

Varje medborgare har då och då en "dålig dag". En dålig dag kan bero på olika omsändigheter, men den sämsta dagen är i alla fall den som medför fara för människoliv.

I Finland händer det dagligen olyckor, till exempel eldsvådor och olycksfall. Om man känner till de farliga ställena och rättar till misförhållandena till exempel i sitt eget hem, kan var och en av oss förebygga olyckor och skador.

Storolyckor och olika störningssituationer som hotar en stor grupp människor kan orsaka en långvarig förändring i de dagliga rutinerna. Sådana situationer kan till exempel vara en stor kemikalieolycka, ett avbrott i el- och vattendistribution samt olika slags störningar orsakade av naturfenomen. Undantagsförhållanden som gäller en hel nation, till exempel ett krigshot som riktar sig mot Finland, ett krig och svårigheter som drabbar importen, orsakar långvariga förändringar i den dagliga verksamheten. Störningssituationer och undantagsförhållanden kräver att varje medborgare förbereder sig på egen hand.

Denna fickguide innehåller viktiga anvisningar om hur man skall handla samt tips för dåliga dagar.

I räddningslagen omnämns bland annat:

3 § Det övergripande handlingskyldighet Var och en som märker eller får veta att en eldsvåda har brutit ut eller att någon annan olycka har inträffat eller är överhängande och som inte genast ska släcka branden eller avvärja faran är skyldig att utan dröjsmål underrätta dem som är i fara, göra nödanmälan samt efter förmåga vidta räddningsåtgärder.

### UNDVIK DEN DÅLIGA DAGEN

Med hjälp av små åtgärder kan var och en undvika en dålig dag. Olycksfall inträffar mycket ofta i en bekant omgivning såsom hemma eller på arbetsresan.

Hemma kan du undvika olycksfall genom små vardagliga åtgärder, till exempel genom att se till att allmän ordning råder. lämna inte sax, knivar eller verktyg på sådana ställen att barnen kan få tag på dem. Tänk över var det är bäst att förvara lätt antändliga och giftiga ämnen, till exempel flytgas, målarfärg, tvättmedel eller mediciner. En del inomhusväxter är giftiga och måste hållas på sådana ställen att barnen inte kommer åt dem. Halvingsrisken är anpenbar i våtrummen, varför du alltid ska torka golvet efter användningen. På vintern kan man förhindra halkning genom att sköta om sin gårdspas, till exempel genom att sända gårdsvagnarna.

Genom att iaktta trafikregler och andra bestämmelser förhindrar du effektivt att det inträffar trafikolyckor, oberoende av om du rör dig med bil, cykel eller till fots. I trafiken är det särskilt viktigt att ta hänsyn till andra.

Hög brandsäkerheten i ditt hem:

välj inredningsmaterialen bland så brand-säkra material som möjligt, torka inte tvätt i bastun, lämna inte elddon på sådana ställen att barn kan komma åt dem, tänk efter på vilket underlag du ställer ett ljus eller en marschall. Ett ljus får inte lämnas brinnande utan övervakning. Elanordningarna måste vara i sådant skick att de motsvarar bestämmelserna. Se till att det finns tillräckligt med fritt utrymme omkring elapparaterna. Förvara ingenting ovanpå televisionsapparaten och stäng av strömmen på strykjärnet strax efter användningen.

Enligt räddningslagen är innehavaren av en lägenhet skyldig att se till att bostaden förses med brandvarnare eller andra anordningar som så tidigt som möjligt upptäcker en begynnande eldsvåda och larmar dem som finns i bostaden.

Testa brandvarnarens batterier en gång i månaden och byt ut batterierna en gång per år, till exempel 11.2.

Goda anskaffningar till hemmet är första-handsläckningsutrustning, t.ex släckningsfilt och handsäckare. Även förstahjälpsutrustningen hör till basutrustningen för varje hem.



### FÖRBEREDELSE PÅ EGEN HAND

I sin enklaste form innebär förberedelserna på egen hand att den enskilda människan förbereder sig för olika slags olycksfall och farliga situationer i sitt eget hem. Någon skriftlig plan krävs inte. Det är bra att tänka igenom, vilka farliga situationer som kan tillstå i det egna hemmet, hur farliga situationer skulle kunna undvikas och hur man, då ett olycksfall inträffar, bör handla.

Exempelvis i fall av en eldsvåda: hur man ska ta sig ut ur bostaden, hur man kan försöka släcka en eldsvåda som brutit ut, vilket nödnumret är, hur man ringer ett nödsamtal, vart man skall bege sig, huruvida jag kan ge första hjälp osv.

Enligt räddningslagen är de som äger eller innehar en byggnad eller som utövar industri- eller affärsverksamhet samt ämbetsverk, inrättningar och andra sammanslutningar är skyldiga att på ifrågakvarande plats och i sin verksamhet förebygga uppkomsten av farliga situationer samt att ha beredskap att vid överhängande fara skydda människor, egendom och miljön och att vidta sådana räddningsinsatser som de på egen hand förmår göra.

I räddningsförordningen fastställs de objekt för vilka ägare och innehavare på egen hand skall göra upp en räddningsplan.

Anvisningar för uppdraget av räddningsplan jämte blankettmodeller finns på Mellersta Nylands räddningsverks webbsidor [www.ku-pelastus.fi](http://www.ku-pelastus.fi).



### ALLMÄN ALARMSIGNAL OCH VARNING AV BEFOLKNINGEN

Allmän alarmsignal innebär omedelbar fara som hotar befolkningen. Den allmänna alarmsignalen ges i form av en oavbruten ljudsignal med stigande och sjunkande ton eller en varning som kungörs av en myndighet. Signalen larmar över är en oavbruten lång ljudsignal. Den meddelar att hotet eller faran är över.

Gör så här då du hör den allmänna alarmsignalen:

1. Bege dig inomhus. Håll dig inomhus.
2. Stäng dörrar, fönster, vädringsluckor och ventilationsanordningar.
3. Öppna radion och vänta lugnt på instruktioner.
4. Undvik att använda telefonen för att linjerna inte skall blockeras.
5. Avlägsna dig inte från området utan uppmaning från myndigheter så att du inte råkar i fara.



Mer information om platser och provningstidpunkter för befolkningskyddsövar i inom området för Mellersta Nylands räddningsområde får man på webbsidorna [www.ku-pelastus.fi](http://www.ku-pelastus.fi).

Befolkningen kan varnas och informeras på olika sätt, såsom med offentliga larmar och tom. radio, tv och internet.

Risk meddelande

Myndigheterna varnar befolkningen om olyckor, som hotar allvarligt befolkningens säkerhet eller egendom genom att ge en risk meddelande. Risk meddelanden överförs till befolkningen rikstäckande genom radio, tv och om så är nödvändigt också genom text tv och internet.

### BEFOLKNINGSSKYDD OCH SKYDSRUM

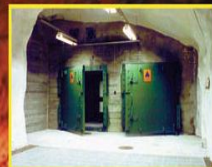
Civilförsvaret innebär utförande av humanitära uppgifter. Avsikten med de humanitära uppgifterna är att skydda civilbefolkningen mot faror som kommer sig av fientligheter och olyckor och att hjälpa befolkningen att undgå farornas omedelbara verkningar samt att skapa förutsättningar för överlevnad.

Den internationella symbol som används för att beteckna ett skyddsrum är en blå triangel på orange botten. Till de befolkningskyddsåtgärder som utförs under normala förhållanden hör planering och utbildning för undantagsförhållanden, byggande av skyddsrum/skyddskonstruktioner, upprätthållande av lednings-, övervaknings- och alarmsystem och datatrafikförbindelser samt beredskap för evakueringar, räddningsverksamhet, första hjälp, underhåll av befolkningen samt rensnings- och rengöringsverksamhet.

I skyddsrummen söker man i regel skydd endast då undantagsförhållanden råder. Att söka skydd blir aktuellt i områden där det förekommer en fara att skadas till följd av bombangrepp mm. eller till följd av en militär kärnexplosion. Då man förflyttar sig till skyddsrum sker det alltid på uppmaning av myndigheter.

Skyddsrummet ger skydd mot radioaktiv strålning, giftiga ämnen, byggnadsras samt vapenverkan. Skyddsrummet ska möjliggöra en tillräckligt lång vistelse i utrymmet. En oavbruten vistelse i skyddsrummet varar 2-3 dygn och en sammanlagd skyddsvidelse 10-14 dygn.

På Mellersta Nylands räddningsområde existerar inga allmänna skyddsrum. Man söker skydd i skyddsutrymmen hos bostadsbolag, företag och andra byggnader. Räddningsmyndigheten bestämmer skyddsplatsen enligt rådande läge.



### ÅTGÄRDER I FALL AV ELDVÅDA

1. Rädda dem som är i fara.
2. Kalla på hjälp, ring upp 112.
3. Försök släcka elden och begränsa den genom att stänga dörrar och fönster.
4. Vägled brandkåren till platsen.

### ÅTGÄRDER PÅ EN OLYCKSPLATS

1. Ta reda på vad som har hänt. Håll dig lugn.
2. Rädda den/de skadade från livsfara.
3. Kontrollera om den skadade är vid medvetande, andas, blöder mycket och om pulsen känns.
4. Kalla själv eller sänd någon annan att kalla mera hjälp till platsen genom att ringa nödnumret 112.
5. Undersök försiktigt om andra skador förekommer. Undvik onödiga förflyttningar av den skadade. Lugna den skadade om han/hon är vid medvetande.
6. Förhindra möjliga ytterligare olyckor, varna den övriga trafiken, handla på sidan om körbanan.
7. Om du är den första som kommer till olycksplatsen ska du handla genast. Ta hand om situationen tills räddningspersonalen anländer.

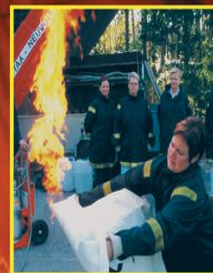
### ÅTGÄRDER I FALL AV GASFARA

Gasfara meddelas med allmän alarmsignal. Sök skydd inomhus. Om du känner lukten av gas efter att du sökt skydd inomhus:

1. Andas genom ett vätt klädesplagg eller tyg.
2. Håll dig på de övre våningarna tills faran är över.
3. Lyssna på radion.

Om du är ute och inte kan komma inomhus:

1. Tag dig snabbt bort från gasmolnet genom att gå vinkelrätt mot vinden.
2. Försök ta dig så högt upp som möjligt, till exempel upp på en backe.
3. Andas genom ett vätt plagg eller genom en gräs-, torv- eller mossruta.



### ÅTGÄRDER I FALL AV STRÅLNINGSFARA

Strålningssituationen övervakas oavbrutet i hela landet med automatiska mätstationsanordningar. Även små förändringar noteras genast och tillkännages utan dröjsmål. Strålningssituationer med allmän alarmsignal.



1. Bege dig inomhus. Stäng dörrar, fönster, vädringsluckor och ventilationsanordningar ordentligt.
2. Jodtabletter. Ta inte jodtabletter före myndigheternas uppmaning som du hör i radio eller TV.
3. Skydda mat och dricksvatten. Packa in framsatta livsmedel i plastpåsar eller täta kärl. Kylskåp, frysar och täta förpackningar skyddar mot radioaktivt stof.
4. Skydda huden och dricksvatten. Om du måste gå utan dröjsmål, använd dig av dricksvatten. Om du måste gå ut ska du använda en tät klädsel som täcker huden, till exempel regnkläder och andningsmask. Rengör dig omsorgsfullt då du kommer in på nytt.



### HEMFÖRRÄD

I varje hem borde det finnas ett hemförråd för speciella situationer. Ett hemförråd består av livsmedel för omkring en vecka som kontinuerligt används och kompletteras med mediciner, blöjor, jodtabletter och varor som underlättar olika slags aktiviteter. Sådana föremål är kärt för vattenhämtning, en bred tejpulle för till exempel tätande av vädringsluckor, en ficklampa, en batteridrivna radio för avlyssning av myndighetsmeddelanden samt batterier.

Hemförrådet behövs då en förändring i den normala vardagen inträffar. Orsaken till en förändring kan vara till exempel att en familjemedlem insjuknar, ett avbrott i vattendistributionen, ett långvarigt strömavbrott eller en strejk.



[www.ku-pelastus.fi](http://www.ku-pelastus.fi)

Cover 2



### MELLERSTA NYLANDS RÄDDNINGSVÄRK

Mellersta Nylands räddningsverk verkar som allmän räddningsmyndighet i städerna Hyvinge, Träskända, Kervo och Vanda samt på Mäntsälä, Nurmijärvi, Borgnäs och Tusby kommuners område.

### Kontaktuppgifter

Teknikervägen 4  
(Räddningscentralen)  
01530 Vanda  
Tel. (09) 8394 0000  
Fax (09) 8394 0010

E-post:  
[pelastuslaitos@ku-pelastus.fi](mailto:pelastuslaitos@ku-pelastus.fi)

Personliga e-postadresser:  
[fornamn.efternamn@ku-pelastus.fi](mailto:fornamn.efternamn@ku-pelastus.fi)

[www.ku-pelastus.fi](http://www.ku-pelastus.fi)

NÖDNUMMER

112