

# Beredskapskort 2025

- Beredskapskort - Brann (alle ansatte).
- Beredskapskort - Brann (for leder).
- Beredskapskort - Brann (for lederassistent).
- Førstehjelp
- Beredskapskort - Drukning
- Beredskapskort - Atomberedskap
- Beredskapskort - PLIVO
- Utvidet instruks ved uønsket hendelse/PLIVO

# Beredskapskort - Brann

1. Trykk brannmelder + ring 110
2. Varsling i henhold til skolens branninstruks
3. Evakuer elever og personell til oppstillingsplass
  - Forsøk å slukke brannen hvis mulig
  - Er slukking umulig, prøv å lukke vinduer og dører så langt det lar seg gjøre og forlat bygningen
4. Få oversikt over elevene (tell elevene) og hold dem samlet
5. Meld fra til evakueringsleder (lederassistent) om du har alle elevene eller om du mangler noe.

**Beredskapsleder: Rektor**

Silje Nilsen tlf: 99 25 91 93

**Beredskapsleder: Produksjonsleder**

Thea Dessen tlf: 48 19 90 46

# Beredskapskort - Brann (for brannvernleder)

1. Trykk brannmelder
2. Ved brannalarm, sjekk branntavlen  
**Uten brannalarm - ring Brannvesenet 110**
3. Identifiser hvor brannen er, sjekk området
  - Slukk brannen om mulig
4. Møt brannvesenet

**Beredskapsleder: Rektor**  
Silje Nilsen tlf: 99 25 91 93

**Beredskapsleder: Produksjonsleder**  
Thea Dessen tlf: 48 19 90 46

## Beredskapskort - Brann (for evakueringsleder)

1. Trykk brannmelder + ring 110
2. Ta med brannperm og vest --> Evakuer
3. Møt ansatte og elever på oppstillingsplass
4. Få en oversikt over elever som mangler. Lærer og assistenter melder fra til deg - noter i brannliste/elevliste
5. Meldt fra til brannvernleder eller brannvesenet om det mangler elever, eller om det er elever som ikke kommer seg ut

**Beredskapsleder: Rektor**

Silje Nilsen tlf: 99 25 91 93

**Beredskapsleder: Produksjonsleder**

Thea Dessen tlf: 48 19 90 46

# Førstehjelp

1. Undersøk om personen er bevisst ved å snakke, rope til og riste i personen
2. Ring 113 dersom personen er bevisstløs, vanskelig å vekke, uklar, sliter med pusten
3. Lag fri luftvei Lytt, føl etter pust, se mot mage/bryst etter pustebevegelser i 10 sek
4. Personen puster helt normalt = legg i sideleie, overvåk pusten i minimum 1 minutt
5. Personen puster ikke/puster ikke normalt = start HLR
6. Voksne HLR:  
30 brystkompresjoner, takt 100-120 pr. min., 2 innblåsinger, repeter 30:2
7. Barn (1-18 år) HLR:  
5 innblåsinger, 30 brystkompresjoner, takt 100-120 pr. min.  
2 innblåsinger, repeter 30:2
8. Fortsett HLR til ambulansen kommer ved hjelp av kontakten med 113!

**Beredskapsleder: Rektor**

Silje Nilsen tlf: 99 25 91 93

**Beredskapsleder: Produksjonsleder**

Thea Dessen tlf: 48 19 90 46

# Beredskapskort - Drukning

## 1. Varsle

Ambulanse på 1-1-3. Sett telefonen på høyttaler, operatøren på 1-1-3 gir veiledning

## 2. Ivareta egen sikkerhet slik at du ikke havner ufrivillig i vannet eller blir

skadet: Rop til personen i vannet, rekk ut fiskestang/pinne, eller kast ut livbøye, flytevest eller tau for å dra personen mot land, ro eller svøm ut om nødvendig

## 3. Få personen på tørt land/brygge, og tøm munn og svelg for vann ved å bøye hodet til siden.

## 4. Gi frie luftveier (ved å bøye hodet bak og åpne munnen) og sjekk om personen puster normalt

## 5. Er personen bevisstløs, men puster normalt – legg personen i sideleie. Hold personen varm, og sjekk pusten jevnlig.

## 6. Hvis personen ikke puster normalt, må du starte hjerte- og lungeredning (HLR).

- Start med fem innblåsing, etterfulgt av 30 brystkompresjoner til voksne og barn.
- Legg hendene midt på brystet, og bruk strake armer.
- Fortsett med vekselvis to innblåsing og 30 kompresjoner helt til hjelpen kommer

“Førstehjelp ved drukning”  
**Redningsselskapet**

**Beredskapsleder: Rektor**

Silje Nilsen tlf: 99 25 91 93

**Beredskapsleder: Produksjonsleder**

Thea Dessen tlf: 48 19 90 46

# Beredskapskort - Atomberedskap

1. Sørge for at elever holdes innendørs til foresatte henter. Hvis det ikke er mulig, sendes barnet på egenhånd hjem, for opphold innendørs
2. Stenge av ventilasjonssystemet, lukk dører og vinduer
3. Følge råd fra myndighetene og UDE
4. Sommerskolen regnes som fritid. JOD-tabeltter utleveres av bydelen

**Beredskapsleder: Rektor**

Silje Nilsen tlf: 99 25 91 93

**Beredskapsleder: Produksjonsleder**

Thea Dessen tlf: 48 19 90 46

# Beredskapskort - PLIVO

## Pågående livstruende vold

### 1. Varsle

**Politi**

**112**

### 2. Varsle så mange på lokasjon som mulig

### 3. Tiltak - Evakuering av elever og personell

- Run** ◦ Ta med så mange elever og kollegaer du klarer og løp så langt vekk som mulig. Ikke løp til fast evakueringsplass
- Hide** ◦ Gjem dere. Under pult, trekk for gardiner og skru av lys
- Fight** ◦ Dersom mulig ved siste utvei som krever handling, angrip gjerningspersonen

### 4. Varsle leder på lokasjon

- Leder varsler: Rektor i Sommerskolen tlf: 99 25 91 93 (Silje) eller produksjonsleder tlf: 48 19 90 46 (Thea)

**Beredskapsleder: Rektor**

Silje Nilsen tlf: 99 25 91 93

**Beredskapsleder: Produksjonsleder**

Thea Dessen tlf: 48 19 90 46

# Utvidet instruks ved uønsket hendelse/PLIVO

F.eks bombetrussel

## 1. Ring en nødetat

**Brannvesenet 110**

**Politi 112**

**Ambulanse 113**

Ansatt som observerer en trussel eller mottar trussel informerer nødetater om situasjonen. Gir beskjed til leder dersom mulig

## 2. Nødetater overtar beredskapsansvaret ved kurslokasjonen. Veileder ansatte på hva de skal gjøre dersom mulig

## 3. Lærer/assistent samler resten av kursgruppen og skaffer seg oversikt over elevene. Barrikaderer seg inne i klasserommet eller flykter dersom trygt, med mindre politiet har gitt annen beskjed

## 4. Leder orienterer rektor fortløpende om situasjonen

## 5. Rektor varsler beredskapsgruppen sentralt i UDE

## 6. SO-administrasjonen sender informasjon til foresatte om situasjonen, med mindre ansatte kan ringe hjem til elevene

### **Beredskapsleder: Rektor**

Silje Nilsen tlf: 99 25 91 93

### **Beredskapsleder: Produksjonsleder**

Thea Dessen tlf: 48 19 90 46