

HMS-informasjon til beboere

(helse, miljø og sikkerhet)



I Hellerudtoppen borettslag ønsker vi å skape et trivelig og trygt miljø for alle. Sammen skal vi ta vare på både bygninger og uteareal. Vi er opptatt av blant annet brannvern, tilsyn med elektriske anlegg og utstyr, fellesarealer og lekeplass.

Det finnes en del lovverk vi som borettslaget må følge. Blant annet lov om brann- og eksplosjonsvern, forurensningsloven og lov om tilsyn med elektriske anlegg og utstyr. Lovverket stiller krav både til boligselskapet ved styret og til deg som beboer.

Alle beboere er pliktige til å føre tilsyn med egne boenheter. Dette for å forebygge faren for brann, feil på det elektriske anlegget, vannlekkasjer m.m. Derfor har vi i borettslaget, som en del av vår internkontroll, utarbeidet et informasjonsskriv med en sjekklister som du gjennomgår for din leilighet. Dette utføres en gang i året.

BevarHMS er et HMS- og internkontrollsystem for boligselskap, se bevarhms.no. Illustrasjon av lykketegning.no

Beboers ansvar (egen boenhet)	Borettslagets ansvar
- Utføre nødvendig ettersyn og vedlikehold av det elektriske anlegget. - Montere og bruke elektrisk utstyr i henhold til bruksanvisning. - Kontrollere at brannverntiltak er i orden og eventuelt melde fra til borettslaget ved mangler. - Sikre forsvarlig utført arbeid ved reparasjoner og andre endringer. - Melde fra til styret dersom en har fått skadedyr i egen boenhet. - Melde fra til styret ved andre feil og mangler som kan gå ut over naboer eller som skal følges opp av borettslaget. Inkludert feil på det elektriske anlegget i fellesarealer.	- Etablere og utøve nødvendig internkontroll (egenkontroll). - Utføre nødvendig ettersyn og vedlikehold av fellesarealer og fellesområder. - Følge opp feil og mangler som rapporteres inn. - Informere beboerne om deres plikter innen HMS-arbeidet.

Husk å gjøre deg kjent med branninstruksen. Der står det viktig informasjon om hvordan du bør gå frem dersom du oppdager en brann. Det gjøres oppmerksom på at alle beboere selv har ansvar for å forsikre sine egne eiendeler (innboforsikring).

Et trygt og godt bomiljø er vårt felles ansvar!

Med vennlig hilsen Styret i Hellerudtoppen borettslag

HMS-SJEKKLISTE

Nr.	Sjekkpunkter
1	Er rømningsveier (vinduer og dører) i orden og lett å komme til? Gjennomgå rømningsveier og hvordan en bør opptre ved brann med alle i husstanden, spesielt barna. Se https://www.sikkerhverdag.no/brann/romningsveier/disse-romningsveiene-ma-du-ha/
2	Er røykvarsler i orden? Røykvarslerne bør testes jevnlig, og hver gang du har vært bortreist over lengre tid. Røykvarslerne skal ikke være eldre enn 10 år. Lyden fra en røykvarsler skal høres tydelig på soverom med lukket dør. Borettslaget har avtale med Firesafe, og de har levert og montert seriekoblede og vanlige, optiske røykvarsler i hver husstand. Hver beboer plikter å ha disse i hver etasje. Se egen veiledning for seriekoblede røykvarsler i borettslaget som ligger vedlagt. Styret oppfordrer hver husrekke til å gjennomføre felles brannøvelse, for å teste at seriekoblede varslerne fungerer.
3	Er brannsløkkingsutstyret i orden? Håndsløkkerapparat: Sjekk at manometerpilen står på det grønne feltet. Pulverapparat vendes hvert halvår, for å hindre at pulveret klumper seg. Apparater med pulver skal til kvalifiserte fagpersoner for kontroll hvert femte år og på utvidet kontroll og service hvert tiende år. Borettslaget har avtale med Firesafe om kontroll og service. Styret oppfordrer hver boenhet til å ha brannteppe. Oppbevar brannteppet slik at det er lett tilgjengelig. En egnet plassering er for eksempel kjøkkenet ved komfyren, og i stuen der du tenner levende lys eller i nær tilknytning til ildsted. Heng det gjerne på en fast veggkrok sånn at du enkelt og raskt kan dra brannteppet ut av overdraget med et rykk. Husstander over bakkeplan har brannstige på verandaen. Det er viktig at det er fri tilgang (ikke står utemøbler, grill etc.) der brannstigen kommer ned. Styret oppfordrer beboere som har brannstige til å teste denne, sammen med nabo, og samtidig sjekke at stigen er godt festet. Se https://www.sikkerhverdag.no/brann/slokke-brann/slik-sjekker-du-slokkeutstyret/
4	Er sikringsskapet i orden – ingen varmgang og nøkkel på plass? Alt som ikke trenger å være i sikringsskapet ryddes vekk. Sjekk om kursene er tydelig merket. Sjekk at sikringene er skikkelig tilskrudde. Er det en sikring som går ofte, eller er veldig varm, må dette kontrolleres av elektriker. Vi anbefaler å ha en lommelykt stående i skapet. Se https://www.sikkerhverdag.no/strom/gjor-det-selv/slik-sjekker-du-sikringsskapet/
5	Er elektrisk utstyr som ledninger, stikkontakter, støpsler, lamper m.m. i orden? Ser du svimerker er dette et alvorlig faresignal. Bruk ikke for sterke lyspærer. Ovner må ikke tildekkes eller komme nær brennbart materiale som gardiner og møbler. Vifteovn og løse lamper må aldri benyttes på barnerom. Se opp for løse og varme stikkontakter og støpsler, sprukne ledninger og unngå i størst mulig grad bruk av skjøteledninger.

	Se https://www.sikkerhverdag.no/strom/el-produkter/unnga-brann-i-elektriske-apparater/
6	Skrur du av elektriske apparater på forsvarlig måte etter bruk? Vaskemaskin, oppvaskmaskin og tørketrommel slås alltid av når du forlater boligen. Rengjør lofilteret etter bruk av tørketrommelen. Dersom vaskemaskin/tørketrommel må benyttes mens du sover, plasser en røykvarsler slik at den gir tidlig varsel om røyk/brann (røykvarsler plasseres ikke så nære at damp aktiverer røykvarsler. Ha slukkemiddel og lommelykt mellom soverom og maskin). Hvis du ikke har montert timer (tidsur), trekk ut støpsel til utstyr med termostat som kaffetrakter, vannkoker, krølltang m.m. Ikke trekk i ledningen! Se https://www.sikkerhverdag.no/strom/el-produkter/unnga-brann-i-elektriske-apparater/
7	Har du vurdert behovet for komfyrvakt? Tørrkoking er en hyppig brannårsak. Har du lett for å glemme å skru av kokeplaten, finnes det utkoplingsutstyr som bryter strømmen etter en viss tid. For eldre og funksjonshemmede kan hjelpemiddelsentralen i kommunen gi nærmere informasjon. Kravet til komfyrvakt kom i 2010 for alle nye boliger. Dersom det i en eldre bygning legges opp ny elektrisk kurs til komfyr gjelder samme krav til komfyrvakt. Se https://www.sikkerhverdag.no/brann/forebygge-brann/dette-bor-du-vite-om-komfyrvakt/
8	Er det fare for vannlekkasje? Vannslanger og avløpsledninger til oppvaskmaskin bør skiftes dersom de er eldre enn 10 år. Sjekk for lekkasjer bak/under oppvaskmaskin, vaskemaskin, varmtvannsbereder og vask (vannlås) på kjøkken og bad. Kontroller at avløp fra vaskemaskin og oppvaskmaskin er godt festet. Rens sluk i gulv minst 1-2 ganger for året (avhengig av bruk). Har du terrasse, balkong eller inngangsparti med sluk, rens jevnlig etter behov. Gjør deg kjent med hvor stoppekran til egen boenhet er plassert. Husk! Steng utekran før det kommer frost. Styret anbefaler at varmtvannsbereder som er over 20 år, byttes. Der varmtvannsbereder står i oppholdsrom, er det anbefalt at det er heldekkende våtromsbelegg på gulv. Det anbefales også at det monteres «waterguard».
9	Ventilasjon I vårt borettslag er det ikke tradisjonelle lufteluker, men kun små spalter over vinduene. Det er viktig at disse er åpne. Dette sikrer frisk luft inn, og fuktig luft ut av leiligheten. Hver leilighet er utstyrt med mekanisk ventilasjon som går til kjøkken og bad/vaskerom. Denne styres via ventilatorhetten på kjøkkenet. (Motoren står på loftet.) DISSE VIFTENE SKAL TIL ENHVER TID VÆRE PÅ, DA DET ELLERS VIL KUNNE OPPSTÅ MUGG, SOPP ELLER RÅTEDANNELSER I LEILIGHETEN. AT DENNE VIFTEN ER I GANG OG I ORDEN HØRER INN UNDER HVER ENKELT BEBOERS ANSVAR FOR INDRE VEDLIKEHOLD. SYSTEMET MÅ IKKE UNDER NOEN OMSTENDIGHET ENDRES. ALL UTLUFTING SKAL GÅ OVER TAK. Ved behov av reparasjon kontakt Årseth Boligventilasjon, https://boligventilasjon.no/ Det er også viktig å regelmessig rengjøre avtrekksvifta over komfyren. Fettet som samler seg i filteret kan lett ta fyr ved overoppheting.

	Dersom du har egen varmepumpe – husk å støvsuge støvfiltrene i innedelen. Det er anbefalt at det utføres service på varmepumpe hvert 2.-3. år.
10	Avfallssortering Det er viktig at batterier og annet spesialavfall ikke kastes i søppelcontainerne i borettslaget, men at dette leveres til gjenvinningsstasjon eller miljøstasjon. Se informasjon fra Renovasjons- og gjenvinningsetaten i Oslo kommune, https://www.oslo.kommune.no/avfall-og-gjenvinning/hvordan-kildesortere-i-oslo/#toc-4 Husk at papp må brettes sammen og deles opp før det kastet i avfallscontaineren.
11	Sikkerhetstiltak ved oppbevaring og bruk av brannfarlig gass • Gassbeholdere skal oppbevares stående, luftig og sikres mot å velte • Brannfarlig gass skal ikke oppbevares i kjeller eller rom under terreng, eller på loft • Følg leverandørens anvisning ved bruk av apparater og utstyr – apparater beregnet for utendørs bruk må aldri brukes innendørs • Sørg for god ventilasjon ved bruk • Flyttbare gassovner må ikke brukes i rom der folk sover Se https://www.sikkerhverdag.no/gass/
12	Trygg lading av elektrisk sykkel, sparkesykkel og ståbrett Ikke gå fra et batteri som ligger til lading, og hold god avstand mellom batteriet og annet brennbart materiale. Sjekk om laderen eller batteriet blir unormalt varm under ladning. Dette kan indikere at det er noe feil på produktene dine. Ha gjerne en røykvarsler i nærheten av produktet du lader. Se https://www.sikkerhverdag.no/strom/el-produkter/trygg-lading-av-elektrisk-sykkel-sparkesykkel-og-stabrett/

EI ELECTRONICS SERIEKOBLEDE RØYKVARSLERE I BORETTSLAGET.

Det er montert ny(e) seriekoblet røykvarsler(e) i din bolig.

Denne er koblet sammen med dine naboer.

Dine nye røykvarslere heter Ei Electronics 650iRF, har innebygd inntil ti-års batteri og hysjfunksjon. Betjening av røykvarsleren gjøres fra gulvet med f. eks ett kosterkaft på en forsiktig måte.

Røykvarsleren har stor knapp i midten som brukes til test av røykvarsler og avstilling av feilalarmer du selv har startet ved f. eks matlaging eller oppfyring i ovn. Har du startet en alarm grunnet f.eks. matlaging avstilles alarmer for deg og alle andre ved å trykke på knappen til røykvarsler som startet alarmer, det vil ta inntil 40 sekunder før det blir stille hos alle. Husk å lufte ut ellers vil alarmer starte på nytt etter ca. 10min. Røykvarsler som starter en alarm vil blinke hurtig rødt hvert 0,5sek.

For å teste en og en røykvarsler i din bolig holder du knappen inne til den piper, slipp knappen etter 2,3 pip. Har du flere varslerer gjenta prosedyren på de andre. Hvis du vil teste alle røykvarslerer i hele gruppen(naboene) holder du knappen inne til det kommer på et blått lys. Først når det blå lyset kommer på vil den begynne å sende til de andre. Da vil alle gå i alarm. Hold knappen inne så lenge du ønsker at testen skal pågå.

Hvis du slipper knappen avsluttes testen.

Røykvarsler skal aldri testes med åpen ild sigaretttrøyk eller noe annet, kun ved å trykke på knappen.

Batteriet skal holde i inntil ti år, hvis du opplever lavt batterinivå eller andre problemer må du straks kontakte styret.

For kortere perioder kan røykvarsler tas ned fra festebrakett i taket, den vil da være deaktivert. Det betyr også at en ikke kan teste røykvarsler hvis den er fjernet fra takbraketten. Røykvarsleren må ikke fjernes over lengre perioder, og aldri når du sover. Ved oppussing eller annen aktivitet som medfører slipestøv, eller lignende, må røykvarsleren tildekkes.

Husk at røykvarsler er borettslagets eiendom og ansvar den skal ikke fjernes eller byttes ut med andre produkter.



Husk hvis du selv har startet en alarm ved f.eks. matlaging kan du også avstille alarmer hos deg selv og de andre i rekken ved å trykke på knappen i midten av røykvarsler.

VED BRANN ELLER MISTANKE OM BRANNTILLØP SKAL DU ALLTID RINGE BRANNVESENET TLF: 110
Viktig, dette er en forenklet bruksanvisning og ikke en branninstruks.

Forenklet bruksanvisning levert av Firesafe As. Denne erstatter ikke bruksanvisning fra produsent.

BRANNINSTRUKS

for Hellerudtoppen Brl., Hellerudgrenda 1-133

Varsle: Oppdages brann eller røyk skal brannvesenet varsles uten opphold. Slå alarm og forsøk å varsle beboerne.

Redde: Evakuere bygningen. Barn og eldre/uføre hjelpes ut.

Slokke: Ved mindre branntilløp forsøk å slokke brannen med tilgjengelig slukkeutstyr.

Lukk dører og vinduer. Hvis brannen ikke slokkes straks er det særlig viktig at dører til det rom hvor det brenner og trapperomsdører holdes lukket for å hindre spredning.

Gjør deg kjent med:

- Rømningsveier og nødutganger.
- Hvor slukkeutstyr er plassert.

Sørg for at rømningsveier og nødutganger alltid er frie.
Gjør deg kjent med hvordan slukkeutstyret skal brukes.

Oppmøtested ved brann er:

Tun 1, 2 og 3:	Ved parkeringsanlegg/gjesteparkering
Tun 4:	Parkeringsplass ved Grendehuset
Tun 5 og 6:	Ved utsiktspunkt med flaggstang
Tun 7 og 8:	Ved parkeringsanlegg/gjesteparkering

