



Myndigheten för
samhällsskydd
och beredskap

Välkommen till Repetitionsutbildningen

För dig som civilpliktig inom
kommunal räddningstjänst

Välkommen till repetitionsutbildningen!

Du är genom din utbildning en viktig person för Sveriges räddningstjänst i händelse av krigsfara och krig. Civilplikt inom kommunal räddningstjänst är en del av totalförsvarsplikten, och du är en av dem som omfattas och behövs.

Du är nu kallad till en tio dagars repetitionsutbildning som avser att stärka din förmåga att genomföra uppgifter som civilpliktig inom kommunal räddningstjänst vid höjd beredskap. Repetitionsutbildningen genomförs på MSB:s skolverksamheter på Sandö och Revinge.

Med den här broschyren vill vi välkomna dig och ge dig den viktigaste informationen. Vill du veta mer hittar du länkar allra sist i broschyren.

A photograph of a destroyed building with smoke rising from the rubble. The image shows a multi-story brick building that has been severely damaged, with large sections of the facade missing and structural elements exposed. A window frame is visible on the left, and a large concrete beam is protruding from the upper part of the structure. In the background, another damaged building is visible, and a thick plume of white smoke or dust rises from the debris. The sky is a clear, pale blue.

Innehåll

Det här är repetitionsutbildningen 4

Höjd beredskap och krig 5

Det här får du lära dig 6

Bra att veta inför repetitionsutbildningen 9

Vad händer sen? 10

Det här är repetitions- utbildningen

Repetitionsutbildningen (RU) ger dig möjlighet att repetera grundläggande kunskaper, färdigheter och kompetens för att arbeta inom kommunal räddningstjänst. Du kommer också att utveckla grundläggande kunskaper inom områden som tillkommer enligt 8 kapitlet lagen (2003:778) om skydd mot olyckor, för att bidra i totalförsvaret i händelse av höjd beredskap.



Höjd beredskap och krig

Regeringen kan besluta om höjda beredskapen om det exempelvis utbryter krig eller konflikter i vårt närområde, eller om läget i övrigt i omvärlden allvarligt påverkar vårt land eller hotar vår självständighet. Höjd beredskap ger regeringen större handlingsfrihet att agera och fatta olika beslut. Högsta beredskap betyder krigsfara eller krig. Hur du förbereder dig mentalt för höjd beredskap kommer genomgå RU och ingår i utbildningens olika ämnesområden. Under RU kommer krigets påverkan sätta prägel på valet av metoder, diskussioner, case och övningar.



Det här får du lära dig

RU ger dig förutsättningar att utveckla kunskaper om hur man förebygger och förbereder krigets effekt på samhället, organisationer och människan. Under RU kommer människors olikheter, etnisk mångfald och jämställdhet påverka valet av metoder, kursmaterial och bemötandet av dig och övriga civilpliktiga.

RU genomförs med en blandning av teori och praktik, där vi varvar föreläsningar och förevisningar med diskussioner och övningsmoment utifrån olika scenarion. Under RU kommer du få muntlig återkoppling efter varje moment eller övning på gruppnivå. Lärarnas uppgift är att säkerställa din säkerhet och dina kunskaper samt göra det möjligt för dig att utvecklas i din viktiga roll. Du förväntas delta aktivt samt bidra till din egen och de andra kursdeltagarnas goda lärmiljö, så att ni stärker varandra inför viktiga insatser i svåra tider. Du ska följa de instruktioner, regler och säkerhetsföreskrifter som råder vid MSB:s skolverksamhet under din repetitionsutbildning.

De ämnesområden som är byggstenar i RU är:

Akut omhändertagande (AO)

Ergonomi och hälsa

Krisstöd

Ammunition och min-hantering (AMH)

Folkrätt och krigets lagar

Räddningstjänst under höjd beredskap (RUHB) – förutsättningar och ramverk

- Ledning av räddningstjänst under höjd beredskap

Brand

Kemiska, biologiska, radiologiska, nukleära hot (CBRN)

Urban sök och räddning (USAR)

- **Akut omhändertagande:** arbetssätt S-XABCDE för att hantera skadade, hjärt- och lungräddning (HLR), kinematik, insatsmetodik, skadelära, triage samt bedömning och rapportering av tillstånd.
- **Ammunition och minhantering:** hot och risker för räddningstjänstpersonal utifrån oexploderad ammunition, minering, att kunna upptäcka, märka ut farliga områden.
- **Brand:** risker vid storskaliga bränder i miljöer som utsätter både räddningspersonal och civila för risker, tillförsel av vatten för släckning med hot från oexploderad ammunition, minering och beskjutning, samt effekter vid fler, större och samtidiga bränder.
- **Folkrätt och krigets lagar:** grundläggande principer och centrala bestämmelser, personkategorier, civilförsvaret, skyddsblem och påföljder vid överträdelser.
- **Hälsa och livsstil:** Ämnesområdet behandlar fysiska och ergonomiska utmaningar inom operativ räddningstjänst, vilka fysiska krav som ställs på yrkesrollen samt redogör för anpassad träning som kan förebygga skador både på kort och lång sikt. Under höjd beredskap (RUHB) kan räddningstjänsten komma att utmanas av komplexa miljöer och situationer som kräver utvecklad fysik vad gäller styrka, kondition och rörlighet. Ett inövat korrekt ergonomiskt utförande kan då med fördel användas i syfte att minimera skador och främja uthållighet i insats.
- **Kemiska, biologiska, radiologiska, nukleära hot (CBRN):** risk vid storskaliga utsläpp efter angrepp mot anläggningar som hanterar kemikalier eller radioaktiva ämnen samt hot och risker med kemiska stridsmedel, skydd för individ och samhälle, indikering och sanering.
- **Krisstöd:** förståelse för hur egna och andras stressreaktioner inverkar på förmåga samt hur man kan hantera dem för att främja resiliens, återhämtning och uthållighet i yrkesuppdraget över tid.

- **Räddningstjänst under höjd beredskap (RUHB) – förutsättningar:** utgångspunkt i krigets lagar med fokus på svenska regler för räddningstjänsten, skydd som civilförsvarspersonal, ledning av kommunal räddningstjänst under höjd beredskap (samordning, roller och ansvar).
- **Urban sök och räddning (USAR):** risker och genomförande av sök-insatser i skadade och raserade byggnader, byggnadskonstruktioner samt taktik och teknik.



Foto: Lviv State University of Life Safety

Bra att veta inför repetitionsutbildningen

Eftersom du redan genomfört utbildning för arbete inom kommunal räddningstjänst vid någon av MSB:s skolor, kommer du känna igen dig i koderna för säkerhet och uppförande. Vi är mycket måna om alla våra kursdeltagare och vår personal är trygga och trivs. Vi värnar ett gott uppförande som säkerställer att alla kommer till tals, att allas rättigheter och skyldigheter är tydliga och att vi är varandras arbetsmiljö. Vid din introduktion kommer vi gå igenom säkerhetsföreskrifter och rutiner, så att du ska känna dig trygg och säker i alla praktiska moment. Vi uppmanar dig alltid att fråga kursledare och lärare om du undrar något.

Vid ankomsten får du kvittera ut de kläder du behöver för RU. Du får också information om ditt boende, måltider och annat du behöver känna till under din vistelse hos oss. Du kommer möta många andra personer som genomför andra utbildningar vid MSB:s skolverksamhet i matsalar, omklädningsrum och lektionssalar, på fältet samt i gymmet och idrottshallen. Alla våra faciliteter och lokaler är öppna för dig. Om du är osäker – fråga någon av oss i personalen. Du känner igen oss på kläder och namnbrickor.

Du kommer få ett schema där det framgår vid vilken tid och var du ska befinna dig under dina tio dagar. RU genomförs även på kvällstid och under helgen. All övrig tid är din fritid och du är fri att lämna området och skolan. På din fritid kan du använda gymmet, idrottshall och löpspår. I din förläggning finns gemensamhetsutrymmen och tv.



Vad händer sen?

Efter att ha genomfört repetitionsutbildningen kommer du som civilpliktig att få en krigsplaceringsorder från Plikt- och prövningsverket, där står det angivet var du ska infinna dig vid höjd beredskap och hur du ska ta dig dit.

MSB är bemanningsansvarig myndighet för de individer som repetitionsutbildas, och de individer som skrivs in kommer vara krigsplacerade hos MSB. MSB har som ambition att du ska förstärka en räddningstjänstorganisation i det län du är folkbokförd i händelse av höjd beredskap.



Foto: Johnér

Här hittar du mer information:

- msb.se
- plikverket.se
- krisinformation.se

Du kan även skanna QR-koden för att läsa mer:



Myndigheten för
samhällsskydd
och beredskap