

EKONOMI & BETALNINGAR



KONTANTER I SMÅ VALÖRER

Minst för en veckas basutgifter (20-, 50- och 100-lappar).



RESERVKORT

Extra kort från annan bank eller kortnätverk, förvarat separat.



SNABBLISTA FÖR PRIORITERINGAR

Påminnelse om vad som alltid går först: boende, el, mat, medicin, kommunikation.



ENKEL HUSHÅLLSBUDGET PÅ PAPPER

Plan för de viktigaste utgifterna om inkomster minskar.



KONTANTLOGGBOK & KALKYLATOR

Följ användningen av kontanter och räkna även när mobilen inte fungerar.

DOKUMENT & INFORMATION



PAPPERSKOPIOR AV NYCKELHANDLINGAR

Pass, legitimation, försäkringsbrev – förvara brandsäkert.



USB MED SKANNADE DOKUMENT

ID-handlingar, avtal, försäkringar.



LISTA ÖVER VIKTIGA NUMMER

Kort- och BankID-spärr, försäkringsbolag, hyresvärd, elbolag, A-kassa.



SPÄRRKODER & INSTRUKTIONER

Hur du spärrar kort, BankID och Swish – gärna i förseglat kuvert.



CHECK FÖR FÖRSÄKRINGAR & RÄTTIGHETER

Kortfattat om hushållets försäkringar och var handlingarna finns.



OFFLINE-FIRST

Ladda ned bankappens spärrnummer, viktiga instruktioner och ekonomiska dokument så de finns även utan nät.

KOMMUNIKATION & NÄTVERK



LISTA ÖVER STÖDPERSONER

Familj, vänner, grannar – dina "första samtal" i en kris.



RESERVROUTIN FÖR KONTAKT

Bestäm mötesplats och rutiner om mobilen/internet ligger nere.



LÖSENORD & INLOGGNINGAR

Ha en lösenordshanterare installerad och en säker backup av de viktigaste inloggningarna (förvarad offline, t. ex. i förseglat kuvert eller på krypterad USB).



UPPKOPPLINGSPLAN

Extra powerbank, offlinekartor i mobilen, sparade spårnummer i kontaktlistan.



RESERVKODER

Spara återställningskoder för BankID, e-post och viktiga tjänster – separat från dina enheter.



DIGITAL BACKUP

Anteckna reservlösenord/återställningskoder (förvarat säkert).



TVÅFAKTOR

Aktivera tvåfaktorsinloggning på alla viktiga tjänster så att ett stulet lösenord inte räcker.



FILTRERA BRUSET

Stäng notiser och använd appar som blockerar sociala medier när fokus behövs.