

Studs matta

Studs mattor har under de senaste åren blivit allt mer populära, men med dessa har även olyckor och risk för olyckor ökat.

Välj ut en bra plats i trädgården där studs mattan står stabilt och ställ den minsta två meter från hus, träd och andra fasta föremål. Kontrollera så att ramskyddet är intakt och täcker både fjädrar och ram. Säkerhetsnät hindrar att man ramlar av under studsandet. Var försiktig när du lämnar studs mattan, och tänk på att inte vara mer än 2 st åt gången som hoppar. Är barnen riktigt små bör de vara själv på studs mattan, men tänk på att alltid övervaka studsandet. Om du utesluter leksaker på mattan, mat i munnen och volter eller tricks, minskar du ytterligare risken för att en olycka ska ske.

Fixa hemma

Under sommaren och semestern är det många som passar på att renovera och fixa i hemmet. Även här finns det en del att tänka på.

Slarva inte med säkerheten, utan förbered dig ordentligt och läs instruktionerna noga för de verktyg som du ska använda. I vissa fall ska även skyddsutrustning användas för att undvika skador från materialet. Tänk även på att klä dig rätt och ha bra skor på fötterna.

Sköt om dina verktyg och kassera de skadade. Modifiera aldrig med verktyg,

t ex genom att koppla bort dödmansgreppet, och lämna dem inte ute när det regnar.

Falloyckor är inte ovanliga under semestertider, tänk därför på att vara försiktig när du arbetar på höga höjder. Använd gärna fallskyddssele.

Stegar som vi behöver för att klättra på, ska ställas med en 75 graders lutning och den ska vara certifierad. Finns det slitna glidskydd, så byt dessa.

Byt aldrig sägklinga utan att fört ha dragit ur sladden, och lossa alltid tändstiftet när du serverar en bensinsåg.

Har du inte följt säkerhetsföreskrifterna och blir skadad, kan det innebära att du inte har rätt till eventuell ersättning från ditt försäkringsbolag.

Grannsamverkan

Samverka med grannarna om du ska åka bort under sommaren.

Att klippa gräsmattan, ta in posten och slänga sopor kan ge sken av att det är någon hemma.

Mer information

Läs mer om din säkerhet på hemsidan www.trelleborg.se/tryggochsaker. Du kan även ringa 0410-733000 eller skicka e-post till: sakerhetsenheten@trelleborg.se.

**Räddningstjänsten,
Trelleborgs kommun.**

Trygg och säker sommars i Trelleborg



Här har vi samlat bra tips och råd inför den stundande sommaren! Ta del av dem så hoppas vi att du får en riktigt bra sommar!

Varmt och skönt?

Visst är det skönt med lite värme, men blir det mycket varmt många dagar i följd finns det lite som du bör tänka på.

Svettas man mycket i värmen utan att tillföra tillräckligt med vätska, kan man drabbas av värmeutmattning. Tecken på detta kan vara ökad trötthet, irritation, huvudvärk eller yrsel. Vid tecken på detta är det bra att kylas av genom en sval dusch eller genom kalla omslag för att sänka temperaturen. Man kan även spola handlederna med kallt vatten eller ta ett kallt fotbad.

Värmeutmattning kan utvecklas till värmeutslag, och detta kan vara livshotande om man inte får vård. Varnings-tecken är rödflammig hy, snabb puls och kraftigt förhöjd kroppstemperatur.

Så håll dig i skuggan när det är riktigt varmt ute och drick mycket vätska.

Vattensäkert

Det är inte bara vid stranden eller sjön som man måste tänka på riskerna med vattnet. Det har blivit allt vanligare med pool i trädgården, vilket i sin tur ställer högre krav på vuxna. Barn ska inte lämnas utan tillsyn, och flythjälpmiddel kan aldrig ersätta övervakning.

Simkunnighet är inte någon garanti för säkerhet.

Att kunna hjärt-lungräddning kan innebära skillnaden mellan liv och död.

Lär även barnen hur man ska agera i vatten, dvs inte knuffa, dyka i okända vatten eller simma ensam.

Badsäkerhet

- Bada inte själv, utan ta med dig någon
- Simma längs med stranden
- Hoppa eller dyk inte på okänt vatten
- Knuffa inte eller tryck ner någon under vattnet
- Simma inte under bryggor och hoppställningar
- Spring inte på bassängkanter och bryggor
- Låt inte barnen leka med livräddningsutrustning
- Meddela alltid någon om var du ska bada och när du tänker komma tillbaka

Camping

Många campar under sommaren, och hur trevligt det än är, finns det en del för dig att tänka på.

Håll rekommenderade avstånd och se till att ha en brandvarnare, brandsläckare och brandfilt. Står tält och vagnar för tätt är risken stor att en brand sprider

sig till grannarna. Placera husvagnens dragkrok ut mot vägen så att din vagn snabbt kan flyttas om det börjar brinna hos grannen.

Använder du gasol för värme eller matlagning behöver du ha god kunskap om hur man gör det på ett säkert sätt. Gasolen i sig är inte giftig men mycket brandfarlig. Vid läckage kan den också tränga undan syret i ett begränsat utrymme med risk för kvävning som effekt. Tänk därför på att ha god ventilation.

Säkerhetsavstånd mellan två campingenheter eller emellan en campingenheter och ett tält, bör vara minst fyra meter. Avståndet mellan två tält bör vara minst tre meter.

Första hjälpen

Det är alltid bra att ha med sitt första hjälpen i bilen när man är ute och åker, men glöm inte att även ha en förpackning hemma.

ICE – In Case of Emergency

Oavsett om du befinner dig i Sverige eller utomlands så är det viktigt att ha lagt in ICE-nummer i din mobiltelefon. Detta nummer ska gå till den person som du vill att räddningstjänst ska kontakta om något skulle hända dig.

På resande fot

Ska du ut och resa på din semester, så tänk på att kontrollera ditt försäkrings-

skydd. Passet måste vara giltigt och kontrollera med aktuell ambassad om du behöver visum dit du ska.

Det är bra att ta kopior på dina värdehandlingar såsom pass, visum, biljetter, försäkringshandlingar och kreditkort. Lämna en uppsättning hemma hos en släkting, granne eller vän, och ta med en i packningen.

Vaccinationer behövs till vissa resmål, så glöm inte ta reda på detta i god tid.

Packa din väska själv och ha den alltid under uppsikt.

Grilla

I samband med det fina vädret åker även grillen fram i många hushåll. Många av skadorna som sker i samband med grillning, uppstår genom att man bränner sig på grillen. Vissa skadar även sina ögon när de blåser på glöden och därmed får in glöd i ögonen.

Tänk på att grillning kan resultera i gräsbränder, och därför är det alltid bra att ha tillgång till vatten när man grillar. Se även till så att barnen inte springer runt eller vistas i närheten av grillen.

Eldningsförbud kan det bli om det är torrt i markerna, så kontrollera först på kommunens hemsida om det råder förbud innan du börjar grilla.