

Brann

Det starter en brann i Norge hvert 20. minutt. Med alderen svekkes reaksjons- og bevegelsesevne, syn og hørsel. Det tar lengre tid å komme seg i sikkerhet. Det brenner ikke oftere hos eldre, men konsekvensene blir ofte alvorligere. Derfor er det viktig å være ekstra forsiktig.

Viktigst er det å:

- **Oppdage brannen tidlig** – Ha fungerende røykvarslere som er tilpasset ditt behov.
- **Planlegge rømningsveier** – Øv på hvordan du kommer deg ut raskt.

Vanlige årsaker til brann:

- Røyking i senga eller på sofaen
- Glemte gryter på komfyren
- Stearinlys og peis
- Gamle elektriske ledninger og apparater
- Feil bruk av varmeovner og annet utstyr



Det er lovpålagt å ha minst én røykvarsler per etasje i boligen. For å øke sikkerheten kan du montere en som varsler med både lyd og lys. Tenk igjennom rømningsveier og øv på å ta deg ut av boligen. Med riktig slokkeutstyr kan små branner kveles i starten.

Bruk sjekklisten og gjør hjemmet tryggere.



Sjekkliste

- **Sørg for riktige røykvarslere** - Hvis du hører dårlig, bruk en røykvarsler med både lyd og lys.
- **Lag en rømningsplan og øv på den** - Sørg for at utganger er lette å åpne.
- **Installer en komfyrvakt** - En komfyrvakt kutter strømmen hvis du glemmer å slå av komfyren.
- **Ha en brannsikker røykeplass** - Røyk aldri i senga eller liggende på sofaen. Bruk et brannsikkert askebeger og ha vann i nærheten.
- **Sørg for trygg lading og bruk av elektriske apparater** - Ikke bruk skjøteledninger til varmeovner.
- **Slokk levende lys før du forlater rommet** - Bruk batteridrevne lys for ekstra sikkerhet.
- **Ha lett tilgjengelig slokkeutstyr** – Enkle hjelpemidler som et vangglass og slokkespray kan være nyttige. Men det viktigste er å komme seg ut i tide!
- **Ha telefonen lett tilgjengelig, med nødnumre lagret.**

NØDNUMMER

Brann: 110

Ambulanse: 113

Politi: 112

Lokal legevakt: 116 117



**Skadeforebyggende
forum**

www.skafor.org

Skadeforebyggende forum er en ideell organisasjon som arbeider for å forebygge skader og ulykker.