



Velkommen til Rådgivertreff

Start kl. 09:00,
torsdag 20. november 2025

Nyheter

Egenberedskap i borettslag og sameier

- Nyhet lagt ut i oktober i Arbeidsportalen og BevarHMS Portal.
- Selv om styret i borettslag og sameier ikke har et formelt eller lovpålagt ansvar for egenberedskapen til den enkelte beboer, kan styret likevel spille en viktig rolle ved å sette dette temaet på agendaen.
- Veileder fra DSB gir gode tips til hvordan styret kan bidra til å styrke egenberedskapen i boligselskapet.



Bilde hentet fra Statsforvalteren.no

Hva er reglene for lagring av gass?

- Nyhet lagt ut i november i begge portalene
- Tiden er inne for vinterlagring av gassbeholdere.
- Mange har propan/gassbeholdere som de bruker til grilling, bobilen, campingvogna og gassvarme.
- I artikkelen finner du blant annet svar på:
 - hva man trenger å vite ved lagring av gass
 - hvilke ansvar styret har



HMS-informasjon til beboere

- Nyhet lagt ut i begge portaler i november.
- I BevarHMS finner du skjemaet «HMS-informasjon til beboere».
- Det anbefales, som en del av internkontrollen, at styret sender et slikt dokument årlig til beboerne.
- Skjemaet finnes både på norsk og engelsk.



HMS-informasjon til beboere

(helse, miljø og sikkerhet)



BevarHMS er et HMS- og internkontrollsystem for boligselskap, se bevarhms.no.

I boligselskapet ønsker vi å skape et trivelig og trygt miljø for alle. Sammen skal vi ta vare på både bygninger og uteareal. Vi er opptatt av blant annet brannvern, tilsyn med elektriske anlegg og utstyr, fellesarealer og lekeplass.

Det finnes en del lover vi som boligselskap må følge. Blant annet lov om brann- og eksplosjonsvern, forurensningsloven og lov om tilsyn med elektriske anlegg og utstyr. Lovverket stiller krav både til boligselskapet ved styret og til deg som beboer.

Alle beboere er pliktige til å føre tilsyn med egne boenheter. Dette for å forebygge faren for brann, feil på det elektriske anlegget, vannlekkasjer m.m. Derfor har vi i boligselskapet, som en del av vår internkontroll, utarbeidet et informasjonsskriv med en sjekkliste som du gjennomgår for din leilighet. Dette utføres en gang i året.

Beboers ansvar (egen boenhet)	Boligselskapets ansvar
- Utføre nødvendig ettersyn og vedlikehold av det elektriske anlegget. - Montere og bruke elektrisk utstyr i henhold til bruksanvisning. - Kontrollere at brannverniltak er i orden og eventuelt melde fra til boligselskapet ved mangler. - Sikre forsvarlig utført arbeid ved reparasjoner og andre endringer. - Melde fra til styret dersom en har fått skadedyr i egen boenhet. - Melde fra til styret ved andre feil og mangler som kan gå ut over naboer eller som skal følges opp av boligselskapet. Inkludert feil på det elektriske anlegget i fellesarealer. - Egenberedskap: Norske myndigheter anbefaler at flest mulig er forberedt på å klare seg selv i en uke. Les mer på sikkerhverdag.no	- Etablere og utøve nødvendig internkontroll (egenkontroll). - Utføre nødvendig ettersyn og vedlikehold av fellesarealer og fellesområder. - Følge opp feil og mangler som rapporteres inn. - Informere beboerne om deres plikter innen HMS-arbeidet.

Husk å gjøre deg kjent med branninstruksen. Der står det viktig informasjon om hvordan du bør gå frem dersom du oppdager en brann. Det gjøres oppmerksom på at alle beboere selv har ansvar for å forsikre sine egne eiendeler (innboforsikring).

Et trygt og godt bomiljø er vårt felles ansvar!

Med vennlig hilsen
Styret i boligselskapet



HMS-SJEKKLISTE

Nr	Sjekkpunkter	Sikkerhverdag.no
1	Er rømningsveier (vinduer og dører) i orden og lett å komme til. Gjennomgå rømningsveier og hvordan en bør opptre ved brann med alle i husstanden, spesielt barna.	Se mer info
2	Er røykvarslere i orden (testes)? Røykvarslere bør testes jevnlig, og hver gang du har vært bortreist over lengre tid. Røykvarslere skal ikke være eldre enn 10 år. Husk å skifte batteri jevnlig. Se mer informasjon om plassering og krav til antall røykvarslere på sikkerhverdag.no . Lyden fra	Se mer info

Dagens tema

Kriseberedskap

- Beboers egenberedskap
- Boligselskapets fellesberedskap
- Sivilforsvarets forventninger
 - til oppgradering og vedlikehold av eldre tilfluktsrom
 - til hvem som bør utføre vedlikehold og kontroll av tilfluktsrom
- Oppbevaring av brannfarlig vare som propan og drivstoff ift. beredskap

Presentatører

- Sivilforsvaret v/ Ranveig Helle og Alexander Ommedal
- Ole Hansen, Rolf Sverre Nordberg og Per Ole Mathisen



Bilde hentet fra Regjeringen.no



Sivilforsvaret Hordaland

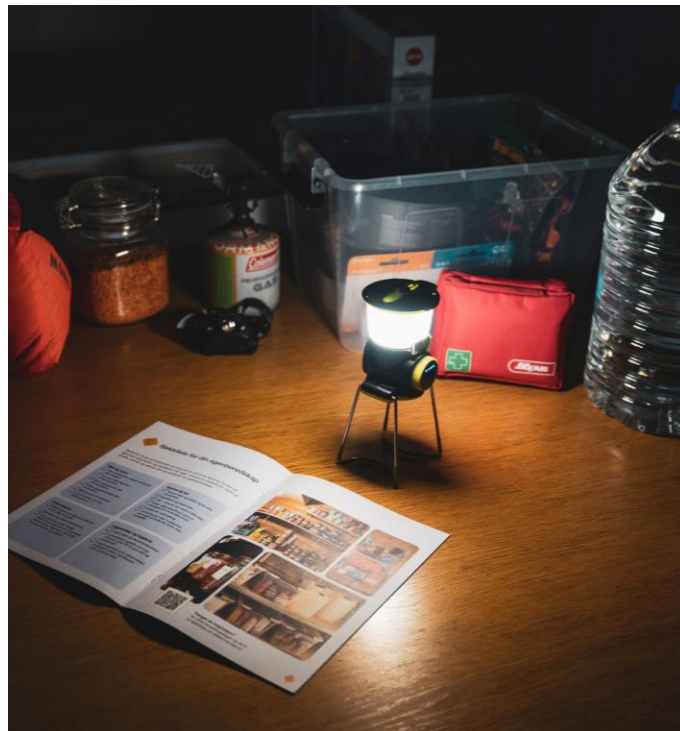
Tema: Beredskap

Rådjevartreff
20. November 2025



Tema

- Om Sivilforsvaret
- Egenberedskap
- Tilfluktsrom
- Avslutning



Kven er Sivilforsvaret?

- Statlig etat som har som oppdrag å beskytte sivilbefolkningen i krig og krisesituasjoner.
- Bidrar også ved store ulykker og hendelser i fredstid (flom, brann, evakuering, etc.).
- Har ansvar for varsling og tilsyn av tilfluktsrom.

Formål i dag:

Styrke forståing av felles egenberedskap og sikre bedre håndtering av kriser i leilighetsbygg og borettslag

Hvorfor egenberedskap?

Bakgrunn og risiko

Norge er trygt, men sårbart:

- ekstremvær, strømbrudd, IT-angrep, sabotasje, brann, vannstans, kriser i Europa

Myndighetene anbefaler at flest mulig er forberedt på å klare seg selv i én uke.

Kommuner og nødetater må prioritere sårbare grupper i en krise.



Egenberedskapsuka 2025

- **Tema:** Beredskapsvenn / felles egenberedskap
- Hjelp hverandre: omsorg, overnatting, utstyr, praktiske oppgaver
- Samarbeid er spesielt viktig i boligselskap og leilighetsbygg



Egenberedskap i boligselskap



Utfordringer i leilighet:

Mindre lagringsplass
Avhengighet av heis og fellesareal
Flere naboer tett på – raskere spredning ved brann, vannlekkasje, røyk
Ventilasjon / vann / varme mer samkjørt



Fordeler i leilighetsbygg/boligkompleks:

Kort vei til beredskapsvenner
Mulighet for felles lagring
Med et styre blir informasjon enklere å koordinere
Felles tiltak kan gi bedre effekt

Egenberedskap i boligselskap

- I boligselskap (borettslag / sameie / leilighetsbygg) er det unike utfordringer og muligheter:
 - Utfordringer: mindre lagringsplass per leilighet, felles systemer (heis, vann, varme)
 - Muligheter: felles arealer, nærhet til naboer, organisert struktur → godt utgangspunkt for samarbeid.
- Derfor:
Styret og beboerne kan sammen styrke beredskapen.

Felles egenberedskapstiltak



Styret har ikke formelt lovpålagt ansvar for egenberedskap – men har et naturlig ansvar for helse, miljø og sikkerhet (HMS) i boligselskap.



Hva kan styret gjøre konkret?

Ta tema egenberedskap med i styremøtene.

Vurdere beredskapstiltak for fellesfunksjoner: vann, avløp, elektrisitet, fjernvarme, avfall.

Diskutere bruk av fellesarealer ved en krise.

Oppfordre til informasjon og bevisstgjøring blant beboerne.



Styret bør og kan etablere rutiner, men ikke ta over alle individuelle forberedelser.



SIVILFORSVARET

Felles egenberedskapstiltak– konkrete tiltak

- Felles lager for drikkevann, utstyr, førstegangsmateriell.
- Oppfordre beboerne til å etablere egenberedskap i egne leiligheter og boder.
- Utpek ansvarlig person for felleslager og jevnlig ettersyn.
- Nabohjelp og samarbeid:
 - kartlegg hvem som kan hjelpe og hvem som trenger hjelp.



Eksempler

- Felles beredskapslager i kjellerbod / teknisk rom
- Informasjonstavle ved oppgang / fellesrom: "Hvem er din beredskapsvenn?"
- Årlig sjekk av fellesutstyr (lanternelys, batterier, førstehjelpssaker)
- Plan for varme ved strømbrudd
- Kartlegging av hvem som har alternative varmekilder



Egenberedskapsrådene

DSBs hovedråd:

- Drikkevann: 20 liter per person for én uke.
- Varme og lys: alternativ varmekilde, plan for hvor du kan være.
- Mat: litt ekstra mat du spiser til vanlig + holdbare varer.
- Hygieneløsninger: våtservietter, håndsprit, toalettpapir, poser.
- Informasjon og kommunikasjon: DAB-radio + batterier eller ladestasjon.
- Beredskapsvenn: hvem hjelper deg og hvem hjelper du?
- Psykisk: rutiner, sosial støtte, beredskapshensyn.



Strømbrudd i boligselskap

Boligselskapets styre kan:

- Snakke med brannvesenet om oppbevaring av farlig gass/væske hvis beboere har alternativ oppvarming.
- Gjøre vurdering av lokale som kan ha “forsterket oppvarming” for beboere.
- Informere om regler for lagring av brannfarlig gass
- Sjekke dsb.no/sikkerhverdag for ulike råd

Beboerne bør ha: plan for oppvarming, avtale med nabo eller venn hvis strømmen går lenge.



Tilfluktsrom

- Sivilforsvaret har ansvar for å drifte og bemanne offentlige tilfluktsrom i krise og krig.
- Private tilfluktsrom er derimot eierens ansvar, og skal driftes og vedlikeholdes av boligselskapet eller virksomheten som eier bygget.
- Private tilfluktsrom er tilfluktsrom som skal brukes av dem som normalt oppholder seg i det aktuelle bygget eller på eiendommen – for eksempel beboere i et borettslag, ansatte i en virksomhet eller elever på en skole.
- Offentlige tilfluktsrom er tilfluktsrom beregnet for allmennheten, og skal være tilgjengelige for personer som befinner seg i nærområdet når en hendelse oppstår.

Tilsyn i tilfluktsrom

Sivilforsvaret fører tilsyn på både offentlige og private tilfluktsrom

- Eier er ansvarlig for vedlikehold og kostnader knyttet tilfluktsrommet
- På tilsyn ser vi blant annet på at:
 - Rommet skal ikke være bygget om ulovlig
 - Dører, ventilasjon og utstyr skal kunne settes i beredskap
 - Rommet skal kunne tømmes innen 72 timer ved mobilisering



Vedlikehold og oppgradering

Eksisterende eier av bygget (og dermed tilfluktsrommet) er ansvarlig for å vedlikeholde tilfluktsrommet og holde det i forskriftsmessig stand. Eksisterende eier er også ansvarlig dersom tilfluktsrommet ikke er i forskriftsmessig stand f. eks på grunn av manglende vedlikehold av tidligere eier/eiere.

Jevnlig kontroll på blant annet (minimum 1 gang per år etter loven):

Ventiler, dører, nødutganger

Tørre omgivelser – ikke lekkasjer

Trykktesting

Hvem kan kontrollere?

Enkel årlig sjekk kan gjøres av styret

Teknisk utstyr som overtrykkssystem, filter, ventilasjon →
bør sjekkes av fagperson



Typiske avvik i tilfluktsrom

Generelt for dårlig vedlikehold

- Rom er ombygd
- Dører malt igjen / gummilister ødelagt
- Ventilasjon blokkert
- Ikke mulig å tømme på 72 timer
- Tekniske installasjoner mangler service
- Mangler klargjørings- og driftsinstruks

Forskrifter og krav

- Forskrifter og bestemmelser for tilfluktsrom:
 - [Lovdata: Forskrift om tilfluktsrom](#)
 - [48-Forskriftene og veileder \(pdf\)](#)
 - [66-Forskriftene og veileder \(pdf\)](#)
 - [76-Forskriftene og veileder \(pdf\)](#)
 - [95-Forskriftene og veileder \(pdf\)](#)
 - [Elementfortegnelse \(pdf\)](#)
 - [NEK 400 utgave 2022 \(pdf\)](#)

Styrets ansvar oppsummert

- Sørge for at **private tilfluktsrom** er i orden
 - Vedlikehold, plan for drift, plan for tømning osv.
- Legge til rette for **felles egenberedskap**
- Informere beboere regelmessig



Konklusjon



Egenberedskap handler om å være bedre forberedt – både individuelt og i fellesskap.



Boligselskap har **sterk posisjon** for felles tiltak.



Styret behøver ikke gjøre alt – men kan **legge til rette**.



Private tilfluktsrom må være i orden – styret må ha oversikt.



Temaet «beredskapsvenn / felles egenberedskap» er viktig.



Styret er nøkkelaktør i å skape et robust bomiljø



SIVILFORSVARET

Takk for oss!

- Spørsmål?
- Viktige lenker:
 - sivilforsvaret.no/tilfluktsrom
 - dsb.no/egenberedskap
 - dsb.no/siteassets/rapporter-og-publikasjoner/veileder/egenberedskap_borettslag.pdf



Oppbevaring av farlig stoff i boenheter og uthus/garasje!

Beredskap

- Rutine for oppfølging av tilfluktsrom
- Sjekkliste for årlig kontroll av tilfluktsrom
- Aktiviteten «Tilfluktsrom – årlig kontroll / vedlikehold»
- Aktiviteten «Tilfluktsrom – test av nødstrømsaggregat»

Tilfluktsrom - årlig kontroll

Dato

Nr	Tema	OK	Beskrivelse
1	Utforming av sjekkliste		
1.1	Er sjekkliste revidert i henhold til leverandørens punkter for kontroll og vedlikehold?		
2	Bygningsmessige forhold		
2.1	Tak- og veggfester, strekkwire, kanaler og andre ståldeler inspiseres og ved eventuell rust gjøres delen(e) ren for rust, grunnes med rust-hemmende maling og overmales.		
2.2	Gasstette dører, porter og luker, kontrolleres og særlig påses at neopren-/gummipakninger er montert, at pakningene er tettet godt og ikke er overmalt. For bevaring anbefales at pakningene behandles med silikon. I eldre tilfluktsrom kan gummipakningene være lagret i egne bokser med talkum.		
2.3	Sjokkventiler kontrolleres og det påses at de bevegelige delene løper lett. Om nødvendig demonteres, rengjøres og innsettes de bevegelige delene med tyntflytende silikonholdig olje. Ventilenes anleggsflater må være rengjort.		
2.4	Overtrykksventilers anleggsflater rengjøres. Flaten og ventilens elektromotor rengjøres.		

Årets siste rådgivertreff er torsdag 11. desember 2025,
kl. 09.00 – 09.45

Tema:

- Oppsummering av året 2025 for BevarHMS

- Tall og statistikk
- Tekniske oppdateringer
- Faglige oppdateringer

Vi ønsker dere alle en fortsatt fin dag!