

Hesa Fredrik, VMA och broschyren i brevlådan

Berättelse

En siren som tjuiter mitt på dagen

Den som är ny i Sverige kan bli förvånad första gången. Plötsligt börjar en hög siren tjuita ute i staden. Ljudet är starkt och håller på en stund. I folkmun kallas signalen för "Hesa Fredrik". Det låter dramatiskt, men oftast är det ingen fara alls. Sirenen är ett varningssystem, och fyra gånger om året provar man bara att det fungerar.

Varifrån kommer då det lite roliga namnet "Hesa Fredrik"? Det är inte helt säkert. En vanlig förklaring är att namnet kom till 1931, då signalen testades och en journalist tyckte att ljudet lät lika hest som han själv. Eftersom ingen kan bevisa detta säkert bör man vara försiktig och inte påstå att det stämmer helt. Men berättelsen är spridd, och smeknamnet har stannat kvar.

Test eller på riktigt?

Sirenerna provas fyra gånger om året: klockan 15.00 den första helgfria måndagen i mars, juni, september och december. Vid de tillfällena behöver man inte göra något särskilt. Men det är klokt att lära sig tiderna, för om man hör signalen vid en helt annan tidpunkt kan det vara på riktigt.

Då är rådet enkelt och tydligt. Man ska gå inomhus, stänga dörrar, fönster och ventilation, och lyssna på Sveriges Radio P4. Där får man veta vad som har hänt och vad man ska göra. Signalen beskrivs av MSB och Krisinformation som ett tjutande ljud som upprepas under en längre stund, medan ett långt och sammanhängande ljud betyder att faran är över. Det viktigaste är inte att räkna sekunder, utan att gå in och lyssna på radion.

VMA – ett meddelande på många vägar

Sirenen är bara en del av ett större system som heter VMA, "Viktigt meddelande till allmänheten". Ett VMA används vid olyckor och allvarliga händelser, till exempel en stor brand, ett gasutsläpp eller något annat som kan vara farligt. För att nå så många som möjligt sänds meddelandet på flera sätt samtidigt. Det kommer i radio (Sveriges Radio P4) och i tv, som sms till mobiler i det område som berörs, och via appar som Sveriges Radio och 112 (SOS Alarm). På så sätt kan informationen nå både den som lyssnar på radio och den som bara har en mobil i fickan.

MSB och broschyren i brevlådan

Bakom allt detta står Myndigheten för samhällsskydd och beredskap, oftast förkortad MSB. Det är den statliga myndighet som ansvarar för krisberedskap och civilt försvar i Sverige, och den bildades 2009. En av MSB:s mest kända uppgifter är en liten broschyr som heter "Om krisen eller kriget kommer". Den har skickats hem till hushållen i flera upplagor. År 2018 nådde den omkring 4,8 miljoner hushåll, och i november 2024 delades en ny upplaga ut till Sveriges cirka 5,2 miljoner hushåll. Siffrorna gäller alltså olika år och olika upplagor.

Att klara sig själv en tid

Broschyren handlar mycket om hemberedskap. Med det menas att man ska kunna klara sig själv en tid om viktiga samhällsfunktioner slutar fungera, till exempel om el, vatten eller värme försvinner. Råden är konkreta och lugna: ha vatten hemma, mat som håller länge, värme i form av filtar och varma kläder, en batteridriven radio och lite kontanter. Hur länge man bör kunna klara sig själv har beskrivits lite olika genom åren, och därför är det bäst att läsa broschyren för de råd som gäller just nu.

Tanken bakom hemberedskap är inte att skrämmas. Den bygger på en enkel idé om att hjälpas åt. Den som kan klara sig själv en tid behöver inte be om hjälp direkt. Då kan samhället i stället lägga sina resurser på dem som behöver hjälp allra mest, till exempel äldre och sjuka. Att vara förberedd är på så sätt inte bara bra för en själv, utan också ett sätt att hjälpa andra.

Ordlista

ORD	FÖRKLARING
i folkmun	det namn vanliga människor använder, inte det officiella
smeknamn	ett extra, ofta vänligt namn på någon eller något
hes	när rösten låter sträv och svag, t.ex. om man är förkyld
helgfri	en dag som inte är en helgdag
sammanhängande	i ett enda stycke, utan avbrott
utsläpp	när farliga ämnen kommer ut i luften eller vattnet
beröra	här: gälla; ha med ett visst område att göra
myndighet	en del av staten som har ett bestämt ansvar
civilt försvar	det som skyddar samhället och invånarna i en kris
upplaga	alla exemplar av t.ex. en bok eller broschyr som ges ut en gång
hemberedskap	att vara förberedd hemma för att klara sig själv en tid
samhällsfunktion	något viktigt som samhället behöver, t.ex. el och vatten
resurser	det som finns att använda, t.ex. tid, pengar och personal

Läsförståelsefrågor

1. Vad är det viktigaste budskapet om "Hesa Fredrik" i början av texten?
 1. Att man alltid ska bli rädd när den låter.
 2. Att det oftast bara är ett test och inget farligt.
 3. Att sirenen aldrig används på riktigt.
2. Varför är det klokt att lära sig tiderna för sirentestet?
 1. För att man då vet om signalen vid en annan tid kan vara på riktigt.
 2. För att man får betalt för att lyssna.
 3. För att testet är förbjudet att höra.
3. Vad säger texten om var namnet "Hesa Fredrik" kommer ifrån?
 1. Det är helt säkert bevisat hur namnet kom till.
 2. Det finns en vanlig förklaring, men ursprunget är inte säkert.
 3. Ingen har någonsin gett en förklaring.
4. Vad betyder det att ett VMA "sänds på flera sätt samtidigt"?
 1. Att meddelandet bara kommer i radio.
 2. Att meddelandet kommer på många vägar, som radio, tv, sms och appar, för att nå fler.
 3. Att man måste betala för att få meddelandet.
5. Stämmer påståendena med texten? Svara **ja**, **nej** eller **det står inte i texten**.
 1. MSB bildades 2009.
 2. Sirenerna provas den första helgfria måndagen i mars, juni, september och december.
 3. Alla länder i världen har samma varningssystem som Sverige.
6. Stämmer påståendena med texten? Svara **ja**, **nej** eller **det står inte i texten**.
 1. En ny upplaga av broschyren delades ut 2024.
 2. Broschyren rekommenderar bland annat vatten, mat och en batteridriven radio.
 3. Broschyren säger exakt hur många dagar man måste klara sig själv.
7. Förklara med egna ord vad man ska göra om man hör sirenen på riktigt.
8. Texten använder uttryck som "en vanlig förklaring är" och "inte helt säkert". Vad vill texten visa med sådana ord, och varför är det klokt att skriva så?
9. Texten ger två olika siffror för broschyren: cirka 4,8 miljoner hushåll 2018 och cirka 5,2 miljoner hushåll 2024. Varför är det viktigt att skriva ut året tillsammans med siffran?
10. Varför kan man säga att hemberedskap inte bara hjälper en själv, utan också andra? Svara med stöd i texten.

11. Texten säger att råden i broschyren "inte är att skrämmas". Vad tror du att texten vill ha sagt med det?
12. Förklara skillnaden mellan sirenen ("Hesa Fredrik") och hela systemet VMA, så som texten beskriver det.

Facit

1. 1. Att det oftast bara är ett test och inget farligt.
2. 1. För att man då vet om signalen vid en annan tid kan vara på riktigt.
3. 1. Det finns en vanlig förklaring, men ursprunget är inte säkert.
4. 1. Att meddelandet kommer på många vägar, som radio, tv, sms och appar, för att nå fler.
5. 1. ja b) ja c) det står inte i texten (texten skriver bara om Sverige)
6. 1. ja b) ja c) nej (texten säger att hur länge man bör klara sig har beskrivits olika och hänvisar till broschyren)
7. Exempel på svar: Man ska gå inomhus, stänga dörrar, fönster och ventilation och lyssna på Sveriges Radio P4 för att få veta vad som har hänt.
8. Exempel på svar: Texten vill visa att förklaringen om namnet inte är säkert bevisad. Det är klokt att skriva så för att inte sprida något som ett faktum när man egentligen inte vet, alltså att vara ärlig och källkritisk.
9. Exempel på svar: Siffrorna gäller olika år och olika upplagor av broschyren. Skriver man ut året blir det tydligt vilken upplaga man menar, och man blandar inte ihop uppgifterna.
10. Exempel på svar: Den som kan klara sig själv en tid behöver inte be om hjälp direkt. Då kan samhället lägga sina resurser på dem som behöver hjälp mest, till exempel äldre och sjuka. Att vara förberedd hjälper alltså både en själv och andra.
11. Exempel på svar: Att meningen med broschyren inte är att göra människor rädda, utan att hjälpa dem att vara lugna och förberedda om något skulle hända.
12. Exempel på svar: Sirenen "Hesa Fredrik" är ljudet utomhus som varnar. VMA är hela systemet med viktiga meddelanden, som också sänds i radio och tv, som sms och i appar. Sirenen är alltså bara en del av VMA.

Bedöm öppna svar efter innehåll, inte efter exakt formulering.

FÖR LÄRAREN

Texten lämpar sig för arbete med samhällsorientering, krisberedskap och enkel källkritik, behandlat sakligt och lugnande. Tema: hur samhället varnar och hur den enskilde kan förbereda sig. Flera frågor (8, 9, 10, 11, 12) kräver inferens och att eleven väger samman olika delar av texten. Lyft gärna hur texten skiljer på säkra fakta (MSB bildades 2009, testtiderna, broschyrens råd) och osäkra uppgifter (namnets ursprung, exakt signalbild, hur länge man bör klara sig). Fråga 9 övar att läsa siffror tillsammans med årtal. Bra utgångspunkt för att jämföra med hur man varnar för fara och förbereder sig i elevernas egna länder.

Diskussionsfrågor

- Hur varnar man för fara där du kommer ifrån? Finns det sirener, sms, tv eller något annat sätt, och hur känns det att höra en sådan varning?
- Texten beskriver hemberedskap med vatten, mat, värme, radio och kontanter. Vad har du redan hemma, och vad skulle vara svårast att ordna?
- Ursprunget till namnet "Hesa Fredrik" är osäkert, men berättelsen sprids ändå. Varför tror du att vi gärna berättar sådana historier, och hur kan man tänka källkritiskt kring dem?
- Vissa tycker att information om kriser känns oroande, andra tycker att den känns trygg. Vad tycker du, och varför?
- **Skriv (6–8 meningar):** Skriv en kort text om hur du skulle förbereda ditt hem för att klara dig själv en tid utan el och vatten. Berätta vad du skulle ha hemma, hur du skulle få information och vem du skulle vilja hjälpa eller be om hjälp.

Källor och faktagranskning

- Krisinformation.se: VMA – så varnas allmänheten – <https://www.krisinformation.se/detta-gor-samhallet/vma-sa-varnas-allmanheten/>
- MSB: Om krisen eller kriget kommer (broschyr) – <https://www.msb.se/sv/publikationer/om-krisen-eller-kriget-kommer/>
- Regeringen.se: En broschyr för allvarstid – ny upplaga av Om krisen eller kriget kommer (2024) – <https://www.regeringen.se/pressmeddelanden/2024/10/en-broschyr-for-allvarstid-ny-upplaga-av-om-krisen-eller-kriget-kommer/>
- Wikipedia: Viktigt meddelande till allmänheten (Sverige) – [https://sv.wikipedia.org/wiki/Viktigt_meddelande_till_allm%C3%A4nheten_\(Sverige\)](https://sv.wikipedia.org/wiki/Viktigt_meddelande_till_allm%C3%A4nheten_(Sverige))

Faktagranskad mot ovanstående källor i juni 2026. Nyckelfakta: Myndigheten för samhällsskydd och beredskap (MSB) är den statliga myndighet som ansvarar för krisberedskap och civilt försvar i Sverige och bildades 2009. VMA betyder "Viktigt meddelande till allmänheten" och används vid olyckor och allvarliga händelser; det sänds bland annat i Sveriges Radio P4 och tv, som sms till mobiler i ett område och via appar (Sveriges Radio och 112/SOS Alarm). Utomhusvarningen sker med tjutande sirener som i folkmun kallas "Hesa Fredrik". Sirenerna provas fyra gånger om året: klockan 15.00 den första helgfria måndagen i mars, juni, september och december. Rådet vid skarp signal är: gå inomhus, stäng dörrar, fönster och ventilation och lyssna på Sveriges Radio P4. MSB ger ut broschyren "Om krisen eller kriget kommer"; en upplaga skickades till omkring 4,8 miljoner hushåll 2018 och en ny upplaga delades ut till Sveriges cirka 5,2 miljoner hushåll i november 2024. Broschyren tar upp hemberedskap – att klara sig själv en tid om viktiga samhällsfunktioner slutar fungera – och rekommenderar bland annat vatten, mat som håller länge, värme, en batteridrivna radio och kontanter. OSÄKERHETER OCH MYTER, försiktigt markerade i texterna: Förklaringen att "Hesa Fredrik" kommer från en hes journalist 1931 (ofta uppges Oscar Fredrik Rydqvist på Dagens Nyheter) är en spridd berättelse och återges med "det sägs" / "en vanlig förklaring är". Den exakta signalbilden (ofta beskriven som 7 sekunder ljud och 14 sekunders tystnad i minst två minuter, samt en lång sammanhängande ton för "faran över") attribueras allmänt till MSB/Krisinformation och anges inte som exakt minnesregel. Antalet hushåll skiljer sig mellan upplagor (cirka 4,8 miljoner 2018, cirka 5,2 miljoner 2024) och anges alltid med årtal. Hur länge man bör kunna klara sig själv har beskrivits olika (minst en vecka, i nyare råd upp till två veckor); texterna skriver allmänt "en tid" och hänvisar till broschyren för aktuella råd. Eventuella nya utlarmningssystem (t.ex. cell broadcast) med osäkert införandedatum har utelämnats.

Berättelser om svenskar · läromedel för svenska som andraspråk. Skapat inom Läromedelsprojektet. Senast uppdaterad 2026-06-25.