TÄNK EFTER FÖRE

VAR FÖREBREDD

- Delta i en kurs i första hjälpen.
- Skaffa första hjälpen-utrustning.
- Skaffa en brandvarnare och utrustning för första släckning.

SÅ RINGER DU NÖDNUMRET

- Ring nödnumret 112.
- Berätta kort vad som har hänt och var: ge adressen.
- Väntan på anvisningar.
- Avsluta samtalet först när tillstånd ges.

Nödcentralen gör en riskbedömning av situationen, ger dig anvisningar och kallar vid behov på hjälp.

SÅ HÄR HITTAR HJÄLPARNA FRAM

Till den här adressen

Köranvisning/GPS-koordinater

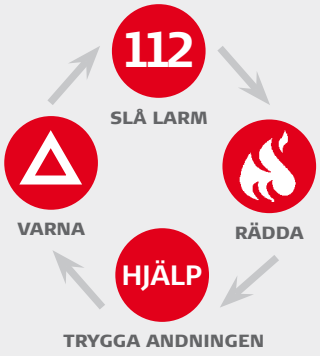
Mitt telefonnummer

LÄR DIG HJÄLPA

NÖDSITUATION!

Gör så här

- Bedöm situationen och kalla på hjälp.
- Rädda dem som är i fara och hindra ytterligare skada.
- Ge första hjälpen enligt behov.



STROKE

Gör så här

Känn igen symptomen: sluddrigt tal, hängande mungipa och kraftlöshet i ena kroppshalvan.

- Ring omgående 112.

PERSON SOM INTE GÅR ATT VÄCKA

Gör så här

- Ring omgående 112.
- Trygga andningen: vänd patienten på sida i framstupa sidoläge.

VIKTIGA TELEFONNUMMER

- Giftinformationscentralen (riksomfattande)
  09 471 977
- Sjöräddning (riksomfattande)
  0294 1000

Övriga:

Bilder: Antero Aaltonen