

# Turvallisuusopas

## LAMK

Suomeksi

**Yleisestä hätänumerosta** **112**  
tavoitat poliisin, pelastuslaitoksen,  
ensiavun, myrkytyskeskuksen sekä  
kaiken muun tarvitsemasi hätäavun.

# Hätäilmoitusohje

**Hätätilanteessa soita 112.**

**Hätäilmoitus tehdään yleiseen hätänumeroon 112 heti, kun loukkaantuneen tai sairastuneen todetaan tarvitsevan ammattiapua.**

**Jos hätänumero on hetkellisesti ruuhkautunut, älä sulje puhelinta vaan odota linjalla.**

**LÄHDE: Punainen risti**

**[www.punainenristi.fi/ensiapuohjeet/hatailmoitus](http://www.punainenristi.fi/ensiapuohjeet/hatailmoitus)**

**Näin teet hätäilmoituksen:**

- 1. Soita hätäpuhelu itse, jos voit.**
- 2. Kerro, mitä on tapahtunut.**
- 3. Kerro tarkka osoite ja kunta.**
- 4. Vastaa kysymyksiin.**
- 5. Toimi annettujen ohjeiden mukaisesti.**
- 6. Lopeta puhelu vasta saatuasi luvan.**
- 7. Opasta auttajat paikalle.**
- 8. Soita uudelleen, mikäli tilanne muuttuu.**

## Onnistumme yhdessä – myös turvallisuudessa

Jokainen osaa toimia turvallisesti ja jokainen osaa auttaa! Tähän oppaaseen on koottu tärkeimmät turvaohjeet, joita tarvitsemme korkeakouluyhteisössämme.

Korkeakoulun turvallisuudesta vastaavat viime kädessä rehtori ja jokaisen yksikön esimies. Jokainen on kuitenkin ensisijaisesti vastuussa omasta ja läheistensä turvallisuudesta.

**Lisätietoa turvallisuudesta saat mm.**

[www.varaudu.info](http://www.varaudu.info)

[www.punainenristi.fi/ensiapuohjeet](http://www.punainenristi.fi/ensiapuohjeet)

## **Jos huomaat puutteita turva-asioissa**

Lähetä sähköpostia [neuvonta@lamk.fi](mailto:neuvonta@lamk.fi)

Kerro suoraan henkilökunnan jäsenelle.

## **Hätäviestintä**

Perehdy turvallisuusohjeisiin etukäteen.

Seuraa aktiivisesti LAMKin viestintää intrasta ja netistä sekä infotelevisioita.

Seuraa mahdollisia kuulutuksia ja hälytyksiä Lahdessa.

Kuljeta aina matkapuhelinta mukanasasi, mutta pidä se tunneilla ja kokouksissa äänettömällä. Numeron näppäileminen hätänumeroon 112 onnistuu, vaikka näppäinlukko olisi päällä.

Mitä tehdä, jos  
sattuu esimerkiksi  
onnettomuus,  
sairaskohtaus,  
tulipalo tai  
tarvitaan poliisia?

**Auta ensin itseäsi,  
sitten muita.**

Tee päätös: toimin rauhallisesti, ja  
sen jälkeen seuraavasti ↓

Turvaa ensin oma tilanteesi, jotta  
voit auttaa muita.

1. Soita hätänumeroon 112 ja ilmoita asiasta LAMKin henkilökunnan jäsenelle, joka tiedottaa eteenpäin.
2. Auta muita: anna ensiapua ja ohjaa suojaan. Seuraa tilanteeseen annettuja ohjeita esimerkiksi siitä, poistutaanko rakennuksesta vai ei.

# HÄTÄENSIIVUN OHJEET



**Kaikki  
osaavat  
auttaa.**

Soita 112 ja tee nämä:

## TURVAA HENGITYS

Tajuton on aina tukehtumisvaarassa sillä kieli voi painua kurkkuun ja tukkia hengityksen tai tajuton voi tukehtua oksennukseensa.

1. Katso ja kuuntele tai tunnustele poskellasi, hengittääkö autettava.
2. Jos hengittää, käännä hänet kyljelleen ja käännä leuka irti rinnasta. Seuraa hengitystä.
3. Jos ei hengitä, aloita painelupuhalluselytys.

## TURVAA VERENKIERTO

Tyrehdytä runsas verenvuoto painaen kädellä suoraan haavaan.

Valmista sen jälkeen paineside saatavilla olevista tarvikkeista. Irrota kiristävät vaatteet.

## Ohje rakennuksesta poistumiseen



Hätätilanteessa poistumista johtaa ja ohjaa paikallisyksikön nimetty vastuuhenkilö.

1. Ota mukaan tarvittava vaatetus, jos se on turvallista.
2. Kaikista merkityistä varapoistumisteistä pääsee poistumaan ilman avainta. Seuraa merkintöjä ja siirry osoitetuille kokoontumispaikoille.
3. Älä käytä hissejä.

## Ohje tulipalotilanteeseen



Älä hengitä savua! Tulipaloissa savu tappaa.

1. Pelasta itsesi ja vaarassa olevat. Varoita muita.
2. Soita 112
3. Sammuuta, jos se on turvallista.
4. Rajoita: Sulje ovet ja ikkunat. Mene ulos turvallista poistumistietä. Jos et voi poistua, sulje ovet ja ikkunat sekä tuki ovenraot vaatteilla, jottei savu pääse sisään.
5. Opasta pelastuslaitos paikalle.

Hissien käyttö on kielletty tulipalon sattuessa!



## Yleinen vaaramerkki



Viranomaiset varoittavat yleisellä vaaramerkillä väestöä kaasu-, säteily-, tai muusta suuronnettomuudesta. Se on yhden minuutin pituinen nouseva-laskeva äänimerkki. Vaara ohi -merkki on yhden minuutin mittainen tasainen äänimerkki.

Toimi näin:

1. Siirry sisälle. Pysy sisällä.
2. Sulje ovet, ikkunat, tuuletusaukot ja ilmanvaihto.
3. Avaa radio ja odota rauhallisesti ohjeita.
4. Vältä puhelimen käyttöä etteivät linjat tukkeudu.
5. Älä poistu alueelta ilman viranomaisten kehotusta ettet joutuisi vaaraan matkalla.



## Ohje uhkaavaan tilanteeseen

Pysy rauhallisena, kun kohtaat uhkaavan henkilön:

1. Älä provosoi, äläkä provosoidu.
2. Älä vähättele uhkaajaa tai tilannetta.
3. Puhu selkeästi ja lyhyesti.
4. Vältä tuijotusta.
5. Vältä äkkinäisiä liikkeitä.
6. Kutsu tarvittaessa heti apua: soita 112.

# **Safety Guide**

# **LAMK**

**In English**

Call **112**

when you need the police, rescue department, first aid, Poison Information Centre or any other emergency aid.

# Making an Emergency Call

**Call 112 to make an emergency call.**

**If the emergency line is busy, wait without hanging up.**

- 1. Give the full address of the emergency, including the town/village.**
- 2. Tell what happened.**
- 3. Tell your name.**
- 4. Answer any questions asked.**
- 5. Follow the instructions you receive.**
- 6. Do not hang up until told to do so.**
- 7. Direct the rescuers to the site of emergency. Call again if the circumstances change.**

**SOURCE: Red Cross**

**[www.punainenristi.fi/ensiapuohjeet/hatailmoitus](http://www.punainenristi.fi/ensiapuohjeet/hatailmoitus)**

## **We succeed together – in safety matters, too**

Everyone can act and everyone can help!

This guide contains our most important safety instructions. More information is available from staff members and janitors.

The President of Lahti University of Applied Sciences and the deans bear the ultimate responsibility for safety at LAMK. However, we are all personally responsible for the safety of ourselves and those near us.

**If you notice any safety-related shortcomings, please feedback immediately:**

Send email to [neuvonta@lamk.fi](mailto:neuvonta@lamk.fi)

Talk to a staff member

## **Emergency Communication**

Read the safety instructions in advance. Keep up to date with messages from LAMK on the intranet, Internet and follow info-TV. Pay attention to any announcements and alarms in the buildings.

Carry your mobile phone with you all times, but turn the sound off in class and at meetings. You can dial 112 even when the key lock is on.

What should you do if there is an accident, acute attack of illness or fire or you need the police?

**Help yourself before helping others.**

Decide: I will stay calm, and then ↓

Ensure your own safety, so you can help others.

1. Call 112 and inform a LAMK staff member who will inform others.
2. Help other: give first aid and direct people to safety. Follow the instructions you receive, such as whether to leave building or not.

# EMERGENCY FIRST AID



Everyone  
can help.

Call 112 and do the following:

## ENSURE BREATHING

An unconscious person is danger of being suffocated, because the tongue may block breathing or the victim may suffocate on vomit.

1. Observe, listen or use your cheek to feel whether the victim is breathing.
2. If yes, turn victim so that he/she is lying on the side. Turn the chin away from the chest. Keep checking the breathing.
3. If no breathing is detected, start cardiopulmonary resuscitation (CPR)

## ENSURE BLOOD CIRCULATION

Stop heavy bleeding by applying direct pressure to the wound with your hand.

Then make a pressure dressing from available material. Remove tight clothing.



## Exiting the Building in an Emergency



In an emergency, a designated person in the local units is in charge of evacuation.

1. Take with you the clothes you may need if you can do it safely.
2. All marked emergency exits can be accessed without a key. Follow the signs and go to the designated area.
3. Do not use lifts.

## Action in Case of Fire



Do not inhale smoke! Smoke kills.

1. Rescue yourself and those in danger. Warn others.
2. Call 112.
3. Extinguish the fire if you can do it safely.
4. Confine: Close doors and windows. Go out through a safe exit. If you are trapped, close the doors and windows; stuff the crack around doors with clothes to keep the smoke out.
5. Direct the fire department to the scene of the fire.

Never use lifts in an emergency!

## General Alarm Signal



The general alarm signal is sounded by the authorities to warn about a gas or radiation accident or other catastrophe. It is a one-minute rising and falling siren sound. The All Clear sign is a one-minute even tone.

How to act:

1. Go inside; stay inside. Do not go to an air-raid shelter, unless told by the authorities.
2. Close all doors, windows and vent holes; turn off the ventilation system.
3. Turn on the radio and wait for instructions.
4. Avoid using the phone to keep phonelines free.
5. Do not leave the area unless told to do so by the authorities; otherwise you may be in danger.



## Threatening Situations

When you meet a threatening person, stay calm:

1. Do not provoke aggression and do not be provoked.
2. Do not belittle the person or the situation.
3. Speak clearly and briefly.
4. Avoid staring.
5. Avoid sudden moves.
6. If needed, call 112 to get help at once.