



EN OLYCKA HÄNDER SÅ LÄTT...

*Kunskap och information för
ett tryggare och säkrare boende*



En miljon skadas i olyckor varje år!

Statistiken över antalet olyckor och kostnader för olyckor i Sverige under ett år är skrämmande läsning:

- Varje dygn omkommer åtta personer och 2.500 behandlas för skador vid olyckor runtom i landet.
- Varje år omkommer cirka 3.000 personer vid olyckor. Tre fjärdedelar av dem omkommer i bostaden och på fritiden.
- Över 100.000 personer skadas varje år, med sjukhusvistelse som följd.
- 800.000 personer skadas lindrigt, dvs får uppsöka vårdcentral eller läkare.
- Olyckorna kostar samhället 170 miljoner kronor varje dygn! 63 miljarder under ett år.

Det är framförallt hemmiljön som måste göras säkrare. Av tradition satsas mycket på säkerheten i trafiken och på arbetsplatserna.

– Hemmiljön, fritiden och skolan är lågt prioriterade områden, trots att det är där de flesta olyckor sker, säger Karin Eriksson på Folkhälsoinstitutet.

Fakta om brand

- Varje år inträffar cirka 10.000 bränder i byggnader som medför utryckning av räddningstjänsten. 6.000 av dem inträffar i bostadshus. Det betyder att en brand utbryter varje timme dygnet runt.
- Enligt försäkringsstatistiken inträffar ytterligare 25.000 småbränder i bostadshus som boende/anställda släcker själva. Kunskap ger resultat!
- 110 omkommer varje år vid bränder. 90 av dem i bostadsbränder. Cirka 1000 personer skadas vid bränder.
- Brandskadekostnaden uppgår varje år till 6 miljarder kronor.

En olycka händer så lätt...

Brand i bostadshus är ojämeförligen det största brandproblemet i Sverige. Nästan 60 procent av alla bränder som inträffar sker i bostadshus. Under de senaste 10 åren har 1000 personer omkommit i bostadsbränder i Sverige, nära 8.000 personer har skadats och värden har förstörts för nästan 14 miljarder kronor.

Merparten av bränderna i våra bostadshus beror på den mänskliga faktorn - glömska, slarv, okunskap och ett felaktigt beteende. Det gäller bränder som uppstår genom rökning, levande ljus, glömd mat på spisen, trasiga elledningar, kortslutning och liknande.

Genom kunskap och information borde vi alla gemensamt kunna medverka till att bränderna i våra bostäder minskas. Därför görs nu krafttag i hela landet på en informationskampanj för Brandsäkrare bostäder.

Det tekniska brandskyddet i en bostad är också viktigt. I alla bostäder ska det finnas minst en fungerande brandvarnare, det är en mycket billig livförsäkring. Brandvarnaren reagerar snabbt och den räddar liv varje vecka i Sverige. Ett tidigt larm ger dig också kanske en liten möjlighet att själv släcka branden. En brandsläckare är också en bra investering. Ett annat bra tekniskt brandskydd är en jordfelsbrytare.

Men det viktigaste är att Du har kunskapen om brandskydd. Hur du ska förebygga brand och hur du ska agera om någonting skulle hända. I detta häfte får Du en hel del viktig information - läs och lär dig mer om brand. Du får också en grundläggande information om första hjälpen, krishantering, äldresäkerhet, barnsäkerhet och alarmering.

Myndigheten för samhällsskydd och beredskap (MSB) och Brandskyddsföreningen Sverige har beslutat om en rekommendation om brandskydd i en bostad. Följande ska finnas:

- Brandvarnare. Minst en i varje bostad. Testa varje månad.
- Pulversläckare, 6 kg
- Brandfilt 120x180 cm



Detta informationshäfte har producerats av FRIS. FRIS står för Föreningen Räddningskårer i Samverkan. Det är ett nätverk som finns representerat i 175 kommuner i Sverige. Vi arbetar med information och utbildning för att öka kunskapen om brandskydd i Sverige. Se gärna vår hemsida www.foreningenfris.se

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, gärna flera.
- 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 barnen.
- Dra ur kontakten när du använt kaffekokare och brödrost.
- Förvara inte brandfarlig vara i källare eller vindsförråd.
- Se till att spisfläkt och filter är fria från fett.
- Tillse att onödigt skräp och tidningar inte samlas i trapphus, källare eller på vinden.
- Container på gården? Säkerhetsavståndet till byggnad är 4 meter för täckt container och 6 meter för öppen container.
- 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, brandfilt 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 rollator 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 av högst 25 liter storlek. Förvara gärna behållarna i ett skåp.

BRANDVARNAREN

– vakar när du sover

En brandvarnare är en självklarhet i varje bostad. Brandvarnare räddar årligen många liv och är en av de billigaste livförsäkringar som du kan ha! De flesta dödsbränder inträffar under nattetid. Orsak är ofta sänggrökning, kvarglönt ljus eller elfel.



Brandvarnare är en billig livförsäkring.

FUNKTION

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. Du bör regelbundet, t.ex. varannan månad, kontrollera funktionen hos dina brandvarnare genom att trycka på testknappen. Du bör också kontrollera den när du varit borta en längre tid, t.ex. över en helgen.

Det finns idag brandvarnare med batterier som räcker 8-10 år. Har du inte en sådan skall du byta batteri varje år. Inför advent kan vara ett lämpligt tillfälle att byta batteri varje år. Funktionen i en brandvarnare blir sämre efter cirka 10 år. Byt brandvarnare vart tionde år! För de som har en hörselnedsättning eller är döva så finns det idag hjälpmedel, som gör att de varnas när brand-

varnaren ljuder. Kontakta i så fall närmaste hörcentral.

KRAV PÅ BRANDVARNARE

Myndigheten för samhällsskydd och beredskap har givit ut ett s.k. allmänt råd om att ett skäligt brandskydd i en bostad innebär att det ska finnas minst en brandvarnare. Det är fastighetsägarens ansvar att montera en brandvarnare i bostaden, men det är hyresgästen som ansvarar för skötseln och funktionskontrollen.

PLACERING

Brandvarnare bör placeras i tak utanför sovrum, i en stor lägenhet och villa med flera våningar bör det finnas flera brandvarnare. Glöm inte att sätta upp brandvarnare i fritidshus och tillfälligt sommarboende.

1000 döda vid bostadsbränder

Under de senaste 10 åren omkom i Sverige 1000 personer vid bränder i bostäder, 8000 skadades och skador vållades för 14 miljarder kronor. Vad som är anmärkningsvärt är att undersökningar av varje dödsbrand visar att vid mer än hälften (63 procent) av dödsbränderna saknades fungerande brandvarnare. Cirka 40 personer omkommer varje år i lägenhetsbränder i flerfamiljshus och lika många i villor/radhus.

LÄR DIG ATT INGRIPA

Alla bränder är små i början. Det är därför viktigt att veta hur man direkt ska agera om brand uppstår. Grundregeln är **VARNA - RÄDDA - LARMA** via 112 - **SLÄCK**.

- **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.



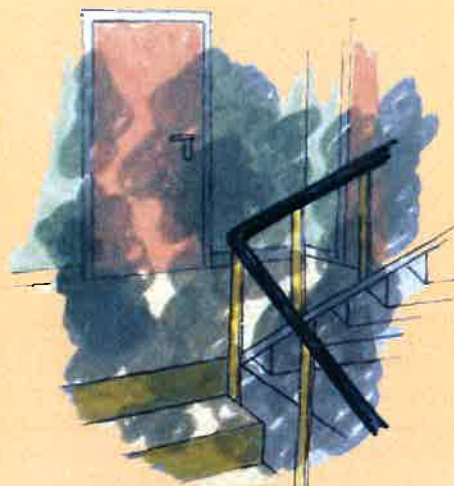
- Lär Dig begreppen. **NER UNDER RÖKEN** och **STÄNG IN BRANDEN.**

- GÅ ALDRIG UT I EN RÖKFYLLED TRAPPA -

Det är röken som dödar

Det är den giftiga röken som nästan alltid är dödsorsaken vid en brand. Därför är det viktigt att ha stor respekt för röken. Vid en brand i en hyresfastighet gäller följande viktiga kunskap:

- 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. Känner Du oro - ring 112.



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.



Hjälp oss stoppa de anlagda bränderna

- Se till att det inte finns pappersbuntar, kartonger och liknande i trapphus, källare och vindar. Ofta är det tillfället som gör att en "pyroman" tänder 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.

KOLLA UTGÅNGARNA

– spana in den gröna skylten

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.

KOLLA UTGÅNGARNA

Ta för vana när Du kommer till en festlokal, diskotek, bio, hotell (semestern!), varuhus, restaurang och liknande lokaler kontrollera var utgångarna finns. Spana in den gröna skylten. Det är den gröna skylten som numera alltid gäller.

TA ALLTID ETT LARM PÅ ALLVAR

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). Ta alltid ett larm på allvar. Agera direkt.



RÖKEN DÖDAR

– KRYP UT UNDER RÖKEN

Det är röken som dödar. Vid alla bränder utvecklas giftig rök. Brandröken innehåller många olika giftiga ämnen,



Så här får det inte se ut. Rökhörna i utrymningsväg.

till exempel cyanväte. På mindre än en minut kan Du vara medvetslös, om Du inandas brandrök. Blir det rökfyllt – kryp ut under röken. Längst nere vid golvet finns det som regel frisk luft något längre tid.

BRAND ÄR ETT HELVETE

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.

FAKTA OM ELSÄKERHET

- 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 stickkontakt, ett trasigt eluttag eller strömbrytare.
- Byt ut trasiga sladdar. 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 – ELSÄKERHET

- 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 fästningarna.
- 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 TV:n. Slå alltid av den med strömbrytaren på apparaten och inte med knappen på fjärrkontrollen. Dra ut sladden när du reser bort.



SATSA PÅ JORDFELSBRYTARE

- 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.
- Vid nyinstallationer är det numera lag på att jordfelsbrytaren ska skydda uttag i bad- och duschrum samt utomhus. Har Du har en gammal elinstallation, små barn eller om du arbetar mycket med elverktyg utomhus, kan det vara bra att installera en jordfelsbrytare som extra skydd. Diskutera frågan om installation av en jordfelsbrytare med en elinstallatör.

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 ner 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 klämmer sig också ofta i dörrar.

Bland de lite större barnen, 7-12 år, dominerar också fallolyckor och klämskador, 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 ett till fyra 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. Satsa på ett säkrare hem – här är några goda råd.



GODA RÅD FÖR ETT BARNSÄKERT HEM

- 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 sladddosor ska vara petsäkra.
- Drick 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.

FALLOLYCKOR

– Vanlig olycksorsak bland äldre

Varje år inträffar minst 1 600 dödsfall till följd av fallolyckor. Det är tredubbelt 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. Varje år söker cirka 84 000 äldre personer vård efter att ha fallit. Över 40 000 vårdas årligen på sjukhus efter att de råkat ut för en fallolycka.

SE ÖVER RISKERNA

Hur ser det ut hemma hos dig? Fundera några minuter över vilka risker som finns i ditt hem. Skriv ner dem och försök sedan att eliminera fallgropparna! Här följer några goda råd om hur du minskar risken att falla hemma.

- 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 trappstege, eller be om hjälp.
- Använd halkfria inneskor som sitter stadigt på foten.
- Bona inte golven.
- Se till att allmänbelysningen i bostaden är god. Installera gärna en nattlampa.
- Se till att badrumsgolvet är halkfritt. Använd halkmatta i badkaret eller duschen. Handtag i väggen vid badkar/dusch gör det lättare att hålla balansen. Se till att ha tvål, schampo och handduk inom räckhåll.



Följer du de här råden har du undanröjt några av de vanligaste orsakerna till fallskador.

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 sidoläge.



FÖRGIFTNING

- Vid misstanke om förgiftning ring omgående Giftinformationscentralen via 112 eller direktnummer 08 – 33 12 31. Följ deras anvisningar.
- Småbarn kan råka ut för förgiftning då barnet börjar utforska omgivningen.
- Symtom är ont i halsen, ont i magen, sömnhet, kräkning eller medvetslöshet. Leta efter förpackningar!
- Försök få den drabbade att dricka vatten, mjölk eller äta glass. Giftet späds då ut.
- I många fall är det bra om den drabbade kan kräkas. **UNDANTAG:** Kräkning får inte framkallas om den drabbade svält något frätande, till exempel lut, maskindiskmedel, rengöringsmedel.
- Ta med misstänkta förpackningar, flaskor och burkar vid läkarbesök.
- Gift på huden: Spola rikligt med vatten i minst 15 minuter. Ta av alla kläder som kommit i kontakt med giftet. Tvätta den skadade kroppsdelen försiktigt och grundligt med vatten.



BRÄNSKADOR

Spola omedelbart det brända området på kroppen med normalkallt vatten. Spola i minst 15 minuter. Täck därefter brännsåret med ett förband. Stick inte hål på brännblåsan om en sådan skulle bildas.

Obs ! Var beredd på att den skadade kan drabbas av chock.



SKÄRSÅR

Tvätta dina egna händer. Tvätta huden runt om såret med tvål och ljummet vatten. Därefter tvättar du själva såret från mitten och utåt. Vid behov för ihop sårkanterna med sårtejp.

Lägg ett skyddsförband. Låt förbandet sitta kvar 3-4 dygn om inte några komplikationer tillstår.

Om sårskadan måste ses över av läkare:

tvätta **inte** sårskadan.

Lägg ett skyddsförband och uppsök läkare.

Ta **inte** bort främmande föremål som trängt in i kroppen. Låt läkaren göra det.



TILLGÄNGLIGHET

– Är bästa stödet vid en akut kris

En vän eller släkting hamnar i en akut krissituation. Vad kan jag göra för att hjälpa? Kan jag själv ta upp det som hänt? Kanske upplevs det som påträngande om jag ringer nu igen ...

Frågorna är många när det som inte får hända ändå händer, och vi känner oss ofta hjälplösa när någon vi står nära drabbas. Den förtvivlan man möter kan väcka känslor av vanmakt och man tycker att allt man säger och gör blir fel.

Prästen Inga-Lill Malm har träffat många människor i kris.

– Det finns ett ord som är oerhört viktigt när man vill vara ett stöd. Ordet är "tillgänglighet".

BEREDD ATT LYSSNA

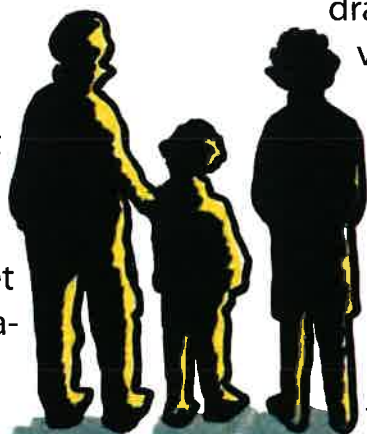
Att bara finnas där, beredd att lyssna till samma frågor om och om igen utan att den drabbade känner sig "tjätig", är kanske det bästa stödet av alla, menar Inga-Lill Malm.

– När någon har dött frågar man sig hela tiden "varför hände det, varför just han

eller hon". Många drabbade känner att de är till besvär när de upprepar sig. Men man måste få ställa de frågorna även om det inte finns något svar och man kan hjälpa de drabbade att ta reda på fakta, vad som verkligen hände under sjukdomen eller vid olyckan.

– Även barn, kanske i synnerhet just barn, har ett behov av konkreta detaljer. Jag minns en familj där mormor hade omkommit på Estonia. Mamman tog barnen till ett liknande fartyg och visade var mormor hade haft sin hytt. Det hjälpte barnen att bearbeta känslorna kring mormors död.

Man ska aldrig dra sig undan den drabbade. Men man måste vara beredd på att reaktionerna på kontaktförsöken kan vara väldigt skiftande. Ilska är ingen ovanlig reaktion. Men när det blir fel får man försöka vara stark och komma tillbaka vid ett annat tillfälle. Det sämsta man kan göra är att släppa kontakten.



Samhällets krisberedskap

- I varje kommun finns en s.k. POSOM-grupp som hjälper till vid krissituationer typ olyckor och svåra samhällsstörningar.
- Svenska kyrkan och andra trossamfund är en viktig resurs i krisarbetet.
- Andra organisationer som arbetar med krisstöd är Företagshälsovården, Röda Korset och Civilförsvarsförbundet.

LÄR DIG LARMA PÅ RÄTT SÄTT

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 FRÅN SOS 112

- 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 civilförsvarets 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.

VIKTIGA TELEFONNUMMER

Nödläge	112
Polisen, ej brådiskande	114 14
Nationellt informationsnummer	113 13
Räddningstjänst, ej brådiskande	Kommunens växel
Giftinformationscentralen	112 eller 08-33 12 31
Sjukvårdsrådgivning	1177
Läkemedelsrådgivning	0771-450 450

Informationsnummer 113 13

Du ringer 113 13 när du vill få eller lämna information vid olyckor och kriser i samhället. Det kan till exempel vara vid större stormar, influensaepidemier, större trafikolyckor, jordskalv och andra större händelser i samhället. Man kan dels få information dels kan man lämna information om en pågående händelse.

BRA HEMSIDOR FÖR INFORMATION

Myndigheten för samhällsskydd och beredskap (MSB)	www.msb.se
Allmän information om säkerhet	www.dinsakerhet.se
Brandskyddsföreningen	www.brandskyddsforeningen.se
Giftinformationscentralen	www.giftinformation.se
Socialstyrelsen	www.socialstyrelsen.se
Elsäkerhetsverket	www.elsak.se
SOS Alarm	www.sosalarm.se
Röda Korset	www.rodakorset.se
Brottsförebyggande rådet	www.bra.se
Civilförsvarsförbundet (hemsäkerhet)	www.civil.se
Folkhälsoinstitutet	www.fhi.se