

**RÄDDA DIG SJÄLV FÖRST,
så att du kan hjälpa andra.**

Nödnumret 112

1. Händelseplats?
- noggrann adress och kommun
2. Vad har hänt?

Utrymning vid en nödsituation

1. Om det brinner i din lägenhet, avlägsna dig snabbt. Stäng alla dörrar efter dig. Ifall det brinner någon annanstans är det sannolikt att din egen lägenhet är tryggaste platsen.
2. Det är möjligt att ta sig ut utan nyckel via alla reservutgångar som märkts ut. Gå till samlingsplatsen om det är tryggt att göra det.
3. Det är förbjudet att använda hiss vid alla nödsituationer.

Samlingsplatsen för denna byggnad finns:

Räddningsväg

Förhindra inte räddning av människoliv!
Håll räddningsvägar fria.

I händelse av brand

Andas inte rök! Röken dödar!

1. När du hör ljudet från en brandvarnare eller observerar rök ska du agera omedelbart.
2. Rädda dig själv och de som är i fara.
3. **Ring 112.**
4. Varna andra.
5. Släck om det är säkert att göra det.
6. Gå ut om det är säkert att göra det eller ifall det inte är möjligt att avlägsna sig ska du stänga dörrar och fönster.
7. Begränsa branden genom att stänga dörrar.
8. Vägled brandkåren till platsen.

Ifall det finns rök i trapphuset, stäng dörren och ring 112.



Meddela de andra som bor i trapphuset om du hör allmänna farosignalen. Myndigheterna varnar om gas-, strål- eller annan fara med allmänna farosignalen.

- **Förlytta dig eller stanna inomhus**, undvik källarvåningen. Gå inte till skyddsrummet ifall myndigheterna inte uppmanar till det.
- **Stäng** dörrar, fönster, vädringsluckor och ventilation.
- **Koppla på** radion och vänta lugnt på instruktioner.
- **Undvik** att använda telefonen så att förbindelserna inte blir överbelastade.
- **Avlägsna dig inte** från området utan uppmaning av myndigheterna, annars kan du på vägen bli utsatt för fara.

Första hjälpen anvisningar

Alla kan hjälpa. Våga du också!

Ring 112 och gör så här:

Säkra andningen

Det finns alltid risk för en medvetslös att kvävas, eftersom tungan kan böjas mot halsen och täppa till andningen. Eller en medvetslös kan kvävas i sina spyor.

1. Känn efter med kinden om patienten andas?
2. Om patienten andas, vänd i sidoläge och vänd hakan från bröstkorget. Följ med andningen.
3. Ifall patienten inte andas, påbörja hjärt-lungräddning.

Säkra blodcirkulationen

Stilla rikligt blodflöde med att trycka direkt med handen på såret. Tillverka efter det ett tryckförband med material som finns tillgängligt. Lösgör åtstramande kläder.

Meddela om fel eller störningar kl. 8 - 16:

Tfn

Övriga tider vid brådskande situationer:

Tfn

Bostadshusets säkerhetspersonal:

Tfn

Tfn

Tfn