

# Budskapsplattform

Beredskapsveckan 2026

# Budskapsplattform

”Du är en del av Sveriges totalförsvär”

# Introduktion

Beredskapsveckan är en temavecka och kommunikationsinsats vecka 39 varje år. Veckan leds av Myndigheten för civilt försvar och genomförs av många aktörer samtidigt, i syfte att stärka motståndskraften hos invånarna och för att få fler att förbereda sig för kris och krig. Alla som har möjlighet behöver ha en beredskap för att klara sig utan samhällets hjälp i minst en vecka, vilket är grundbudskapet för Beredskapsveckan varje år.

Temat för 2026 är det samma som 2025 – ”Du är en del av Sveriges totalförsvar”. Anledningen till att temat återanvänds är dels för att underlätta för kommuners och andra aktörers planering, dels för att fortsätta lyfta vikten av att vi alla behöver bidra för att kunna möta kriser och ytterst krig.

# Huvudbudskap

”Du är en del av Sveriges totalförsvär”

---

## Delbudskap 1

Vi kan inte ta vår frihet för givet.

**Förklaring:** Det civila försvaret och det militära försvaret bildar totalförsvaret. Tillsammans skyddar och försvarar vi vårt lands fred och frihet och rätten att leva som vi själva väljer.

## Delbudskap 2

Tillsammans behöver vi bidra för att stå starka om något hotar oss.

**Förklaring:** Alla har en uppgift om Sverige hotas. Vår motståndskraft ökar när vi gör saker tillsammans. Din insats är viktig för Sveriges beredskap.

## Delbudskap 3

Det du kan, kan vara allt som någon annan behöver.

**Förklaring:** När något hotar oss har vi en vilja att hjälpa varandra. Motståndskraft bygger vi varje dag, tillsammans med familj och anhöriga, vänner, kollegor och grannar.

# Implementering

Temat och huvudbudskapet för Beredskapsveckan 2026 är ”Du är en del av Sveriges totalförsvaret”.  
Temat är brett och det är enkelt att anpassa lokalt, exempelvis så här:

- (Förnamn) är en del av Sveriges totalförsvaret.
- (Företag) är en del av Sveriges totalförsvaret.
- (Yrkeskategori) är en del av Sveriges totalförsvaret.
- (Kommun) är en del av Sveriges totalförsvaret.
- (Funktion) är en del av Sveriges totalförsvaret.

# Posters



mcf.se

**Vi är alla en del av Sveriges totalförsvar**

När vi hjälper varandra ökar vår samlade motståndskraft.



mcf.se

**Vi är alla en del av Sveriges totalförsvar**

Det civila försvaret och det militära försvaret bildar totalförsvaret. Tillsammans skyddar och försvarar vi vårt lands fred och frihet och rätten att leva som vi själva väljer.

Alla har en uppgift om Sverige hotas. Och när vi gör saker tillsammans och för andra, då ökar vår samlade motståndskraft.



mcf.se

**Vi är alla en del av Sveriges totalförsvar**

När vi hjälper varandra ökar vår samlade motståndskraft.



mcf.se

**Vi är alla en del av Sveriges totalförsvar**

Det civila försvaret och det militära försvaret bildar totalförsvaret. Tillsammans skyddar och försvarar vi vårt lands fred och frihet och rätten att leva som vi själva väljer.

Alla har en uppgift om Sverige hotas. Och när vi gör saker tillsammans och för andra, då ökar vår samlade motståndskraft.



# FAQ

Allmänna frågor

## Varför startades Beredskapsveckan?

Beredskapsveckan startade 2017 på initiativ av dåvarande Myndigheten för samhällsskydd och beredskap, MSB, med syftet att få fler privatpersoner att förbereda sig för en eventuell kris. Rekommendationen är att vi som privatpersoner ska ha en hemberedskap för att klara oss utan samhällets hjälp i minst en vecka.

## När genomförs Beredskapsveckan?

Beredskapsveckan genomförs en fast vecka på hösten, vecka 39. 2026 är det 21–27 september.

## Vad är syftet med Beredskapsveckan?

Beredskapsveckan vill samla en bredd av olika aktörer – som kommuner, civilsamhälle, branschorganisationer, myndigheter och näringsliv – till en gemensam insats för att uppmärksamma och påminna om att alla som bor i Sverige är en viktig del av vår samlade beredskap vid samhällskriser och ytterst krig. Ju fler som säger samma sak vid samma tidpunkt, desto större genomslag.

# Vilka är målen för Beredskapsveckan?

I Beredskapsveckans tidigare mål (2017–2023) har fokus främst varit på privatpersoner. 2024 uppdaterades målen för att även uppmärksamma aktörernas viktiga roll. Vi pratar mer om människors engagemang och delaktighet och visar att det offentliga har ett ansvar för att underlätta och möjliggöra detta.

## Mål för aktörer

- Att den lokala riskkommunikationen utvecklas.
- Att fler kommuner engagerar invånarna i den lokala beredskapen.
- Att fler aktörer deltar i Beredskapsveckan.

## Mål för privatpersoner

- Att fler har kunskap om hot, risker och beredskap.
- Att fler invånare är engagerade i samhällets beredskap.
- Att fler hushåll kan hantera vardagen vid kris och krig.

## Varför bytte Krisberedskapsveckan namn till Beredskapsveckan?

Krisberedskapsveckan initierades 2017 och kampanjen berörde då i första hand beredskap för stora olyckor och kriser. Namnet Beredskapsveckan började användas 2023, då det svarar bättre mot det svenska allriskperspektivet på risker och hot – både fredstida allvarliga olyckor och kriser, men också krig.

## Handlar Beredskapsveckan om aktuella händelser?

Beredskapsveckan har alltid ett allriskperspektiv. Men vi ser att människors intresse för beredskap har ökat kraftigt. Många, särskilt unga vuxna, har fått aha-upplevelser kring egenberedskap och samarbete, och återvänt både till broschyren ”Om krisen eller kriget kommer” och till myndighetens och andra aktörers filmer och annat material om beredskap för kris och krig. Det är en lärande och positiv utveckling som behöver hållas levande genom att föra erfarenheterna från både pandemin och krigen i vårt närområde vidare in i arbetet med att öka samhällets motståndskraft.

## Vilka teman har det varit tidigare år?

- 2017** **Vad skulle du göra om vardagen vändes upp och ned?** Budskapet skulle få människor att reflektera över hur kriser kan påverka ens egen vardag. Målgruppen var särskilt kvinnor.
- 2018** **Vad skulle du göra om vardagen vändes upp och ned?** En förstärkning av temat från 2017. Samtidigt som Beredskapsveckan pågick gjordes utskick av broschyren ”Om krisen eller kriget kommer” till alla svenska hushåll.
- 2019** **Vad skulle du göra om vardagen vändes upp och ned?** Fokus på unga personer.
- 2020** **Hur förberedd är du?** Fokus på höjd beredskap och totalförsvaret, med anledning av Totalförsvarsövning 2020 (TFÖ).
- När det behövs som mest hjälps vi åt som bäst.** Med anledning av pandemin togs detta nya budskap fram till en extra kampanj i maj.
- 2021** **Tema demokrati.** Under pandemin har människor sett många informationskampanjer från myndigheter och fått ta ett stort eget ansvar under lång tid. Vi ville skicka den uppmuntrande påminnelsen ”Du är en del av Sveriges beredskap”, och visa att det kan betyda små handlingar i vardagen.

## Vilka teman har det varit tidigare år?

- 2022** | **Tema mat.** Pandemin, ett försämrat säkerhetspolitiskt läge, it-attacken mot en butikskedja och klimatförändringarna har aktualiserat behovet av livsmedelsberedskap i både samhället och hushållen. Vi har länge sett att människor med intresse och lätthet tar till sig tips om ett extra matförråd hemma.
- 2023** | **Öva!** MSB erbjöd målgrupps- och situationsanpassade övningar för att stärka krismedvetenheten och förmågan hos exempelvis familjen, bostadsområdet och arbetsplatsen.
- 2024** | **Sätt igång!** Temat var en uppmaning till att stärka sin egenberedskap innan en kris eller ett krig hotar. Vi ska fortsätta att möta privatpersoner i deras vardag mitt i det försämrade säkerhetspolitiska läget.
- 2025** | **Du är en del av Sveriges totalförsvar.** Med valet av tema ville MSB lyfta vikten av att vi alla behöver bidra för att kunna möta kriser och ytterst krig.

# FAQ

Beredskapsveckan 2026

## Hur gör man för att delta i Beredskapsveckan?

Som privatperson kan du hålla utkik efter aktiviteter som ordnas på din hemort, exempelvis via hashtaggen #beredskapsveckan. Som företrädare för kommun, länsstyrelse, region, företag eller organisation kan du fylla i deltagarformuläret på Myndigheten för civilt försvars webbplats. Den visar för myndigheten att ni deltar, samtidigt som vi får en överblick över aktiviteter som planeras.

## Hur får jag löpande uppdateringar om arbetet med Beredskapsveckan?

Anmäl dig till vårt digitala nyhetsbrev där vi berättar om nyheter och aktuella spaningar kopplat till Beredskapsveckan, men även annat som rör allmänhetens riskmedvetenhet och beredskap. Brevet skickas ut cirka en gång per månad.

Du kan också ta kontakt med arbetsgruppen för Beredskapsveckan via mejl: [beredskapsveckan@mcf.se](mailto:beredskapsveckan@mcf.se).



Myndigheten  
för civilt försvar