



DIN SÄKERHET ÄR VIKTIG!

www.rtog.se

Räddningstjänsten Östra Götaland

DITT AGERANDE KAN VARA AVGÖRANDE

Vi inom räddningstjänsten jobbar för att alla ska ha det så tryggt och säkert som möjligt. I din vardag kan du dock hamna i riskfyllda situationer. Med rätt kunskap finns det mycket du själv kan göra för att undvika olyckorna.

Om olyckan ändå är framme kan ditt agerande vara skillnaden mellan ett litet tillbud och en olycka med förödande konsekvenser. Det är möjligt när du har kunskap och är förberedd.

Vi har god kunskap om vad som orsakar olyckor. Den kunskapen delar vi gärna med oss av!



KOM IHÅG!

Det är oftast den som är närmast en olycka som har bäst möjlighet att göra en betydelsefull insats.

Ju snabbare du agerar desto mindre blir ofta skadorna. Varje minut har stor betydelse.

SÄKRARE MOT BRAND

Några enkla tips för att skydda dig mot brand i hemmet:

BARNES LEK MED ELD Eld är spännande för barn. Förvara tändstickor och tändare så att barn inte kan komma åt dem. Låt aldrig barn leka med tändare eller tändstickor. Lär dem istället att hantera eld på ett säkert sätt.

KÖKSBRÄNDER Många bränder börjar på spisen. Genom att ha timer minimerar du risken för att glömda plattor orsakar bränder. Det kan även vara bra att ha ett lock i närheten av spisen så att du snabbt kan kväva en eventuell kastrullbrand. Om det börjar brinna i matfett eller olja ska du inte försöka släcka det med vatten! Kväv istället elden. Genom att regelbundet rengöra filtret i köksfläkten minskar du risken för att en brand ska sprida sig till ventilationen.

LEVANDE LJUS Ha alltid uppsikt över levande ljus och använd ljusstakar och dekorationer av obrännbart material. Lämna aldrig rum med brinnande ljus utan att släcka ljusen. Den som tänder, ansvarar även för att släcka.

SÄNGRÖKNING Rök aldrig när du ligger i sängen eller i soffan. Allt för många dödsbränder beror på att man somnar innan cigaretten slocknat. Och se till att askan är kyld när du tömmer den.

ELBRÄNDER Låt en behörig elektriker utföra dina elinstallationer och se till att ha jordfelsbrytare. Använd också rätt styrka på lampor. En för stark lampa skapar hög värme, vilket kan leda till att lampskärmen börjar brinna.

ANLAGD BRAND Lägg brännbart material så att obehöriga inte kommer åt det, exempelvis i låsta utrymmen eller inne i bostaden.

ELDNING Följ alltid tillverkarens rekommendationer. Elda aldrig med mer ved än vad eldstaden är dimensionerad för. Aska från eldstaden ska du lägga i en plåthink. Har du frågor om eldning, kontakta sotaren på din ort.



SÄKRARE MOT FALLOLYCKOR

Några enkla tips för att göra ditt hem säkrare mot fallolyckor:

PLACERA SAKER som du använder ofta så att du når dem utan att behöva använda stege eller pall.

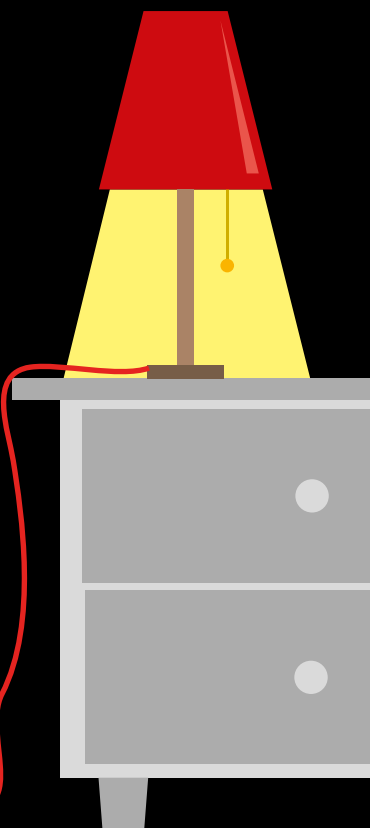
BEKÄMPA HALKA utanför ditt hus vintertid så minskar du risken för att du själv eller någon annan ramlar.

HA HALKSKYDD PÅ TRAPPOR så minskar du risken för att ramla i trappan. Dessutom kan halkskydd göra trappstegen mer synliga.

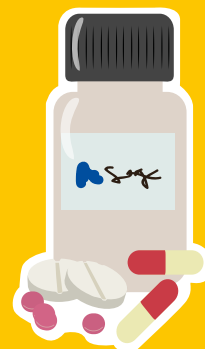
HA SVAG BELYSNING TÄND på natten. Då ser du var du sätter fötterna om du behöver gå upp.

SE TILL ATT SLADDAR och mattkanter inte ligger så att du kan snubbla på dem.

ANVÄND HALKSKYDD i badrum och badkar. Det förhindrar att såväl unga som äldre ramlar.



SÄKRARE MOT FÖRGIFTNING



Några enkla tips för att minska risken för att råka ut för förgiftning:

FÖRVARA LÄKEMEDEL, DISKMEDEL och andra kemikalier i låsta skåp eller på annat sätt som förhindrar att små barn kan komma åt dem. Rengöringsprodukter och läkemedel är ofta frätande och skadliga i fel doser.

SKRUVA ÅT LOCKET ordentligt på flaskor och burkar med farligt innehåll.

BRA UTRUSTNING FÖR ETT SÄKRARE HEM

Genom några enkla inköp kan du göra ditt hem säkrare:

BRANDVARNARE En brandvarnare kan vara skillnaden mellan liv och död. Ha minst en brandvarnare per våningsplan, per 60 m² och minst en i varje sovrum. Testa den minst en gång per år och köp en ny vart tionde år.

BRANDFILT Med en brandfilt kan du enkelt släcka mindre bränder genom att lägga filten över det som brinner.

BRANDSLÄCKARE Ha minst en brandsläckare hemma. En pulversläckare på sex kilo räcker.

TIMER TILL SPIS Är du orolig för att glömma spisen påslagen, skaffa en timer till spisen.

HALKSKYDD Sätt dit halkskydd i trappor så minskar du risken för fallolyckor. Många halkskydd består av lättmonterade remsor.



OM OLYCKAN ÄR FRAMME

Om olyckan ändå är framme kan du göra mycket själv för att minska konsekvenserna. Om det börjar brinna ska du ...

RÄDDA Om branden är liten kan du försöka släcka själv, exempelvis med brandfilt eller brandsläckare, men utan att ta för stora risker.

Går inte det ska du:

- Rädda dig själv och andra i din närhet.
- Krypa under röken om du ska ut.
- Stänga dörren till det rum där det brinner.
- Aldrig använda hissen.

Om du bor i lägenhet och det brinner någon annanstans i huset, är du säkrast i din egen lägenhet. Det kan vara livsfarligt att ge sig ut i trapphuset som kan vara fyllt med giftig rök!

VARNA Varna andra i närheten så att fler kan sätta sig i säkerhet.

LARMA Larma genom att ringa 112 och ange:

- Vad som har hänt.
- Var det har hänt.
- Vilket nummer du ringer ifrån.

SLÄCK Om det är möjligt kan du försöka släcka det som brinner, men ta inga risker. Tänk på att:

- Spruta på det som brinner, inte på lågorna.
- En brinnande kastrull släcks genom att du lägger på ett lock, använd aldrig vatten.
- En brinnande TV släcks genom att du först drar ut kontakten, sedan släcker du.

Du kan släcka det mesta med pulversläckare. Använd aldrig vatten på strömförande ledningar eller brinnande matolja eftersom vattnet börjar koka häftigt.

Om någon är allvarligt skadad ska du ...

Ta bort personen om den befinner sig i ett allvarligt och livshotande läge.

Om personen inte andas ska du:

LARMA 112 Påbörja hjärt-lung-räddning genom att ge 30 kompressioner (kraftiga tryck) på bröstkorgen och sedan göra två inblåsningar i munnen. Upprep det tills personen andas eller ambulans kommer.

Om en person har fått i sig något giftigt ämne ska du ringa 112 eller giftinformationscentralen. Lägg personen i stabilt sidoläge. Försök inte få personen att kräkas eftersom det kan orsaka ännu större invärtes skador.

CHECKLISTA

Om du regelbundet går igenom dessa punkter hemma, ökar du din säkerhet.

- 1 Fungerar brandvarnaren?
- 2 Finns brandsläckare?
- 3 Finns brandfilt?
- 4 Kontrollera brandrisker.
- 5 Kontrollera fallrisker.
- 6 Kontrollera förgiftningsrisk.
- 7 Kontrollera din hemförsäkring.
- 8 Gå igenom med alla i ditt hem vad ni ska göra om det börjar brinna.



LARMA OSS! 112

Är du i akut behov av räddningstjänst, polis eller ambulans, ska du ringa 112 och vara beredd att ange:

- Vad som har hänt.
- Var det har hänt.
- Vilket nummer du ringer ifrån.

Det kostar inget att ringa eller att få hjälp via 112. Men du ska bara ringa 112 vid absoluta nödlägen.



Tel. 010-480 40 00. Läs mer på www.rtog.se