



Efter olyckan



Brandskyddsföreningen
RESTVÄRDERÄDDNING



Du har fått den här broschyren för att du har varit med om en olycka. Den kommer från Brandskyddsföreningen Restvärderäddning. Vi arbetar på uppdrag av ditt försäkringsbolag med att minska skador efter olyckor och rädda så mycket av dina ägodelar som möjligt från att förstöras. Ofta finns en av våra restvärdeledare på plats efter en olycka för att leda det här arbetet.

Restvärdeledaren har god insikt i räddningstjänstens arbete och fungerar som en länk till försäkringsbolaget. Restvärdeledaren kan också hjälpa dig att förstå vad som hänt och ge stöd och råd.

Vad händer nu?

Olyckor väcker många tankar i oss, även när det mesta slutar bra. Det kan ta tid att gå vidare efter en olycka. Samtidigt skapar brand, vattenskador och andra olyckor situationer som måste lösas. Du kanske behöver hitta någon annanstans att bo, prata med någon om det som hänt eller få hjälp att sanera möbler och annat som skadats. På följande sidor hittar du praktiska råd, telefonnummer och information som kan hjälpa dig efter olyckan. Du kan alltid kontakta din restvärdeledare med frågor.

Först och främst

Ju snabbare du kontaktar ditt försäkringsbolag, desto bättre. De behöver veta om några skadats i olyckan, om du har några akuta behov och vilka skador på dina äodelar som olyckan orsakat. Ju mer information du kan ge, desto bättre, men det viktigaste är att du tar kontakt fort. Du kan alltid komplettera din skadeanmälan senare. Ofta har restvärdeledaren på plats redan haft kontakt med ditt försäkringsbolag, och kan hjälpa dig i din kontakt.

Vet du inte vilket försäkringsbolag du har? Kontakta restvärdeledaren!

Ditt försäkringsbolag är:

.....

Din kontaktperson är:

.....

Telefonnummer:

.....

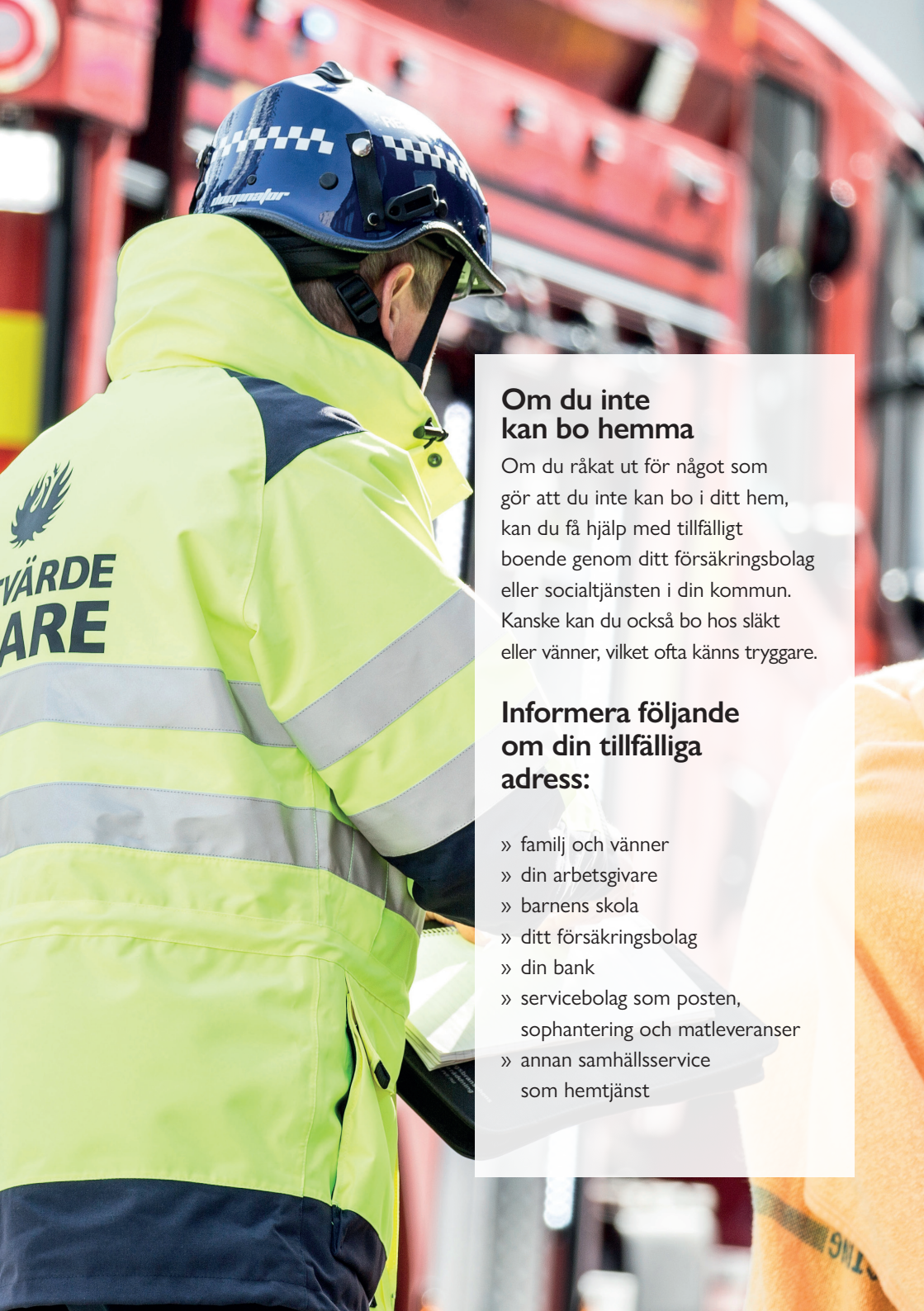
E-post:

.....

Bra att ta med

Ta med följande saker om du måste lämna ditt hem:

- » körkort, pass eller annan id-handling som visar vem du är
- » mobiltelefon och laddare
- » information om dina försäkringar
- » mediciner du behöver och/eller information om vilka mediciner du tar.
- » glasögon/linser, hörapparat, tandprotes och andra hjälpmedel
- » värdesaker som bank- och kreditkort, kontanter och smycken
- » inloggningsuppgifter/dosa för internetbank
- » nycklar
- » dator



Om du inte kan bo hemma

Om du råkat ut för något som gör att du inte kan bo i ditt hem, kan du få hjälp med tillfälligt boende genom ditt försäkringsbolag eller socialtjänsten i din kommun. Kanske kan du också bo hos släkt eller vänner, vilket ofta känns tryggare.

Informera följande om din tillfälliga adress:

- » familj och vänner
- » din arbetsgivare
- » barnens skola
- » ditt försäkringsbolag
- » din bank
- » servicebolag som posten, sophantering och matleveranser
- » annan samhällsservice som hemtjänst

Alla tankar och reaktioner är normala

Det är omöjligt att veta innan en olycka hur just du och dina nära kommer att reagera. Ingen reaktion är fel eller olämplig. Ilska, sorg eller tomhet är alla vanliga känslor som kan uppkomma. Ibland kommer de direkt, ibland tar det längre tid. Även om du inte skadats fysiskt i olyckan kan du behöva professionellt stöd för att bearbeta det som hänt.

Självhjälp

Ägna tid åt att vårda dina nära relationer och acceptera stöd från andra. Hitta på saker att göra och delta i sådant som får dig att må bra. Se till att du får god sömn. Utgå från att du kommer att tänka på och drömma om dina erfarenheter.

Detta är ett sätt för hjärnan att bearbeta det du varit med om och kommer att avta med tiden. Gör inga stora förändringar i ditt liv. Ägna tid åt fritidsaktiviteter, stresshantering och fysisk träning. Var uppmärksam på din hälsa och ditt näringsintag.

Till dig som är förälder

En brand eller annan olycka är en skrämmande händelse för alla involverade, särskilt för ett barn. Det är viktigt att barn tidigt får det stöd och den hjälp som behövs efter en olycka. Reaktioner och beteenden är individuella och det kan vara svårt att avgöra när det är dags att söka hjälp. Ta därför alltid professionell hjälp för rådgivning om du är orolig för ditt barn. *Du hittar kontaktuppgifter nedan.*

1177

1177 ger dig råd om hälsa och vård på webb och telefon, dygnet runt över hela Sverige. Bakom 1177 står den svenska sjukvården genom alla landsting och regioner i samverkan.

Telefon: 1177

Hemsida: www.1177.se

BRIS VUXENTELEFON

Till BRIS vuxentelefon kan du ringa om frågor eller oro som rör barn. Du som är under 18 år kan ringa BRIS. Varje samtal besvaras av en erfaren person som arbetar på BRIS.

Vuxentelefon: 0771–50 50 50

Bris: 116 111

Hemsida: www.bris.se

Vad kan du göra själv?

Om du vill och orkar finns det en hel del du kan göra för att rädda saker som skadats i olyckan och förhindra ytterligare skador.

Efter en brand

- » Stäng dörrar till oskadade utrymmen. Vädra ut rök och röklukt.
- » Dokumentera skadan genom att fotografera brand- eller sot-skadade utrymmen och inventarier.
- » Dammsug torrt sot med en grovdammsugare. Använd inte en vanlig dammsugare; den kan ta skada av sotet. Om sotet inte är helt torrt ska det saneras av ett saneringsföretag.

- » Våttorka golv och hårda ytor. Mjuka och porösa ytor ska rengöras av ett saneringsföretag.
- » Tvätta sot- och rökskadade textilier och kläder. Kemtvätt och större textilier ska hanteras av ett saneringsföretag.
- » Diska sot- och rökskadat porslin, glas och liknande.

Efter en vattenskada

- » Stoppa läckan genom att stänga huvudkranen.
- » Dokumentera skadan genom att fotografera skadade utrymmen.
- » Palla upp eller flytta känsliga möbler och föremål.
- » Rensa golvbrunnar.
- » Torka upp våta ytor.

JOURHAVANDE MEDMÄNNISKA

Journalhavande medmänniska tar emot samtal om till exempel ensamhet, sorg och sjukdom.

Telefon: 08-702 16 80

Hemsida: www.jourhavande-medmanniska.se

RÄDDA BARNENS FÖRÄLDRETELEFON

Rädda barnens föräldratelefon erbjuder ett lyssnande öra, medmänsklighet, stöd och hjälp att sortera tankar och känslor.

Telefon: 08-698 90 30

Hemsida: www.raddabarnen.se

Egna anteckningar

Information om behandling av personuppgifter

Dina personuppgifter kommer att användas i administrativt syfte och registreras hos Brandskyddsföreningen Restvärderäddning för att ditt försäkringsbolag sedan ska kunna behandla och reglera din skada. Behandlingen av personuppgifterna sker i enlighet med tillämplig lag. Brandskyddsföreningen Restvärderäddning har ansvar för personuppgifterna som ombud för ditt försäkringsbolag.

Vi arbetar för ett brandsäkert och hållbart Sverige

Brandskyddsföreningen är en allmännyttig ideell förening. Tillsammans med lokala föreningar, medlemmar och partners påverkar vi samhället att ta ett större ansvar för brandsäkerhet.

Vi är ett kunskapscentrum som sedan mer än 100 år tillbaka arbetar för ökad brandsäkerhet och minskade skador vid olyckor. Det gör vi genom bland annat: opinionsbildning, framtagande av normer och regelverk, utbildning, besiktning, stöd till forskning, skadepreventionskonceptet Heta Arbeten® samt skadehantering genom restvärderäddning och Civil insatsperson.

Vårt överskott går tillbaka till Brandskyddsföreningens ideella arbete för att nå visionen om ett brandsäkert och hållbart Sverige.

Du kan läsa mer om oss på www.brandskyddsforeningen.se/restvarderaddning