

ICE-kontakter kan rädda ditt liv

ICE är engelska och betyder In Case of Emergency.

På svenska betyder det Om det händer en olycka.

Därför är ICE-kontakter viktiga för dig

Om du plötsligt blir sjuk eller är med om en olycka som gör att du får att kunna ringa någon som känner dig. Det kan de göra om du har lagt in ICE-kontakter i din mobiltelefon.

Du väljer själv vilka dina ICE-kontakter ska vara, och du kan gärna ha flera. Tänk på att berätta för dina ICE-kontakter om dina sjukdomar eller om du är allergisk och vilka mediciner du använder.

Gör så här för att spara ett ICE-nummer i din mobiltelefon:

Ta fram din telefon. Öppna telefonboken med dina Kontakter.

1. Välj Lägg till ny kontakt.
2. Döp din nya kontakt till ICE1 samt namnet på din ICE-kontakt och vilken relation du har till honom eller henne. Då ser det exempelvis ut så här: ICE1, Anna, mother. Det är bra om du använder engelska, för då kan ännu fler hjälpa dig.
3. Skriv sedan in telefonnumret. Skriv Sveriges landsnummer, +46 först och ta bort första nollan i riktnumret. När du skrivit in telefonnumret kan du lägga till tecknet som är en stjärna efteråt (*). Då visar din telefon dina ICE-kontakter som vanligt när de ringer till dig.
4. Välj Spara den nya kontakten.

När du har fler ICE-kontakter i din mobil döper du dem till ICE 2, ICE 3 och så vidare.

Om din kontaktperson är döv, skriv då ICETEXT.