



# Skapa ökad brandsäkerhet i hemmet

Var rädd om dina vänner  
och anhöriga!



# Innehåll

När du känner till riskerna är  
det lättare att göra något åt dem..... 3

Inte kunna upptäcka eller agera vid brand .... 4

Glömma mat på spisen ..... 5

Rökning ..... 6

Levande ljus ..... 6

Elektrisk utrustning ..... 7

Värmekällor ..... 8

Belysning ..... 8

Checklista ..... 9-11



# När du känner till riskerna är det lättare att göra något åt dem.

Att installera en brandvarnare och skaffa en handbrandsläckare är ett enkelt sätt att öka tryggheten i hemmet. För den som inte kan höra brandvarnaren eller agera om det börjar brinna behövs dock annan utrustning och andra åtgärder.

Den här broschyren hjälper dig att identifiera brandrisker och skapa brandsäkra hem hos äldre personer och personer med fysiska eller psykiska funktionsnedsättningar. Vi har delat upp den efter olika typer av risker. Längst bak finns checklistor för det praktiska arbetet.

## Vilken åtgärd ska jag välja?

Hur du väljer att lösa problemen beror på i vilken roll du använder broschyren – som anställd i kommun/landsting eller som privatperson.

En del åtgärder passar inte i vissa bostäder av praktiska, personliga eller ekonomiska skäl. Vi redovisar i vissa fall för- och nackdelarna för att göra det lättare för dig att välja det som är mest lämpligt.

## För dig som är anställd i kommun eller landsting

Några risker kan minskas med hjälp av bostadsanpassning och andra går att få som hjälpmedel från landstinget. Berätta för den boende om vilken hjälp som finns och hur man gör för att ansöka om

den. I många fall kan du göra nytta bara genom att observera risker i hemmet och berätta om dem. Genom att hjälpa till att göra små förändringar i hemmet eller informera om att något är farligt kan du göra stor skillnad.

## För dig som är privatperson

Brandsäkerhetsarbete handlar oftast om enkla förändringar som du kan göra på egen hand. Som anhörig eller vän kan du göra stor skillnad bara genom att berätta att du upptäckt något som innebär en brandfara. Det finns möjlighet att få bidrag från kommunen eller landstinget för vissa åtgärder, till exempel larm, spisivakt och sprinkler. Kontakta din kommun eller din vårdcentral för mer information. Du kan också köpa utrustning själv.

## Mer information

Mer information om teknisk brandskyddsutrustning finns i Södertörns brandförsvarsförbunds broschyr Sveriges brandfarligaste mamma/pappa. Den kan du beställa eller skriva ut från [www.sbff.se](http://www.sbff.se).



# Inte kunna upptäcka eller agera vid brand

## Checklistan: fråga 1-12

För att kunna agera om det börjar brinna i hemmet måste man kunna

- upptäcka branden
- klara av att släcka eller sätta sig i säkerhet.

Om man inte kan höra brandvarnaren eller har ett rörelsehinder som gör att man inte kan sätta sig i säkerhet finns det andra lösningar.

### Brandvarnare för hörselskadade

En brandvarnare reagerar på rök eller värme och tjuiter för att man ska upptäcka att det brinner. För den som har svårt att höra ljudsignalen, finns brandvarnare som signalerar med blixtljus eller vibrator. I vissa fall kan du få alternativa brandvarnare som hjälpmedel från landstinget.

**En brandvarnare måste signalera på ett sätt som den boende kan upptäcka. Ljud, blixtljus och vibrator är några signalalternativ.**

### Vidarekopplat larm för rörelsehindrade

För den som inte själv kan sätta sig i säkerhet eller på egen hand larma kan det vara lämpligt att ansluta rökdetektorer till ett befintligt trygghetslarm. Om det börjar brinna går en signal till en larmcentral som kan vidarebefordra larmet till räddningstjänsten. Det finns även brandvarnare som kan anslutas till en larmcentral utan att kopplas via ett trygghetslarm.

### Lätta handbrandsläckare för muskelsvaga

Handbrandsläckare är bra för att släcka bränder i hemmet. I vanliga fall rekommenderar Södertörns brandförsvarsförbund 6 kg pulversläckare. För personer med nedsatt muskelstyrka kan det vara bättre med två eller fler mindre brandsläckare.

### Mobil sprinkler

Om det du gjort inte ger ett tillräcklig brandsäkert hem kan det vara klokt att installera en mobil sprinkler. Det gäller särskilt om det finns en tydlig brandrisk i kombination med svårighet att hantera en eventuell brand, exempelvis sängrökning kombinerat med rörelsehinder. Den enda egentliga nackdelen med en mobil sprinkler är att det är en av de dyrare brandskyddsåtgärderna för hemmet.



# Glömma mat på spisen

## Checklistan: fråga 13-17

Ungefär 15 procent av alla bostadsbränder börjar på spisen. Det vanligaste är att personen som lagar mat lämnar spisen och att kastrullen kokar torr. Spisbränder kan även bero på att det har legat brännbart material på eller nära spishällen. Det finns teknisk utrustning som kan hjälpa till att förebygga bränder på spisen. Att ha säkrare rutiner i köket gör också stor nytta.

## Säker matlagning

Bra saker att prata om med den boende:

- Förvara inte saker som kan börja brinna på spisen.
- Det inte är säkert att laga mat när man har druckit alkohol, är psykiskt ur balans eller äter starka mediciner.
- Gå inte och lägg dig när du lagar mat.

## Urkopplad spis eller påkopplingskydd

Det säkraste sättet att förebygga spisbränder är att koppla ur spisen. Då går det inte längre att laga mat och därför måste du vara överens med den boende om att göra detta. Ett alternativ är att sätta en spärr på spisen som gör den svårare att koppla på. Det kan vara en bra lösning när en person i hemmet inte bör använda spisen medan andra kan göra det.

Spisvakt och spistimer är bra hjälpmedel för den som lätt glömmer mat på spisen.

## Spistimer

En spistimer fungerar som en slags spärrfunktion eftersom den gör att det krävs flera handgrepp för att koppla på spisen. En timer är lite billigare än en spisvakt men ger inte lika bra brandskydd. De flesta spistimrar bryter nämligen elen till spisen först efter 30 minuter eller mer. Då har det redan gått tillräckligt lång tid för att det ska kunna börja brinna.

## Spisvakt

Spisvakten har både timer- och övervakningsfunktion som gör att elen till spisen bryts vid brandfara. Spisvakter passar hos personer som har problem med minnet, missbruksproblem, lätt att somna eller stressrelaterade problem som gör att de tappar fokus. Det går att få bostadsanpassningsbidrag för installation av spisvakt.

## Rengöra spisfläkten

Det är vanligt att spisbränder sprider sig till övriga delar av bostaden via spisfläkten. Rengör filtren från fett regelbundet så minskar risken för att en brand på spisen sprids vidare.

## Påminnelseystem

Ett påminnelseystem hjälper till att hålla reda på vilken elektrisk utrustning som är tillslagen och vilken som är frånslagen. Påminnelseystemet kan hjälpa till att förebygga bränder som orsakas av att elektrisk utrustning glöms på. Dessutom bidrar det till att minska oro för om den elektriska utrustningen slagits av eller inte. Påminnelseystem är ganska dyra och kan kräva en fackman för att installera men ökar å andra sidan både den upplevda och faktiska tryggheten.

# Rökning Checklistan fråga 18–21



Rökning är den vanligaste orsaken till att människor dör i bränder. För människor över 65 år orsakas nästan en tredjedel av alla dödsbränder av rökning. Oftast startar branden i möbler som den rökande sitter eller ligger i. Det är inte heller ovanligt att rökarens kläder börjar brinna av cigarettglöd.

## Säker rökning

Ett bra sätt att minska risken är att röka på ett mindre brandfarligt sätt. Här kommer några tips till rökare:

- Rök inte när du ligger eller sitter i en säng, en soffa eller andra stoppade möbler. Detta gäller särskilt om du lätt somnar eller är påverkad av alkohol eller narkotika.
- Stå eller sitt med en bordsskiva, eller annat svårantändligt material, mellan cigaretten och kläderna.

- Använd inte kläder av tyger som lätt börjar brinna som fleece eller syntetmaterial. Undvik även vida ärmar där en cigarett eller glöd lätt kan trilla ner.

## Ett glas vatten släcker en liten eld

Ett glas vatten räcker så gott som alltid för att släcka en brand under de första sekunderna. Därför är det bra att alltid ha ett glas vatten till hands när man röker.

## Rökförkläde och brandsäkra sängkläder

När de förändringar som vi har beskrivit här inte fungerar kan ett rökförkläde eller brandsäkra sängkläder vara ett alternativ. Många tycker att rökförkläde och brandsäkra sängkläder innebär en rimlig kostnad. I vissa landsting kan du få dem som hjälpmedel.



# Levande ljus Checklistan fråga 22–25

Ljusbränder beror oftast på att ett ljus tänder eld på lös inredning som en TV eller en gardin. När det gäller dödsbränder är det vanligt att kläder börjar brinna av ljuset. Den här typen av bränder kan ofta förebyggas på ett bra sätt med förändrat beteende och bättre vanor.

## Rätt placering av ljus

- Använd bara ljusstakar av material som inte kan börja brinna.
- Placera ljusen stadigt så att de inte kan välta eller falla ner.
- Underlaget ska vara obrännbart eller svårantändligt.
- Ljus ska inte stå ovanpå något som är tillverkat av plast, exempelvis en TV.

- Se till att ljusen står på ett säkert avstånd från material som kan börja brinna.
- Undvik att ställa ljus i en fönsterbräda med hängande gardiner.
- Se till att små barn och husdjur inte kan nå ljusen.

## Rätt klädsel

Nästan varje år dör en person över 65 på grund av att deras kläder antänds av levande ljus. En trolig orsak är att personens kläder hänger löst och därför kommer i kontakt med ljusets låga. Undvik därför lösa kläder och kläder med vida ärmar när levande ljus är tända så minskar brandrisken.

## Elektriska ljus är ett mycket bra alternativ

Elektriska ljus som drivs med batterier är billiga, ger en hög mysfaktor och sänker brandrisken betydligt jämfört med levande ljus.

# Elektrisk utrustning Checklistan fråga 26-29



Elbränder kan bero på fel i den elektriska utrustningen, att den glömts i påslaget läge, att den blivit gammal eller att den använts på fel sätt. De vanligaste vitvarorna när det gäller elektriska bränder är tvättmaskiner, diskmaskiner, torktumlare, TV och kyl/frys.

## Jordfelsbrytare

Vissa bränder orsakas av att skyddshöljet mellan ledningar är trasigt och att strömmen därför leds där den inte ska ledas. En jordfelsbrytare har till uppgift att hindra den typen av skador. Samtidigt ökar den skyddet mot bränder genom att bryta strömmen. Jordfelsbrytare bör därför finnas i alla bostäder.

## Rent och dammfritt

Många elektriska bränder startar av att damm börjar brinna i ett eluttag eller i en elektrisk apparat. Rengör elektrisk utrustning från damm och smuts genom att dammsuga eller damma noga. Elektrisk utrustning ska heller inte vara täckt av exempelvis filter eller tidningar. Övertäckning kan innebära att den luft som ska kyla utrustningen stängs ute och att utrustningen därför blir överhettad.

## Gammal hemelektronik

Byt ut all hemelektronik som börjar få spröda sladdar eller där ledningarnas isolering ser skadad ut. Byt också ut elektrisk utrustning som låter konstigt eller som luktar bränt. Att byta ut hemelektronik kostar pengar. Fundera över vilka elektriska apparater som verkligen behövs.

**Byt ut skadade sladdar liksom apparater som låter konstigt eller luktar bränt. Se till att elektrisk utrustning är fri från damm.**

## Påminnelse-system

Ett påminnelse-system hjälper till att hålla reda på vilken elektrisk utrustning som är tillslagen och vilken som är frånslagen. Påminnelse-systemet kan förebygga de bränder som orsakas av att elektrisk utrustning glöms i påslaget läge. Dessutom bidrar systemet till att minska oro. Påminnelse-system är inte gratis och kan kräva installation av en fackman men kan å andra sidan öka både upplevd och faktisk trygghet.

## Tvättmaskin/torktumlare/diskmaskin

Torktumlare, tvätt- och diskmaskiner orsakar många bränder i bostäder. Se till att någon är hemma – och vaken – när de används. Om man måste lämna dem utan bevakning bör det absolut finnas brandvarnare i samma rum som maskinerna.

# Värmekällor Checklistan fråga 30–32

Genom att ta reda på hur värmekällor ska, och inte ska, användas kan man förebygga många bränder.



## Sängvärmare

Det är viktigt att sängvärmaren alltid är ordentligt utrullad så att den inte blir överhettad.

OBS! Sängvärmare har en begränsad livslängd och bör bytas ut när de är mer än tio år gamla.

## Eldstad

Eldning i eldstäder leder till flera bränder varje år. Det beror oftast på att man lägger för mycket ved på elden eller att aska och glödrester hanteras fel. Elda aldrig mer än vad eldstaden är konstruerad

för. Tre kilo ved per timme är en bra tumregel. Aska och glödrester ska läggas i en behållare av obrännbart material, exempelvis en kastrull eller en plåthink med lock. Behållaren bör stå utomhus på ordentligt avstånd från husfasad och brännbara material.

## Bastu

En brand som startar i en bastu orsakas ofta av att bastun använts till något den inte är avsedd för, till exempel för torkning av kläder eller som förråd. Minska risken genom att inte förvara saker som kan börja brinna i bastun. Skruva även ur säkringarna om aggregatet används sällan så hindrar du att det slås på av misstag.



# Belysning.

## Checklistan fråga 33–35

Belysning som antingen placeras för nära saker som kan börja brinna eller som kommer i direkt kontakt med brännbara material är en orsak till brand i bostäder. Att använda fel glödlampa för armaturen är en annan vanlig brandorsak.

## Rätt glödlampa

Tänk på att glödlampor ska vara av rätt typ för den armatur de används i. Oftast har armaturen en gräns för vilken effekt (mäts i watt) som glödlampor får ha. Dessutom ska modellen på glödlampor vara rätt. Exempel: I spotlights ska det ofta vara reflektorlampor och inte vanliga glödlampor. Kontrollera att reflektorn är riktad åt rätt håll. Vissa lampor riktar ljus och värme framåt och vissa riktar bakåt.

Använd inte lampor med högre watt än vad som armaturen tål. Se även till att det är rätt modell på glödlampor.

## Rätt placering och stabil lampfot

Se över hur lamporna i bostaden är placerade och vilken typ av lampfot som används. Lampor ska inte finnas i direkt närhet till brännbart material och det ska inte finnas risk för att glödlampor kan täckas av brännbart material, exempelvis en filt eller en gardin. Kontrollera att alla lampfötter är stabila så att lampor inte kan välta eller trilla ner och antända inredning. Spotlights som kläms fast eller fästs med skruvplattor bör inte sitta ovanför sängar, soffor eller andra stoppade möbler.



# Checklista

Checklistan hjälper dig att upptäcka brandrisker i ett hem och bestämma ett bra sätt att komma tillrätta med dem. Frågorna tar upp de vanligaste riskerna och vilka tecken du kan leta efter. Låt listan bli ditt enkla rapporteringssystem i det praktiska brandskyddsarbetet. Har du frågor om checklistan är du välkommen att höra av dig till oss på Södertörns brandförsvarsförbund, tfn 08-721 22 00.

## Boendemiljö

1. Är det stökigt i hemmet? Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

2. Finns det många material som skulle kunna brinna? Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

3. Saknas en fungerande brandvarnare? Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

4. Behöver den boende hjälp att testa brandvarnaren och byta batterier? Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

5. Har den boende svårt att höra brandvarnaren? Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

6. Finns behov av annat varningssystem? (t ex vibratorsignal) Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

7. Har den boende svårt att ringa 112 själv? Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

8. Har den boende svårt att ta sig ut ur bostaden på egen hand? Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

9. Behövs mer kunskap hos den boende för att kunna agera om det börjar brinna? Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

10. Finns det utrustning som den boende kan hantera för att släcka en mindre brand med? (t ex en mindre handbrandsläckare) Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

11. Har den boende svårt att komma ihåg saker? Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

12. Använder den boende alkohol eller starka mediciner? Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:



## Glömd spis/matlagning

13. Lagar den boende mat själv?

Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

14. Finns behov av en spisvakt eller timer?

Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

15. Ser du tecken på torrkokning? (t ex sotiga kastruller eller sotmärken vid spisen)

Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

16. Förvaras det mycket material vid eller på spisen och plattorna?

Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

17. Är fläkten rengjord?

Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

## Rökning

18. Röker den boende?

Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

19. Brukar den boende röka i sängen eller i andra stoppade möbler och har den boende lätt för att tappa saker?

Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

20. Finns det fulla askkoppar?

Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

21. Finns brännmärken efter cigaretter på golv, möbler eller tyger?

Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

## Levande ljus

22. Använder den boende levande ljus?

Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

23. Finns det brännmärken efter ljus på möbler, golv eller tyger?

Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

24. Står ljusen ostadigt och riskerar att välta eller i närheten av saker som kan börja brinna?

Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

25. Är ljusstakar gjorda av brännbart material?

Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

## Elektrisk utrustning

26. Är sladdar och stickkontakter slitna, dammiga och spruckna?

Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

27. Saknas jordfelsbrytare?

Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

28. Står TVn fritt i rummet utan saker ovanpå?

Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

29. Använder den boende torktumlare eller torkskåp?

Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

## Värmekällor

30. Använder den boende värmefilt i sängen?

Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

31. Finns bastu i bostaden?

Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

32. Använder den boende öppen spis?

Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

## Belysning

33. Finns brännmärken efter glödlampor på exempelvis lampskärmar?

Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

34. Finns det risk att spotlights eller halogenlampor ramlar ner över tygklädda möbler, mattor eller gardiner?

Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

35. Finns det risk att spotlights, halogenlampor eller andra typer av lampor faller ned på tygklädda möbler, mattor eller gardiner?

Ja  Nej

Åtgärd/kommentar:

Det räcker ofta långt  
med enkla insatser  
och goda vanor för att  
brandsäkra ett hem.



## Södertörns brandförsvarsförbund

Adress: Mogårdsvägen 2, 143 43 Vårby

Telefon: 08-721 22 00

E-post: [brandforsvaret@sbff.se](mailto:brandforsvaret@sbff.se)

Följ oss gärna på [www.sbff.se](http://www.sbff.se) och [facebook.com/sodertorn](https://facebook.com/sodertorn)