

# BEREDSKABSPLAN

QR-kode til Beredskab på hjemmesiden



<https://ab-soeparken.dk/beredskab>



## BEREDSKABSPLAN **DEL 1 – GENERELT**

Dette er Del 1 af 2 for Beredskabsplanen

Udgivelsesdato for nærværende "Beredskabsplan Del 1 – Generelt": 01/11/2025

For Beredskabsgruppe og Beboer hjælp, se "BEREDSKABSPLAN DEL 2 - BILAG"

### INDHOLDSFORTEGNELSE - ALFABETISK

EMNE	SIDE
Akut-beredskab	10
Brand	5
Brandslukker	5
Brandtæppe	6
Epidemi	7
Evakuering	9
Flugtveje	8
Hjemmeberedskab	3
Hjerteanfald	6
Hjertestarter	8
Hovedafbrydere	7
Hærværk	7
Indbrud	7
Kontakt-liste Ekstern	10
<i>Nationalt Beredskab (kun på hjemmesiden)</i>	
Nødudgange	8
Oversigtskort	3
Opdatering af Beredskabsplanen	11
QR-kode	1
Røgalarm	5
Sikrings- og Beskyttelsesrum	9
Skadeservice (Kontakt-liste Ekstern)	10
Strømafbrydelse	4
Tilgængelighed af Beredskabsplanen	11
Vandafbrydelse	4
Vandrør læk	4
BEREDSKABSPLAN DEL 2 – Interne kontakter	Bilag



## GODE RÅD – EGET BEREDSKAB

Vi anbefaler at der findes/opsættes røgalarmer flere steder i boligen, og have en brandslukker: En pulverslugker ABC på 6 kg anbefales - se dog "Brandslukker".

Det er myndighedernes anbefaling, at en husstand kan klare sig i tre døgn, hvis en krise rammer.

- Drikkevand: Opbevar 9 liter pr. person
- Mad: som kan holde sig uden køleskab og fryser (dåsemad og tørkost/frysetørret)
- Eventuelt gasblus (med fyldt gasbeholder) til instant-kaffe, te, opvarmning af tørkost
- Medicin, Førstehjælp, Hygiejne artikler, varmt tøj
- Powerbank til mobiltelefon, batterier, lommelygte, batteriradio
- Kontanter: mindst Kr. 750-1.000 pr. person

## OVERSIGTSKORT





## HVAD KAN GÅ GALT HOS OS?

- Strømafbrydelse

Tjek om det er dit HFI (eller HPFI) -relæ på eltavlen som er slået fra, og slå det til igen. Tjek sikringerne. Hjælper det ikke, spørg naboer om de har strøm. Om natten se evt. om gadelys virker. Hav tålmodighed i nogle timer hvis det er udbredt afbrydelse. Den slags sker jo.



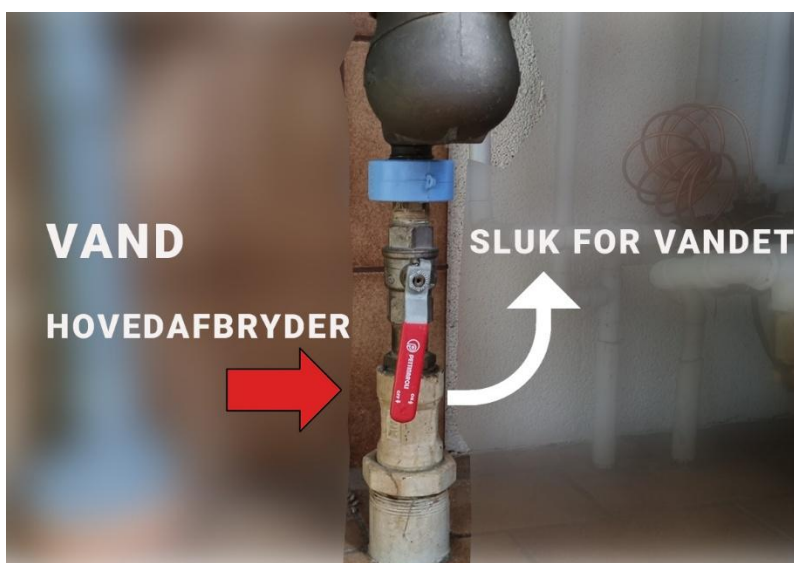
- Vandafbrydelse

Sluk vaskemaskine/opvaskemaskine, undgå tømning af toilet cisterne. Når vandforsyning kommer tilbage, lad hanen løbe indtil vandet er klart igen. Længerevarende afbrydelse? Ring evt. Lolland Forsyning – 72 30 11 11

- Sprængt vandrør i boligen

Luk for straks hovedafbryder ventil i bryggerset/køkkenet.

Se "Kontaktlisten – Offentlig" på side 3 for håndværker/ skadesservice.





- Røgalarm

Når du opsætter røgalarm, øger du din chance for at blive advaret i tilfælde af, at der er opstået en brand. Har du en fungerende røgalarm, kan den registrere røg fra en brand, og du kan nå at reagere, inden branden og røgen får bredt sig

Der bør der være mindst én røgalarm på hver etage.

De skal placeres midt i loftet, mindst 50 cm fra vægge og døråbninger.

Røgalarmen bør i øvrigt udskiftes med ca. 10 års mellemrum, uanset om de har indbygget batteri eller ej. Udskift derfor dine røgalarm, hvis de er mere end 10 år gamle.



Røgalarm

- Brand

Ring 112. Forsøg at slukke ilden. Ellers luk døre/vinduer, forlad bygningen og afvent hjælp. Se mere under Bygnings- og Adgangsoverblik / Nøddugange og flugtveje.

- Brandslukker

Der er forskellige slags. Normalt anbefales typen Pulverslukker (type ABC) til hjemmet. Man bør dog være opmærksom på at man også kunne vælge en Skumslukker (type AB)

Pulverslukker fås typisk som enten 2 kg eller 6 kg slukker.

Rækkevidde: ca. 1 meter. En pulverslukker tømmes på 8-17 sekunder.

Velegnet til hjemmet (6 kg anbefales), bilen og båden. Højde 53 cm for 6 kg slukker. Slukker brand i træ, tekstiler, plastmaterialer, benzin, olie, brandbar gas samt elektrisk udstyr på op til 1000 V. Slukningsmiddel: Prestolit pulver ABC. Tåler -30 °C til +60 °C

Fordele: fås i let størrelse og kan anvendes til de fleste typer brande.

Ulemper: efterlader et stort og klæbrigt rod af gult pulver, der kan være svært at rengøre og potentielt skade elektronik og motorer.

Skumslukker fås typisk som 6 L slukker.

Rækkevidde: 4-6 meter. En 6 L skumslukker tømmes på ca. 42 sekunder.

Velegnet til hjemmet, sommerhuse mv. Højde 55-60 cm.

Slukker brand i træ, papir, tekstiler, væsker, olie og plastmaterialer. Med manometer, overtryksventil og armeret gummislange med mundstykke. Tåler +5 °C til +60 °C.

Fordele: skum sviner ikke og rengøring er forholdsvis nemt.

Ulemper: Tung, vejer ca. 10 kg. Ikke egnet til brandbar gas, eller til elektriske brande da skum leder elektricitet.

Priser?

*Set oktober 2025 i Biltema:*

2 kg pulverslukker Kr. 199

6 kg pulverslukker Kr. 299

6 L skumslukker Kr. 399





- **Brandtæppe**

Rød, Silikonebelagt, 180 x120 cm er typisk mål. Ophængt i etui.











De er gode til mindre brande som friture-/fedtbrande, tøjbrande, små elektriske apparater (fx brødrister) og brande i komfuret, møbler eller papirkurve, da de effektivt kvæler ilden ved at afbryde ilttilførslen.

De er uegnede til store brande, gasbrande, udbredte kemiske brande og større elektriske installationer, da de ikke er kraftige nok til at bekæmpe disse, og brug af et brandtæppe i sådanne situationer kan være farligt.

- **Hjerteanfald?**

Spørg /råb til personen. Ingen svar?: rusk i skuldrene eller tryk på brystkassen. Er du i tvivl om om patienten trækker vejret, skal du ringe 112 og starte hjertelungeredning. HUSK: Vi har egen hjertestarter.

10 trin for hjertelungeredning – fra hjertevagt.dk:

	<b>1) Erkendelse af hjertestop</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Tal højt til personen.</li><li>• Rusk forsigtigt i personen.</li><li>• Skab frie luftveje.</li><li>• Kontrollér vejrtrækning.</li></ul>		<b>2) Alarmér 1-1-2</b> <p>Du kan med fordel sætte din telefon på højtaler, når du ringer 1-1-2. Så kan du blive guidet i at udføre hjertelungeredning, imens du yder førstehjælp.</p>
	<b>3) Start hjertelungeredning</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 30 brystkompressioner</li><li>• 2 indblæsninger</li></ul>		<b>4) Hent hjertestarter</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Fortsæt hjertelungeredning mens hjertestarteren hentes.</li></ul>
	<b>5) Tænd hjertestarteren</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Følg hjertestarterens instruktioner.</li></ul>		<b>6) Anbring stødpads</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Fjern tøj og kraftig behåring.</li><li>• Anbring stødpadsene, så det røde kryds er midt på brystkassen.</li><li>• Træk folien af stødpadsene.</li></ul>
	<b>7) Analyserer</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Rør ikke personen, mens hjertestarteren analyserer, om personen har hjertestop.</li></ul>		<b>8) Stød</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Hvis stød anbefales, tryk på den blinkende stødknap.</li><li>• Rør ikke personen.</li></ul>
	<b>9) Følg instruktionen</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 30 brystkompressioner.</li><li>• 2 indblæsninger.</li><li>• Stød.</li></ul>		<b>10) Gør en forskel</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Følg instruktionen, indtil redningspersonale overtager.</li></ul>



- Indbrud  
Igangværende indbrud – ring Politi 112, og forlad boligen  
Opdaget tidligere indbrud – ring Politi 114 og anmeld. Undlad at røre ved evt. beviser i boligen.
- Hærværk  
Igangværende Hærværk – ring Politi 112. Tag billeder hvis muligt.  
Opdaget tidligere Hærværk – ring Politi 114 eller tag på politistationen for at anmelde.



- Epidemier  
Vi har prøvet det under Corona epidemien, og da hjalp enten familie/venner eller naboer de beboere som havde behov for hjælp – bl.a. med indkøb hvis man var i karantæne p.g.a smitte.  
Den model vil også benytte ved eventuelle nye epidemier, og skulle der være behov kan man række ud til Beredskabsgruppen.

## BYGNINGER OG FLUGTVEJE

Hovedafbrydere (el og vand)

- I boligen (i bryggerset eller i køkkenet):  
El – slukkes/tændes på HFI-relæet på el-tavlen, blå vippeknop (oppe=Tændt, nede=Slukket).  
Vand – luk hovedventil for vandtilførsel, på vandrør, nær gulvet.
- Uden for boligen:  
El – Afbryder til gadelys i venstre tændskab overfor andel nr. 4. Tilkald elektriker.  
Vand - lukkeventil på vandrør findes i baghaven, normalt nær hegn/hæk til nabo.  
Kan være vanskelig at finde og kræver værktøj. Tilkald VVS.



## Nøddugange og flugtveje

- Foreningens veje: skal holdes frie, for let adgang til redningskøretøjer.
- I Boligerne: I stueetage: brug fordør(e) eller terrassedør  
Fanget på 1.sal? – flere ovenlysvinduer kan åbnes som flugtvej til taget. Afvent om muligt brandvæsen og/eller stiger! Man kan komme slemt til skade ved selv at prøve at komme ned på jorden. Råb om hjælp.



- Foreningen har en relativt let aluminiumsskydestige i Fælleskuret, højre port, ved P-pladsen. Andre kunne skaffe stigen.



- Flugt fra området? Adgang for gående til stien langs Hotel Søpark via låger i hækken udfor nr. 7 og nr. 12, og adgang for både gående og køretøjer via parkeringspladsen til Vestergade.

## HJERTESTARTER

Foreningen har egen Hjertestarter. Den er opsat overfor gavlen på Andel nr. 7.





## EVAKUERING?

Skulle omstændigheder medføre at myndigheder beordrer evakuering, skal vinduer og døre LUKKES, men IKKE LÅSES medmindre det anbefales, og boligen forlades.

## Samlingssted

Hvis myndighederne ikke angiver et samlingssted, er vores prioritering:

1. P-pladsen, med mulig adgang til fællesskur, og hurtig adgang til Vestergade.  
Er det område lukket, eller trækker det ud, kan forsamlingsstedet dernæst ændres til
2. Pladsen foran Hotel Søpark's hoveddør, hvis det område ikke er lukket.  
Her er mulig adgang til ly, og anden hjælp.



SAMLINGSSTED 1 - P-pladsen



SAMLINGSSTED 2 - Hotel Søpark

## SIKRINGSRUM

Sikrings- og beskyttelsesrum i traditionel forstand på Lolland er stort set ikke-eksisterende. Det bedste bud for os er Hotel Søpark og deres kældre.



---

## KONTAKTLISTE - EKSTERN

- Håndværkere  
VIGTIGT! Er arbejdet for Foreningens regning kræves, før man selv ringer efter håndværker eller skadeservice, forudgående mundtlig godkendelse fra Bestyrelsesmedlem eller Beredskabskoordinator!

Tømrer/Snedker/Multihåndværk: Gaulgården - 40 44 87 10

BEMÆRK: Gaulgården svarer ofte udenfor arbejdstid. Prøv altid dem FØR evt. kontakt til Skadeservice!

VVS: Johnny Rasmussen VVS - 40 33 10 91

VVS: Helmuth Nielsen VVS – 54 78 05 37

Elektriker: Rask El – 40 60 60 55

Elektriker: Østergades El – 54 78 01 70

Ved akut skade, udenfor normal arbejdstid (dyrt!):

Skadeservice: Polygon Group, Maribo. Døgnvagt 72 28 28 18

Skadeservice: Recover Group: Døgnvagt 70 10 08 88

Skadeservice: Dansk-Skadeservice: Døgnvagt 53 83 40 04

## AKUT BEREDSKAB

- Akuttelefon, skadestue og lægevagt:  
1818
- Nærmeste Politi og Miljøvagt:  
114
- Alarmcentral (Politi, Brand, Ambulance):  
112
- Hotline ved identitetstyveri:  
33 98 00 98



---

## OPDATERING AF BEREDSKABSPLANEN

Planen består af 2 dele:

- Beredskabsplan Del 1 - Generelt  
(forventes opdateret mindre ofte)
- Beredskabsplan Del 2 - Bilag  
(Intern Kontakt og Personfølsomme oplysninger, forventes opdateret oftere)

Del 1 og Del 2 efterses/tilrettes hvis nødvendigt enten grundet behov eller mindst 1 gang årligt før den Ordinære Generalforsamling.

Ansvar for planens opdatering, både "Del 1 - Generelt" og "Del 2 - Bilag":

Beredskabsgruppen, subsidiært Bestyrelsen.

Efter opdateringer udsendes nye udgaver på papir til beboerne og digitale udgaver tilrettes i overensstemmelse hermed, også hjemmesiden.

## TILGÆNGELIGHED

### På papir

Er den Generelle plan (Del 1) rettet, skal den nye udgave omdeles på papir til beboere straks eller sammen med indkaldelsesmaterialet til Generalforsamlingen.

Er Bilag til planen (Del 2) rettet, skal den nye udgave omdeles på papir til beboere straks eller sammen med indkaldelsesmaterialet til Generalforsamlingen.

Nye andelshavere skal modtage seneste udgaver af Beredskabsplanen Del 1 og 2 på papir sammen med Velkomtbrevet eller andelsbeviset.

### Digitalt

På ProBo: Del 1 og 2 som PDF-dokument i Dokumentarkiv for Beboere

Per mail: Del 1 og 2 må gerne sendes som PDF-dokument bilag per mail til Beboere.

På Hjemmesiden: Kun Del 1 offentliggøres. Kan være både PDF-dokument og tekst.



---

## BEREDSKABSPLAN DEL 2 – BILAG

Dette er Del 2 af 2 for Beredskabsplanen

For generelle anvisninger, se "BEREDSKABSPLAN DEL 1- GENERELT"

*Udgivelsesdato for nærværende "Beredskabsplan Del 2 – Bilag": 01/11/2025*

KONTAKTLISTE – INTERN

**FJERNET FRA DENNE UDGAVE**