

VAR BEREDD!

*Kunskap och information
för din trygghet
och säkerhet*



ALLA HAR ANSVAR FÖR ATT MINSKA ANTALET OLYCKOR

Vi har alla ett gemensamt ansvar för att minska antalet olyckor i samhället – allt från stora bränder till fallolyckor bland äldre. I lagen om skydd mot olyckor, som trädde i kraft den 1 januari 2004, ligger tyngdpunkten på just detta: vikten av att ha ett väl fungerande olycks- och skadeförebyggande arbete.

Lagen förtydligar det ansvar som alla – företag, verksamheter, organisationer och enskilda invånare – har, och alltid har haft, för sin egen säkerhet. Vi har alla det yttersta ansvaret för att skydda oss själva från olyckor. Men vi är inte ensamma. När den egna kapaciteten inte längre räcker till och olyckan trots allt är framme är räddningstjänsten och kommunen alltid redo att agera.

Räddningstjänsten finns även till hands för att hjälpa medborgarna att själva förebygga olyckor. Genom utbildnings-

och informationssatsningar ges allmänheten kunskap om hur man förebygger olyckor och hur man ingriper på rätt sätt om olyckan trots allt är framme.

Säkerhetsboken du nu håller i din hand är ett led i arbetet att göra Kinda kommun tryggare och säkrare. Här ges du som läsare möjlighet att medverka till att olyckorna blir färre. Ofta gör små åtgärder stor skillnad ur säkerhetssynpunkt. Brandvarnare, som oftast kostar under hundralappen, är exempel på en billig och helt nödvändig livförsäkring.

Att sträva efter att göra samhället tryggare innebär som sagt inte bara att fokusera på den stora katastrofen. Det är de små vardagsolyckorna som utgör den stora delen av antalet olyckor.

Tveka inte att kontakta oss om du har några frågor – även innan olyckan inträffat.

Vi är till för dig.



VAR BEREDD ÄR UTGIVEN AV
Kinda kommun

PRODUKTION
Informationsbolaget, Malmö
Tel: 040-611 13 00
info@informationsbolaget.se

REDAKTÖR
Camilla Westemar
LAYOUT/ORIGINAL
Gustaf Erichs
Johan Sandqvist
Camilla Westemar

UTGIVNING
OKTOBER 2008

UPPLAGA
5 000 ex

KRISBEREDSKAPSLAGEN

Bättre beredskap i alla kommuner

1 september 2006 började den nya krisberedskapslagen för kommuner och landsting att gälla. Den förtydligar kommunens ansvar för att göra risk- och sårbarhetsanalys, samtidigt som utbildning och övning betonas.

Den nya lagen innehåller flera nyheter:

- Kommunen ska genomföra en risk- och sårbarhetsanalys.
- Utbildning och övning blir obligatorisk.
- Kommunen får ett områdesansvar.
- Rapporteringsskyldighet införs.

Med områdesansvar menas att kommunen skall verka för att det sker en samordning av all krishantering som genomförs av olika aktörer i kommunen. Detta skall ske såväl i förebyggande syfte som vid en kris. Informationsarbetet vid en krissituation ska samordnas mellan olika aktörer.

Rapporteringsskyldighet innebär att kommunen till länsstyrelsen ska rapportera om krisberedskapsläget i kommunen - om risker, sårbarhet och förebyggande arbete. Vid en kris ska de åtgärder som vidtas rapporteras till länsstyrelsen som i sin tur rapporterar vidare till central nivå. I alla kommuner ska det finnas särskild anställd personal som arbetar med krisberedskapsfrågor. I vissa områden sker en samverkan mellan kommunerna och i större kommuner kan finnas en särskild enhet som jobbar med dessa frågor.



När det gäller utbildning och övning av kommunens politiker och förvaltningar säger regeringen i en kommentar till den nya lagen att ambitionen vad gäller utbildning och övning ska vara hög. Speciellt övningsverksamheten är av största vikt.

Vid en omfattande och långvarig händelse i en kommun kan en särskild nämnd träda i funktion. Alla kommuner ska nämligen ha en särskild krisledningsnämnd.

ALLA MÅSTE HJÄLPAS ÅT ATT MINSKA OLYCKORNA

Varje vecka omkommer i genomsnitt 50 personer per dygn i Sverige till följd av olyckor. Samtidigt skadas också ett par tusen personer så allvarligt på grund av olyckor att de måste läggas in på sjukhus. Till dessa ska läggas de drygt 30 000 personer som tvingas söka vård efter att ha skadats vid en olycka.

Lagen om skydd mot olyckor som trädde i kraft den 1 januari 2004 innebar startskottet för ett bättre olycksförebyggande arbete inom alla samhällssektorer. Den understryker det ansvar alla – såväl enskilda privatpersoner, som fastighet-sägare, verksamheter och organisationer – har för sitt eget brand- och olycks-skydd.

KUNSKAP ÄR A OCH O

Nyckeln till framgång är kunskap – kunskap om risker och säkerhet, om olycksförebyggande arbete och om skade-avhjälpande insatser. Kommunens upp-gift är att sprida denna kunskap till så många som möjligt genom:

- Ökad utbildning
- Ökade informationssatsningar

Kunskapen och insikten måste öka – hos alla. För det krävs att alla hjälps åt om vi ska nå ett resultat.

SE ÖVER HEMSÄKERHETEN

Det är vardagsolyckorna som står för merparten av de olyckor som inträffar,

ett faktum som understryker vikten av att se över säkerheten i det egna hemmet. De flesta som omkommer i olyckor gör det faktiskt i samband med fall. Ofta krävs det inte så mycket för att undvika att en olycka sker: ta undan lösa sladdar,

hala mattor och att som senior be om hjälp att byta gardiner eller glödlampor för att på så vis undvika riskabla klättrings-manövrar.

En annan enkel åtgärd är att skaffa brandvarnare. Det kan inte sägas nog många gånger att brandvarnaren är en billig livförsäkring.

ALLAS ANSVAR

Men även om åtgärderna är enkla, så krävs kunskap för att riskmedvetenheten ska öka. Lagen om skydd mot olyckor tydliggör alltså det ansvar som den enskilde har, och alltid har haft, för sitt brand- och olycksskydd.

För företag och andra verksamheter tydliggörs ansvarsbiten i och med att den traditionella brandsynen ersatts med tillsyn. Nu ska verksamheterna själva redovisa sitt systematiska brand-skyddsarbete, SBA. När räddningstjänsten gör tillsynsbesök kontrollerar man att brandskyddsarbetet sköts som det ska.

I slutänden är det vars och ens ansvar att se över riskerna i sin närmiljö. Och det finns hjälp att få. Tveka inte att kontakta kommunens räddningstjänst om du har frågor eller funderingar.



HÄR KAN DU FÅ UTBILDNING

Räddningstjänsten Kinda

FÖRTA HJÄLPEN/HJÄRT- LUNGRÄDDNING:

För dig som vill ha grundläggande kunskaper i både första hjälpen och hjärt- och lungräddning.

BRANDKUNSKAP FÖR ALLA:

Här kombineras teori och praktiska övningar där deltagarna får lära sig hur brand uppstår, hur den kan förebyggas och hur man släcker. Kurserna anpassas efter din verksamhet.

HEM OCH FRITID:

Fyra timmar lång kurs om risker hemma och på fritiden. För privatpersoner och föreningar. Kostnadsfri.

SÄKER BOSTAD:

Brandskydd i bostad. Vänder sig till föreningar, t ex bostadsrättsförening. Instruk-tör kommer ut och håller kursen. Kostnadsfri.

HETA ARBETEN:

Riktat sig till personer som till exempel arbetar med svetsning och lödning mm. Efter genomförd kurs erhålles ett certifikat från Svenska Brandskyddsföreningen.

EGEN SOTNING:

Kurs för dig som önskar utföra sotning på din egen fastighet. För att få dispens för detta så krävs det att du kan stärka din kompetens, detta gör du genom att gå en efter genomförd utbildning får du ett kursintyg. Genomförs i Linköping.

RING OSS på telefon 0494-193 00 för mer information.

Kindabygdens Civilförsvarsförening

FÖR BARN:

- Hitta Vilse: Överlevnadskurs där barn lär sig enkla knep som kan hjälpa dem att klara sig oskadda ur situationen och att lättare bli hittade.
- Kattis & Roffe: Barn och föräldrar får lära sig att upptäcka och undvika olycksris-ker i närmiljön.

FÖR VUXNA:

- Energiinformation: Om hur du klarar dig vid till exempel el- eller vattenavbrott.
- Krishantering
- Säkerhet till vardags och vid kris:

RING OSS: Tel 0494-193 03 (dagtid)/717 67 (kvällstid)

KRISUTRUSTNING

Tips om utrustning i bostaden

Här är en del tips om du vill "kris-
ustrusta" din bostad – det gäller fram-
förallt vid avbrott i försörjningen av el,
värme och vatten. Samla alla viktiga
saker på ett ställe, en överlevnadslåda.
Följande kan vara med i lådan:

- Batteriradio, reservbatterier
- Tändstickor, tändare
- Stearinljus, värmeljus
- Konserver, socker
- Reservmedicin av olika slag
- Choklad, kaffepulver, tepåsar
- Kaffefilter för vattenrening

- Fickkniv, skruvmejsel och tång
- Mobiltelefonbatteri
- Spel, kortlek
- Telefonlista med släkt, grannar

Fundera på hur du och din familj på
bästa sätt ska rusta er för att klara er
utan värme och vatten, även om det
dröjer minst ett dygn innan inom-
hustemperaturen sjunker till 10 grader.
Blir avbrottet längre finns några råd att
ta till sig.

(Källa: Civilförsvarsförbundet m fl)

GODA RÅD

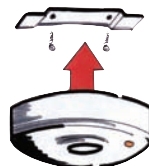
- Saknar du friskt vatten kan du använda sjövattnet, vatten från vattendrag och brunnar, smält snö och is. Sila vattnet i kaffefilter och koka det därefter i 5-10 minuter utan lock för att döda eventuella bakterier. Förvara vattnet mörkt och kallt.



- Vid ett strömavbrott kan det vara bra att tappa upp vatten i kärl, dunkar eller i PET-flaskor. Strömavbrottet kan snabbt påverka vattendistributionen.
- Förbered ett nödrum som gärna ska igga mellan två rum, i söderläge. Dra för gardiner eller häng en filt för fönstren.

- Har du ett tält, använd det inomhus eller bygg en koja med hjälp av bord, stolar och filter. Lägg mattor på golvet. Ha ordentligt på fötterna.

- Stearinljus och värmeljus ger viss värme. Använd rejäla och obrännbara ljusstakar. Lämn **ALDRIG** ljusen obevakade.
- Kontrollera din brandvarnare och att du har släckutrustning av något slag, brandsläckare, brandfilt eller vatten upphällt i hinkar.



FÖRGIFTAT VATTEN

Säkra din vattentillgång

Vattnet i kranarna kan bli otjänligt att olika skäl och då måste du själv kunna rena ditt vatten.

Ett elavbrott kan också påverka vattenförsörjningen. Plötsligt står du utan det självklara vattnet i kranen.

Varje dygn bör du normalt dricka ca 1,5 liter vätska, den som utsätter sig för fysisk ansträngning behöver ännu mer. Tecken på att du fått i dig för lite vätska är huvudvärk, illamående och koncentrationssvårigheter.

Kommunen har planer för hur vattendistributionen ska ordnas under till exempel ett strömavbrott.

Till ett bostadsområde utan vatten kan vatten köras i tankbil och speciella hämtställen ordnas, vanligen med hjälp av räddningstjänsten eller annan kommunal förvaltning.



GODA RÅD

Förgiftat vatten

- Det kommunala dricksvattnet kan bli otjänligt, t ex genom höjd bakteriehalt. Då ska du inte använda det till matlagning eller dryck, innan det är kokt.
- Med koka avses ett uppkok, ingen särskild koktid behövs. Det räcker för att ta bort eventuella bakterier.
- Infekterat vatten går bra att duscha i.

Inget vatten

- Förvara vattnet i rena dunkar eller PET-flaskor som inte avger smak. Förvara mörkt och svalt.
- Håll vattnet friskt genom att frysa in PET-flaskor, fyllda till tre fjärdedelar.

- Toalettens vattenbehållare är en vattenreserv som är lätt att glömma bort. Den innehåller ca 8 liter vatten som enkelt renas genom kokning.
- Självklart kan du också användande till exempel snö och is eller strömmande vatten från ett vattendrag.
- Apoteket säljer vattenrenings-tabletter, det kan vara bra att alltid ha hemma.
- Det finns också olika klorpreparat för vattendesinfektion som vanligen används i båtar och husvagnar. Klortabletter decinficerar och konserverar vatten.
- Låt 5 droppar jod/liter vatten verka i 20 minuter, sedan har du ett rent dricksvatten.

OM STRÖMMEN GÅR

En självklarhet som kan försvinna

Strömmen i våra bostäder tar vi som en självklar del av vardagen. Den ska helt enkelt bara finnas där. Hur mycket som egentligen är beroende av el förstår vi inte förrän den plötsligt inte finns där.

För det första blir det mörkt; alla lampor slocknar, elektriska apparater slutar fungera, portkoden fungerar inte och garagedörren öppnar sig inte. Oberoende av vilken värmekälla du har, så



är risken stor att också den slutar att fungera. Det finns många fler exempel.

För att klara ett längre strömavbrott måste du och din familj vara förberedd.

Devisen "Bättre förberedd än efterklok" sammanfattar väl vad det handlar om. Ta några minuter och tänk efter på vilket sätt du kan bli bättre rustad för ett längre strömavbrott.

GODA RÅD

- Ha alltid någon form av reservbelysning hemma, t.ex. ficklampor. Kontrollera så att du har fräscha batterier.
- En gasol- eller fotogenlampa är effektiva ljuskällor, se till att ha bränsle till dem också.
- Glöm inte tändstickorna!
- Levande ljus och kokapparater kräver mycket syre – glöm inte att vädra!
- Innan strömmen kommer tillbaka ska du stänga av element och större strömförbrukare. Slå på en apparat i taget när strömmen återkommer, påfrestningarna blir för stora om alla hushåll nyttjar maximalt med ström samtidigt.
- Fritidsutrustningen fungerar lika bra inne som ute vid sådana här tillfällen. Komplettera din reservutrustning innan det händer något.
- Se till att du har en batteridrivna radio för att kunna få information via lokalradion, som ofta förmedlar information från aktuell leverantör och kommunen.
- Läs mer om hur du säkert kan ta del av information även när strömmen gått, på annan plats i denna folder. Vi presenterar också aktuella hemsidesadresser och telefonnummer i din kommun. Ring anhörig i ort där strömmen fungerar och få internetinformationen.

OM VÄRMEN FÖRSVINNAR

Så klarar du dig från kylan

Visste du att i ett äldre, dåligt isolerat flerbostadshus sjunker inomhustemperaturen från 21 till 10 grader på drygt ett dygn om det är 0-gradigt ute? Den som blir av med värmen under längre tid märker att de tio plusgrader som uppfattas som ganska behagliga utomhus, känns direkt kalla inomhus.

Många flerbostadshus är anslutna till fjärrvärmenätet. När värmen försvinner beror det antingen på ett strömavbrott som gör att cirkulationspumparna inte kan transportera det varma vattnet runt i huset, eller så har fjärrvärmeleve-

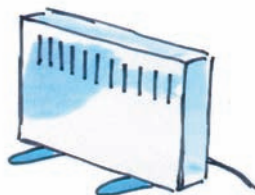
rantören fått problem med till exempel en större läcka.

I villor och fristående byggnader finns ofta alternativa värmekällor som kaminer och öppna spisar. Men hur gör jag som bor i lägenhet? Det finns faktiskt fler enkla åtgärder att vidta, både innan värmen försvinner och under ett längre avbrott.

Lyssna på lokalradion, som ofta förmedlar information från aktuell leverantör och kommunen. I vissa fall kan det också finnas information på text-tv. En annan bra informationskälla är internet.

GODA RÅD

- Kall luft är tyngre än varm, vilket innebär att det först blir kallt på golvet. Ligg eller sitt inte på golvet i onödan och ha varmt på fötterna.
- Använd ett rum och håll värmen i detta. Bäst är ett rum med få fönster och det fönster som finns får gärna vetta åt söder för att utnyttja solens värme.
- Visste du att fyra personer avger samma effekt som ett mindre värmeelement? Den värmen kommer väl till pass.
- Isolera fönster och dörrar med tejp eller filter för att undvika onödigt drag.
- Glöm inte att vädra en kort stund emellanåt för att få in syre, särskilt om ni har levande ljus.
- Om du fortfarande har ström – använd ett litet elektriskt element eller en fläkt för att värma ett rum.



ELSÄKERHET

Elfel orsakar tusentals bränder

Varje år orsakar elfel 3 000 bränder. Det finns alltså all anledning att ägna elsäkerheten lite tid. Se kontinuerligt över dina elinstallationer. En sladd eller ledning som nöts så att isoleringen skadas kan leda till både elstöt och elbrand. Det samma gäller för en trasig stick-

kontakt, ett trasigt eluttag eller strömbrytare. Byt ut trasiga sladdar och se till att inga sladdar ligger i kläm. Se till att eluttagen är petskyddade. Det ska finnas täckplattor över kontakthylsorna så att det blir svårare att komma i beröring med strömmen.

GODA RÅD

- Ta för vana att dra ur stickkontakten när du använt till exempel hårtorken eller brödrosten.
 - Var uppmärksam på elapparaterna så att de inte luktar bränt eller låter konstigt. Använd dem i så fall inte.
 - Rengör filtret på torktumlaren regelbundet. Var alltid hemma när torktumlaren, tvättmaskinen eller diskmaskinen är igång. Då ökar chansen att upptäcka bränder eller läckage i tid.
 - Halogenlampor och toppförseglade glödlampor kan bli 250 grader varma. Placera dem därför långt ifrån brännbart material och kontrollera fästansordningarna.
 - Tv:n ska stå så att den får tillräcklig ventilation och inte överhettas. Ställ den inte i ett trångt fack i bokhyllan och täck inte över den med stora dukar. Placera inte heller stearinljus och blommor ovanpå. Slå alltid av den med strömbrytaren på apparaten och inte med knappen på fjärrkontrollen. Dra ut sladden när du reser bort.
 - En jordfelsbrytare känner av om strömmen går fel väg, till exempel via en människa till jord. Den bryter då strömmen på bråkdelen av en sekund.
 - I nya bostadsinstallationer är jordfelsbrytare ett krav. I äldre bostäder som saknar jordfelsbrytare kan du använda en portabel jordfelsbrytare, t ex om du har en gammal elinstallation, små barn eller om du arbetar mycket med elverktyg utomhus. Diskutera frågan om installation av en jordfelsbrytare med en elinstallatör.
- Läs mer om elsäkerhet på: www.elsakerhetsverket.se



BARNSÄKERHET

Gör ditt hem säkert för barn

Drygt var tredje olycka, i verkligt tal cirka 210 000 olyckor med personskador, inträffar i hemmet. Barn hör till de mest utsatta.

De vanligaste olyckorna i bostaden är fallolyckor, det gäller även för barn. Små barn, 0-3 år, skadar sig ofta när de ramlar från möbler eller i trappor. 4-6-åringar skadar sig också ofta vid fall från möbler, men även när de ramlar från lekredskap. Denna grupp klämer sig också ofta i dörrar.

Bland de lite större barnen, 7-12 år, dominerar också fallolyckor och kläm-

skador, men dessa barn gör sig också illa på knivar, skadar sig när de stöter ihop med andra och skadas av husdjur.

Andra vanliga barnolyckor är brännskador, stickskador och förgiftning. Drygt hälften av de frågor som brukar komma in till Giftinformationscentralen rör barn yngre än tio år, framför allt i åldrarna 1-4 år. Knappt hälften av fallen gäller barn som fått i sig hushållskemikalier.

Det finns alltså all anledning att se över säkerheten i ditt hem. Ofta kan man på ett enkelt sätt höja säkerheten rejält.

GODA RÅD

- Håll alla mediciner, kemikalier och rengöringsmedel inlåsta på hög höjd.
- Spisen ska vara tippskyddad samt ha håll- och ugnsskydd. Ställ alltid kastruller med handtaget inåt.
- Förvara knivar och andra farliga redskap på ett säkert ställe.
- Alla eluttag, grenkontakter och sladdosor ska vara petsäkra.
- Drink aldrig heta drycker med barnet i knät.
- Skötbord ska vara stabila och spjälängar ska vara försedda med spjälskydd.
- Montera godkända spärranordningar på fönster och balkongdörrar.
- Lämna aldrig barnet ensamt på skötbordet eller i badkaret.
- Låt inte småsaker som jordnötter, cigarettfimpar etc. ligga framme så att små barn kommer åt dem. Tänk på att smådelar i leksaker kan fastna i barnets strupe.
- Se upp med bordsdukar och lösa sladdar som barnet kan dra ner.
- Var vaksam vid besök i andra hem som inte är barnsäkra.

VÄNTA DET OVÄNTADE

God krisberedskap i Kinda

Orden kris och extraordinär händelse framkallar nog för de flesta av oss bilder på stora olyckor. Men en kris behöver inte vara en olycka eller ett attentat, det kan även handla om stora elavbrott eller omfattande översvämningar. I Kinda kommun finns en lednings- och informationsplan som beskriver den krisorganisation som sätts igång i händelse av en kris eller katastrof.

För att kunna hantera olika former av kriser och katastrofer är varje kommun i Sverige skyldiga enligt lag att ha en krisledningsorganisation. I Kinda kommun utgör kommunstyrelsens arbetsutskott den så kallade krisledningsnämnden. Den aktiveras vid en extraordinär händelse eller svår påfrestning på samhället i fredstid, men även vid höjd beredskap eller vid krig.

Dessutom finns ett krishanteringsråd

bestående av kommunala verksamheter, sjukvård, kyrka och näringslivet. Gruppen kan sammanklass för att underlätta samverkan och för att snabbt sprida information.

Krisledningsnämnden ansvarar för att fatta nödvändiga politiska beslut och är det högsta beslutande organet. Nämnden ansvarar också för kommunens information till medborgare, massmedia och samverkande myndigheter med flera. Till sin hjälp har nämnden en krisledningsgrupp som verkställer de beslut krisledningsnämnden fattar. Det finns också en särskild lokal där organisationen ska utgå ifrån.

Allt som händer under krisen måste dokumenteras. Dessutom måste de som ingår i organisationen regelbundet öva på krisledning och ha rätt utbildning på området.

POSOM – KRISSTÖD VID OLYCKOR

Det är inte enbart skadade som behöver omvårdnad efter en olycka. Även oskadade och deras anhöriga behöver stöd. Därför finns det POSOM-grupp i Kinda kommun.

POSOM står för Psykiskt Och Socialt Omhändertagande och finns till för att ta hand om drabbade vid katastrofer och stora olyckor. Om en extraordinär händelse inträffar ska kommunens krisledning samverka med denna stödgrupp. Stödpersonerna ingår i POSOM-gruppen på frivillig basis, men har ofta erfarenhet, från sina ordinarie verksam-

heter, att möta människor i svåra stunder. Det kan till exempel vara personal från kyrkorna, skolhälsovården och socialtjänsten. Deras främsta uppgift är att ta hand om oskadade och oroliga anhöriga, i ett särskilt stödcentrum, exempelvis ett församlingshem eller en skola. Här finns möjlighet att äta något, ringa hem och att prata ut om sina upplevelser med övriga drabbade.

POSOM-gruppen kan även sammankallas vid olyckor utomlands, där kommuninvånare är inblandade. Ett exempel är tsunamikatastrofen julen 2005.

FALLOLYCKOR

Vanlig olycksorsak bland äldre

Varje år inträffar omkring 1 500 dödsfall till följd av fallolyckor. Det är nästan tre gånger så många dödsfall som i trafiken!

Den vanligaste olyckshändelsen bland äldre är att falla, ramla, snubbla och halka omkull. Nästan 9 av 10 fallolyckor drabbar personer över 65 år. De flesta fallolyckor sker i eller nära hemmet. Fallolyckorna svarar för ungefär hälften av det totala antalet döda i olyckor och trenden är att andelen fortsätter att öka.

Hur ser det ut hemma hos dig? Fundera några minuter över vilka risker som finns i ditt hem. Följer du råden nedan har du undanröjt några av de vanligaste orsakerna till fallskador.



GODA RÅD

- Använd bärbar telefon eller skaffa flera telefoner. Tänk på att alltid ha telefonen nära till hands.
- Inga lösa sladdar på golven. Fäst dem vid väggen.
- Mattor innebär risker. Använd halkskydd eller ta bort mattorna.
- Ha saker som du ofta behöver nära till hands. Om du måste klättra för att hämta något, använd en stabil trappstige eller be om hjälp.
- Bona inte golven.
- Använd halkfria inneskor som sitter bra på foten
- Ha bra allmänbelysning i bostaden. Installera nattlampa.
- I badrummet finns många risker: använd halkmatta i badet/duschen. Ett handtag i väggen gör det lättare att hålla balansen i badkar och dusch. Ha tvål, schampo och handduk inom räckhåll.

KOLLA UTGÅNGARNA

Den gröna skylten visar vägen

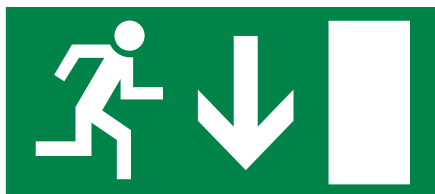
Det är faktiskt mycket du kan göra själv när det gäller brandskydd och din egen säkerhet i en så kallad publik lokal. Upplever du att det är för mycket folk i en lokal ska du naturligtvis inte gå in.

Ta för vana när du kommer till en festlokal, diskotek, bio, hotell, varuhus, restaurang och liknande lokaler att kontrollera var utgångarna finns. Spana in den gröna skylten. Det är den gröna skylten som numera alltid gäller och den visar vägen till nödutgångarna.

Se till att utgångarna inte är blockerade. Kontrollera gärna någon gång att de går att öppna. Ta alltid ett larm på allvar. Om det uppstår brand eller annat nödläge bege dig lugnt till närmaste utgång (spana efter den gröna skylten). Agera direkt.

Det är röken som dödar. Vid alla bränder utvecklas giftig rök. Brandröken innehåller många olika giftiga ämnen, till exempel cyanväte. På mindre än en minut kan du vara medvetlös, om du inandas brandrök. Blir det rökfyllt – kryp ut under röken. Längst nere vid golvet finns det som regel frisk luft något längre tid.

Verkligheten vid en brand är ett helvete. Den giftiga röken kväver snabbt, det blir kolsvart och oerhört varmt. Det är inte som på film, att hjälten kan springa in i ett utrymme som brinner. Brand är ett helvete – alltid.



GODA RÅD

- I publika lokaler ska det alltid finnas gröna skyltar som visar var nödutgångarna finns - ta för vana att alltid titta efter dem när du kommer till en lokal.
- Kontrollera att utgångarna inte är blockerade med möbler eller skräp – de ska vara lätta att nå och självklart enkla att öppna.
- Ta alltid ett larm på allvar, du kan inte veta om det är övning, ett tekniskt fel eller faktiskt en brand.
- Agera direkt och bege dig lugnt till närmaste nödutgång.
- Det är röken som dödar. Blir det rökfyllt, kryp ut under röken. Ju längre ner, ju längre tid finns det frisk luft.

ANLAGDA BRÄNDER

Kostar en miljard varje år

Varje år anläggs i vårt land ett stort antal bränder. I genomsnitt i Sverige är var tredje brand anlagd. Det betyder cirka 10 000 anlagda bränder, som orsakar skador för cirka 1 miljard kronor.



Det är tyvärr många barn och ungdomar som anlägger bränder. Många anlagda bränder börjar som skadegörelse och i ungdomligt oförstånd. Mordbrand betyder att det vid en anlagd brand är fara för annans liv eller hälsa, eller omfattande förstörelse av egendom. Straffet är fängelse i lägst två år.

I många fall kräver försäkringsbolagen att den som anlagt en brand ska betala för de kostnader som uppstått.

GODA RÅD

- Se till att det inte finns pappersbuntar, kartonger och liknande i trapphus, källare och vindar. Ofta är det tillfället som gör att en "pyroman" tändes på.
- En öppen container ska alltid stå minst 6 meter från en byggnad. Säkerhetsavståndet för en täckt container är 4 meter.
- Dörrar till källare och vindar i en bostadsfastighet ska vara låsta.
- Har du i samband med en brand gjort en iakttagelse ska du vända dig till polisen. Det är polisen som utreder bränder.
- Alla fastigheter ska ha ett systematiskt brandskyddsarbete. För en bostadsfastighet innebär detta t.ex. att ge hyresgästerna brandskyddsinformation och att regelbundet genomföra en intern brandskyddskontroll i källare, vindar, garage, trapphus och omgivningen. Gör detta varje kvartal.

CHECKLISTA BOSTADEN

Kontrollera brandskyddet i din bostad

Checklista för ökad säkerhet för dig och dina grannar

Följ den här listan och kontrollera brandskyddet i din bostad och i fastigheten.

- Bostaden ska vara utrustad med minst en brandvarnare. Det ska finnas en brandvarnare per 60 kvm.
- Kontrollera regelbundet brandvarnarens funktion. Byt årligen batteri, t ex vid första advent.
- Kontrollera elutrustningen i lägenheten. Sladdar i kläm? Glapp i kontakter?
- Åtgärda blinkande lysrör. Efel är en av de vanligaste brandsakerna.
- Gå aldrig hemifrån med påslagen diskmaskin, tvättmaskin eller torktumlare.
- Placera inte levande ljus på TV:n.
- TV:n ska stå fritt. Slå av TV:n med knappen på apparaten.
- Förvara tändstickor och tändare utom räckhåll för barn.
- Dra ur kontakten när du använt kaffekokare och brödrost.
- Förvara inte brandfarlig vara i källare/vindsförråd.
- Se till att spisfläkt och filter är fria från fett.
- Tillsä att onödigt skräp och tidningar inte samlas i trapphus, källare eller på vinden.
- Sopluckorna i trapphusen ska alltid vara stängda.
- Container på gården? Säkerhetsavståndet till byggnad är 4 meter för täckt container och 6 meter för öppen container.
- Dörrar till källare och vindar ska alltid vara låsta.
- Kontakta i första hand fastighetsägaren om du tycker att det är brister i brandskyddet. Har du frågor är du alltid välkommen att ringa till räddningstjänsten.

Om det börjar brinna

Om det börjar brinna ring 112.

Varna, rädda, larma, släck är fyra viktiga ord att komma ihåg vid en brand.

- Rädda folk i fara, varna omgivningen och larma räddningstjänsten via 112.
- Försök släcka om du har släckare eller hink/kastrull med vatten, men tag inga onödiga risker!
- Om rummet fylls med rök – kryp under röken. Vid golvet finns syre och sikten är bättre.
- Stäng dörren till det utrymme där det brinner.
- Stanna i din lägenhet om det brinner på annan plats i fastigheten. Gå inte ut i trapphus med rök.

Viktigt att veta

- I trapphuset får det inte finnas något brännbart som barnvagnar, tidningsbuntar och kartonger.
- Det är OK med en rullator i trapphusen, om det inte försvårar utrymning.
- Brandfarliga varor får inte förvaras i källare eller på vindar. I en lägenhet får man förvara sprayburkar och gasolflaskor av högst 5 liters storlek samt brandfarlig vätska i behållare av högst 10 liter storlek. På en ej inglasad balkong får finnas brandfarlig vätska i behållare som får rymma högst 25 liter. Förvara gärna behållarna i ett skåp.

BRANDVARNAREN

Vakar när du sover

En brandvarnare är en självklarhet i alla bostäder. Brandvarnare räddar årligen många liv och är en av de billigaste livförsäkringar du kan ha! De flesta dödsbränder inträffar under nattetid. Orsak är ofta sängrökning, kvarglömt ljus eller elfel. Sover du när branden startar är det mycket stor risk att du inte vaknar och kan sätta dig i säkerhet.

En brandvarnare reagerar mycket snabbt på rök och ger då ifrån sig en stark signal. Det innebär att du får ett tidigt larm och då antingen kan släcka branden med lämplig släckutrustning eller utrymma bostaden. Under åren 2000-2006 omkom i Sverige 636 personer vid bränder i bostäder, 4000 skadades och skador vållades för 8 miljarder



kronor. Undersökningar visar att vid fler än hälften (63 procent) av dödsbränderna saknades brandvarnare. Cirka 90 personer omkommer varje år i bostadsbränder.

För de som har en hörselnedsättning eller är döva så finns det idag hjälpmedel, som gör att de varnas när brandvarnaren ljuder. Kontakta i så fall närmaste hörcentral.

GODA RÅD

- Skaffa brandvarnare så får du tidigt larm om det börjar brinna.
- Kontrollera funktionen regelbundet genom att hålla in testknappen, t ex varannan månad och om du varit bortrest och kanske missat signalen om att det är dags att byta batteri.
- Det finns brandvarnare med tioårsbatteri.
- Funktionen i en brandvarnare blir sämre efter cirka 10 år - byt ut den!
- Gör första advent till batteribytdag.
- Du bör ha minst en brandvarnare per plan. De placeras i taket utanför sovrummet. Kontakta din räddningstjänst så får du mer tips om brandvarnare och dess placering.
- Enligt ett Allmänt råd från Statens räddningsverk är brandvarnare ett skäligt brandskydd och ska finnas i varje bostad. Ansvaret ligger på fastighetsägaren.
- Som hyresgäst ansvarar du för underhållet, dvs batteriebyte, medan fastighetsägaren ska se till att den monteras.

LÄR DIG LARMA RÄTT

112 är samhällets larmnummer. Var beredd att svara på SOS-operatörens frågor om vad som har hänt, vilket telefonnummer du ringer från och var hjälpen behövs. Ge SOS-operatören så mycket information som möjligt.

Får du fram nya uppgifter innan hjälpen har anlänt så ring igen. SOS-operatörens frågor försenar INTE larmet! Medan en operatör frågar har en annan påbörjat alarmeringen. Tänk på att SOS-operatörerna är proffs på att hjälpa och specialutbildas ständigt.

GODA RÅD

- Ta reda på vad som hänt.
- Ring 112.
- Var beredd att svara på dessa frågor: Vad har hänt – ambulans, räddningstjänst, polis, eller annat akut? Var har det hänt? Vilket telefonnummer ringer du från? Hur många är skadade eller sjuka? Har du själv gjort något för att hjälpa till på platsen?
- Var beredd att ta instruktioner av SOS-operatören. Lyssna på operatören – du får hjälp.
- Vid brådskande, akuta eller livshotande händelser är alltid två SOS-operatörer i arbete. En intervjuar dig och en alarmerar – det går fort.
- Möt upp, öppna dörrar och visa var hjälpen behövs.
- Ring gärna SOS 112 igen om du har kompletterande uppgifter.
- Var beredd på att en brand, eller en olycka kan inträffa när som helst. Tänk igenom hur du ska agera om du då behöver ringa SOS 112.

VIKTIGT MEDDELANDE TILL ALLMÄNHETEN

Vid allvarliga olyckor där allmänheten kan utsättas för fara, t ex vid gasutsläpp, finns ett särskilt varningssystem:

VIKTIGT MEDDELANDE TILL ALLMÄNHETEN.

Denna varningssignal sänds via tyfoner som finns i större tätorter.

Signalen är sju sekunder långa tonstötter med

14 sekunders mellanrum.

Signalen betyder: gå inomhus, stäng dörrar och fönster, slå av ventilationen och lyssna på radio (P4 och P3 i första hand) för vidare information.

Signalen testas kl 15.00 första helgfria måndagen i mars, juni, september och december.



LÄR DIG ATT INGRIPA

Ditt tidiga agerande kan rädda liv

Alla bränder är små i början. Det är därför viktigt att veta hur man direkt ska agera om brand uppstår. På bara några minuter förvandlar den lilla branden i soffan ditt vardagsrum till ett brinnande inferno. Det är den giftiga röken som nästan alltid är dödsor-

saken vid en brand. Därför är det viktigt att ha stor respekt för röken.

Grundregeln är VARNA - RÄDDA - LARMA via 112 - SLÄCK.

Lär dig också begreppen NER UNDER RÖKEN och STÄNG IN BRANDEN.

GODA RÅD

- Brand i gryta. Flytta kastrullen från kokplattan. Kväv branden med ett lock. Använd ALDRIG vatten om brand uppstår i margarin, olja eller annat fett.
- Annan brand. Är branden liten och du har utrustning för att släcka, närma dig branden i låg ställning och spruta på brandhärden. Kryp under röken
- Brand i tv. Börjar oftast med rökutveckling från tv:n. Dra ut kontakten, kväv branden med t.ex. en matta eller håll vatten på och försök få ut apparaten i det fria (exempelvis på balkongen).
- Kan du inte släcka själv, stäng dörren till det utrymme där brand uppstått, varna omgivningen och larma räddningstjänsten.
- Om det brinner i din lägenhet, lämna lägenheten och stäng alltid dörren ut till trapphuset. Förhindra rökspridning i trapphuset.
- Om det brinner på annan plats i fastigheten - stanna kvar i din lägenhet. Gå ALDRIG ut i en trappa där det finns rök. Röken dödar! Du är säkrare i din lägenhet. Avvakta räddningstjänstens instruktioner. En lägenhetsdörr står emot brand i minst 30 min.



Stäng in branden!

AKUT OMHÄNDERTAGANDE

LIVSFARLIGT LÄGE

Ett livsfarligt läge medför att riskerna ökar om personen finns kvar i området.

Åtgärd: För ut personen ur riskområdet genom att släpa eller lyfta i kläderna. Var försiktig om du misstänker nack- eller ryggskada.



ANDNING

Kontroll av andning: 1. Böj försiktigt den skadades huvud bakåt. Placera ena handen på pannan. Lyft hakan med två fingrar och böj huvudet bakåt.



2. Böj Dig ner, se, lyssna och känn om den skadade andas. Om den skadade inte andas – ge konstgjord andning. Böj huvudet bakåt. Kläm ihop den skadades näsborrar. Andas in och slut dina läppar över den skadades mun och blås in luft. Blås in cirka 15 gånger per minut. Kontrollera att bröstkorgen höjs vid inblåsningarna.

BLÖDNING

Se till att den skadade ligger ner.
En större blödning stoppas genom att den skadade kroppsdelen hålls högt.
– Tryck så blödningen stoppar.
– Lägg tryckförband.



CHOCK

Chock = cirkulationssvikt och kan vara livshotande.

Den skadade är kallsvettig, gråblek och orolig. Läppar och naglar är blåaktiga. Pulsen är svag och snabb.

Åtgärd: Ge ej mat eller dryck. Lägg den

skadade med benen högt. Förhindra avkylning. Är den skadade medvetslös – lägg i stabilt (framstupa) sidoläge.



VIKTIGA TELEFONNUMMER

Nödläge	112
Brandriskprognos	011-14 96 06
Giftinformationscentralen	112 eller 08-33 12 31
Jourhavande präst	112
Kommunens växel	0494-190 00
Läkemedelsrådgivning	0771-450 450
Polisen, ej brådskande	114 14
Räddningstjänst, ej brådskande	0494-193 00
Sjukvårdsrådgivning	023-49 06 00
Vårdcentralen Kisa	0494-759 50
Risklinjen	020-93 00 00
Felanmälan efter kontorstid:	
El-fel (E-ON)	020-88 00 22

BRA HEMSIDOR FÖR INFORMATION

Brottsförebyggande rådet	www.bra.se
Civildövsvarsförbundet (hemsäkerhet)	www.civil.se
Elsäkerhetsverket	www.elsak.se
Folkhälsoinsitutet	www.fhi.se
Giftinformationscentralen	www.giftinformation.se
Krisberedskapsmyndigheten (KBM)	www.krisberedskapsmyndigheten.se
Kinda kommun	www.kinda.se
Röda Korset	www.rodakorset.se
Skyddsnetet (allmän säkerhet)	www.skyddsnetet.se
Socialstyrelsen	www.socialstyrelsen.se
SOS Alarm	www.112.se
Statens Räddningsverk	www.srv.se
Svenska Brandskyddsföreningen	www.svbf.se
Aktuella strömavbrott, E-ON	www.eon.se