

UNGE VOKSNES HOLDNINGER TIL EGENBEREDSKAP

Laget for
Direktoratet for
samfunnssikkerhet og
beredskap (DSB)

Mars 2022

INNHOOLD



3

Prosjektinformasjon

28

Oppfatninger av DSB

4

Sammendrag

31

Triggere

7

Egenberedskap

38

Utvikling

PROSJEKTINFORMASJON



FORMÅL

Ipsos har på vegne av Direktoratet for samfunnssikkerhet og beredskap (heretter kalt DSB) gjennomført en kvalitativ undersøkelse om holdninger til egenberedskap blant unge voksne i etableringsfasen.

Høsten 2018 lanserte DSB kampanjen «Du er en del av Norges beredskap» i samarbeid med Oslo kommune, i 2019 gjennomførte DSB Egenberedskapsuka for første gang, og høsten 2021 ble den gjennomført for andre gang. Hensikten med denne kampanjen er å sette befolkningen i stand til å klare seg selv i minst 72 timer i en krisesituasjon. I forbindelse med kampanjen har Ipsos gjennomført flere representative befolkningsundersøkelser hvor det er kartlagt befolkningens kjennskap til og bevissthet om egenberedskap rett før og rett etter kampanjen. Resultatene fra undersøkelsen er relativt stabile fra år til år, og det er enkelte mønstre som går igjen. Blant annet at eldre er mer forberedt enn yngre, og de som bor på mindre steder er mer forberedt enn de som bor i de største byene. Fra undersøkelsen fremkommer det også at flere får med seg DSBs egenberedskapsråd gjennom kampanjen, men at det er utfordrende å få folk til å omsette kunnskapen til fysiske forberedelser. I lys av dette hadde DSB et ønske om å få ytterligere kvalitativ kunnskap om kjennskap og holdninger til egenberedskap spesielt blant målgruppen «unge voksne i etableringsfasen».



METODE

I denne undersøkelsen er det tatt i bruk Online-communities med 34 aktive deltakere.

Online-communities er en kvalitativ datainnsamlingsperiode hvor informantene reagerer på spørsmål, bilder, videoer og annen tekst i form av skriftlige tilbakemeldinger eller ved å ta egne bilder.

Feltperioden for undersøkelsen har vært 25. februar til 4. mars 2022 (7 dager), hvor deltakerne har fått tilstrekkelig tid til å gi grundige og reflekterte betraktninger rundt tematikken.

Deltakerne har avgitt tekstbaserte svar, og har kunnet laste opp bilder og videoer der det har vært hensiktsmessig. Alle deltakerne har måtte svare selv før har sett og eventuelt kommentert på andres innlegg, dette er gjort for å få et dynamisk tilsnitt.

Hvordan omsette kunnskap om egenberedskap til fysiske forberedelser?

Gjentakelse av budskap er en nøkkel til at unge voksne skal ta egenberedskap mer på alvor.



“Den viktigste grunnen til at jeg ikke er særlig forberedt er nok latskap og naivitet. Jeg snakker sjelden eller aldri med venner og familie om egenberedskap, rett og slett fordi jeg aldri har tenkt særlig på det.”

Innsikt

Urbane vs rurale områder

De som bor i byer satser i større grad på at «dette går bra», mens de som bor på i rurale områder er i større grad opptatt av egenberedskap. Blant annet fordi de har opplevd langvarige strømbrudd og liknende, og det kan være langt til nærmeste matbutikk og apotek. I tillegg er friluftsliv en interesse hos mange og de har utstyr deretter.

Tanker vs handling

Tre dager blir ikke betraktet som et stort problem for de fleste når det gjelder mat. Ved en lengre krisesituasjon, uten matbutikker tilgjengelig, vil situasjonen bli mer alvorlig for de som ikke har lagret mye mat.

Det er ingen som vil fremstå som «doomsday preppere». Det blir betraktet som å grense til galskap.



Anbefalinger



Hyppige(re) påminnelser om å ta grep

Informasjonen må ikke være for skremmende eller for lang/omfattende

Ønskelig med kortfattede og konkrete tips

Informasjon om hva som eventuelt vil skje etter tre dager med en krise

App som inneholder en liste over hva man bør ha tilgjengelig, få påminnelser om når dette bør fornyes, og hvor man kan få mer informasjon om beredskap

Få ytterligere fram at litt egenberedskap tross alt er mye bedre enn ingenting.

SAMMENDRAG



EGENBEREDSKAP

Å klare seg selv i tre dager eller mer, uten tilgang til strøm, matbutikk, apotek og rent vann, er deltakernes forståelse av egenberedskap. Russlands invasjon av Ukraina, samt koronapandemien har skjerpet folks bevissthet rundt egenberedskap. Det er likevel store forskjeller når det gjelder hvor forberedt deltakerne er. Det er særlig de som bor i rurale områder som er godt forberedt. Noen har store matlagre, masse ved, solcellepanel og egne høns. Andre har ikke ofret egenberedskap en tanke.

Den største utfordringen er å ha nok rent vann og alternativ oppvarming for de som ikke har det i sin bolig. Det gjelder særlig de som bor i byer. Mange har friluftsutstyr som stormkjøkken og sovepose, som dekker noe av behovet for egenberedskap. Deltakerne er mest bekymret for krig, pandemi og naturkatastrofer. Årsaken til at egenberedskap er viktig, mener mange er å unngå å belaste samfunnet unødige ved en krise, slik at myndighetene kan prioritere de som trenger **det mest**. Å klare seg selv i tre dager, er ikke et stort problem for de fleste, men noen er dårlig forberedt. Sosiale relasjoner, i form av naboer, venner og familie betraktes som en viktig ressurs dersom en krise skulle inntreffe.



KJENNSKAP TIL DSB

Det er stor variasjon i hvor godt deltakerne kjenner til Direktoratet for samfunnssikkerhet og beredskap. I tilbakemeldingene ser vi at det er gjennomgående lav kjennskap til DSB blant de som har kategorisert seg selv som «liste forberedt» før undersøkelsen. Mens de som er middels eller veldig godt forberedt er det flere som beskriver hva de vet om DSB, og deres samfunnsmandat. Flere kjenner til DSB gjennom yrke sitt, eller har hørt om anbefalinger om egenberedskap gjennom brosjyrer, Facebook eller nettaviser.

Når det gjelder tilbakemelding på den norske brosjyren om egenberedskap er det flere at deltakeren som mener den er informativ og ryddig, men at det er elementer som bør inkluderes:

- **Informasjon om tilfluktsrom**
- **Bilde av hvordan tre dager med mat, vann og ved ser ut**
- **Informasjon om hvordan man bør opptre dersom en krise oppstår, og hva som skjer etter tre dager**
- **Informasjon om hvor man kan få hjelp dersom man er ikke har ekstra mat og varme**
- **Det bør utvikles en digital sjekklister for hva man har og ikke har når det gjelder et beredskapslager**

SAMMENDRAG



TRIGGERE

Det blir framhevet at det å jobbe med oppgavene i denne undersøkelsen har gjort at flere har blitt mer bevisst hvor lite forberedt de er. I tillegg er det flere ulike hendelser den siste tiden som har gjort at deltagerne har blitt trigget til å gjøre om bevissthet til handling. Det å få barn trekkes også fram som en faktor som hatt betydning for egenberedskap og selvberging.

Deltagerne foretrekker og stoler mest på statlige kanaler, etablerte mediehus og legitime organisasjoner når det gjelder informasjon om egenberedskap. Det ville også vært nyttig med informasjon fra bostedskommune med ytterligere informasjon om beredskap.



UTVIKLING

På spørsmål om hva deltagerne ville endret dersom de skulle kommunisere betydningen av egenberedskap til sin aldersgruppe ble det lagt vekt på at kommunikasjonen måtte være konkret og kortfattet om hva en bør handle inn og ha der en bor. Gjentakelse av budskap er en nøkkel til at aldergruppen 30-40 år skal ta egenberedskap mer på alvor. Det å få fram hva som kan skje, hvor lett det kan skje og at litt egenberedskap tross alt er mye bedre enn ingenting er noe som bør vektlegges i kommunikasjonen

EGENBEREDSKAP

FØRSTE TANKER OM EGENBEREDSKAP

For de fleste betyr egenberedskap å kunne klare seg selv, uten tilgang til matbutikk, apotek, rent vann, strøm og liknende i tre dager eller mer.

Egenberedskap nevnes i sammenheng med unntakstilstand og krise.

Når det gjelder hva egenberedskap innebærer og forståelser av dette finner vi et skille mellom bygd og by. De som bor i byer satser i større grad på at «dette går bra».

De som bor på bygda har ofte konkrete planer om både bedre egenberedskap og selvberging. Noen bor på gård, med melkekyr, høner, drivhus og diverse. Disse er gjerne veldig forberedt og satser i stor grad på selvberging i form av selvdyrkede grønnsaker, de tar f.eks. vare på frø og hermetiserer mat selv.



FØRSTE TANKER OM EGENBEREDSKAP



De første tankene mine er jo at dette ikke er nødvendig i Norge. Jeg tenker det ikke kommer til å bli noen situasjoner i Norge som gjør det nødvendig med egenberedskap. Samtidig har vi fått en smakebit under Covid og med situasjonene i Russland og Ukraina.

Kvinne, 33 år , bor i leilighet med to barn - lite forberedt



Når jeg hører orden «egenberedskap» tenker jeg på ens egen evne til klare seg uten nødvendigheter som vann, mat og strøm i en lengre periode. Her er jeg selv blant de som tenker at dette går bra.

Mann 34 år, bor med familie i enebolig – middels forberedt



Egenberedskap kan være så mangt, tenker jeg. Den ene siden av det er den mentale beredskapen, at man er forberedt på at uventede ting kan skje, og at man har tenkt gjennom og planlagt hva man kan gjøre. Jeg tenker det er lurt å være beredt på ting som med en viss sannsynlighet kan oppstå, men ser ikke nytten av å tvinge seg selv til å tenke katastrofetanker om alt som kan skje.

Mann, 31 år, bor med samboer og barn i rekkehus – lite forberedt



I mindre situasjoner tenker jeg at det aller meste kan løses i et godt sosialt nettverk. I større krisesituasjoner tenker jeg at et godt sosialt nettverk er enda viktigere.

Mann, 30 år, bor på gård med kone og barn – veldig forberedt



Mine første tanker er typ sånn prepper, slike mennesker som forbereder seg på dommedag, krig og som har en beredskapsplan dersom det skjer en krise i samfunnet.

Mann, 32 år, bor med samboer i rekkehus – ikke forbered i det hele tatt

FORSTÅELSE AV EGENBEREDSKAP

Alle har forståelse av at vi må ha en eller annen form for egenberedskap, selv om deltakerne i svært varierende grad er opptatt av dette.

Den dominerende oppfatningen av egenberedskap var at det var viktig å klare seg selv i noen dager.

Når samfunnet rammes av en krise, må det prioriteres hvem som skal få hjelp. Dersom de fleste har et minimum av beredskap vil det lette hjelpearbeidet betraktelig. Dette var årsaken deltakerne oppga for hvorfor det var viktig med egenberedskap ut over egen «overlevelse» i noen dager.

De som bor på bygda er i større grad opptatt av egenberedskap, blant annet fordi de har opplevd langvarige strømbrudd og liknende, og det kan være langt til nærmeste matbutikk og apotek.



FORSTÅELSE AV EGENBEREDSKAP



Jeg er opptatt av det og vet hva man bør ha i beredskap, men synes det er vanskelig å skulle oppbevare flere av disse i en liten leilighet.

Kvinne, 32 år, bor med samboer i leilighetn - lite forberedt



Jeg er antakelig preget av å ha vokst opp på bygda, langt fra folk. Det sitter liksom i ryggmargen å ha så man klarer seg på egenhånd. Plutselig er man uten strøm et par dager, eller man er innesnødd eller en vei har rast ut. Ingen fare, vi har alt vi trenger i huset.

Kvinne, 36 år, samboer og voksne barn i enebolig- lite forberedt



Jeg er og har alltid vært lite opptatt av det, men har i den senere tid begynt å tenke at det er noe jeg er nødt til å ta mer alvorlig på grunn av Covid-19 og situasjonen mellom Ukraina og Russland.

Mann, 30 år, bor alene i leilighet – lite forberedt



Jeg ser på meg selv som over gjennomsnittet opptatt av egenberedskap. Har reflektert en del over temaet og fulgt DSB sine anbefalinger for tilgjengelig utstyr. Jeg ønsker heller å være en ressurs som kan hjelpe andre, enn å trenge hjelp selv.

Mann, 37 år, bor med samboer i enebolig – veldig forberedt

FORBEREDELSE

Det er store forskjeller i hvor forberedt deltakerne mener de er, og dette har naturlig nok sammenheng med hvor opptatt de er av temaet. Forskjellene strekker seg fra å ha mat for hele familien i flere måneder og legge vekt på selvberging, til å ikke ha noe ekstra i skapene.

Igjen er det forskjeller på by og bygd. De som bor i rurale strøk har gjerne mer plass, og dermed større mulighet til å lagre matvarer, ved, vann og liknende. Noen bor på gård med egen høns og grønnsaksproduksjon.

For mange er friluftsliv en interesse. Dette gjenspeiles i hvor forberedt deltakerne mener de er. Mange har nødvendig materiale for egenberedskap, som sovepose og stormkjøkken fordi de drar på campingtur eller liknende. Av de som ikke var forberedt i det hele tatt, var det stormkjøkken og sovepose som de ville sørge for å skaffe seg.

Flere av informantene pekte på manglende alternativ til elektrisk oppvarming eller fjernvarme. Nok vann var også et problem flere reflekterte over. Noen av deltakerne hadde rutine på å fornye medisiner og apotekvarer med jevne mellomrom. Mange hadde tenkt en del på egenberedskap, men det skortet på gjennomføring og handling.



FORBEREDELSE



Vi er nok over snittet beredt. Det ville for eksempel aldri vært aktuelt å bo i by eller trange boligområder. Vi bor der vi bor fordi vi ønske rå være selvberget over lang tid om det virkelig blir ille. Vi har et eget rom med hermetikk, store mengder salt, mel, pasta, sukker, poteter. To kjøleskap og en stor fryser med mat for tre måneder til hele familien. Vi har stor grønnsakshage og egen høner. Vi har egen ved og brønn.

Kvinne, 39 år , bor i enebolig på gård- veldig forberedt



Vi har ikke tatt noen grep i hjemmet med tanke på å ha mat og vann i reserve.

Mann 34 år, bor med familie i enebolig – middels forberedt



Som friluftsmann har jeg mye utstyr som dekker behov for egenberedskap. Jeg har stormkjøkken, multifuel primus og utstyr for vannrensing.

Mann, 31 år, bor med familie i rekkehus – godt forberedt



Jeg er opptatt av det, men har likevel ikke preppet for det. Jeg hadde overraskende mange ting på listen, men det var mer av flaks. Kokeapparat i campingkittet, ekstra mat fordi jeg kjøper på tilbud. Peis fordi det heldigvis finnes i leiligheten. Jeg har skaffet meg to store vandunker, men har jo ikke fått fylt de enda

Kvinne, 39 år, bor i leilighet /kollektiv – lite forberedt

Deltakerne fikk en oppgave de skulle løse:

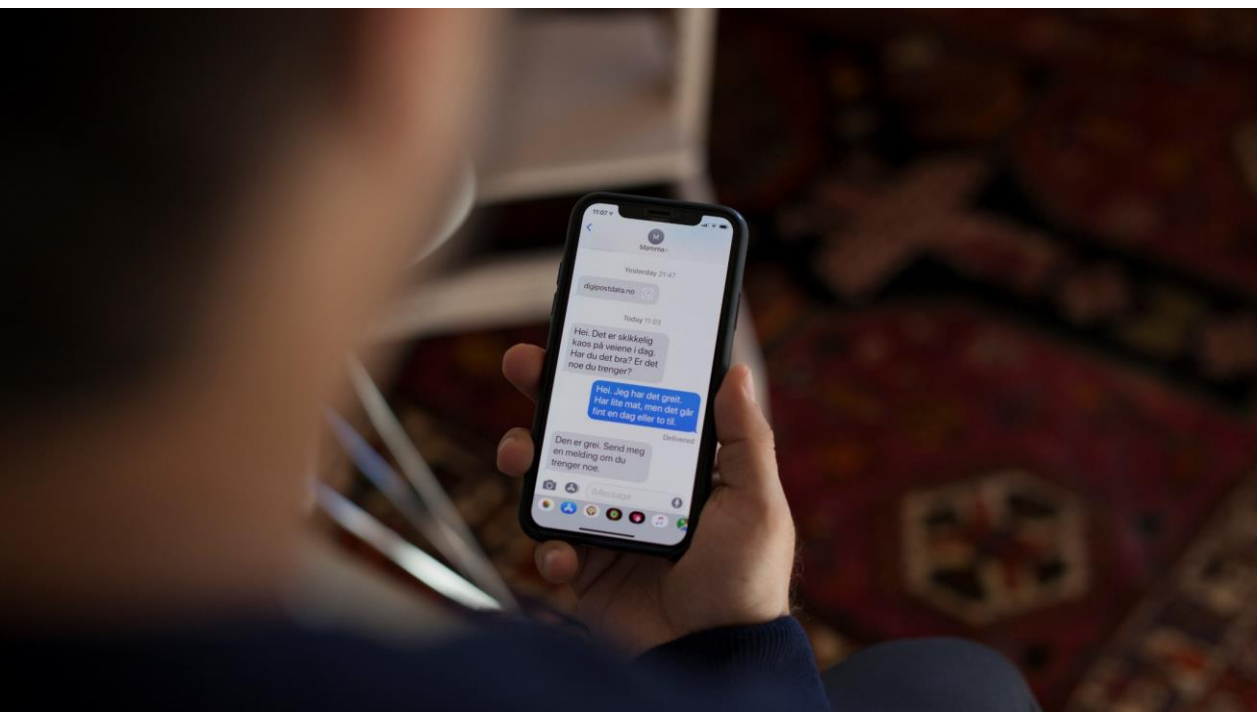
«Tenk deg at du må klare deg uten strøm, internett, vann i springen og mulighet til å kjøpe mat i tre dager.

Det vil være vinter og kaldt ute.»



Deltakerne ble bedt om å utdype hva som ville komme godt med av det de hadde tilgjengelig og hva de ville mangle.

De ble også bedt om å tenke over hvor de ville finne informasjon i en situasjon der strøm, internett og mobil ikke virker, og redegjøre for hvilke steder de ville oppsøkt for å få informasjon om håndteringen av situasjonen.





DET ER STOR FORSKJELL PÅ HVA DELTAKERNE HAR TILGJENGELIG HJEMME I TILFELLE EN KRISESITUASJON

Flere har friluftsliv som en interesse og drar på turer som krever litt utstyr. Dermed har de allerede flere ting som er på listen over ting en bør ha i egenberedskap, uten at de har skaffet seg dette med tanke på egenberedskap. Dette gjelder ting som sovepose, varme klær og stormkjøkken eller primus. De som ikke har interesse for i friluftsliv eller camping, har heller ikke disse tingene tilgjengelig. De har ofte heller ikke tatt noen andre grep når det gjelder egenberedskap.

De som bor i hus eller leilighet med peis har alternativ varmekilde som kommer godt med i tilfelle strømbrudd. De fleste som bor i leilighet har ikke alternativ til elektrisk oppvarming eller fjernvarme, og er bekymret for det.

Tre dager blir ikke betraktet som et stort problem for de fleste når det gjelder mat. Ved en lengre krisesituasjon, uten matbutikker tilgjengelig, vil situasjonen bli mer alvorlig for de som ikke har lagret mye mat.

HVA AV DET DU HAR KOMMER GODT MED NÅR DU SKAL KLARE DEG UTEN STRØM, INTERNETT, VANN I SPRINGEN OG MULIGHET TIL Å KJØPE MAT I TRE DAGER?



Jeg har mat i skapene, ved til vedfyring, oppladet powerbank til mobil, vann på dunker, jodtabletter, batterier og lommelykter.

Kvinne, 39 år , bor med familie i enebolig – lite forberedt



Som friluftsmann har jeg mye utstyr som dekker behov for egenberedskap. Jeg har stormkjøkken, multifuel primus og utstyr for vannrensing.

Mann, 31 år, bor i rekkehus – godt forberedt



Varme blir en utfordring om fjernvarmen forsvinner. Vi har ikke peis eller vedovn i leiligheten.

Mann 37 år, bor med samboer i leilighet – middels forberedt



Vedovn og ved til oppvarming. Gassgrill og gass til matlaging. Lommelykt og batterilamper til belysning. Vann, brus og juice til drikke. Vi har mat til mange dager og kunne hjulpet andre med mat og eventuelt sikkerhet om det skulle bli nødvendig.

Kvinne, 32 år, bor med familie i enebolig – veldig forberedt

De som er veldig godt forberedt, mente de ikke ville manglet noe av betydning de første tre dagene.

De som ikke var forberedt ville stort sett manglet alt, både varme, vann og mat.

Det flere oppga at ville mangle er alternative varmekilder til elektrisk oppvarming eller fjernvarme, i tillegg ville det å ha nok vann blitt et problem. Dette gjelder særlig de som bor i leilighet.

Toalettforhold ble trukket fram av noen, som et problem dersom en ikke ville ha tilgang på dette på flere dager.

Alternativt kommunikasjonssystem, var det få som hadde kunnskap om. De som har kunnskap om dette, hadde en særlig interesse for radiosamband og ville dermed ha nytte av denne kunnskap i en krisesituasjon. Noen hadde jaktradio som de ville bruke.

De fleste baserer seg på at naboen, familiemedlemmer eller venner ville hatt mer kunnskap om situasjonene som de kunne hatt nytte av og dele på, i tilfelle en krisesituasjon.



HVA VILLE DU MANGLE?



Dersom internettet ikke fungerte, ville vi jo ikke hatt 5G, så jeg ville manglet radio.

Kvinne, 39 år , bor i enebolig på gård- veldig forberedt



Av ting jeg har i dag så ville ingenting hjulpet meg gjennom disse tre dagene annet enn seng, sofa og varme tepper. Jeg tror jeg ville manglet vann, varmekilder, lommelykt, radio og mat.

Mann, 30 år, bor i mindre leilighet – lite forberedt



Varmer blir en utfordring om fjernvarmen forsvinner. Vi har ikke peis eller vedovn i leiligheten.

Mann 34 år, bor med samboer i leilighet – middels forberedt



Jeg kommer til å mangle varmekilde og radio hvis det var behov for informasjon

Kvinne, 32 år, bor med mann og barn i leilighet - lite forberedt

HVEM VILLE DU TATT KONTAKT MED?

De fleste ville tatt kontakt med venner og familie, avhengig av hvem som bor i nærheten av der de selv bor.

Deltakerne hadde ulik bosituasjon, og de som bodde i nærheten av familie ville enten reist til familien eller invitert familiemedlemmer hjem til seg. Betydningen av å være flere sammen og dele på ressursene var viktig, særlig for de deltakerne som ikke hadde stor familie. Heller ikke her ble tre dager betraktet som et problem for de fleste.

Det å søke sammen med andre og ha et sosialt nettverk de kan mobilisere i en krisesituasjon, ble trukket fram som viktig.

Flere stolte nok også på at naboen, venner eller familien ville vært noe mer forberedt eller informert, enn de selv.



HVEM VILLE DU TATT KONTAKT MED?



Bilen ville fortsatt funke, så vi må nok ty til den om vi ønsker kommunikasjon med andre. Vi hadde ikke jobbet for å ta kontakt med noen for tre dager, og vår nærmeste familie ville greid seg på egenhånd. I en krisesituasjon ville vi nok vært selektive med hvem vi deler med.

Kvinne, 39 år , bor i enebolig på gård - veldig forberedt.



Jeg ville nok tatt kontakt med venner og ordnet det slik at vi kan møtes 3-4 stykker i en leilighet og være isolerte sammen. Da kan alle ta med det de har av mat og drikke. Jeg ville kommunisert på gamlemåten, gått og ringt på eller banket på døren, tenker jeg.

Mann, 30 år, bor i mindre leilighet – lite forberedt



Jeg ville dratt til søsknene mine.

Mann 39 år, bor i leilighet – middels forberedt



Både foreldre og besteforeldre bor innenfor 300 meters radius, så det å hjelpe og kommunisere med nærmeste familie ville vært enkelt.

Kvinne, 32 år, bor med mann og barn i leilighet – veldig forberedt

TANKER DE GJØR SEG ETTER OPPGAVEN

Det er stor forskjell på hvor godt deltakerne mener de ville klart seg.

Noen mener de ikke ville manglet noe på mange uker, og at de kunne tatt vare på familiemedlemmer i tillegg. Andre oppgir de ville klart seg, men ville manglet både nok rent vann, varme, mat og alternative kokemuligheter.

De som ikke var forberedt, mente at de etter denne oppgaven lærte at de med små grep, ville kunne stille mer forberedt i tilfelle en krisesituasjon. Bare ved å lagre rent vann og handle hermetikk og liknende, ville dagene i en eventuell isolasjon blitt mye bedre.



TANKER DE GJØR SEG ETTER OPPGAVEN



Etter å ha jobbet med denne oppgaven, ser jeg at jeg hadde klart meg ekstremt dårlig om jeg måtte klare meg alene i denne situasjonen. Jeg tenker at det er veldig enkelt og det er få grep som må tas for å få en mye bedre hverdag i en slik situasjon, bare ved å tappe vann og handle inn ekstra hermetikk.

Kvinne, 35, bor i leilighet - lite forberedt



Mine tanker er at jeg er heldig som har et nettverk rundt meg, men at jeg nok bør ruste opp egen beredskap i framtiden.

Kvinne, 32 år, bor med samboer i leilighet – lite forberedt



Tanker etter denne oppgaven er at det hadde vært gøy å prøve. Vi hadde sikkert endt med å dra på hytta som har solceller og ikke innlagt vann. (...) Ser også at jeg burde tilegne meg kjennskap til hvor og hvordan kommunen vil gi innbyggerne informasjon i en slik situasjon.

Kvinne, 30 år, bor på småbruk – veldig forberedt



Etter denne oppgaven ser jeg at jeg mangler litt for å klare meg godt på vinteren. Jeg vil gå til innkjøp av en god og varm sovepose og en primus.

Kvinne, 34 år, bor i leilighet - middels forberedt

ÅRSAKEN TIL AT INFORMANTENE IKKE ER MER FORBEREDT

Det er ingen som vil fremstå som «doomsday preppere». Det blir betraktet som å grense til galskap.

Av de som er godt forberedt nevnes alternativ til strøm, som strømaggregat, som en mangel. Det gjelder særlig de som bor på gård og har ansvar for dyr.

De som er lite forberedt oppgir ofte mangel på plass som en årsak til at de ikke har lagret vann eller matvarer. Latskap blir også nevnt av flere som årsak til at de ikke har gjort mer for å bedre egenberedskapen. Mange som mangler alternative varmekilder, det gjelder særlig de som bor i leiligheter i byer, synes det virket vanskelig å finne alternativer til dette.

De fleste mener Norge er såpass trygt å bo i, at det ikke har vært nødvendig å tenke så mye på beredskap. Dagens situasjon med krig og pandemi har økt bevisstheten rundt betydningen av egenberedskap.



ÅRSAKEN TIL AT INFORMANTENE IKKE ER MER FORBEREDT



Den viktigste grunnen til at egenberedskapen ikke er større, er helt klart en «skal bare» mentalitet.

Kvinne, 36 år, bor i leilighet - lite forberedt



Jeg føler beredskapen ikke kan bli så veldig mye bedre. Beredskap kan også være å ha en plan for hvordan du kan komme deg til et sted der disse tingene er tilgjengelig. Vi har et fint nabolag og samarbeider om både grønnsaker og dyr. Det hadde nok vært fornuftig å utfylle hverandre og ha pratet om et samarbeid før det blir nødvendig.

Kvinne, 31 år, bor i enebolig – veldig godt forberedt



Den viktigste grunnen til at jeg ikke er særlig forberedt er nok latskap og naivitet. Jeg snakker sjelden eller aldri med venner og familie om egenberedskap, rett og slett fordi jeg aldri har tenkt særlig på det.

Mann, 30 år, bor i leilighet – lite forberedt



Den viktigste grunnen er rett og slett fordi det er sjeldent det oppstår kriser. Jeg må nok ha opplevd en større krise for å få større egenberedskap. Matbutikker, strøm og vann har alltid vært tilgjengelig.

Kvinne 36 år, bor i enebolig - middels forberedt

BEKYMRING

Mange av deltakerne uttrykte redsel for krig, og for at en krig **kunne** eskalere til atomkrig.

Klimaendringer og naturkatastrofer, som flom og uvær, er noe de fleste er bekymret for.

Fremtidige pandemier er også noe de fleste mener med stor sannsynlighet kan skje, og som de er bekymret for.

Langvarige strømbrydd om vinteren er mange **er** redde for, og de mener det er stor sannsynlighet for at det kan skje.

Cyberangrep var nevnt av noen få som en ganske sannsynlig hendelse, som kunne føre til en samfunnskrise.



BEKYMRING



Jeg føler meg trygg og ivaretatt i Norge. Jeg føler at butikkene aldri ville bli helt tomme og at det aldri ville blitt unntakstilstand mer enn et par dager.

Kvinne, 31 år, bor i enebolig - veldig godt forberedt



Nedslag fra rommet er potensielt det verste som kan skje, men det skjer jo sikkert ikke. (...) Flom er den vanligste samfunnskrisen i Norge, og trolig den som mest sannsynlig kommer til å skje også i fremtiden.

Mann, 38 år, bor i tomannsbolig – veldig godt forberedt



Jeg tenker på mat, og det faktum at Norge har såpass lav selvforsyningsgrad.

Kvinne, 39 år, bor i enebolig på gård – veldig godt forberedt



Hacking av strømnnett eller bortfall av drikkevann i en lengre periode er det jeg er mest bekymret for.(...) Ellers tenker jeg at ekstremvær blir en utfordring framover, slik at det blir store ødeleggelser på infrastruktur. Mangel på legemidler og antibiotikaresistente bakterier er jeg også bekymret for.

Kvinne, 36 år, bor i leilighet - lite forberedt

OPPFATNINGER AV DSB

DET VARIERER HVOR GODT KJENT INFORMANTENE ER MED DSB

Blant de som er lite forberedt er det gjennomgående lav kjennskap til DSB i utgangspunktet før undersøkelsen.

Blant informanter som er middels eller veldig god forberedt er det flere som beskriver at det vet noe om hva DSBs samfunnsmandat er.

Flere av informantene forteller at de har hørt noe om DSB før gjennom anbefalinger om egenberedskap i brosjerer, nettavis og Facebook, noen har også kjennskap til DSB gjennom yrket sitt som elektriker og brannmann.



DET VARIERER HVOR GODT KJENT INFORMANTENE ER MED DSB



Jeg vet ikke så mye mer enn at de har sendt ut en anbefaling om hva vi bør ha i hus ved en eventuell krisesituasjon. Jeg fikk en sånn flyer i posten en gang, jeg er ganske sikker på at dem var fra de. Jeg har også kommet over informasjon fra DSB ulike steder i nettaviser og på Facebook.

Kvinne - Lite forberedt



Jeg vet de jobber for å kartlegge mulige sårbarheter i samfunnet. De holder kurs og kommer med anbefalinger i forhold til egenberedskap. Vi fikk for et par år siden et skriv fra DSB om hva alle burde ha i beredskap. Vi har fulgt disse anbefalingene, sett bort ifra et litt dårlig lager av vann.

Kvinne – godt forberedt



DSB holder til ved kanalen i Tønsberg og jobber med beredskap, elsikkerhet og Brann. Har mye info om elektrisk bruk. Sett på hjemmesiden tidligere.

Mann – middels forberedt



De jobber med samfunnssikkerhet og beredskap knyttet til alt fra varer som ikke fungerer, sikkerhet under konserter/festivaler/arrangementer, produkter som tilbakekalles (farlige etc.), øvelser, nødnett og kommunikasjon, kursing, Norges brannskole, nasjonalt risikobilde etc. Har selv vært på kurs med de og bruker tidvis nettsidene som oppslagsverk eller for å få tilgang til informasjon som er relevant for jobb og fritid.

Kvinne - middels forberedt

TRIGGERE

KOMMENTARER PÅ TEKST 1

Teksten setter i gang tankemønstre om hva man har tilgjengelig.

Enkelte av informantene trekker fram at de liker eksemplifiseringen i teksten, som blant annet at man kan miste internett, og at det er betryggende at man kan følge DSB sin liste så har man det man trenger.

Det er likevel informanter som trekker fram at henvisning til «hele verden» kan skape en grobunn for frykt. I tillegg er det forvirrende at DSBs råd refererer til i teksten uten noen større kontekst.

Setningen «Heldigvis trenger du ikke forberede deg på alt som kan gå galt her i verden» virker bagatelliserende og umyndiggjørende - du trenger ikke tenke, bare gjør som vi sier.

Det er mange ting som kan gjøre at du får brukt for et egenberedskapslager. Livet i Norge er helt avhengig av blant annet strøm, vann og internett. Hva gjør du hvis dette plutselig forsvinner?

Heldigvis trenger du ikke forberede deg på alt som kan gå galt her i verden. Følg DSB råd om egenberedskap så har du det du trenger for å klare deg i minst tre døgn.

KOMMENTARER PÅ TEKST 2

Blant tilbakemeldingene på teksten kommer det fram at man ikke trenger å forberede seg på alt, i tillegg til å kombinere informasjon om hva som faktisk kan skje.

Informantene blir motivert av at realitetene i verden beskrives, som internasjonal konflikt, naturkatastrofe og pandemi. Det andre som motiverer er hvor enkelt det er å være forberedt.

Teksten har konkrete eksempler som flere ikke har tenkt på, men samtidig er det enkelte som nevner at eksemplene framstår som skremmende, ettersom de er konkrete.

Det påpekes at det er for mye informasjon i en tekst, men at det er det blir hverdagsliggjort at man bør forberede seg, ikke nødvendigvis vente på en krig.

I teksten trekkes det fram at fremmede stater som kan blokkere mobilsignalet, det bør også vektlegges at mobilsignalet kan forsvinne uavhengig av andre stater.

Det skjer ting hele tiden som kan gjøre at du får brukt for et egenberedskapslager. En internasjonal konflikt kan få konsekvenser for tilgangen på ulike varer for oss i Norge. Et uvær kan rasere en skog, et tre faller over en hovedledning, og boligfeltet eller bydelen din kan bli strømløs i flere dager. Et styrtregn kan utløse et skred over veien inn til bygda du bor i, som gjør at det tar noen dager å få nye varer. Fremmede stater kan blokkere mobilsignalet, så du ikke får kontakt med venner og familie.

Tenk gjennom hva som kan skje der du bor – og forbered deg på å klare deg selv i tre døgn

BROSJYRE – RÅD OM EGENBEREDSKAP

De fleste informantene mener at brosjyren er informativ og ryddig men at det er elementer som bør inkluderes. Blant annet informasjon om nærmeste tilfluktsrom, eventuelt at det står noe om hvor man kan finne denne informasjonen. Andre forslag som kommer fram er at det bør være et bilde av hvordan tre dager med mat, vann og ved ser ut. Det kunne gjort terskelen for å skaffe seg det man trenger mindre.

I likhet med den svenske beredskaps brosjyren bør informasjon om varselsignaler beskrives.

Det blir også påpekt at det bør inkluderes hva som skjer etter 3 dager, og hvordan man skal opptre under en krise.

Flere av informantene har fått denne brosjyren i posten, men kastet den eller lagt den vekk. En informant foreslår at som en løsning på dette bør det utvikles en app hvor man kan få denne informasjonen, og f.eks. ha en digital sjekkliste for hva man har og ikke har når det gjelder et beredskapslager.

Det trekkes også fram at man bør ha en side der det vises til at man kan få hjelp fra en eller annen organisasjon hvis man er i nød og ikke har ekstra mat og varme. Dette gjelder for eksempel lavinntektsfamilier som ikke har overskudd til å skaffe seg et ekstra lager.

Det bør påpekes i brosjyren at Jod-tabletter ikke er nødvendig for personer over 40 år.



«Faller av ved at det ikke står hvordan man skal opptre og hva som skjer etter 3 dager»



(...) savner jeg informasjon om nærmeste bomberom. Jeg syns også brosjyrer er litt utdatert, det burde heller finnes en app. Papirer blir kastet med tiden alikevel. Med en app kan man også oppdatere ulike ting i realtime og f.eks få veibeskrivelser til nærmeste bomberom, samlingssted, depot osv.



Etter å ha lest brosjyren nøye sitter jeg igjen med forskjellige tanker. På en side virker det så enkelt; lagre vann, mat stearinlys osv. Samtidig føler jeg at jeg også er litt forvirra. Har hengt meg mest opp i en boble som sa: Husk å ikke tro blindt på alle informasjonskanaler du hører da det kan være noen som med vilje vil spre feilinformasjon. Jeg tenker mer på det enn at jeg f.eks bør ha førstehjelpsskrin tilgjengelig. Det er også bra at det står alle telefonnummer til alle nødetater, men om ikke telefon/strøm virker hjelper det ikke så mye. Jeg har ila. denne undersøkelsen blitt veldig bevisst på at jeg er ekstremt dårlig forberedt om noe skulle skje. Hva skal til nå etter å ha lest heftet fra DSB?



Brosjyren er informativ men har fått den i posten tidligere. Faller av på at det ikke står hvordan man skal opptre og hva som skjer etter 3 dager.

BROSJYRE FRA SVERIGE

Deltagerne er splittet i sin oppfatning av den svenske brosjyren. Flere synes at det er positivt at den svenske spiller mer på frykt ved å trekke fram krig og terror, og tror dette vil gi en sterkere motivasjon enn ved DSBs versjon.

På den andre siden er det flere som mener brosjyren fra Sverige er skremmende, og at det blir fokusert for mye på krig og terror. Det er flere som fremhever at dette ikke nødvendigvis vil øke deres beredskap sammenlignet med DSB brosjyren selv om at det i noen tilfeller øker oppmerksomheten.

At det er så mye tekst gjør at flere av deltakerne mister interessen for brosjyren, men sjekklisten i den svenske brosjyren er noe som blir trukket fram som bedre enn i den norske fordi den gir konkrete eksempler på mat som ikke trenger oppvarming, og eksempler på klær som vil være lurt å ha.



OM **KRISEN**
ELLER **KRIGET**
KOMMER



FILMER OM EGNEBEREDSKAP

FEMA: READY CAMPAIGN'S "PREPARE TO PROTECT" PSA



FEMA: Ready Campaign's "Prepare to Protect" PSA | The Best Planner

Flere av deltakerne peker på at videoen bruker for lang tid til å komme til poenget. På andre siden er det noen som påpeker at det sette beredskap i et nytt perspektiv, ettersom vi planlegger mye i livet men ikke setter av tid til å planlegge egenberedskap. Det er også noen som framhever at videoen er skremmende.

HEMBEREDSKAP - MAT



Hemberedskap - mat

Filmen gir konkrete, nyttige tips og er lett forståelig, men videoen er lang og er nok tiltenkt mennesker som er interessert i utgangspunktet.

DISASTER SURVIVOR, HURRICANE SANDY



Dee
Disaster Survivor, Hurricane Sandy

Er annerledes da den gir en personlig vinkling, som kan motiverer til å øke beredskapen. Samtidig mener enkelte av deltagerne at det vanskelig å få med seg selve budskapet, og man fort ble distansert fra selve historien, men at dette kan overføres til et realistisk scenario i Norge.

ADAM STÄRKER VÅR BEREDSKAP OCH VÄRNAR OM SVERIGES DEMOKRATI



Adam stärker vår beredskap och värnar om Sveriges demokrati

Hyggelig video, men engasjerer ikke spesielt mye. Blir lagt vekt på at den kan gi «håp» og er en fin samfunnsopplysningsvideo.

UTVIKLING



«Å få barn kan vell ikke akkurat sies å gå under kampanjer eller informasjon. Men jeg hadde i alle fall ingen interesse av egenberedskap før jeg fikk barn. Jeg har lenge vær redd for klimaendringene, men har tenke at ting holder en stund til. Men nå har jeg barn å planlegge for, og jeg vil at de skal ha et fint liv de også, derfor er egenberedskap og selvberging blitt viktig for meg»



«Da jeg først fikk brosjyre fra DSB tenkte jeg ikke noe større over det, men jeg tok vare på den. Husker ikke helt hva som fikk meg til å begynne å tenke på det igjen, men så fant jeg frem brosjyren og begynte å planlegge. Det ville jeg antakelig ikke gjort uten å ha fått informasjonen levert til meg. Samtidig ser jeg det at jeg har ganske mange ressurser tilgjengelig ved en krise - og det hadde jeg også før jeg satt fokus på det»

ENDRING I OPPFATNINGER ELLER ADFERD

Deltagerne ble bedt om å redegjøre for en kampanje eller informasjon som har fått de til å endre oppfatninger eller adferd.

Flere svarte at de ikke i farten kom på noen kampanjer, de som kjennetegnet kampanjene som ble framhevet var at de var tydelige med et enkelt budskap.

Noen av deltagerne framhevet at de å jobbe med oppgavene i denne undersøkelsen har gjort at de har blitt mer bevisst hvor lite forbedret de er selv. I tillegg er det flere ulike hendelser den siste tiden som har gjort at deltagerne har blitt trigget til å gjøre om bevissthet til handling. Blant annet koronasituasjonen og hamstringen i starten, i tillegg til situasjonen i Ukraina har gjort flere mer bevisst over at ting kan skje og at ting skjer.

Det å få barn er også noe som trekkes fram som noe som har hatt betydning for egenberedskap og selvberging.

KANALER - HVILKE KANALER FORETREKKER DU FOR Å UTFORSKE MER INFORMASJON OM EGENBEREDSKAP?

På spørsmål om hvilke kanaler informantene foretrekker å utforske mer informasjon om egenberedskap svarer mange at de foretrekker og stoler på statlige kanaler, etablerte mediehus eller legetime organisasjoner som for eksempel Røde Kors.

Flere har og vil prate om egenberedskap med venner og familie, men at det ikke bør ta overhånd.

Deltakerne mener det hadde vært nyttig med mer informasjon fra egen kommune om hvor man skal henvende seg ved en krise, nærmeste tilfluktsrom etc.

Det trekkes fram at det er best om avsenderen er en offentlig aktør, og video trekkes fram som er medium som kan fange interessen, for deretter at det følges opp med en nettside med informasjon hvor man går mer i dybden.



HVA VILLE DE ENDRET DERSOM DE SKULLE KOMMUNISERE BETYDNINGEN AV EGENBEREDSKAP TIL SIN ALDERSGRUPPE?

På spørsmål om hva deltagerne ville de endret dersom de skulle kommunisere betydningen av egenberedskap til sin aldersgruppe, legger de vekt på at kommunikasjonen må være konkret og enkel.

Sosiale medier er noe alle nevner; Snapchat, Tiktok, instagram og Facebook. Det foreslås å få en kjent person, her blir både statsministeren og typiske influensere nevnt, til å delta i en kampanje om egenberedskap som vises på TV. Deltakerne mener noe sånt vil ha god effekt med tanke på å få fram budskapet om viktigheten av egenberedskap.

Et forslag om å lage en app, som kan inneholde liste over hva man bør ha tilgjengelig, påminnelser om når dette bør fornyes, hvor en kan få informasjon om hvor nærmeste tilfluktsrom er lokalisert får stor oppslutning blant alle deltakerne.



HVA VILLE DE ENDRET DERSOM DE SKULLE KOMMUNISERE BETYDNINGEN AV EGENBEREDSKAP TIL SIN ALDERSGRUPPE?

Noen foreslår å henvende seg mer til barn og ungdom gjennom sosiale medier som Tiktok, og gjennom å ha dette som tema i grunnskolen. Dette vil igjen kunne påvirke foreldrene til å ta aktive grep om egenberedskap.

Deltakerne er delt i synet på hvor alvorlig en skal være når en formidler beredskap for en eventuell kritesituasjon. Det er viktig å ikke krisemaksimere eller skape frykt, men det må av og til mer alvor og krigsbilder til for å få folk til å skjønne alvor.

Ingen uttrykker misnøye med måten DSB kommuniserer på i dag. Tvert om mener flere at dagens brosjyre er veldig bra. Det er masing som må til for at denne aldersgruppen tar egenberedskap mer på alvor, mener de.



HVA VILLE DE ENDRET DERSOM DE SKULLE KOMMUNISERE BETYDNINGEN AV EGENBEREDSKAP TIL SIN ALDERSGRUPPE?



Jeg tror man må ha flere ulike plattformer, siden aldersgruppen er så variert. Sosiale medier, nettaviser, brosjyre i posten. Kanskje jevnlig utsendelse av brosjyre? En kombinasjon av korte informasjonsvideoer med konkrete tips og forklaring hvorfor dette er viktig. Redningsselskapet har i sommer hatt to ungdommer som har laget videoer om sikkerhet ved sjøen, og jeg er åpenbart ikke den første målgruppen, men som jeg har lært av de videoene! En tilsvarende konto som viser frem at det går an å forberede seg uten å bli som de i tv-serien «doomsday preppers».

Kvinne, 33 år , Lite forberedt



Jeg tenker de fleste, i Oslo i hvert fall, ikke har vann, radio eller mulighet til å varme mat eller hus. Jeg ville lagt fokus på det. Det må kommuniseres hva du må ha, hvorfor og hvordan det kan brukes, slik som den svenske filmen som hadde flere tips til kombinasjoner/løsninger.

Kvinne, 39 år, lite forberedt



Jeg tror også det er viktig å IKKE kommunisere frykt, men kanskje heller trygghet ved forberedelser, og gleden man kan ha av å være flere om saken.

Mann, 30 år, veldig forberedt



De grepene jeg hadde tatt er å forsøke å gjøre det mest mulig realistisk, slik at det treffer målgruppen. Det må treffe på en slik måte at gruppen begynner med egenberedskap, og gjør det til en normal ting å ha. Det som må kommuniseres er hvor viktig det er med egen beredskap, og få gruppen til å forstå at å gjøre dette er til folkets beste. Jeg hadde brukt mer digitale kanaler for å få det til å fenge.

Mann, 32 år, ikke forberedt i det hele tatt



Jeg tenker at det som står i DSB sin brosjyre er god informasjon, men det er formidlingen eller det å få "oss" til å lese det i utgangspunktet som kan være vanskelig. Tror denne aldersgruppen er ute etter å gjøre ting ordentlig og være voksne, men samtidig så er halvparten av oss ganske sikker på at vi ikke vet hva vi holder på med. Så en lett, kanskje litt uhøytidelig intro til hvordan man kan være ansvarlig og "voksen" kan fungere.

Kvinne, 32 år, veldig forberedt

HVA ER DET VIKTIGSTE DSB MÅ KOMMUNISERE FOR AT DU SKAL ØKE DIN EGEN BEREDSKAP?

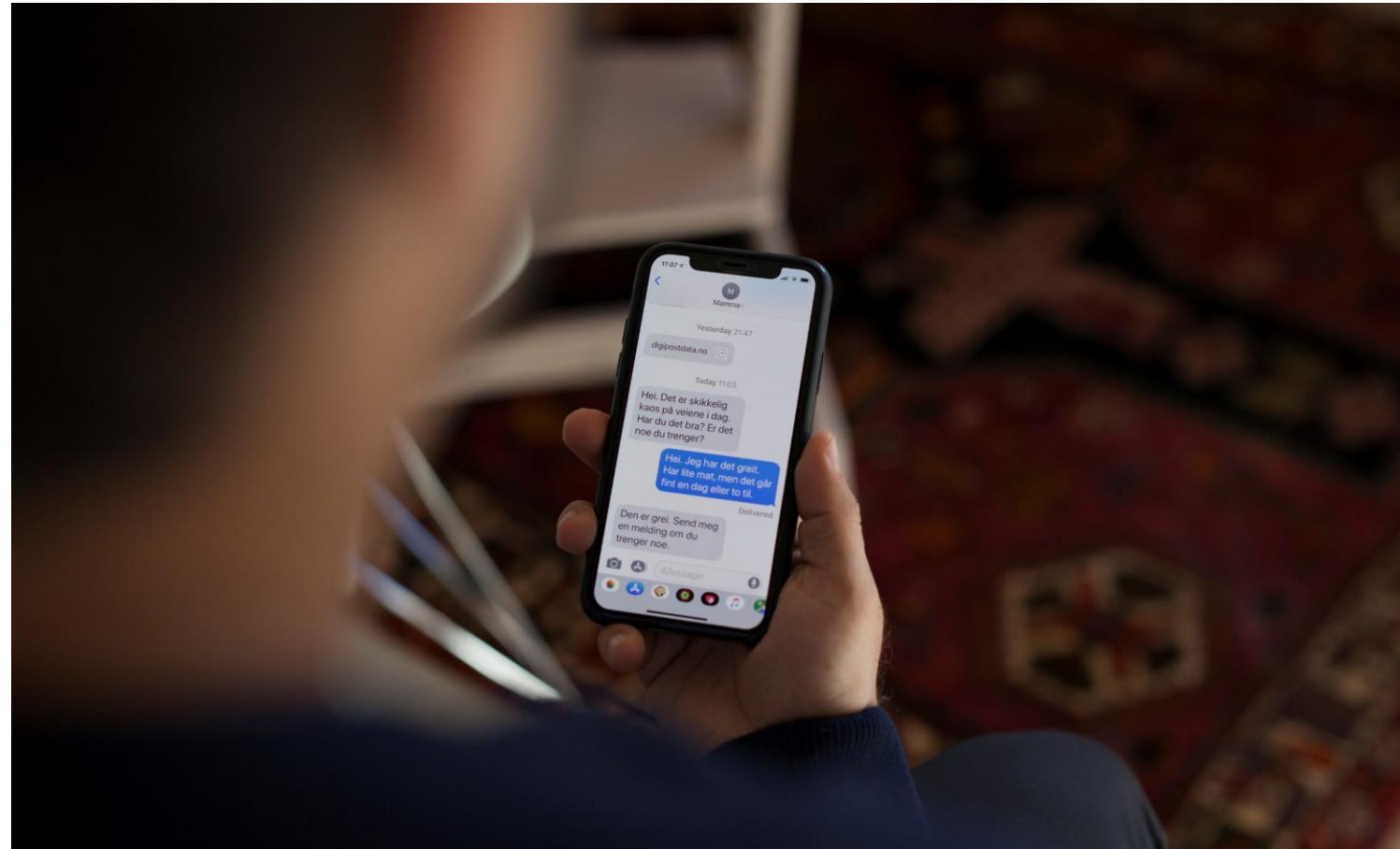
Gjentakelser og gjerne litt masing ble ofte nevnt som viktige tiltak. Det var imidlertid ulike meninger om en burde unngå å skape frykt og sette folk i en situasjon der de blir helt overveldet av alt de manglet.

Også de som var veldig godt forberedt, mente de trengte mer informasjon om hvor de kunne henvende seg for å søke mer informasjon i en krisesituasjon.

At det er viktig å jobbe med nettverksbygging i beredskapsøyemed og å kunne hjelpe andre.

At du ikke trenger å være en belastning for samfunnet dersom du bare forbereder deg litt. Hvis alle tar mer ansvar selv, kan det få stor betydning. Det skal lite til for å klare seg meget godt i tre dager, i motsetning til å bare "klare seg".

Få fram hva som kan skje, hvor lett det kan skje og at litt egenberedskap tross alt er mye bedre enn ingenting.



HVA ER DET VIKTIGSTE DBS MÅ KOMMUNISERE FOR AT DU SKAL ØKE DIN EGEN BEREDSKAP?



Banke inn at ting skjer. Kriser oppstår. Vi vet det godt, men det kan være veldig greit med en påminnelse.

Kvinne, 36 år, lite forberedt



Få fram hva som kan skje og viktigheten av egenberedskap, at man ikke kan forvente at det offentlige stiller opp umiddelbart

Mann, 30 år, middels forberedt



Egentlig tenker jeg at det viktigste er å fortelle hvor lite som skal til for at man får behov for egenberedskap. Ofte blir det mye fokusert på at det kan bli krig og kjempesvære naturkatastrofer, og da er det fort å tenke at det ikke skjer. Dersom det i større grad fokuseres på mindre hendelser som skjer flere ganger i løpet av året i landet, så forstår man mer hvorfor dette er lurt å ha hele tiden, og ikke vente til noen starter en krig, eller at nabobygda forsvinner i avgrunnen på grunn av leirras, eller at det plutselig er en pandemi. Å stille spørsmål som «akkurat nå skjer det et strømbrydd et sted i landet som gjør at flere husstander blir fri for strøm i flere dager, hvordan er du forberedt på dette?» blir viktig.

Kvinne, 39 år, lite forberedt



Vi regner deg som ung og frisk, du må derfor være rede til å klare deg i tre dager uten hjelp fra myndighetene ved en krise. Dette burde være budskapet til denne aldersgruppen.

Kvinne, 35 år, lite forberedt



GAME CHANGERS

