

Säkerhetsanvisning för boende 1158 - Eestinlaakso 16

Pelastussuunnitelma löytyy Espoon Asuntojen kotisivuilta tai osoitteesta: <https://pelsu.fi/u/pBme>. Voit myös halutessasi lukea pelastussuunnitelman Espoon Asuntojen asiakaspalvelupisteessä.

ALLMÄNT NÖDNUMMER OCH POLISEN

112

FASTIGHETENS ADRESS

**Estdalen 16
02280 ESBO**

ELCENTRAL

A-talon pyörävaraston perällä.

HUVUDVATTENKRAN

A-talon lämmönjakohuone.

NÖDSTOPP FÖR VENTILATIONEN

Porraskäytävä, 4. Kerroksen seinällä.

SAMLINGSPLATS

Parkkialueet.

FASTIGHETSSKÖTSEL

**Tapiolan Lämpö Oy
Jour: 020 7505300**

SKYDDSRUM

Det finns ett skyddsrum i fastigheten.

B-talo: irtaimistovaraston perällä.

Egen beredskap innebär att man förebygger olyckor, skyddar människor, egendom och miljö i farliga situationer samt förbereder sig för olyckssituationer. Bra exempel på egen beredskap är att man själv kan ge första hjälpen och göra en första släckning. Räddningslagen förpliktar oss alla till att värna om den egna beredskapen.

Det är oftast lätt att **undvika olyckor**. Genom att omedelbart reagera på eventuella, farliga brister och trasiga redskap har man redan åstadkommit mycket. Säkerhetsbrister är till exempel oplogade gårdsvägar eller trasiga lampor i källaren. Observerade brister ska rapporteras till instansen som är ansvarig, t.ex. disponenten eller servicebolaget.

Hemförråd ska innehålla de livsmedel och andra förnödenheter, t.ex. läkemedel, vattenkär, reservlampor och batteridrivna radioapparater, som behövs för att man vid störningssituationer ska klara sig isolerad från den övriga världen i en vecka. Varje hem ska upprätta ett hemförråd. Det ska också underhållas och uppdateras efter behov. Hemförrådets innehåll kan variera till exempel enligt matvanor.

Det är lätt att **göra nödanmälan**. Nödnumret är **112** och fungerar nästan överallt i världen. Nödcentralen som besvarar nödsamtalet handleder dig så att du agerar rätt i alla situationer. Försök om möjligt att ta reda på var olycksplatsen ligger och olyckans art innan du

ringer nödnumret. Det bästa är om du vet den exakta adressen.

Att **söka skydd inomhus** är ett sätt att skydda sig mot hot som kommer utifrån, såsom radioaktiv strålning och kemikalier.

1. Gå in, stanna inomhus.
2. Stäng bostadens öppningar och ventilation.
3. Slå på radion och invänta lugnt instruktioner.
4. Blockera inte telefonlinjerna.
5. Avlägsna dig inte inifrån utan uppmaning från myndigheterna så att du inte hamnar i fara på vägen.

Den allmänna farosignalen är en stigande och fallande ljudsignal vars längd är en minut eller en nödunderrättelse från myndigheter. Agera i detta fall enligt anvisningen för att söka skydd inomhus. Längden på de stigande och sjunkande sekvenserna är 7 sekunder. Faran översignalen är en obruten ljudsignal vars längd är en minut. Den är ett meddelande om att hotet eller faran är över.

Vid brand ska du handla på följande sätt:

1. RÄDDA personer som är i omedelbar fara.
2. VARNA andra för faran.
3. LARMA. Ring 112.
4. SLÄCK BRANDEN, om du kan.
5. BEGRÄNSA. Stäng fönster och dörrar.
6. VÄGLED myndigheterna till platsen.

Skyldighet att hjälpa har vi alla. Med skyldighet att hjälpa avses de åtgärder som vi inom ramen för våra egna gränser kan göra för att förhindra olyckor och hjälpa dem som råkat ut för olyckor. Vi har även en skyldighet att hjälpa myndigheter enligt deras anvisningar.

Livräddande första hjälpen är en kunskap som alla bör öva regelbundet. Kurser arrangeras av till exempel Finlands Röda Kors. Syftet är att förhindra att patientens tillstånd förvärras innan professionell hjälp anländer. Kom alltså ihåg att även göra nödanmälan! Lär dig åtminstone följande färdigheter:

Framstupa sidoläge är för medvetslösa patienter. En medvetslös patient andas, men reagerar inte då man talar till eller skakar patienten. I stabilt sidoläge ligger patienten på sidan med huvudet bakåtlutat så att andningsvägarna hålls öppna. Kom ihåg att göra nödanmälan!



Syftet med **hjärt-lungräddning** är att upprätthålla blodcirkulationen och syretillförseln hos en person som inte andas, innan hjälp anländer till platsen. Vid hjärt-lungräddning trycker man 30 gånger på patientens bröst-korg och blåser 2 gånger, och upprepar dessa skeden.