

SAFETYPEDIA



Safetypedia	4
Brottsförebyggande rådet	5
Nationella trygghetsundersökningen	5
Säkerhetstips inför sommar och semester	6
Säkerhetsappar.....	7
Viktiga telefonnummer, websidor och tips.....	8
Information om säkerhet och aktuella händelser	9
Information, vägledning och varningslistor	9
Information och vägledning kring SAM* och SBA**	9
Branschinformation och säkerhetsrådgivning	9
Tips för att undvika säkerhetsintrång på sociala medier	10
Tips för att bli mer cybersäker	10
Tips för att skydda mobiltelefonen.....	11
Skydda ditt företag mot Phishing	11
Värdeförvaring.....	13
Skydda värdefull och viktig egendom	13
Allmänt om inbrottsskydd	14
Väggar, golv och tak	14
Dörr, port och lucka	14
Låsning med godkänd låsenhet	14
Bakkantssäkring för slag- och svängdörrar, port eller lucka	15
Låsning av skjutdörr.....	15
Låsning av pardörr/parport	15
Låsning av rullgaller/jalusi	15
Industriport.....	15
Fönsterdörr	15
Låsning av dörr i utrymningsväg.....	15
Fönster och glasade partier	15
Öppningsbara fönster	16
Brandventilatorer och taklucka	16
Annan öppning	16
Larmanläggning	17
Kamerabevakning för privata företag.....	18
Information om brandskydd.....	20
Systematiskt brandskyddsarbete.....	20
Om det börjar brinna.....	20

Handbrandsläckare.....	21
Vid olycka eller skada	24
Första hjälpen	25
Krisstöd	25
Olyckor och sjukdomsfall	25
Beredskap och rutiner	25
Utrustning för första hjälpen	25
Information och utbildning.....	26
Första hjälpen på arbetsplatsen	26
Rutiner för krisstöd.....	26
Informera personalen.....	26
Viktigt att anmäla	27

Safetypedia

I Safetypedia har vi samlat information om säkerhet och säkerhetstips från myndigheter, branschorganisationer, föreningar och företag. Tanken är att häftet ska finnas tillgängligt på arbetsplatsen för all personal för att på ett enkelt sätt ta del av säkerhetsarbetet och hitta hänvisningar, instruktioner och svar gällande säkerhetsfrågor.

Vi kan dagligen ta del av rubriker i olika media om krig, våldsbrott, gängkriminalitet, skjutningar, stölder, bedrägerier och olika påverkanskampanjer från främmande makt, samtidigt som våra brottsbekämpande myndigheter har svårt att hinna med att utreda brott och därefter lagföra gärningsmän. Det kan ge en bild av att samhället är på väg att förlora kampen mot de kriminella och att det varken hjälper med förebyggande insatser eller att anmäla brott. Det riskera i slutändan att undergräva förtroendet för myndigheter och politiker, vilket på sikt är ett hot mot hela vårt samhälle och vår demokrati. Det är därför av största vikt att vi tillsammans står upp mot de kriminella, ser till att förebygga och minska risken för olyckor och brott både i arbetslivet som privatlivet och fortsätter jobba för ett tryggare och bättre samhälle tillsammans.

På nästa sida kan du läsa om Brottsförebyggande rådet, Brå, som årligen genomför den Nationella trygghets-undersökningen (NTU) vars syfte är att undersöka människors utsatthet för brott, upplevelse av oro och otrygghet samt förtroende för rättsväsendet, liksom brottsutsattas erfarenheter av kontakter med rättsväsendet. Undersökningen visar att andelen människor som känner en oro för brottsligheten i samhället har ökat under perioden 2017 till 2023. År 2017 uppgav 43% av de tillfrågade att de känner en oro, medan 53% av de tillfrågade uppgav att de känner oro år 2023.

Genom att alltid ha med säkerhetsfrågor på agendan vid personalmöten så involveras personalen naturligt i det systematiska säkerhetsarbetet och skapar en säkerhetskultur på arbetsplatsen. Se till att frågan ges utrymme och att alla får komma till tals och komma med inspel och idéer för att skapa ett engagemang och ett levande säkerhetsarbete. Se även till att utbilda er regelbundet och öva på t ex utrymning i händelse av brand och säkerställ att all personal har kunskap om era rutiner, larmplaner, återsamlingsplats mm vid eventuell olycka eller om ni blir utsatta för brott. Förberedelse och kunskap är framgångsfaktorer för att minska risken för olyckor och ger er förutsättningar att kunna hantera uppkomna situationer och minimera skador om en olycka ändå sker eller om du blir utsatt för ett brott. Kom ihåg att en trygg och säker arbetsplats är en förutsättning för att kunna bedriva en lönsam verksamhet som i sin tur ger förutsättningar till en positiv samhällsutveckling.

En bra minnesregel vid olycka eller skada kan vara **RUVA**

Reagera -> Undersök -> Värdera -> Agera

Exempel:

*Du **reagerar** på att det luktar brandrök*

*Du **undersöker** var lukten kommer ifrån*

*Du **värderar** situationen och vilka möjligheter du har*

*Du **agerar** genom att rädda, larma, släcka etc.*

Brottsförebyggande rådet

En viktig utgångspunkt för den svenska kriminalpolitiken är att arbeta för att förhindra att brott sker. Brottsförebyggande rådet ([Brå](#)) är en myndighet som verkar för att brottsligheten minskar och tryggheten ökar i samhället genom att ta fram fakta och sprida kunskap om brottslighet och brottsförebyggande arbete.

Brå arbetar på uppdrag av Sveriges regering och ofta i samverkan med andra myndigheter och organisationer.

Brå tar fram fakta för att sprida kunskap om brottslighet, brottsbekämpning och brottsförebyggande arbete, till i första hand regeringen och myndigheter inom rättsväsendet.

Nationella trygghetsundersökningen

Brå genomför årligen den Nationella trygghetsundersökningen (NTU) vars syfte är att undersöka människors utsatthet för brott, upplevelse av oro och otrygghet samt förtroende för rättsväsendet, liksom brottsutsattas erfarenheter av kontakter med rättsväsendet.

Nationella trygghetsundersökningen (NTU) har genomförts årligen sedan 2006 och mäter svenska befolkningens utsatthet för brott och upplevda trygghet samt dess förtroende för och erfarenheter av kontakter med rättsväsendet. Från och med NTU 2017 genomförs undersökningen med hjälp av webb- och postenkäter och bygger på ett urval på 200 000 personer i åldrarna 16-84 år. I det här verktyget kan du själv ta fram tabeller med resultaten från åren 2017-2023. Resultaten presenteras i viktade procentandelar. Information om hur många som svarat inom respektive grupp och geografiskt område går att ladda ner nedan.

[Här kan du själv ta fram tabeller med resultat från åren 2017-2023](#)

Tabell 1	Oro för brottsligheten i samhället						
	Resultat avser de som upplever oro i stor utsträckning. Andel i procent enligt NTU 2017 samt NTU 2018 samt NTU 2019 samt NTU 2020 samt NTU 2021 samt NTU 2022 samt NTU 2023.						
	Hela landet						
	NTU 2017	NTU 2018	NTU 2019	NTU 2020	NTU 2021	NTU 2022	NTU 2023
Totalt 16-84 år	43	42	43	47	45	46	53

Not: Här redovisas endast klara svar, dvs svarsalternativet "vet inte" har exkluderats.

Källa: Brottsförebyggande rådet

Säkerhetstips inför sommar och semester

Sommar och semestertider innebär tyvärr att bedragare och inbrottstjuvar ser sina chanser. Här kommer några tips som minskar risken att utsättas för brott i semestertider.

Falska sedlar

I takt med den minskade kontanthantering inom handel så blir många ovana att hantera sedlar och kunskapen om hur en äkta sedel känns och ser ut minskar, vilket bedragare inte är sena att utnyttja.

Rekommendationer

- Informera all personal som hanterar kontanter.
- Var noga med att kontrollera sedlar. När du kontrollerar en sedel bör du granska flera säkerhetsdetaljer i kombination. På www.riksbank.se kan du läsa mer om säkerhetsdetaljerna.
- Om du upptäcker en falsk sedel, ta inte emot den. Informera lugnt innehavaren att sedeln i fråga är skadad/saknar en del detaljer/känns annorlunda och att du därför inte kan ta emot den. Fråga om kunden har en annan sedel eller kanske kan betala med kort?
- Försök inte beslagta sedlarna eller ingripa mot innehavaren då detta kan vara förenat med risker.
- Om du kommit i kontakt med en falsk sedel, antingen att du upptäcker och nekar köp eller har tagit emot, polisanmäl snarast. Lättast är att polisanmäla direkt i [appen Säkerhetscenter](#).

Källa: Svensk Handel

Försvara för inbrottstjuven när du är bortrest

Tala om för dina närmaste grannar att du kommer vara bortrest ett tag. Grannars nyfikenhet och engagemang bryter den anonymitet som inbrott och stölder sker i skydd av. Vare sig du bor i ett villaområde eller i lägenhet blir grannarnas uppmärksamhet ett effektivt larmsystem som avskräcker tjuven. Grannsamverkan bygger på att man som grannar hjälper varandra. Be därför grannen att:

- tömma brevlådan
- klippa gräsmattan
- lägga hushållssopor i ditt sopkärl
- emellanåt ställa sin bil på din uppfart
- gå en runda i din trädgård för att se om något ligger framme som inte funnits där innan (t ex en tidning framför dörren, en sten på sopkärlet eller en omkullvält trädgårdsstol)
- tända och släcka inomhusbelysningen samt dra upp och släppa ned persienner - allt för att hemmet ska se bebott ut.

Grannsamverkan är den mest effektiva brottsförebyggande metoden. Ju mer rörelse i närområdet desto bättre!

Källa: Polisen.se

Säkerhetsappar

Vi rekommenderar att ladda ner och använda några säkerhetsappar från verifierade utgivare för att hålla dig uppdaterad om säkerhetsläget, ta del av varningar och viktig samhällsinformation. Ju mer information du har, ju tidigare kan du agera på eventuella händelser och förebygga brott och bedrägerier.

Säkerhetscenter

Säkerhetsappen **Säkerhetscenter** är en kostnadsfri och smidig tjänst som du kan ladda ner till din smartphone. Appen erbjuder en rad smarta och lättanvända funktioner såsom:

- Anmäl brott på minuten
- Varningar
- Samarbeta i grupper
- Krishantering
- Checklistor med säkerhetstips

112 SOS Alarm

Med **112-appen** kan du känna dig trygg med att få information om händelser som sker i din närhet. Sker en brand, trafikolycka, explosion eller båtolycka i ditt närområde får du direkt information om det och vet då också att händelsen är omhändertaget och behöver inte själv kontakta 112.

I appen får du även information om VMA, viktigt meddelande till allmänheten, och annan krisinformation. I appen finns också en enkel webbutbildning för vuxen-HLR.

Krisinformation

I appen kan du få information om kriser, händelser och olika samhällsstörningar både nationellt och regionalt. Du kan också prenumerera på notiser för Viktiga meddelanden till allmänheten (VMA) och annat redaktionellt material.

I appen hittar du även checklistor för hur du kan förbereda dig för allvarliga händelser. Med hjälp av checklistorna kan du förbereda dig för till exempel strömavbrott och översvämningar eller få tips på vad du kan tänka på om du använder sociala medier i en kris. Checklistorna går även att komma åt när du är offline.

Röda Korsets Första hjälpen

Röda Korsets första hjälpen-app ger dig snabb hjälp om hur du ska agera vid ett olycksfall eller akut sjukdom. Den ger enkla och tydliga tips, kunskap som kan rädda liv! Appen har även många bra tips på hur du ska hantera mindre livshotande situationer så den är bra att läsa för att vara förberedd om en olycka eller akut sjukdom drabbar någon i din närhet.

Apparna finns för både iOS och Android och laddas ner på AppStore respektive Google Play.

Viktiga telefonnummer, websidor och tips

I händelse av olycka, akut hjälp eller sjukvårdsupplysning så finns ett par viktiga telefonnummer att ha koll på.

112

Nödnummer vid akuta nödsituationer då det är fara för liv, egendom eller miljö.

112 är ett EU-gemensamt nödnummer. Ringer du 112 så kommer du till larmcentralen i det landet du befinner dig.

113 13

Nationellt informationsnummer vid olyckor och kriser.

Tjänsten är tillgänglig dygnet runt, årets alla dagar. All information som ges är verifierad, d v s avstämd med exempelvis ansvarig myndighet.

114 14

Polisens telefonnummer för icke akuta polisärenden och används för anmälningar, tips och upplysningar. I första hand ska du använda polisens e-tjänster på polisen.se.

1177

Nationellt telefonnummer för sjukvårdsrådgivning som du kan ringa dygnet runt.

Källa: SOS Alarm

Anmäl bluff-sms till nummer 7726

Polisen och mobiloperatörerna har tillsammans tagit fram ett nummer dit du kan vidarebefordra ett misstänkt bluff-sms. Numret är 7726 och motsvarar ordet SPAM på knappsatsen.

Tips!

Lägg in nödkontakter i din mobiltelefon. ICE står för engelskans In Case of Emergency och betyder i händelse av nödsituation. ICE används internationellt. Det är numret till den person eller de personer som du vill att någon ska ringa om du råkar ut för en olycka eller blir hastigt sjuk. Kom ihåg att informera de du har som nödkontakter och att de vet om eventuella sjukdomar, allergier eller läkemedel som du använder så att de kan informera sjukvårdspersonalen.

Det är vanligt att ha något slags lås i mobiltelefonen för att inte vem som helst ska kunna öppna och använda den. I många mobiltelefoner finns olika förinstallerade funktioner eller appar som gör att det går att se ICE-informationen även om telefonen är låst. Det kan skilja mellan olika telefoner hur man skriver in en ICE-kontakt och hur man kommer åt numret när telefonen är låst, så sök information t ex via webben eller ta hjälp av kunnig närstående eller bekanta.

Källa: 1177

Skriv ner telefonnumren till dina närmast anhöriga på en papperslapp som du alltid har med dig i plånboken eller i mobilens fodral/skal för att ha tillgång till om mobiltelefonen slutar att fungera eller strömmen tar slut.

Ta med en fulladdad powerbank när du är på resande fot för att alltid ha tillgång till ström och kunna ladda t ex mobiltelefonen.

Information om säkerhet och aktuella händelser

Krisinformation www.krisinformation.se

Myndigheten för samhällsskydd och beredskap www.msb.se

Polisen www.polisen.se

Information, vägledning och varningslistor

Integritetsmyndigheten www.imy.se

Internetstiftelsen www.internetkunskap.se

Svenska Stöldskyddsföreningen www.sakerhetskollen.se

Information och vägledning kring SAM* och SBA**

Arbetsmiljöverket www.av.se

Brandskyddsföreningen www.brandskyddsforeningen.se

Myndigheten för samhällsskydd och beredskap www.msb.se

Prevent www.prevent.se

*SAM: Systematiskt arbetsmiljöarbete

**SBA: Systematiskt brandskyddsarbete

Branschinformation och säkerhetsrådgivning

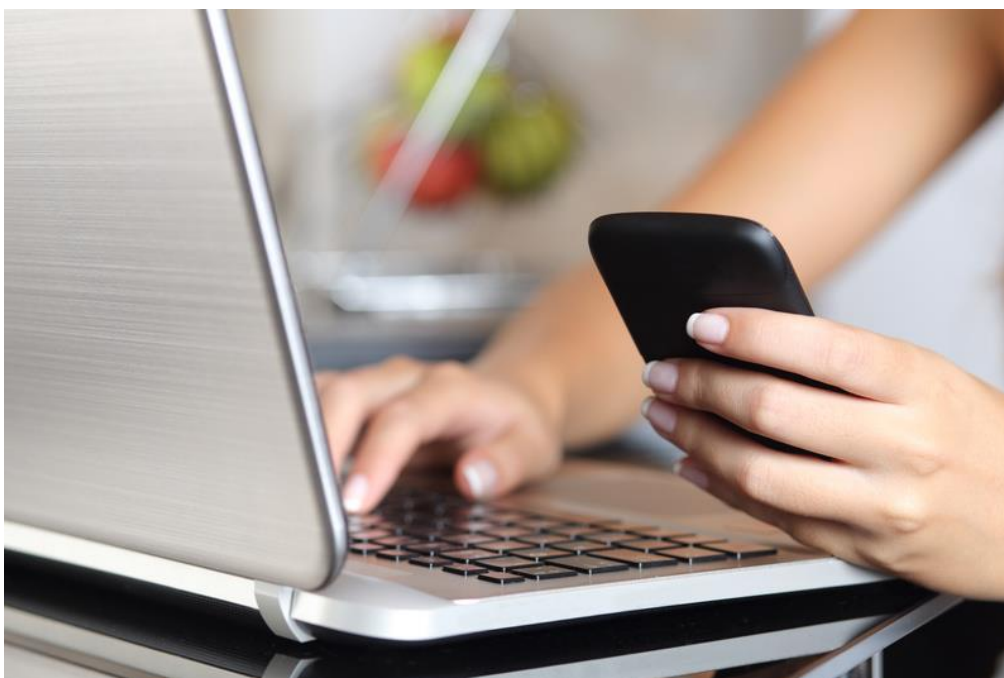
Organisationen Sveriges Servicestationer www.oss.se

Svensk Handel www.svenskhandel.se

Transportföretagen www.transportforetagen.se

010-471 86 80 Säkerhetsrådgivning via Svensk Handel.

Nås även via sakerhet@svenskhandel.se



IT- och cybersäkerhet

Vårt samhälle är beroende av fungerande och säker uppkoppling dygnet runt och därmed oerhört känsligt för angrepp och intrång. Därför är det av stor vikt att skydda alla uppkopplade enheter och t ex använda sig av starka lösenord, brandväggar och antivirusprogram.

Tips för att undvika säkerhetsintrång på sociala medier

- Ha starka och unika lösenord för varje konto, gärna i form av lösenordsfraser.
- Dela aldrig privata uppgifter med någon annan.
- Godkänn inte vänförfrågningar från okända personer utan att först verifiera deras identitet.
- Logga ut från sociala medier när du inte använder dem.
- Var kritisk till meddelanden från "vänner," särskilt när det handlar om ekonomiska förfrågningar.

Källa: Stöldskyddsföreningen

Tips för att bli mer cybersäker

1. Utbildning och medvetenhet

Utbildning av personal är avgörande. Många cyberhot kommer i form av phishing eller andra riktade attacker som kan undvikas om anställda är väl utbildade för att känna igen dem.

2. Regelbunden uppdatering

Se till att all programvara och alla system regelbundet uppdateras och förbättras för att skydda mot kända sårbarheter.

3. Brandväggar och antivirusprogram

Använd kraftfulla brandväggar och antivirusprogram för att skydda företagets nätverk och system.

4. Tvåfaktorsautentisering

Implementera tvåfaktorsautentisering (2FA) för att lägga till ett extra lager av säkerhet till dina system.

5. Säkerhetskopiering av data

Regelbundna säkerhetskopieringar (var 5:e dag enligt cybervillkorets säkerhetsskrifter) och återställningsplaner är nödvändiga för att skydda företagets data om det skulle inträffa en säkerhetsincident.

6. Intrångsdetektering och förebyggande system

Dessa kan identifiera och svara på hot innan de kan orsaka skada.

7. Riskbedömning

Rangordna vad som är viktigast för företaget att skydda vid ett cyberangrepp. Förenklar processen att identifiera potentiella sårbarheter och ta steg för att åtgärda dem.

8. Användarbehörigheter

Minska risken för interna hot genom att noggrant hantera vem som har tillgång till vad. Detta innebär att tillämpa principen om minsta privilegium, där varje användare endast ges den åtkomst de behöver för att utföra sina uppgifter.

9. Incidenthanteringsplan

Ha en plan på plats för hur man ska svara på ett cybersäkerhetsintrång. Denna plan bör inkludera steg för att isolera system, identifiera källan till intrånget, ta bort hotet och återställa data och funktioner.

Det är a och o både inom mindre och stora företag, att ha duktiga och erfarna medarbete som ansvarar för cybersäkerheten. De kan identifiera de mest kritiska riskerna och besluta om rätt skyddsåtgärder. Dessa personer kan fungera som utbildande i verksamheten. Ta hjälp utifrån om kompetensen inte finns internt. Slutligen, när du funderar på var du ska börja någonstans - kom ihåg att det är bättre att göra någonting än ingenting alls!

Källa: Länsförsäkringar

Tips för att skydda mobiltelefonen

1. Ha **alltid kodlås** på telefonen. Att inte ha det är som att gå hemifrån utan att låsa dörren. En del väljer att ta bort kodlåset för att det blir enklare att använda mobilen, men ta inte den risken.
2. Se till att **operativsystemet är uppdaterat**. De som vill bryta sig in blir alltmer kreativa. De stora operatörerna har ett gediget säkerhetstänk och om du uppdaterar direkt när ett nytt operativsystem har kommit så har du alltid, inte bara den senaste tekniken, utan också den bästa säkerheten.
3. Det är jätteviktigt att ha **personliga lösenord**. Det kan vara frestande att inom ett företag ha gemensamma lösenord för enkelhetens skull, men det är riskabelt om man kopplar upp sig på olika wifi-nätverk när man till exempel reser eller jobbar hemifrån. Hamnar gemensamma lösenord i orätta händer är hela företags data oskyddat.
4. Ta hjälp av en **lösenordsgenerator**. Det finns bra gratisvarianter. Med en generator får du både hjälp att välja säkra lösenord och att förvara dem på ett tryggt sätt.
5. **Klicka inte på länkar utan att säkerställa varifrån de kommer**. Var särskilt uppmärksam på hur avsändaren stavar sin mejladress – vid en snabb blick kan man till exempel tro att mejlet kommer från Google, men tittar man nog kan ett "o" saknas. Var försiktig med vad du klickar på.
6. **Ladda bara ner välkända och betrodda appar**. Och uppdatera dem så fort en ny version kommit. Man kanske bara ser att designen är annorlunda, men oftast är även säkerheten förbättrad i och med den nya uppdateringen.
7. Använd helst bara den **egna mobilen som hotspot** om du är på en publik plats och behöver koppla upp din laptop eller surfplatta för att jobba.
8. Om din data är slut och du måste använda ett publikt nätverk, till exempel ett kafés, så fråga vad **nätverket heter och om lösenordet**. Om en person vill göra intrång kan den nämligen befinna sig i närheten med ett öppet nätverk med ett snarlikt namn som kaféets för att lura dig att använda det.
9. När du väl surfar på ett publikt nätverk så **logga aldrig in på banken** eller i viktiga affärssystem om du **inte har ett VPN**.

Du kan alltså med relativt små medel hålla oinbjudna gäster borta från jobbmobilens – **det gäller bara att vara lite extra medveten och uppmärksam**. Tänk säkert!

Källa: Tre

Skydda ditt företag mot Phishing

Phishing, eller nätfiske som det heter på svenska, är ett samlingsbegrepp för de olika försök till uppgiftsfiske som sker över internet. Det sker vanligen via mejl där avsändaren utger sig komma från ett väletablerat företag alternativt ser ut att komma från en myndighet. I mejlet finns en bifogad länk eller fil som mottagaren omedelbart klickar på för att exempelvis verifiera inloggningsuppgifter. I de flesta fall är bedragarna ute efter kortuppgifter eller lösenord kopplade till företaget, men det kan även röra sig om att skadlig kod eller virus laddas ner till enheten. Samma upplägg kan ta sig uttryck via sms (då kallat smishing) eller via telefon (vishing) men syftet är detsamma – att förmå mottagaren att lämna ut inloggnings- eller kortuppgifter, alternativt förmå mottagaren att ovetandes ladda ner skadlig kod eller virus till sin enhet vilket kan få förödande konsekvenser, inte minst ekonomiskt.

Så minskar du risken att drabbas av phishing, smishing och vishing:

- Ha rutiner för säker hantering av mejl
- Avsätt tid och bestäm vilka rutiner som ska gälla. Uppmuntra till att rapportera problem eller händelser när något gått fel, eller nästan gått fel.
- Var misstänksam mot meddelanden från okända avsändare eller med konstigt innehåll från tillsynes kända avsändare.
- Om någon ringer upp och du är osäker på uppringarens identitet, lägg på luren eller be att få ringa tillbaka på ett nummer du själv känner till.
- Klicka aldrig på länkar och öppna aldrig filer i mejl från okända avsändare.
- Lämna aldrig ut koder, lösenord eller kontouppgifter till någon.
- Gå aldrig med på att göra banköverföringar eller "virtuella" betalningar till någon du inte känner.

Källa: Svensk Handel



Värdeförvaring

Skydda värdefull och viktig egendom

Behoven att förvara värdefull och viktig egendom på ett säkert sätt ökar alltmer. Ofta sker förvaringen i skåp med olika grad av skyddsnivå beroende på vad som ska skyddas. Det gäller alltså att välja rätt skåp med rätta egenskaper och skyddsnivåer för det du ska förvara

Säkerhetsskåp SSF 3492

För förvaring av vapen och hemlig handling enligt Polismyndighetens föreskrifter. Godkända för förvaring av tobak. Saknar brandskydd. Vapenförvaring styrs av vapenlagen och reglerna som Polismyndigheten ställer upp. Säkerhetsskåp klassade enligt SSF 3492 är ett grundkrav.

Anm. SSF 3492 benämndes tidigare SS 3492.

Värdeskåp enligt SS-EN 1143-1

Klassas efter sina inbrottskyddande egenskaper och kan i vissa fall även vara brandklassade. Skåp tillverkas i olika klasser vilka benämns grade 0 – XIII. Det är graden som ligger till grund för vilken nivå av värden som får förvaras i skåpet.

Värdeskåp används för förvaring av kontanter, smycken värdehandlingar och annan stöldbegärlig egendom.

Deponeringskåp och serviceboxar enligt SS-EN 1143-2

Klassas efter sina inbrottskyddande egenskaper och benämns i olika grade, från D1 till D6 (Deponeringskåp) eller NX – NXX (serviceboxar). Det är graden som ligger till grund för vilken nivå av värden som får förvaras i skåpet.

Stöldskyddskåp enligt SS-EN 14450

Stöldskyddskåp har ett lägre inbrottskydd än värdeskåp. Stöldskyddskåp klass S2 kan användas för förvaring i hemmet. Stöldskyddskåp finns även med brandklassning.

Övriga skåp

Utbudet av olika skåp är stort. Ofta sammanblandas skåp för värdeförvaring som beskrivs ovan med andra typer av skåp, t ex dokumentskåp och dataskåp, vilka inte har inbrottskydd.

Brandskydd

Då krav på brandskydd finns ska skåpen vara provade och certifierade enligt SS-EN 15659, SS-EN 1047-1 eller NT Fire. Siffran i brandklassningen anger hur många minuter som skåpet skyddar innehållet.

Anm. Kassaskåp med benämningen SS 3493 finns endast på äldre skåp och är inbrottsklassat som säkerhetsskåp med brandskydd, minst brandklass 60 P.

Källa: SSF Svenska Stöldskyddsföreningen

Allmänt om inbrottsskydd

Försäkringslokalens omslutningsyta, väggar, golv, tak, dörrar, fönster och andra öppningar ska ge ett efter förhållande godtagbart skydd mot inbrott. Inbrottsskyddet ska både försvåra inbrott samt även försvåra bortförande av egendom. Dessutom bör inbrottsskyddet vara avskräckande så att en eventuell angripare väljer att avstå från att utföra inbrottet.

Att kombinera ett bra mekaniskt inbrottsskydd med ett bra larmsystem samt att säkerställa att en eventuell angripare inte kan arbeta ostört är alltid det bästa skyddet.

Det mekaniska inbrottsskyddet delas in i tre nivåer, skyddsklasser, där skyddsklass 2 är den som gäller för de flesta företagslokaler. Ersättning kan reduceras eller helt utebli om avvikelser från dessa krav finns och detta har haft betydelse för inbrottets uppkomst eller omfattning.

Ett bra sätt att säkerställa att valda produkter uppfyller angivna standarder och klasser är att välja certifierade produkter.

Vem kan hjälpa mig som företagare eller nybliven företagare?

Försäkringsbolaget kan hjälpa till med vilka krav som ställs för att ersättning ska utgå vid en skada.

SSF Svenska Stöldskyddsföreningen kan via telefon eller mail hjälpa till med vad som krävs för att uppnå försäkringsbolagens krav i specifika fall.

Låssmeden kan vara behjälplig med vilka typer av skydd som kan komma ifråga utifrån försäkringsbolagens krav.

Väggar, golv och tak

Försäkringslokalens omslutande väggar, golv och tak ska ge ett godtagbart skydd mot inbrott. Inbrottsskyddet ska upprätthållas upp till minst 4 meter över mark eller annat ståplan. Yttertak belägna under 4 meter från mark eller åtkomliga på annat sätt, t.ex. från närliggande byggnad, skärmtak eller fast monterad stege, ska också hålla ett godtagbart inbrottsskydd. Väggar invändigt i byggnaden som utgör försäkringslokalens omslutningsyta ska alltid upprätthålla ett godtagbart inbrottsskydd ända upp till bärande bjälklag.

Dörr, port och lucka

Dörr, port och lucka i försäkringslokalens omslutningsyta ska vara motståndskraftig mot inbrott. I första hand ska produkter som uppfyller gällande standarder för inbrottsskyddande dörrar användas. Dörr, vilken uppfyller krav i SSF 1078 klass 2 eller SS-EN 1627 RC 3, är godtagbar. Låsning ska ske enligt avsnitt 4. Vid montering ska alltid monteringsanvisningen följas.

Låsning med godkänd låsenhet

Godkänd låsenhet består av låshus med rak regel/hakregel, ut och invändig låscylinder med tillhörande behör eller tillhållarpaket samt till låshuset hörande slutbleck och dörrförstärkningsbehör. Låsenhetens samtliga delar ska uppfylla kravet i SSF 3522 lägst klass 3. Till låset passande dörrförstärkningsbehör klass 4 ska monteras.

Observera att det inte ska vara möjligt att låsa upp från någon sida utan tillgång till passande nyckel.

Bakkantssäkring för slag- och svängdörrar, port eller lucka

Utåtgående dörr, port och lucka ska vara säkrade mot utbrytning av bakkanten med en bakkantssäkring. Företrädesvis används bakkantsbeslag som uppfyller SS 3487 klass 2 eller gångjärn med inbyggd bakkantssäkring alternativt annat likvärdigt beslag

Låsning av skjutdörr

Oavsett om skjutdörren är elektriskt manövrerad eller inte ska den låsas mekaniskt. Låsning ska ske med godkända låsenheter. Hakregellås ska alltid användas. Låsning ska ske i dörrens framkant och bakkant. Pardörrar ska låsas samman på mitten och i respektive bakkant.

Låsning av pardörr/parport

Låsning ska ske med godkänd låsenhet. Dörrförstärkningsbehör ska monteras vid slutblecket så att bortbrytning av slutblecket försvåras. Den inaktiva dörren ska även reglas mot karm i ovkant och i underkant. Regling sker enklast med hävarmskantreglar eller invändigt monterad låsbar spanjolett.

Låsning av rullgaller/jalusi

Oavsett om rullgallret/jalusin manövreras elektriskt eller inte ska den låsas mekaniskt. Låsning ska ske med godkänd låsenhet enligt avsnitt 4 eller med speciellt lås som uppfyller SSF 1079. Låsen monteras på insidan av rullgallret/jalusin i eller i närheten av ena gejderskenan. Även en spärrning av rullgallret/jalusin vid den andra gejderskenan bör finnas.

Industriport

Portar så som slag-, vik-, skjut- eller taksjutportar ska uppfylla SSF 1074 klass 2. Vanligtvis är förstärkning och/eller komplettering av befintlig industriport nödvändig för att ge ett godtagbart skydd mot inbrott. Portens ena ytskikt ska utgöras av minst 1 mm stålplåt. Eventuella ljusinsläpp monterade i gummilister ska alltid försees med invändigt monterade inkrypningskydd, se avsnitt 16.

Oavsett om industriporten manövreras elektriskt eller inte ska den låsas mekaniskt. Låsning av taksjutport ska ske med minst en godkänd låsenhet med speciellt lås som uppfyller SSF 1079.

Fönsterdörr

Fönsterdörrar erbjuder vanligtvis ett lågt inbrottskydd och ska bytas mot dörr enligt avsnitt "Dörr, port och lucka" eller förstärkas enligt samma avsnitt. Låsning ska ske med godkänd låsenhet.

Låsning av dörr i utrymningsväg

Dörr i utrymningsväg ska alltid låsas med godkänd låsenhet. För att garantera att den godkända låsenheten är upplåst när någon vistas i försäkringslokalen och därmed ge en säker utrymning, ska den godkända låsenheten försees med en elektrisk upplåsningskontroll. Sammankoppling ska ske med en för verksamheten väsentlig funktion, t.ex. belysningen. Även ett eventuellt inbrottslarm kan användas för att säkerställa upplåsning. Avsikten är att det ska vara omöjligt att vistas i lokalen utan att den godkända låsenheten låses upp. Räddningstjänstens synpunkter bör inhämtas.

Fönster och glasade partier

Fönster och glasade partier belägna lägre än 4 meter från mark eller annat ståplan ska vara i gott skick och så infästa i byggnaden att de inte utan avsevärd svårighet kan demonteras utifrån. Fönsterruta som monterats utifrån, t.ex. isolerglasruta, ska säkras med envägsskruvar i fönsterlister alternativt fogmassa runt hela glaskanten eller på annat sätt som ger ett motsvarande skydd mot demontering.

Öppningsbara fönster

Öppningsbart fönster beläget lägre än 4 meter från mark eller annat ståplan ska vara stängt och reglat. På marknaden vanligen förekommande reglingsutrustning godtas. Dessa fönster ska även förses med fönsterlås. Fönsterlåset ska uppfylla SS 3620 klass A eller annat likvärdigt lås. Invändigt monterat, i byggnaden infäst, inkrypningskydd, t.ex. stålgaller, laminerat glas eller polykarbonat godtas också. Infästningen ska vara sådan att inkrypningskyddet inte utan avsevärd svårighet kan demonteras.

Brandventilatorer och taklucka

Brandventilator och taklucka belägen på tak under 4 meter från mark eller åtkomlig på annat sätt, t.ex. från närliggande byggnad eller fast monterad stege ska vara försedd med inkrypningskydd. Inkrypningskydd ska bestå av fast eller öppningsbart galler.

Inkrypningskyddet ska täcka hela öppningen. Infästning ska ske stadigt i separat ram fastsatt i tak eller karm innanför befintlig lucka så att demontering inte kan ske utifrån utan avsevärd svårighet. Öppningsbart inkrypningskydd ska låsas med godkänd låsenhet enligt avsnitt "Låsning med godkänd låsenhet".

Annan öppning

Annan öppning större än 150 x 300 mm, t.ex. ventilationsintag eller svagt infäst ljusinsläpp i port/dörr belägen lägre än 4 meter från mark eller annat ståplan ska vara försedd med inkrypningskydd.

Källa: Gjensidige



Larmanläggning

Beroende på hur din verksamhet ser ut behöver ditt företags lokaler bevakas enligt en viss larmklass. Larmklassernas syfte är att utgöra en allmän branschstandard.

För att ditt företags försäkring ska gälla krävs vanligtvis ett larm enligt en viss larmstandard, eller larmklass. Vilken larmklass just du behöver beror bland annat på vilken typ av verksamhet du bedriver och hur högt skyddsvärde som finns på företaget. Larmklasserna är gemensamma för alla försäkringsbolag, vilket underlättar både för installatör, leverantör och försäkringsbolagens handläggare. Det finns fyra larmklasser, men för de flesta verksamheter gäller larmklass 1 eller 2.

Larmklass 1

Larmövervakningen ska utföras som invändigt volymskydd med minst två volymdetekterande detektorer. Anläggningen i sin helhet får kopplas till och från genom låsförkopplare vid entrén. Exempel på användningsområden: bostäder och företag med lägre skyddsvärde.

Larmklass 2

I klass 2 ska larmövervakningen utföras som skalskydd, kompletterat med invändigt volymskydd. Till- och frånkoppling utförs i centralapparaten eller via separat manöverpanel. Exempel på användningsområden: bostäder med stort värde samt företag.

Det finns olika typer av överfallslarm som används för företag. Huvudsakligen delas de in i två kategorier:

- Överfallslarm
- Bråklarm

Generellt tillkallas väktare eller polis vid ett överfallslarm, medan åtgärden vid ett bråklarm är att tillkalla hjälp från den egna personalen eller en väktare.

Källa: SSF Svenska Stöldskyddsföreningen och Securitas Direct



Kamerabevakning för privata företag

Företag som vill kamerabevaka måste följa reglerna i dataskyddsförordningen och kamerabevakningslagen. Det är ni som ansvarar för att er verksamhet följer kraven i lagstiftningen. Mer information och regler gällande kamerabevakning finner du på Integritetsmyndighetens [hemsida](#). Här nedan följer några korta utdrag från imy.se.

Ändamål

För att kamerabevakningen ska vara tillåten krävs att ni har ett specifikt och berättigat ändamål med den. Ändamålet sätter ramarna för vad ni får och inte får göra.

Rättslig grund

För att kunna bevaka behöver ni stöd av en rättslig grund i dataskyddsförordningen. Den rättsliga grund som i allmänhet blir tillämplig för kamerabevakning är att ni gjort en intresseavvägning. Det innebär att ni ska väga era behov och intressen av att bevaka mot det intrång i människors personliga integritet som kamerabevakningen innebär. Ni måste göra bedömningen och dokumentera den innan ni inleder kamerabevakningen.

Berättigat intresse

Det är viktigt att tänka på att ni måste ha ett så kallat berättigat intresse för att kamerabevaka. Ett berättigat intresse kan till exempel vara att förebygga brott och skadegörelse. Viktigt är också att det är ett faktiskt intresse. Det innebär att det ska vara fråga om ett verkligt förhållande.

Tillstånd

Som privat företag behöver ni inte något tillstånd för kamerabevakning så länge ni inte utför en uppgift av allmänt intresse.

Lagringstid och behörighet

Ni måste ta ställning till när man får titta på det inspelade materialet och vem eller vilka på företaget som ska få behörighet titta på det. Det är inte tillåtet att slentrianmässigt titta på inspelat material eller titta på materialet i andra syften än för de som man uttryckligen bestämt att man ska bevaka för.

Bevakningsmaterialet ska sparas så kort tid som möjligt

Det är som utgångspunkt alltid tillåtet att spara bevakningsmaterialet under tre dygn. Om ni vill spara materialet längre än så måste ni motivera varför.

Plats och tid för bevakningen

Det är viktigt att ni inte bevakar en plats som är större än nödvändigt med hänsyn till ändamålet med bevakningen. Detta eftersom det inte är tillåtet att samla in onödigt mycket personuppgifter, vilket kan ske om en större plats än nödvändigt bevakas. Är det inte möjligt att rikta kameran så att den inte filmar en onödigt stor plats finns det tekniska lösningar som kan maskera områden som filmas.

Den bevakades rättigheter

Om ni bevakar är det viktigt att känna till och ha rutiner för att hantera de rättigheter som den som blir bevakad har i förhållande till den som bevakar.

- Vid kamerabevakning är det viktigt att informera om bevakningen.
- Det är inte tillåtet att sätta upp dolda kameror utan att informera den som blir bevakad.

Bevakning av personal

Det är inte tillåtet att rutinemässigt bevakna personalen för att kontrollera hur de utför sina arbetsuppgifter. Vill ni bevakna er personal krävs tungt vägande skäl, till exempel misstanke att era anställda begår brott på arbetstid.

Förhandla med facket

Om ni som arbetsgivare vill sätta upp bevakningskameror finns det en skyldighet att förhandla med en arbetstagarorganisation enligt 11-14 §§ lag (1976:580) om medbestämmande i arbetslivet.

Ljud

För att kunna spela in ljud krävs att ni har tungt vägande skäl då detta anses vara särskilt integritetskänsligt. Ni måste då kunna visa att behovet av ljudinspelning väger tyngre än de bevakades intressen.

Ansiktsigenkänning

Vill ni använda ansiktsigenkänningsteknik, alltså teknik för att entydigt identifiera en person utifrån en digital bild, betyder det att ni behandlar så kallade biometriska uppgifter. Det räknas som känsliga personuppgifter i dataskyddsförordningen och har ett starkare skydd. För att kunna behandla känsliga personuppgifter krävs, förutom stöd i en rättslig grund, att ni uppfyller ett av undantagen mot förbudet av behandla dessa uppgifter.

Vad händer om ett företag bevakar olagligt?

IMY kan besluta att ett företag som bryter mot reglerna i dataskyddsförordningen ska betala en administrativ sanktionsavgift. Avgiften kan som mest vara 20 miljoner euro eller fyra procent av bolagets globala årsomsättning, beroende på vilket belopp som är högst. För de något mindre allvarliga överträdelserna gäller ett maxbelopp på 10 miljoner euro eller 2 procent av den globala årsomsättningen.

Källa: Integritetsmyndigheten



Information om brandskydd

Systematiskt brandskyddsarbete

Alla ska arbeta systematiskt med sitt brandskydd. Det innebär att du metodiskt ska gå igenom ditt behov av brandskydd, se till att det fungerar och att alla i organisationen har den kunskap och det material som är nödvändigt.

Systematiskt brandskyddsarbete (SBA) gäller alla organisationer, oberoende av storlek och verksamhet. Ledningen har det yttersta ansvaret, men säkerhetsansvarig, brandskyddsansvarig, skyddsombud och övrig personal är viktiga medarbetare i sammanhanget.

Dagens krav enligt lagen om skydd mot olyckor 2 kap 2 § anger i princip att ansvaret för förebyggande brandskydd faller direkt på ägaren eller nyttjanderättshavaren av en byggnad eller anläggning.

Ingen verksamhet är den andra lik. Ett systematiskt brandskyddsarbete skapar rutiner utifrån varje företags egna förutsättningar, och kan vara en del i det ordinarie kvalitetsarbetet. Du väljer själv tillvägagångssätt och kan göra detta själv eller ta hjälp av konsulter eller andra experter.

Om det börjar brinna

Hur väl förberedd du än är kan olyckor och brand trots allt uppstå. Då kan ditt agerande vara direkt avgörande om det börjar brinna. Gör du rätt saker i rätt ordning kan du förutom att rädda liv också undvika att branden sprider sig. Det ska du göra om det börjar brinna:

Rädda först de som är i livsfara – men utsätt dig inte för risker. Ta dig ut så snabbt du kan. Kom ihåg att den giftiga röken alltid stiger uppåt. Ta dig ner under röken – nere vid golvet är det lättare att se och andas. Gå aldrig ut i ett rökfyllt trapphus. Om du kommer till en stängd dörr – öppna den inte utan att först ta reda på om det brinner på andra sidan. Känner du på dörren upptill och den är varm brinner det förmodligen på andra sidan.

Stäng alla dörrar bakom dig. Stängda dörrar hindrar branden från att sprida sig snabbare.

Varna alla som hotas eller påverkas av branden så att de också kan sätta sig i säkerhet.

Larma räddningstjänsten genom att ringa 112. Möt upp räddningstjänsten när de kommer.

Släck branden om du bedömer att du klarar det. Använd en brandsläckare och rikta mot glöden – inte mot lågorna.

Ovanstående ordning är enbart en rekommendation. Det är den aktuella situationen som avgör i vilken ordning du verkligen ska agera.

Källa: Brandskyddsföreningen

Checklista

Viktigt för dig som bedriver verksamhet i publik lokal:

- Ha fungerande brandlarm som hörs i hela lokalen.
- En uppdaterad utrymningsplan och förutbestämd återsamlingsplats behöver finnas.
- Se till att alla i organisationen har utbildning och befogenheter för att kunna agera i en akut situation och utse en utrymningsledare på varje våningsplan.
- Var tydlig med skyltning som visar utrymningsvägar och vid behov även nödbelysning.
- Utrymningsvägar ska ha fri passage och vara fria från brännbart materiel.
- Se till att ni har tydliga rutiner och en tydlig organisation kring vad som sker när larmet startar.
- Om det finns brandfarlig och/eller explosiv vara i lokalen behöver du vara uppdaterad på vilka regler som gäller kring hanteringen av dessa och om tillstånd behövs. Med brandfarlig vara avses brandfarliga gaser, vätskor och brandreaktiva varor.
 - Läs mer: [Vad är brandfarliga varor?](#)
 - Läs mer: [Regler gällande förvaring av brandfarliga varor i verksamheten](#)
 - Läs mer: [Söka tillstånd för hantering av brandfarliga varor \(LBE\)](#)
 - Läs mer: [Söka tillstånd för explosiva varor](#)
- Möt upp räddningstjänsten när de kommer. De vill veta om alla är ute ur byggnaden, vad som har skett samt om det finns eventuella risker i verksamheten, till exempel gasflaskor eller brandfarlig vätska.
- Kontakta alltid räddningstjänsten på 112 vid brand eller olycka.

Handbrandsläckare

Med en handbrandsläckare kan du snabbt ingripa när du upptäcker en brand. Det kan innebära skillnaden mellan en liten eld och en fullskalig brand. Med andra ord skillnaden mellan en mindre olycka och en katastrof.

Handbrandsläckare är avsedda för snabba insatser mot bränder som ännu inte växt sig alltför stora. Det finns olika handbrandsläckare som lämpar sig mer eller mindre bra vid olika tillfällen.

Olika typer av handbrandsläckare

Olika bränder kräver olika släckmedel. Därför har man delat in handbrandsläckare i olika klasser: A, B, C, D och F.

Klass A - glödbrand. Brand i fibrösa material såsom trä, papper och textil.

Klass B - vätskebrand. Brand i brännbara vätskor som till exempel bensin eller olja.

Klass C - gasbrand. Brand i gasol, stadsgas med mera.

Klass D - metallbrand. Brand i aluminium, magnesium med mera.

Klass F - fettbrand. Brand i fett, matolja vid exempelvis en fritös eller ett stekbord.

Tidigare fanns även beteckningen E som innebar att släckaren var godkänd för att släcka brand i elektrisk utrustning. På nyare släckare står det i klartext på brandsläckaren.

I publika lokaler ska en handbrandsläckare generellt vara röd för att vara lätt att hitta och känna igen, den ska dessutom vara markerad med en skylt. I hemmiljö kan man välja andra färger på sin

handbrandsläckare eftersom man kan förutsätta att man vet var den är placerad. En designad släckare kan vara lättare att placera i hemmet och leder till att fler har en släckare hemma.

Europeisk standard för handbrandsläckare är SS-EN 3.

Pulversläckare (ABC-släckare)

Pulversläckare är den bästa släckaren för privatpersoner. De är lätta att använda, klarar alla olika typer av bränder och har en bra räckvidd, omkring 5-7 meter, beroende på vind. Jämfört med andra handbrandsläckare har pulversläckare bäst släckeffekt per kilo släckmedel. De är inte frostkänsliga och passar därför att förvaras både utomhus och i fordon. Släckmedlet leder inte ström och är därför godkända för släckning av bränder i elektrisk utrustning.

Koldioxidsläckare/Kolsyresläckare (B-släckare)

Koldioxid är ett gasformigt släckmedel som innehåller koldioxid i vätskefas. Den tränger bort luften och kväver branden. Koldioxid fungerar för brand i vätskor som olja och lämpar sig därför bra i restaurangkök (alternativt ska en fettbrandsläckare väljas).

Koldioxiden är ett rent släckmedel som inte leder elektricitet vilket gör dem lämpliga för användning i bland annat elcentraler och i laboratoriemiljöer

Skumsläckare (AB-släckare)

Många av dagens skumsläckare innehåller miljöfarliga och hälsoskadliga fluortensider (PFAS) och håller på att fasas ut från marknaden. Den ersätts av en ny typ som kallas vätskesläckare. De släckare som redan finns på arbetsplatser behöver inte bytas ut nu utan detta görs i samband med service av släckaren. För mer information kontakta din lokala leverantör.

Släckmedlet i en skumsläckare består huvudsakligen av vatten med ett tillsatsmedel som ger högre släckeffekt. Eftersom det är relativt lätt att sanera efter användning lämpar de sig exempelvis butiker, gallerior och kulturmiljöer. Den är bra vid användning mot bränder i fibröst materiel typ trä, papper, textilier samt brännbara vätskor som olja, bensin och diesel. Kastlängden är cirka 4-5 meter.

Skum är inte lämpligt som släckmedel vid brand i vattenlösliga vätskor som alkohol och aceton. Om du ska släcka en brand i alkoholer krävs ett speciellt alkoholresistent skum.

Var aktsam vid användning av skumsläckare i samband med brand i elektrisk utrustning, nyare modeller är godkända för släckning i elektrisk utrustning upp till 1000 volt. Om du ändå använder en skumsläckare (eller vattensläckare) försök att dra ur sladden till den brinnande elektriska apparater innan du släcker för att minska risken för strömöverföring.

Förvara skumsläckare inomhus då släckmedlet är frostkänsligt.

Vätskesläckare (A-släckare)

Är en ny typ av släckare som innehåller vatten med tillsats för högre släckeffekt. Den är lämplig i offentliga miljöer där det finns risk för brand i fibrösa material.

Skillnaden mellan en vätskesläckare och en vattensläckare är den tillsats som används i vätskesläckaren som sänker ytspänningen och ökar kyleffekten. Tillsatsen ger en högre släckeffekt. En vätskesläckare har ungefär dubbel släckeffekt jämfört med en vattensläckare.

Vätskesläckaren innehåller inga fluortensider (PFAS) och är därmed ett mer miljövänligt alternativ än skumsläckaren. Vätskesläckaren har en kastlängd på 4-5 meter och är frostkänslig.

Vattensläckare (A-släckare)

En vattensläckare är bra vid bland annat glödbränder i trä, tyg, papper och andra fibrösa material. Om vattnet placeras helt rätt går det teoretiskt sett att släcka en större brand med vattensläckare men i huvudsak är det mindre glödbränder som vatten lämpar sig för.

Vatten ska helst inte användas vid bränder i bensin och andra petroleumprodukter eftersom det har dålig effekt. Tänk på att vatten är strömförande och därför inte ska användas vid släckning av inkopplad elektronik. Använd heller aldrig vatten för att släcka en brand i olja eller fett. Det kan vara direkt livsfarligt.

Kastlängden hos en vattensläckare är 4-5 meter och tänk på att vattensläckare är frostkänsliga.

Fettbrandsläckare (F-släckare)

Fettbrandsläckare är fyllda med en släckvätska speciellt framtagen för släckning av matfett och olja och rekommenderas framförallt till restaurangkök där det finns fritös eller stekbord.

Eftersom fett som brinner når en mycket hög temperatur, upp till 400 grader Celsius, är risken för personskador stor. Försök aldrig släcka en sådan brand med vatten, det kan vara livsfarligt! Vattnet strävar efter att lägga sig under oljan och förångas explosionsartat och leder till att den brinnande oljan kastas åt alla håll med risk för personskador och spridning till ventilationssystem.

Det finns dessutom stor risk för återantändning efter släckning om fettets inte kyls tillräckligt, töm därför hela släckaren över det brinnande fettets, även om branden har slocknat. Var alltså extra vaksam på att en ny brand inte uppstår på grund av fettets inte är tillräckligt kylt.

Släckaren har en kort kastlängd och man måste gå nära det som brinner, det är därför lämpligt att ha ett par arbetshandskar vid användning av fettbrandsläckare.

Källa: Storstockholms brandförsvaret



Vid olycka eller skada

L-ABC – när människor skadas kan det upplevas som stressande och obehagligt. För att komma ihåg vad som är viktigast kan du använda minnesregeln L-ABC.

L - Livsfarligt läge

Innan du börjar hjälpa, tänk på Livsfarligt läge. Se dig omkring och kolla att platsen är säker. Försök ta reda på vad som har hänt. Överblicka situationen och kontrollera om det finns några potentiella faror. Varna, så att ytterligare skador kan förhindras. Försök sedan, om möjligt, att undanröja faror för den skadade och andra.

Närma dig endast olycksplatsen om du kan göra det utan risk. Om situationen inte är säker och du inte kan hjälpa utan att utsätta dig själv för fara, larma 112. Invänta sedan räddningspersonal på säkert avstånd från platsen.

A - Andning

Skapa en öppen luftväg och kontrollera om den skadade andas.

Medvetlös som andas normalt: placera i stabilt sidoläge.

Medvetlös som inte andas normalt: larma 112 och starta hjärt- och lungräddning, HLR.

B - Blödning

Stoppa yttre blödning genom att hålla tryck på såret.

C - Cirkulationssvikt

Förebygg cirkulationssvikt - låt personen ligga ned, förhindra avkylning.

Ring 112 så snart du kan och situationen tillåter. Är ni flera hjälpare kan någon av er larma tidigare.

112 är ett särskilt nödnummer där samtalen besvaras av en SOS-operatör som skickar den hjälp som är nödvändig. SOS-operatören ställer följande frågor:

Vad har hänt?

Var har det hänt?

Vilket telefonnummer ringer du ifrån?

Försök hålla dig så lugn som möjligt och beskriv tydligt vad som har hänt, var det har hänt, vem som behöver hjälp och varför.

SOS-operatören hjälper dig och kan även behöva mer information när hjälpen är på väg, så stanna kvar i samtalet så länge operatören säger att du ska göra det.

Ring endast 112 när du är i en nödsituation som kräver omedelbar hjälp, till exempel vid fara för liv, egendom och miljö.

Källa: Svenska Röda korset

Första hjälpen

Med första hjälpen menas de hjälpinsatser som måste genomföras direkt då en person blivit skadad eller akut sjuk. Det kan exempelvis vara att hålla en person vid liv fram till att ambulansen kommer eller att minska skadorna genom att genast spola ögonen om någon har fått stänk av frätande ämne. Första hjälpen innebär också att se till att den skadade eller sjuke kommer under vård. För att klara av detta behöver man ha en beredskap för första hjälpen.

Krisstöd

En kris beskrivs ofta som en händelse där ens tidigare erfarenheter och inlärd reaktionssätt inte räcker för att jag ska förstå och kunna hantera situationen. En kris kan utlösas av ovanliga och oväntade händelser, exempelvis en arbetsolycka eller en situation där man blivit utsatt för våld eller hot. Vissa yrkesgrupper utsätts oftare än andra för psykiskt påfrestande situationer. Alla människor reagerar olika. En mental förberedelse inför vad man kan utsättas för, kan vara till hjälp. Glöm inte att såväl den skadade som de som varit med vid olyckan kan behöva krisstöd. Med krisstöd menas det omedelbara omhändertagandet av en person i kris i form av till exempel avlastningssamtal, samt eventuella efterföljande professionella insatser.

Olyckor och sjukdomsfall

Gå igenom vilka olyckor och sjukdomsfall som kan inträffa på ditt arbete. Riskerna kan vara olika beroende på verksamhet. Hantering av farliga maskiner kan till exempel ge klämskador. Kemikalier kan ge frätskador eller kvävning. Fysisk aktivitet som lek och idrott under skolraster innebär ofta en ökad risk för olyckor och skador. Ensamarbete är en risk i sig att ta hänsyn till, inte minst för att det kan vara svårt att tillkalla hjälp. Om det finns risk för hot och våld är det särskilt angeläget med beredskap för krisstöd. Arbetskadestatistik, egen eller från Arbetsmiljöverket över branschen eller yrket, samt egen tillbuds- och skaderapportering kan användas vid riskbedömningen.

Beredskap och rutiner

Innan en skada har inträffat ska man ha skaffat sig en beredskap där bland annat arbetsfördelningen bestämts. Man har också tänkt igenom vilka hjälpmedel som kan behövas i form av utrustning för första hjälpen, tillgång till transportfordon, larmsystem med mera. Att planera och organisera första hjälpen och krisstöd är inget "en gång för alla" jobb. Det är viktigt att planeringen följs upp och är aktuell. Skapa rutiner för detta. Glöm inte beredskap för att ta hand om akut sjukdom. Det kan till exempel handla om astmaanfall, insulinkänningar eller hjärtinfarkt. Någon på arbetsplatsen kan ha informerat om att han eller hon har hälsoproblem som kan kräva akuta hjälpinsatser. Det är lättare att ge hjälp om man i förväg satt sig in i vad som behöver göras. Företagshälsovården kan ofta hjälpa till med riskbedömning och planering av första hjälpen och krisstöd. Även sjukvården och räddningstjänsten kan vara till hjälp. Inom skolan kan skolhälsovården anlitas. Det kan finnas behov av överenskommelser med företagshälsovård eller kommun om hjälp vid krisstöd. I några kommuner finns beredskapsgrupper för psykiskt och socialt omhändertagande (POSOM-grupp) för att kunna hjälpa enskilda och grupper av individer. På vissa sjukhus kan det finnas en psykosocial krisledningsgrupp (PKL-grupp).

Utrustning för första hjälpen

Det är viktigt att gå igenom vilken utrustning som kan behövas. Förvara utrustningen säkert men lättillgänglig och se till att den hålls komplett och fungerar. Ofta kan det vara tryckförband och lindor som behövs. För skador som kan inträffa utomhus är det bra att ha filter att kunna hålla den skadade

varm med. Skyddshandskar mot blodsmitta är också bra att ha. Glöm inte att se över behovet av anordning för ögonspolning och nöddusch. Om man hanterar ämnen som kräver en lång spoltid (15 minuter), behöver spolvätskan vara tempererad. Det är då bra att ha en fast installerad ögonusch med tempererat vatten.

Information och utbildning

Rätt utrustning och en bra organisation för första hjälpen räcker inte. De som är verksamma på arbetsplatsen (anställda, inhyrd personal och elever) måste få information om riskerna och hur första hjälpen är organiserad. Det är viktigt att uppgiftsfördelningen är klar och att alla vet vad de ska göra när något har hänt. Det kan finnas behov av återkommande information och praktiska övningar för att allt ska fungera så bra som möjligt vid en olycka eller akut sjukdomsfall. För att kunna ta fram en beredskap för krisstöd behöver chefer och arbetsledare ha kunskap om detta. Det är bra om en grundläggande utbildning i krisstöd ingår som en naturlig del i chefsutbildningen. Även beredskapen för krisstöd ska vara kända hos de anställda och alla ska vara klara över sin uppgift.

Första hjälpen på arbetsplatsen

På arbetsplatsen ska det finnas tillräckligt många personer som kan ge första hjälpen. Hur många som behövs bedöms bland annat utifrån vilka risker som finns, arbetsplatsens storlek, skiftarbete, arbetsstyrkans geografiska utspridning och avståndet till sjukvård. Det är viktigt att utbildningen anpassas till olycksriskerna på arbetsstället. Det bästa är att vända sig till sin företagshälsovård för utbildning. Precis som beredskapen så behöver utbildningen hållas aktuell med återkommande praktiska övningar. Första hjälpenrådet kan vägleda om lämplig utbildning och andordnare se www.civil.se/forsta-hjalpen-radet På lämpliga ställen ska det finnas anslag med uppgift om;

- var utrustning för första hjälpen finns
- vem som kan ge första hjälpen
- telefonnummer till larmtjänst och taxi
- adress och eventuell färdbeskrivning till arbetsplatsen.

Rutiner för krisstöd

Det är viktigt att ta hand om personer som hamnat i kris, att trösta och lugna. Visa att du bryr dig och finns till hands. När personen har lugnat sig behöver han eller hon få prata om vad som har hänt och berätta om sina upplevelser. Lämna aldrig en person i kris ensam och se till att någon finns hemma och tar emot innan den drabbade får hjälp att åka hem. Man kan behöva sätta in åtgärder som samtal och/eller tillfällig omfördelning av arbetsuppgifter och ansvar. Ibland behöver man ta beslut om specialinsatser, det vill säga om personen kommer att behöva extra stöd i form av krisgrupp, professionell krishanterare eller annan insats. Det är viktigt att dessa hjälpinsatser kommer till stånd utan att den drabbade tvingas ta ställning till om dessa är nödvändiga eller "om man klarar sig själv". En person i kris kan inte ta ett sådant beslut. Det är viktigt att vara lyhörd för signaler på ohälsa en tid efter det inträffade. Det är bra om det i beredskapsplanen framgår vilka överenskommelser som finns med företagshälsovården om specialinsatser. En uppföljning kan lämpligen planeras in en tid efter det inträffade. Inom yrkesgrupper där man ofta utsätts för risker eller starkt känslomässigt krävande situationer är det extra viktigt med upplägget för det krisstödjande arbetet.

Informera personalen

Efter en allvarlig händelse som exempelvis en svårare olycka eller dödsfall är det bra att samla personalen och informera om vad som hänt. Man kan berätta hur olyckan gått till, vilka som har blivit skadade och hur de mår. Detta för att slippa spekulationer och ryktesspridning och för att ge arbetstagarna möjlighet att tala om det som hänt. Det är viktigt att varje olycka eller allvarlig händelse följs av åtgärder för att hindra att den sker igen.

Viktigt att anmäla

Arbetsgivare ska anmäla arbetsskador och allvarliga tillbud. Genom att anmäla på www.anmalarbetskada.se uppfyller man kraven i både arbetsmiljöförordningen och i socialförsäkringsbalken. Arbetsplatsolyckor som medfört allvarlig personskada eller dödsfall ska utan dröjsmål anmälas till Arbetsmiljöverket. Samma skyldighet gäller om fler personer drabbats och vid tillbud som har inneburit allvarlig fara för liv och hälsa.

Källa: Arbetsmiljöverket

