daawooyin iyo waxyaalaha/farsamada caawinaad ahaan la adeegsado sida mu-raayadaha indhaha iwm, qalabka maqalka xoojiyo, qascadda daawooyinka.
- Kaararka aqoonsiga, lacag kaash, kaararka lacagaha.
- Bateeri- ama raadiyaha gacanta lagu buuxiyo.
- Mobayl, dabsiye iyo powerbank.
- Toosh ama toosha foodda.
- Dhar dhaxanta looga badbaado.
- Xaanshida musqulaha.
- Boorsada Gargaarka degdegga.
- Koob iwm oo biyaha lagu cabbo.

Markii dhacdoonada badidooda ay dhacaan waxaa ka sii fiican in guda soo **gelid**, tusaale haddii hawada lagu sii daayo maaddooyin sun ah. Macnaha guda soo gelista waxaa weeyaan in si dhaqsi gudaha loo soo galo, la xiro dariishadaha, albaabada iyo layrsiinta. Hay'adaha ayaa ku wargelin doonto haddii aad gudaha isaga jiri doonto ama aad dibadda u soo bixi doonto haddii dhacdo ay dhacdo. Taasoo lagu wargelin karo Farimaha muhimka ah shicibka, VMA.

Sidii aad isku diyaargarayso awgeed

Haddii ay jirto arrin xiriir la leh marxalad adag ee qallafsan, waxay hay'adaha mudaanta koowaad ee caawinaadda siin doonaan dadka aad ugu baahan. Sidaas darteed qorshayso isku filnaans-hoa muddo hal toddobaad ah, ama xitaa in ka badan haddii suurtagal ay noqon karto. Ku salay fursadahaaga iyo baahidaada iyo kuwa qoyskaaga. Wakhti dheer ayay qaadan kartaa kahor dib u shaqaynta caadiga ee noolol-maalmeedka. Haddii aad dhacdada isku diyaarisoo uma baahnid inaad saf u gasho badeecadaha oo markaas aad loo xiiseeyo ama aad wayso wixii aad u baahnayd. Haddii aad dhacdada isku diyaarisoo waxaad kaalin ka geysan doontaa in qof kasta iyo dalka oo idil si fudud ugu gudbaan xaaladda adag.

Kululaynta guryaha iyo korontada oo go'do

Si dhaqsi badan ayaa qaboow u dareemi doontaa haddii kulaylinta iyo korontada ay go'do. Sidaas darteed ka taxadar adigoo diyaarsado ku beddelkooda waxaana guriga dhigata waxyaalo ku fududayn doonaan xaaladda adag. Waxaad kaashan kartaa shoolad tirar ah ama meel dabka lagu shido waa haddii aad haysato. Meel kale oo kulaylka fiican laga helo karo waxaa weeyaan waa waxyaalaha naftada ku shaqeyo. Shumacyada waxaa laga hela kulayl iyo iftiin ba.

Haddii korontada ay go'do waxaa wanaagsan in xoog la saaro kulaylka hal qol. Dooro qol oo aan dariishado badan lahayn iyo gidaaro aan tiro badnayn. Ku yaallo dhinaca konfureed. Isku day inaad go'doomiso sagxadaha, albaabada iyo dariishadaha adigoo isticmaala cajalad, bustayaal ama roogag. Ka feker sidii aad u dhaqmi lahayd maalin xilliga qaboowaha oo aad u qaboow – diyaarso dharka dhaxanta looga badbaado, koofiyado iyo gacmogashi kaddib u labbisto lakabyo. Kadibna dharka waxaa u dhexeeya hawo oo jirka kuleel-siinayo.

Amniga ka feker

1. Marmar fur dariishada kaddib guriga hawo-sii. Haddii dab aad shidato wuxuu dabku lummiyaa ogsijiin badan.
2. Markii aad jifto ha isticmaalin shoolad ama shumac.
3. Taxadarsanaan muuji markii aad hawl ku qabsanayso shidaal iyo dab ka holcayo dibadda.
4. Shumacyada ka fogey waxyaalaha sida fudud u dabka u qabsan karo, sida tusaale daahyaha.
5. Shumaca kulaylka laga helo, dhexgeli shay loogu talagalay oo aan dab kici karin.
6. Jikada guurtada ah isticmaal laakin ka fogey armaajadaha iyo marwaxayada jikada.
7. Dabkac badan ha isticmaalin. Ka feker in qoryaha iyo shidaalada kale muddo dheer kugu filnayn. Tan kale, waxaa isku geysanaysa halis dheeraad ah haddii aad u dab u isticmaaso shoolad iwm. Waxaa jirta khatar ah in shooladda ay jabto ama u dab ka laco halka u qiiqa la baxo.



Haddii xayawaanada guriga ay guriga ku joogaan warbixin fiican waxaad ka aqrisan kartaa iyo liiska hubsashada svenskablastjarnan.se.

Guriga dhigo toosha gacanta ama foolka oo bateeri dheeraad leh.



Sahayda biyaha

Biyo waa waxa noolasheenna ugu muhimsan. Waxaa dhici karto in biyaha la cabbo la'aan ay ka dhacdo degmada aad ku sugan tahay, taasoo si dhaqsi badan aan waxba looga qaban karin. Sidaas darteed, maamulka Degmada Västerås waxaa u degsan qorshe gurmada, kaasoo dadwaynaha degmada ku nool u suurtagelin doonto in ay biyo helaan.

Haddii muddada biyo la'aanta ay dheeraato, wuxuu maamulka degmada goobaha biyo la'aanta ka dhacday keeni doonaa taangiyada biyaha degdega. Biyaha noocaas ah waxaa loogu talagalay in loo isticmaalo cabbitaan ahaan iyo in cuntada lagu karsado. Waxaa dhici karto in wax ka qabadkaan u wakhti qaato, sidaas darteed adiga ayaa ka mas'uul ah sahayda biyaha aad isticmaali lahayd.

Haddii dadwaynaha lagu taliyo in biyaha ay karsadaan maamulka ma keeni doono taangiyada biyaha, waayo dadwaynaha waxay isticmaali karaan biyaha karsan. Waxbixin ku saabsan fustooyinka biyaha waxaa laga aqrisan karaa www.vasteras.se iyo www.malarenergi.se.

- Qofka wayn wuxuu maalin kasta u baahan yahay qiyaastii 3 liiter biyo.
- Daasadaha biyaha oo afka aad ugu furan ayaa ugu fiican in biyaha lagu soo dhaansado.
- Biyo ku jiro dhalooyinka loo yaqaanno [PET] ku kaydso qaboojiyaha culus, buuxi afar meelood saddex. Biyaha lagu kaydso qaboojiyaha culus muddo dheer ayay fresh noqonayaan. Kuwaasoo xitaa baraf ahaan loo isticmaali karo qaboojiyaha fudud haddii koronto la'aan ay dhacdo.
- Kaydka biyaha ee musqusha waa kayd fiican. Waxaa ku jira qiyaastii 8 liiter oo biyo oo aad si fudud i safayn karto adigoo kariya. Biyaha kari ilaa ay aad ugu soo badbadaan.
- Biyaha nadiifka ah muddo dheer ayaa ku kaydsan kartaa gasacadaha nadiifka ah. Ku kaydso goob mugdi oo qaboow ah.
- Dharka iyo weelasha waxaad ku dhaqi kartaa biyaha harooyinka iyo marin-biyoodka waaweyn.
- Biyo nooc kasta ah ayaa musqusha u isticmaali kartaa.
- Biyaha kaydsana oona tayadooda la garanayn waa la kari karaa, kahor inta aan cuntada lagu karsan ama la cabbin. Biyo kasta oo aad tayadiisa ka shakisan tahay kari marka hore.
- Ku saabsan nadaafad-shaqsiyeedka waxaad beddelka biyaha isticmaali kartaa xaanshiyada-ha qoyan iyo alkolada gacmaha waa haddii ay suurtagal tahay.
- Haddii musqusha ay cilladaysan tahay isticmaal bacyaal aad u adag kaddib korsaar fadhiga musqusha. Nadaafadda gacmaha ee heerka sare waa habka ugu muhimsan ee cudur faafinta looga hortago.
- Beddelka biyaha weelasha lagu dhaqo waxaad isticmaali kartaa waxyaalaha hal mar la isticmaalo ee lagu cunteeyo.
- Haddii xaalad degdeg ay jirto waxaad isticmaali kartaa biyaha harooyinka iyo togagga. In kahor si fiican biyaha loo kariyo waa arrin aad muhim u ah.



Sahayda raashinka

Bulshada berriyahaan dambe waxay caadaysatay in, maalin kasta ay dukaamada ka soo iibsano karto waxa ay u baahan tahay. Haddiise tusaale korontada ay go'do waxay dhibaato wayn u geysan doontaa gaadiidka badeecadaha dukamada keeni jiray, waxaana waxyeelmayo badeecadaha fareshka ah. Waxaa kaloo dhici karto in dadka ay kahor raashin iwm badan soo iibsadaan, macanaha soo iibsadaan adeeg ka badan inta ay u baahan yihiin, taasoo sababi doonto in la faaruqiyo badeecadahii yaaleen dukamada degmada Västerås. Ha iloowin qalabyada jikada ku yaalaan badidooda in ayna shaqayn doonin haddii korontada ay go'do. Bedelkooda waxaad isticmaali kartaa qalabyada naftada ku shaqeyaan, laakin ka feker layrinta heerka sare iyo halista dab-kaca. Waa inaad heegan u tahay dab-dammis haddii dab u kaco.



Ku bilow inaad cunto raashinka qaboojiyaha kugu kaydsan, maadaama weli u yahay qaboow iyo fresh. Xitaa haddii korontada ay go'do wuxuu qaboojiyaha culus awooda in dhawr maalmood usan wixii kugu kaydsanaa usan ka qaribin. Hoos u dhig tirada aad qaboojiyaha culus furayso, haddii aad furtana sida ugu dhaqsida badan albaabka u xir, sidaas ay qaboowga ku kaydin kartaa.

Isku day inaad soo iibsato raashin maxali ah oo muddo dheer isticmaali karo. Haddii aad iibsato waxsoosaarka maxaliga waxaad kaalin ka geysan doontaa kobcinta ganacsiga maxaliga ah. Haddii ay dhacdo marxalad adag ee qallafsan wuxuu habkaas hoos u dhigi doonaa in degmada Västerås ay goobo fogfog raashin ka keensato.



Ha iloowin in guriga u ku yaalo lacag kaash ah taasoo ku suurtagelin doonto inaad ku adeegato. Haddii korontada ay go'do ma shaqayn doonaan qalabyada lacagaha lagala soo baxo iyo kaararka lacagaha lagu bixiyo. Kahor ka soo baxso lacag kugu filan ugu yaraan hal toddobaad kaddib ku kaydso meel sugan.

Ku saabsan raashinka qodobkee ayaa ka fekera?

- Ka feker raashin muddo dheer la kaydin karo oona u baahnayn qaboojiye.
- Dooro raashin adiga iyo xubnaha qoyskaaga aad ka heshaan.
- Raashinka aad go'aansato inaad kaydsato waa in u yahay mid fudud oona u baahnayn tamar badan. Tusaale baastada dhaqsida lagu kari karo waxay ka fiican tahay tan muddada dheer oo karis u baahan.
- Dooro raashin aan u baahnayn in biyo badan lagu kariyo oona weelashiisa u baahnayn in biyo lagu dhaqo.



Qofka itaaldarro la dhiban

Maadaama aad tahay qof itaaldarro la dhiban bal ka feker sida ay ku saamayn doonto haddii korontada ay go'do ama waxyaalo kale oo lama filaan ah ay dhacaan.

- Haddii kaaliyeyaal ay ku caawiyaan waxaa muhim in ay ogsoon yihiin sida ay saamayn kugu yeelan doonto dhacdooyinka marxalad adag ee qallafsan ama waxyeelada bulshada.
- Dadka kale wargeli halka ay ku yaalaan waxyaalaha lagamaarmaanka ah oo aad isticmaasho.
- Haddii aad isticmaasho qalabyada caafimaadka dartiisa la adeegsado waxaa muhim ah in xitaa iyagu ay shaqaynayaan xitaa haddii korontada ay go'do.
- Waa in mar kasta aad sidato kaarka caafimaadka, kaarka aqoonsiga ama jijin.
- Qorshayso sidii aad guriga ugu baxsan lahayd haddii loo baahdo. Tijaabi waxaana raadsata warbixin ku saabsan sida daarta looga baxsado. Haddii aadan garanayn waydii dadka aqoon qodobkaas u leh.
- Muddada marxalad adag ee qallafsan iyo kaddib ba qorshayso sidii aad u daryeeli lahayd eeyga ku hogaamiyo.
- Sanduuqa loogu talagalay in la adeegsado markii ay jirto xaalad qallafsan la qabsii baahidaada.
- Haddii kahor laga warqabo in u jiro qof itaaldarran waxay ogaanshada sahlinaysa sidii qofkaas loo caawini lahaa sidii tusaale daadgurayn.



Naseexooyin loogu talagalay indhooleyaasha ama kartida aragga ay hooseeyso

- Dhagayso buug-warbixineedka cinwaankiisu yahay haddii marxalad adag ee qallafsan ama dagaal u dhaco *"Om krisen eller kriget kommer"*.
- Istimmaal kaaliyeha codka ee mobaylkaaga. Taasoo ku sahlun doonto in taageero lagu siiyo xitaa markii ay jirto xaalad adag.
- Sahayda ku calaamadeey calaamadaha indhooleyaasha ama daabacad far waawayn.
- Diyaarso liiska qalabyada degdegga kaddib ku kaydso shayga xasuusta ee kombyuutarrada ama ka sameey fayl cod ah kaasoo si sahal u heli karto.
- Baakada lagu kaydso waxyaalaha degdegga ku kaydso qalab is-gaarsiin.
- Dhagayso raadiyaha P4 Dalka Iswiidan ee Västmanland.
- Hayso jakada iftiin-celinta oo dheeraad ah oo ku calaamadaysan cillada aragga iyo wehliye/hage.
- Hayso nastraha Daisyspelare, qalabka farimaha lagu duubo, muraayadda weynaynta, mashiinka wax akhriska iwm.

Naseexooyin loogu talagalay dhegooleyaasha ama kartida maqalka ay hooseeyso

- Istimmaal raadiyaha leh xarfadaha qoran iyo digniin biriqbiriq leh.
- Guriga dhigo bateeriyeyaal dheeraad oo qalabka maqalka xoojiya u isticmaali karto.
- Haddii suurtagal ay noqon karto isticmaal TTY/taleefanka xarfaha.
- Dadka aan garanayn luqadda dhegooleyaasha waxaad kula xiriiri kartaa qoraal sidaas awgeed diyaarso xaansho iyo qalin.
- Haddii aad caawinaad u baahato waxaad isticmaali kartaa firimbi.
- Waxyaalaha/farsamada caawinaad ahaan la adeegsado oo wanaagsan waxaa kamid ah qalabka Streamer kaasoo isku xira kara signalada telefishanada, raadiyaha, kombyuutarrada iyo taleefonada.
- Istimmaal hab-dhiska ogeysiiska oo leh gariiriyeyaasha cududda.
- SMS 112 – Waa in marka hore laga diiwaan geliyaa SOS Alaarm/Qaylodhaan.

Naseexooyin loogu talagalay dadka dhinaca kartida dhaqdhaqaaqa ka liita

- Haddii aad isticmaasho kursiga curyaamada ee korontada ku shaqeyo, kayd ahaan meel dhigo kursi aan tamarta korontada u baahnayn oo si fudud loo isticmaali karo.
- Haddii aad isticmaasho barkin, oo ku qasban tahay inaad hoyga kursiga curyama la'aantiisa ka guurto, qaado barkinta.
- Kaydso qalab dhaqdhaqaaqida ka caawinno oo dheeraad ah sida ul ama qalabka lagu socdo waa haddii aad u baahan tahay.
- Sanduuqa marxalada adag ee qallafsan ku kaydso tooshka foolka, sidii gacmaha aad wax kale ugu qabsan lahayd awgood.
- Gacanta ku hayso firimbi, kaasoo aad isticmaali karto haddii aad caawinaad u baahato.
- Diyaarso qalab oo aad isticmaali karto, sida tusaale chiave inglese/ spanner.

Isku-darka difaacyada qaranka iyo heerka sare ee diyaarsanaanta

Gundhigga isku-darka difaacyada qaranka iyo heerka sare ee diyaarsanaanta ee Dalka Iswiidan waxaa weeyaan difaaca dalka, xuriyadayda iyo in anaga aan leenahay go'aanka qaabka noolashayna. Qof kasta waxaa xilsaaran in u dalka Iswiidan difaaco. Isku-darka difaacyada qaranka waxaa weeyaan dhammaan dhaqdhaqaaqyada lagamaarmaanka u ah in dalka Iswiidan xaalad dagaal loo diyaariyo. Isku-darka difaacyada qaranka wuxuu ka kooban yahay qayb difaaca rayidka iyo qaybta ciidamada qalabka sida.

Heerka sare ee diyaarsanaanta

Haddii dagaal u dhaco ama laga cabsi qabo in u dagaal dhaco waxay dowladda go'aamin kartaa in sare loo qaado heerka u diyaargarowga difaaca qaranka oo dalka idil ama qaybo kamid ah. Heerka sare ee diyaarsanaanta wuxuu noqon karaa mid la adkeeyo ama sare loo qaado. Haddii Dalka Iswiidan u dagaal galo waxaa toos loo gelayaa u diyaarsanaanta ugu sareeyso. Haddii heerka sare ee diyaarsanaanta la hirgeliyo waxay dowladda dadwaynaynaha ku wargelin doontaa raadiyaha iyo telefishanada. Haddii dalka oo idil laga hirgeliyo u diyaarsanaanta ugu sareeyso waxaa la isticmaali doonaa alaarm/qaylodhaanta. Haddii la hirgeliyo heerka sare ee diyaarsanaanta waxaa dhici karto in qaybo ama gebi ahaan Isku-darka difaacyada qaranka la abaabulo. Macnaha heerka u diyaarsanaanta ee sareeyo waxaa weeyaan in qofka xaalad dagaal darteed goob lagu meeleeyay u iska xaadiriyo iyo in hay'adaha, Dowladda hoose iyo gobollada iyo ururrada qaarkood iyo shirkadaha loo abaabuli doono isku-darka difaaca qaranka. Markii la hirgeliyo diyaarsanaanta ugu sareeyso waxaa kaloo hirgeli doonaan dhawr sharciyo. Taasoo ulajeedadeeda tahay in la sii xoojiyo kartida difaaca dalka Iswiidan. Qodobada sharciyada waxay saamayn ku yeelan doonaan ganacsiga, gaadiidka maraakiibta, korilaalinta xuduudaha, iskuullada, Xafiiska Shaqada, dhaqdhaqaaqa lacag bixinta, sahminta biyaha, diiwaangelinta shicibka iyo maxkamadaha. Haddii sharciyadaas la hirgeliyo waxay dowladda heli doontaa awood dheeraad ah oo tusaale qoondhaynta badeecadaha iyo in ay isticmaali karto hanti gaar ahaan loo leeyahay. Sidoo kale, hab fudud ayay shaqaale ugu biirin kartaa Isku-darka difaacyada qaranka.

Waajibka difaaca qaranka

Dalka Iswiidan waxaa ka hirgalay Waajibka difaaca qaranka. Taasoo macneheedu ay tahay in dhammaan dadka dalka ku nool oo da'dooda u dhaxayso 16 ilaa 70 sano, loo yeeri karo sidii siyaabo kala duwan ay kaalin ugu geystaan haddii u dalka marxalad dagaal u galo. Qof kasta waajib ayay ku tahay in u kaalin ka geysto difaaca dalka waana loo baahan yahay qof kasta. Waa in lays caawino. Waajibka difaaca qaranka wuxuu ka kooban yahay saddex qaybood:

- Waajibka gudashada difaaca qaranka ee Ciidamada Qalabka Sida.
- Waajibka madaniga ah waa dhaqdhaqaaqa oo ay dowladda go'aankooda iska leedahay.
- Waajibka madaniga guud macnehiisu waxaa weeyaan in qofku u ka hawlgeli doono dhaqdhaqaaqa lagamaarmaan ah in u shaqeeyo xitaa markii ay jirto halista dagaal. Taasoo ka dhigan inaad shaqada sii wadan doonto, ka hawlgeli doonto urur iskaa wax u qabso ah ama in Xafiiska Shaqada u ku diri doono hawl muhim u ah taasoo xiriiri la leh Waajibka isku-darka difaacyada qaranka. Waajibka isku-darka difaacyada qaranka dartiisa waxaa dhici karto in goob dagaal lagugu meeleeyo. Haddii goob dagaal lagugu meeleeyo wuxuu loo shaqeeyaha ku soo diri doonaa warqad ku qoran amarka goobta dagaal ee lagugu meeleeyay ama wargelin lamid ah.

Liiska hubinta ee daadgureynta baaxadda leh

Daadgureynta baaxadda leh waxay saamayn ku yaalata magaalo, xaafad ama goob jugraafi wayn. Muddo dheer ayay socota waxayna saamayn ku yaalata dad badan, xayawaano iyo goobaha bulshada ugu muhimsan sida isbitaallada, hoyga waayeellada, iskuullada iyo dugsiyada xannaanadda shirkadaha iyo warshadaha.

Haddii ay dhacdo daadgureynta baaxadda leh waxaa fiican in la haysto waxyaalaha hoos ku xusan:

- Raashin iyo cabbitaan.
- Waxyaalaha nadaafad shaqsiyeedka dartoos la isticmaalo.
- Daawooyin iyo waxyaalaha/farsamada caawinaad ahaan la adeegsado sida muraayadaha indhaha iwm, qalabka maqalka xoojiyo, qascadda daawooyinka.
- Dhar dhaxanta looga badbaado.
- Kaararka aqoonsiga, lacag kaash, kaararka lacagaha.
- Bateeri- ama raadiyaha gacanta lagu buuxiyo.
- Mobayl, dabsiye iyo powerbank.
- Kaarka caymiska ee Isbahaysiga Yurub.
- Aqoonsiga farsamada digitalka ku salaysan ee loo yaqaanno [e-legitimation - Bank-ID]
- Caddaynta diiwaangelinta baabuurada iyo dokumentiyada caymiska.
- Kombyuutar iyo dabsiintiisa.
- Ruqsadda daawooyinka.
- Dab-siiyaha mobaylada oo baabuurada lagu isticmaali karo.
- Liis, xaansho, ku qoran lambarrada taleefanka ee ugu muhimsan.
- Amarka ku meelaynta dagaalka waa haddii meel lagugu meeleeyay

Kooxda iskaa wax u qabso

Hawlgallada Kooxda iskaa wax u qabso waxay ku salaysan yihiin in gacan ay siiyaan maamulka degmada markii loo baahdo in la xoojiyo hawlgallada maadaama xaalad adag ay jirto.

Ma doonaysaa inaad xubin ka noqoto kooxda FRG?

Wargeli kooxda frg@vasteras.se adigoo soo qora magacaaga, da'daada iyo faahfaahinta xiriirka kaddib kooxda FRG ayaa kula soo xiriiri doonto.

Faahfaahinta xiriirka

SOS Alaarm/Qaylodhaan, Caawinaad degdeg oo xiriirka la leh xaaladaha degdega ah

☎ 112
sosalarm.se

Ciidanka booliska

Warbixin iyo wargelin

☎ 114 14
polisen.se

MSB - Hay'adda badbaadinta bulshada iyo diyaarsanaanta

Talo-siin iyo warbixin markii ay jirto marxalad adag ee qallafsan iyo dagaal.

☎ 0771-240 240
msb.se

Region Västmanland

Warbixin ku saabsan gaadiidka dadwaynaha, adeegyada caafimaadeedka ee gobolka

☎ 021-17 30 00
regionvastmanland.se

Heeganka Maamulka adeegga bulshada

Markii caawinaad degdeg looga baahan yahay Maamulka adeegga bulshada

☎ 021-39 20 66
vasteras.se

Vattenfall – wakaaladda biyaha

Korontada qaybo degmada kamid ah

☎ 020-82 40 40
vattenfall.se

Adeegga gurmadka Mälardalen

Arrimaha xiriirka la leh amniga dabka

☎ 010-179 82 00
rtmd.se

Sjukvårdsupplysningen

Talo-siin iyo warbixinta arrimaha caafimaadka

iyo gargaarka degdega
☎ 1177
1177.se

Mälarenergi

Korontada, kulaylinta guryaha iyo daadinta

☎ 021-39 50 50
malarenergi.se

Gole-goboleedka Västmanland

Guddiga marxalad adag ee qallafsan diyaarsanaanta ee gobolka

☎ 010-224 90 00
lansstyrelsen.se

Haddii ay jirto marxalad adag ee qallafsan iyo shilalka

Lambarka warbixinada ee qaranka

☎ 113 13
krisinformation.se

Rugta daryeelka sunta

Gargaarka degdega ee xiriirka la leh sunta

☎ 010-456 67 00
giftinformation.se

Dowladda hoose Västerås

Stadshuset, Fiskartorget 1, Västerås

Tal: 021-39 00 00

E-mail: kontaktcenter@vasteras.se



VÄSTERÅS STAD