112

Öryggisnefnd MK

Í Menntaskólanum í Kópavogi er starfrækt öryggisnefnd skv. lögum nr. 46/1980.

Nefndin er skipuð fjórum fulltrúum. Aðstoðarskólameistari sem er formaður nefndarinnar, áfangastjóri verknáms og tveir starfsmenn kosnir á starfsmannafundi til tveggja ára. Umsjónamaður er starfsmaður nefndarinnar.

Öryggisnefnd heldur gerðarbók samkvæmt ákvæði reglugerðar nr. 920 frá 2006.

Gerðabók.
Öryggisnefnd skal halda gerðabók. Til bókar skal færa þau atriði sem tekin eru upp í nefndinni svo og allar ákvarðanir.
Starfsmönnum Vinnueftirlits ríkisins skal heimill aðgangur að gerðabókum öryggisnefnda en þeir eru bundnir þagnarskyldu skv. 83. gr. laga nr. 46/1980, um aðbúnað, hollustuhætti og öryggi á vinnustöðum, með síðari breytingum.

Annar fulltrúi starfsmanna er ritari nefndarinnar.

Brunaviðvörunarkerfi -viðbrögð starfsfólks-

Brunaviðvörunarkerfi fer í gang. Beðið er í **eina mínútu**, ef boð stöðvast er hætta liðin hjá.

↓

Ef brunaboð **stöðvast ekki** tryggja kennarar og starfsmenn rýmingu þannig að nemendur og samstarfsmenn komist út greiðfærustu leið skv. því sem segir í þessari vinnulýsingu.

Brunaviðvörunarkerfi
-viðbrögð öryggisnefndar-

Brunaviðvörunarkerfi fer í gang.

Öryggisnefnd og eða aðrir stjórnendur fara **strax** að stjórntöflu og aðgæta boðin.

Ef um **FALSBOÐ** er að ræða eru **bjöllur stöðvaðar**; upplýsingar gefnar á skrifstofu og stjórnandi hringir í vaktstöð sími 533-5533.

Umsjónamaður **skráir** atvikið í þjónustubók.

ELDUR

1. Hringja í 112
2. Slökkva eld ef það er öruggt. Lágmarka tjón.

Stjórnandi tekur á móti slökkviliði. Tryggir aðkomu slökkviliðs; upplýsir um skóla og geymslu hættulegra efna.

Nemendur og starfsmenn safnast saman á bílastæði við Digranesvegn, sunnan við MK

Slökkviliö tekur við stjórn atburða

Helstu gerðir slökkvitækja

Exmon 6 lítra léttvatnstæki (AB)

Léttvatnstæki eru vinsælustu vatnstækin í dag. Þau slökkva elda í föstum efnum s.s. pappír og timbri og einnig í eldfimum vökvum. Lágmarksfjarlægð 3 m. við rafmagnselda að 1000 V. Þessi gerð tækja er undir köfnunarefnisþrýstingi, og sýnir mælir ávallt ástand tækisins.

Brunaslöngur

Eldvarnarteppi

Skyndileg veikindi eða slys

Ef kalla þarf til sjúkrabíl eða aðra utanaðkomandi hjálp

Fyrstu viðbrögð

Viðkomandi starfsmaður hringir í 112. Starfsmaður hefur samband við skrifstofu 5944000.

Upplýsingum komið til umsjónarmanns 8244101 og stjórnenda 8244111.

Það sem þarf að gera í svona atvikum

1. **Hlúa að nemanda þar til hjálp berst. Fá nafn og símanúmer nemanda til þess að hægt sé að hafa samband.**
2. **Tryggja að hringt sé í 112.**
3. **Koma skilaboðum til umsjónarmanns og stjórnenda.**
4. **Tryggja aðgengi sjúkrabíla að skólanum**
5. **Vera til staðar og taka á móti sjúkraflutningamönnum.**
6. **Tryggja að haft sé samband við aðstandenda.**

Eftirfylgni

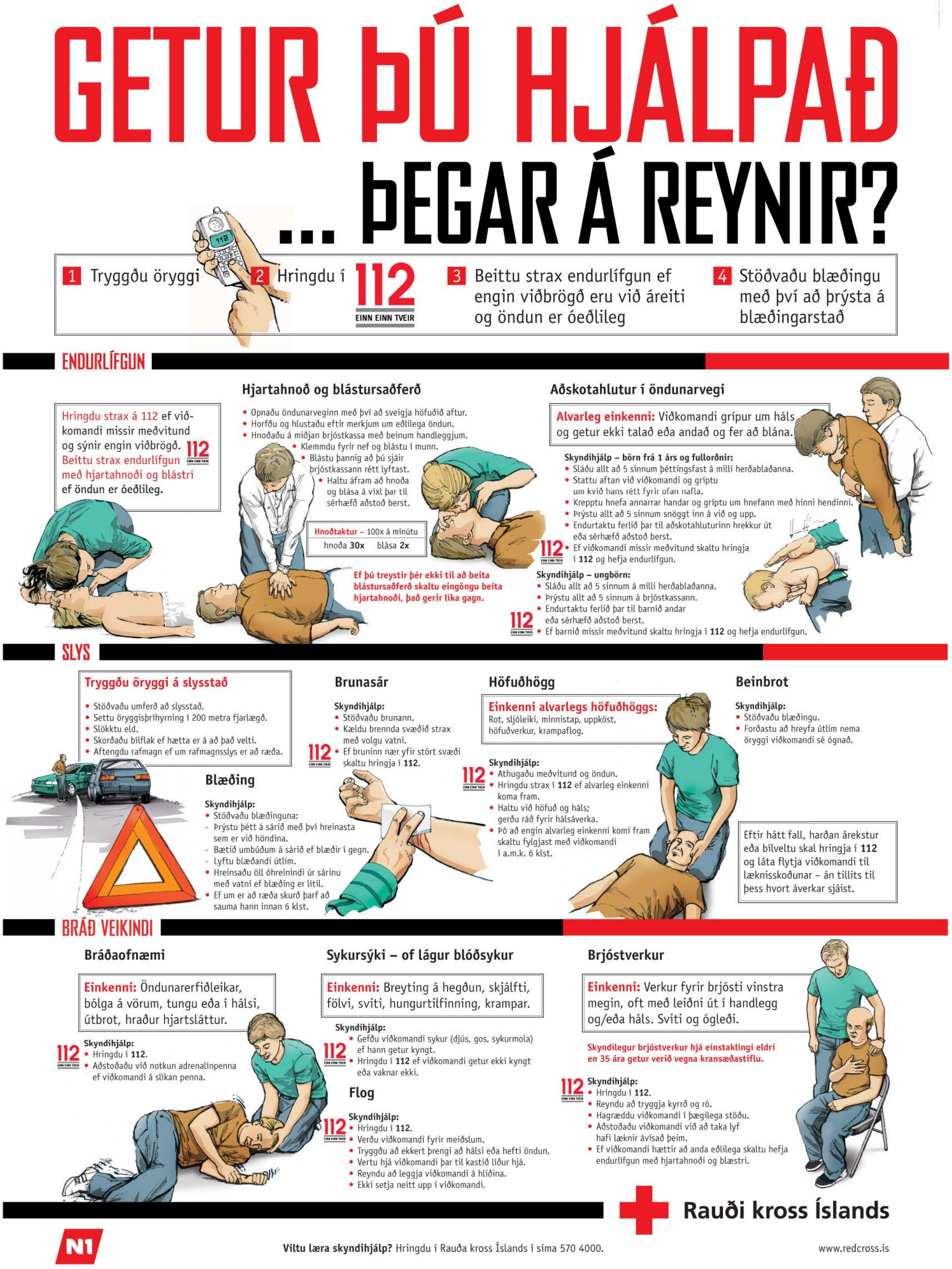
- **Hafa samband við aðstandendur og fá upplýsingar um líðan nemandans.**
- **Tilkynna innan skólans þeim sem þurfa að fá upplýsingar um atvikið.**

Tæki til aðhlynningar

Sjúkrakassi á skrifstofu skólans og í verklegum rýmum.

Fylgja þarf málinu alla leið!

Betra er að kalla á sjúkrabíl einu sinni of oft en einu sinni of sjaldan


GETUR ÞÚ HJÁLPAÐ
... ÞEGAR Á REYNIR?
1 Tryggðu öryggi
2 Hringdu í 112 EINN EINN TVEIR
3 Beittu strax endurlífgun ef engin viðbrögð eru við áreiti og öndun er óeðlileg
4 Stöðvaðu blæðingu með því að þrýsta á blæðingarstað
ENDURLÍFGUN
Hringdu strax á 112 ef viðkomandi missir meðvitund og sýnir engin viðbrögð. Beittu strax endurlífgun með hjartahnoði og blástri ef öndun er óeðlileg.
Hjartahnoð og blástursaðferð
• Opnaðu öndunarveginn með því að sveigja höfuðið aftur.
• Horfðu og hlustaðu eftir merkjum um eðlilega öndun.
• Hnoðaðu á miðjan brjóstkassa með beinum handleggjum.
• Klemmdu fyrir nef og blástu í munn.
• Blástu þannig að þú sjáir brjóstkassann rétt lyftast.
• Haltu áfram að hnoða og blása á víxl þar til sérhæfð aðstoð berst.
Hnoðtaktur – 100x á mínútu
hnoða 30x blása 2x
Ef þú treystir þér ekki til að beita blástursaðferð skaltu eingöngu beita hjartahnoði, það gerir líka gagn.
Aðskotahlutur í öndunarvegi
Alvarleg einkenni: Viðkomandi grípur um háls og getur ekki talað eða andað og fer að blána.
Skyndihjálp – börn frá 1 árs og fullorðnir:
• Sláðu allt að 5 sinnum þéttingsfast á milli herðablaðanna.
• Stattu aftan við viðkomandi og gríptu um kvið hans rétt fyrir ofan nafla.
• Krepptu hnefa annarrar handar og gríptu um hnefann með hinni hendinni.
• Þrýstu allt að 5 sinnum snöggt inn á við og upp.
• Endurtaktu ferlið þar til aðskotahluturinn hrekkur út eða sérhæfð aðstoð berst.
• Ef viðkomandi missir meðvitund skaltu hringja í 112 og hefja endurlífgun.
Skyndihjálp – ungbörn:
• Sláðu allt að 5 sinnum á milli herðablaðanna.
• Þrýstu allt að 5 sinnum á brjóstkassann.
• Endurtaktu ferlið þar til barnið andar eða sérhæfð aðstoð berst.
• Ef barnið missir meðvitund skaltu hringja í 112 og hefja endurlífgun.
SLYS
Tryggðu öryggi á slysstað
• Stöðvaðu umferð að slysstað.
• Settu öryggisþríhyrning í 200 metra fjarlægð.
• Slökktu eld.
• Skorðaðu bílflak ef hætta er á að það velti.
• Aftengdu rafmagn ef um rafmagnsslys er að ræða.
Brunasár
Skyndihjálp:
• Stöðvaðu brunann.
• Kældu brennda svæðið strax með volgu vatni.
• Ef bruninn nær yfir stórt svæði skaltu hringja í 112.
Blæðing
Skyndihjálp:
• Stöðvaðu blæðinguna:
- Þrýstu þétt á sárið með því hreinasta sem er við höndina.
- Bætið umbúðum á sárið ef blæðir í gegn.
- Lyftu blæðandi útlim.
• Hreinsaðu öll óhreinindi úr sárinu með vatni ef blæðing er lítil.
• Ef um er að ræða skurð þarf að sauma hann innan 6 klst.
Höfuðhögg
Einkenni alvarlegs höfuðhöggs: Rot, sljóleiki, minnistap, uppköst, höfuðverkur, krampaflog.
Skyndihjálp:
• Athugaðu meðvitund og öndun.
• Hringdu strax í 112 ef alvarleg einkenni koma fram.
• Haltu við höfuð og háls; gerðu ráð fyrir hálsáverka.
• Þó að engin alvarleg einkenni komi fram skaltu fylgjast með viðkomandi í a.m.k. 6 klst.
Beinbrot
Skyndihjálp:
• Stöðvaðu blæðingu.
• Forðastu að hreyfa útlim nema öryggi viðkomandi sé ógnað.
Eftir hátt fall, harðan árekstur eða bílveltu skal hringja í 112 og láta flytja viðkomandi til læknisskoðunar – án tillits til þess hvort áverkar sjáist.
BRÁÐ VEIKINDI
Bráðaofnæmi
Einkenni: Öndunarerfiðleikar, bólga á vörum, tungu eða í hálsi, útbrot, hraður hjartsláttur.
Skyndihjálp:
• Hringdu í 112.
• Aðstoðaðu við notkun adrenalínpenna ef viðkomandi á slíkan penna.
Sykursýki – of lágur blóðsykur
Einkenni: Breyting á hegðun, skjálfti, fölvi, sviti, hungurtilfinning, krampar.
Skyndihjálp:
• Gefðu viðkomandi sykur (djús, gos, sykurmola) ef hann getur kyngt.
• Hringdu í 112 ef viðkomandi getur ekki kyngt eða vaknar ekki.
Flog
Skyndihjálp:
• Hringdu í 112.
• Verðu viðkomandi fyrir meiðslum.
• Tryggðu að ekkert þrengi að hálsi eða hefti öndun.
• Vertu hjá viðkomandi þar til kastið líður hjá.
• Reyndu að leggja viðkomandi á hliðina.
• Ekki setja neitt upp í viðkomandi.
Brjóstverkur
Einkenni: Verkur fyrir brjósti vinstra megin, oft með leiðni út í handlegg og/eða háls. Sviti og ógleði.
Skyndilegur brjóstverkur hjá einstaklingi eldri en 35 ára getur verið vegna kransæðastíflu.
Skyndihjálp:
• Hringdu í 112.
• Reyndu að tryggja kyrrð og ró.
• Hagræddu viðkomandi í þægilega stöðu.
• Aðstoðaðu viðkomandi við að taka lyf hafi læknir ávísað þeim.
• Ef viðkomandi hættir að anda eðlilega skaltu hefja endurlífgun með hjartahnoði og blæstri.
Rauði kross Íslands
N1
Viltu læra skyndihjálp? Hringdu í Rauða kross Íslands í síma 570 4000.
www.redcross.is

Krampaflog

- Haldið ró ykkar
- Losið um þröng föt
- Reynið að fyrirbyggja meiðsl
- Ekki setja neitt upp í munn
- Hlúið að viðkomandi
- Verið til staðar þar til fullri meðvitund er náð

Það er ekki þörf á að hringja í sjúkrabíl:

- Ef hægt er að sjá (t.d. á SOS-Medic Alert- eða öðrum merkjum eða skilríkjum sem geta sagt til um sjúkdóm viðkomandi) að hér sé um flogaveiki að ræða
- Ef floginu lýkur innan 5 mínútna
- Ef engin merki eru um meiðsl, líkamlegar þjáningar eða þungun

Hringja skal á 112:

- Ef flogið á sér stað í vatni
- Ef engin leið er að sjá að hér sé um flogaveiki að ræða (merki eða skilríki)
- Ef um barnshafandi konu, slasaðan eða sykursjúkan einstakling er að ræða
- Ef eitt einstakt flog varir lengur en 5 mín.
- Ef einstaklingur í ráðvilluflogi er ekki komin til meðvitundar eftir 20 mínútur.
- Ef annað flog hefst stuttu eftir að fyrra flogið hættir
- Ef einstaklingurinn kemst ekki til meðvitundar t.d. eftir að kippirnir eru hættir

Hafðu í huga að skilningur, kunnátta og virðing er besta hjálpin því það er ekkert þægilegt að fá flog.

Fyrsta hæð í Austurálmu.

Flóttaleiðir úr A-stofum.

Leið 1. Út um aðalinngang á Austurhúsi v/Digranesveg
Leið 2. Út um glugga á stofunum.

Flóttaleiðir úr Norðurálmu fyrsta hæð.

Skrifstofur, stofur N101, N102 og N106

Leið 1. Út um neyðarútgang á austurhlið Norðurálmu. v/Meltröð
Leið 2. Út um neyðarútgang á norðurhlið Norðurálmu. v/Háveg

Stofur N103, N104, N105, N107 og N108

Leið 1. Út um neyðarútgang á norðurhlið Norðurálmu. v/Háveg
Leið 2. Út um neyðarútgang á austurhlið Norðurálmu. v/Meltröð

Starfsbraut fyrir einhverfa

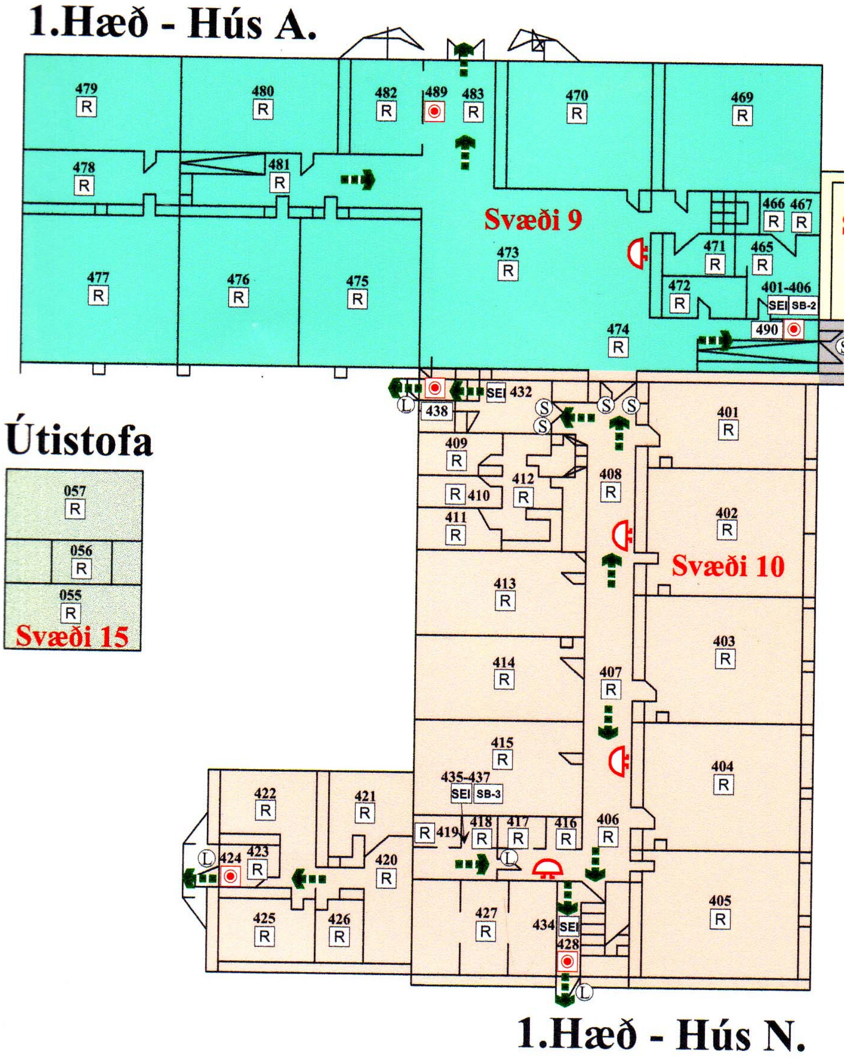
Leið 1. Út um inngang á austurhlið Norðurálmu. v/Meltröð
Leið 2. Út um neyðarútgang á norðurhlið Norðurálmu. v/Háveg

Ráðuneytið, A8 og A9.

Leið 1. Út um aðalinngang á Ráðuneytinu.
Leið 2. Út um glugga á stofunum.

Nr.: VNL- 107 Útgáfa: 02 Dags.: 14.09.2017 Höfundur: HK	**Menntaskólinn i Kópavogi** **Handbók um öryggismál**	

Fyrsta hæð í Austur- og Norðurálmu
Ráðuneytið



Fyrsta hæð í Suðurálmu

Flóttaleiðir úr S101.
Leið 1. Út um neyðarútgang á stigahúsi. v/Digranesveg
Leið 2. Út um glugga á stofu.

Skrifstofur námsráðgjafa, Sæmundar fróða og hjúkrunarfræðings.
Leið 1. Út um neyðarútgang á stigahúsi. v/Digranesveg
Leið 2. Út um glugga á S101.

Flóttaleiðir úr S103 og S104.
Leið 1. Út um neyðarútgang á stigahúsi. v/Digranesveg
Leið 2. Út um glugga á stofu.

Flóttaleiðir úr kennaraherbergi
Leið 1. Út um starfsmannainngang á langagangi, vesturdyr. v/Háveg
Leið 2. Út um glugga á bókasafni.

Flóttaleiðir af skrifstofugangi.

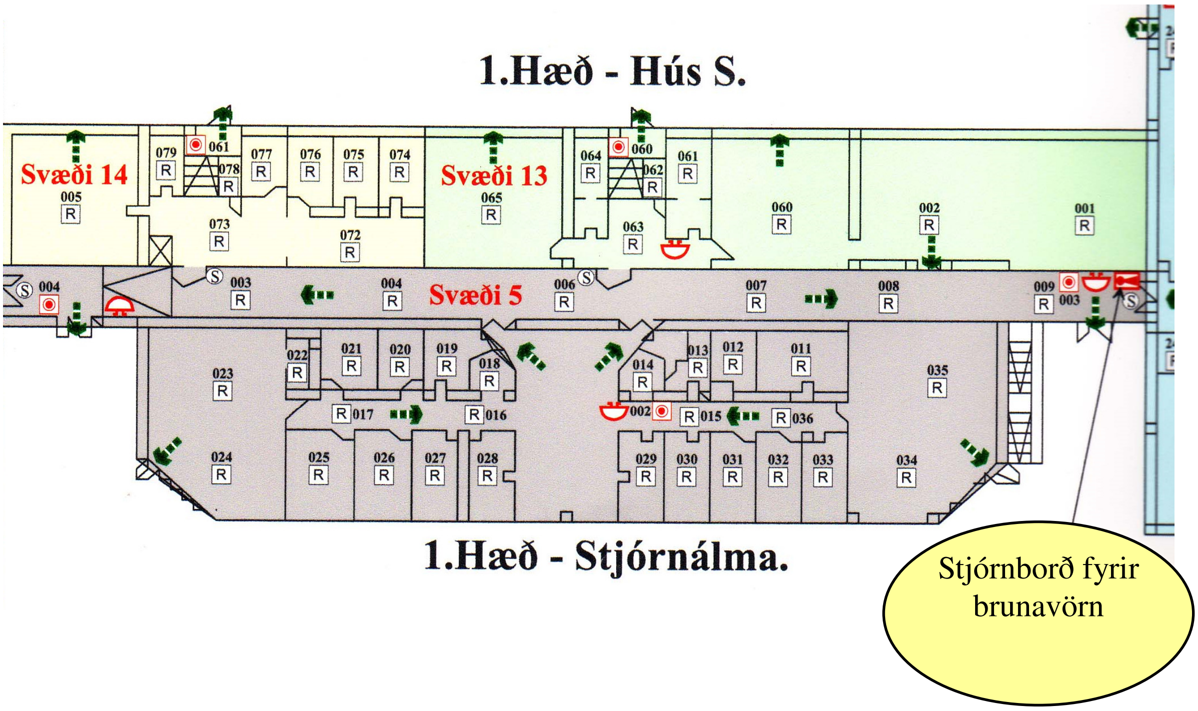
Flóttaleið af kaffistofu starfsmanna
Leið 1. Út um neyðarútgang á norðurvegg kaffistofu.
Leið 2. Út um starfsmannainngang á langagangi, austurdyr. v/Háveg

Flóttaleið úr starfsaðstöðu kennara
Leið 1. Út um neyðarútgang á austurvegg.
Leið 2. Út um starfsmannainngang á langagangi, vesturdyr.

Flóttaleið af skrifstofum úr vesturenda skrifstofugangs.
Leið 1. Út um starfsmannainngang á langagangi, vesturdyr. v/Háveg
Leið 2. Út um neyðarútgang á austurvegg í starfsaðstöðu kennara.

Flóttaleið af skrifstofum úr austurenda skrifstofugangs.
Leið 1. Út um starfsmannainngang á langagangi, austurdyr. v/Háveg
Leið 2. Út um neyðarútgang á norðurvegg kaffistofu.

Fyrsta hæð í Suður- og stjórnunarálmu



Fyrsta hæð í Vesturálmu.

Flóttaleiðir úr Sunnusal og mötuneyti.
Leið 1. Út um neyðarútgang á norðurvegg mötuneytis, v/Digranesveg
Leið 2. Út um aðalinngang á Vesturhúsi. v/Digranesveg

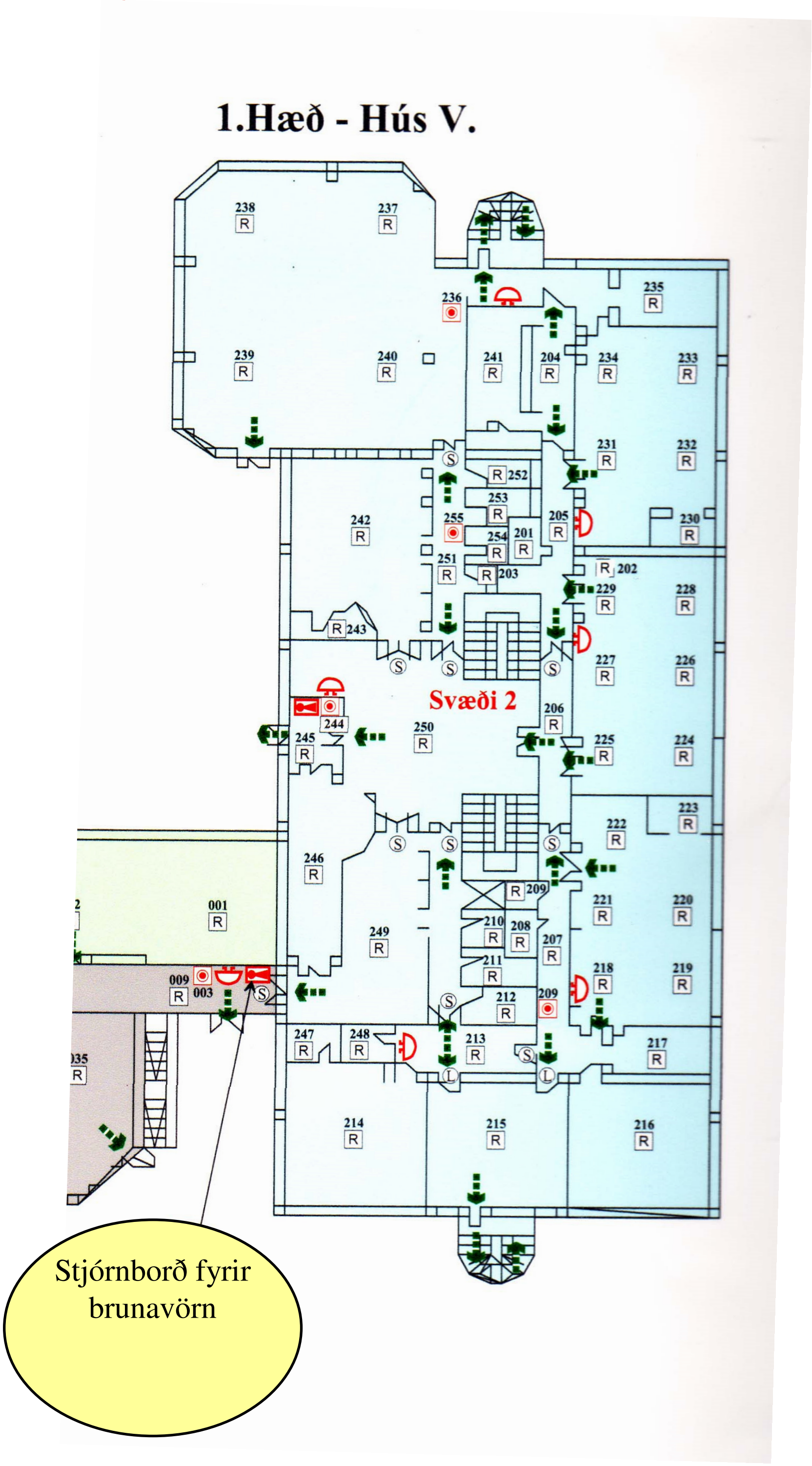
V107, V106 og V105
Leið 1. Út um aðalinngang á Vesturhúsi. v/Digranesveg
Leið 2. Út um neyðarútgang á stigahúsi í suðurenda Vesturálmu.

V102 og V103
Leið 1. Út um aðalinngang á Vesturhúsi. v/Digranesveg
Leið 2. Út um neyðarútgang á stigahúsi í norðurenda Vesturálmu.

V101
Leið 1. Út um aðalinngang á Vesturhúsi. v/Digranesveg
Leið 2. Út um glugga á skólastofu.

Nr.: VNL- 107 Útgáfa: 02 Dags.: 14.09.2017 Höfundur: HK	**Menntaskólinn i Kópavogi** **Handbók um öryggismál**	

Fyrsta hæð í Vesturálmu



Önnur hæð í Suðurálmu.

Úr S201, S202, S203 og S204.

Leið 1. Út um neyðarútgang á stigahúsi.
Leið 2. Út um glugga á stofu.

Flóttaleiðir úr nemendaaðstöðu í Austurálmu

Leið 1. Út um aðalinngang á Austurhúsi.
Leið 2. Niður neyðarstiga í stofu A-101 og út um glugga.

Önnur hæð á Norðurálmu

Bleikisalur N210

Leið 1. Út um neyðarstiga á Austurvegg.
Leið 2. Út um neyðarútgang á stigahúsi á norðurhlið Norðurálmu.

N205, N206, N201 og N202.

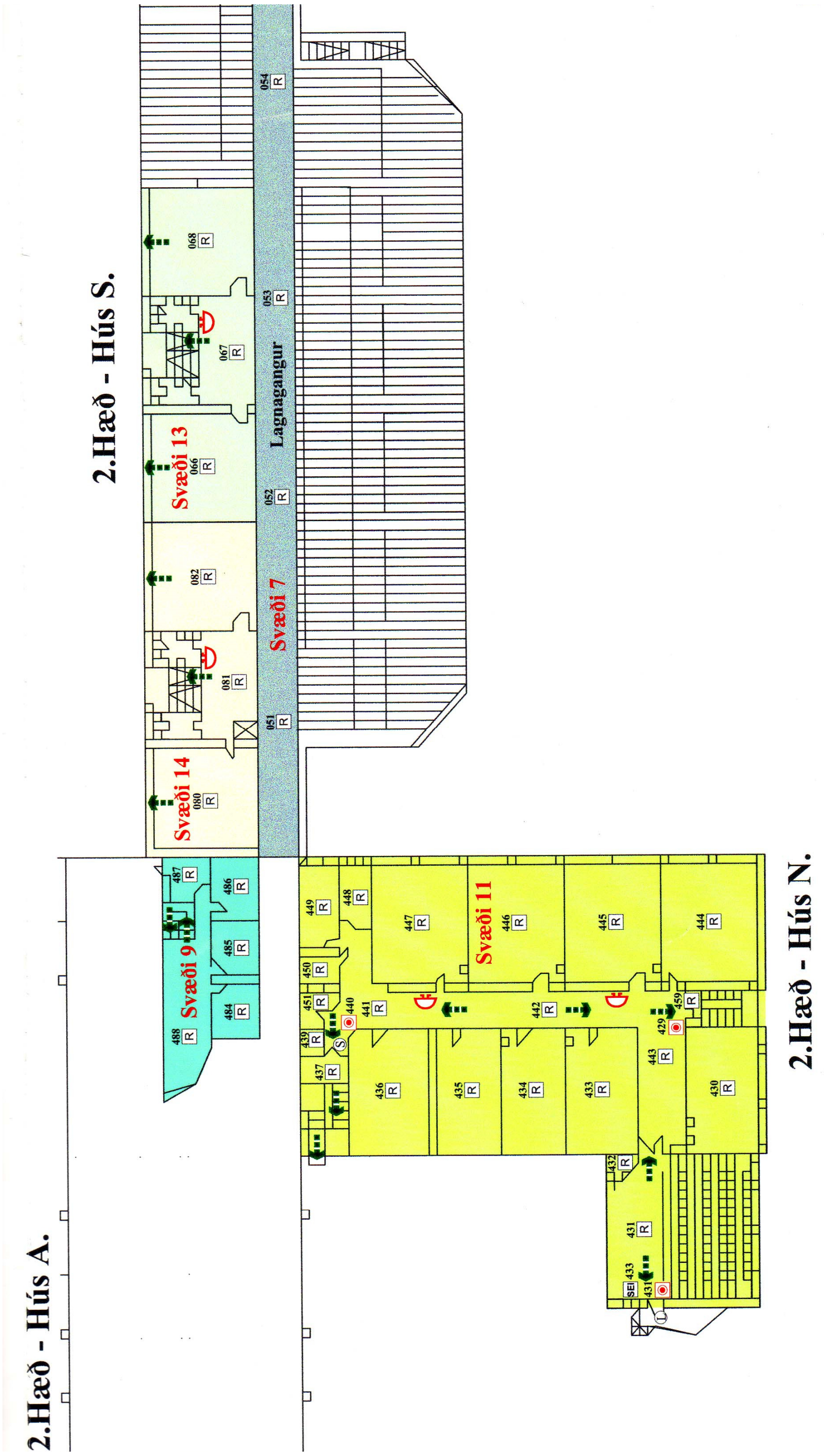
Leið 1. Út um neyðarútgang á stigahúsi á austurhlið Norðurálmu.
Leið 2. Út um neyðarútgang á stigahúsi á norðurhlið Norðurálmu.

N207, N208, N209, N203 og N204.

Leið 1. Út um neyðarútgang á stigahúsi á norðurhlið Norðurálmu.
Leið 2. Út um neyðarútgang á stigahúsi á austurhlið Norðurálmu.

Nr.: VNL- 107	Menntaskólinn i Kópavogi	
Útgáfa: 02		
Dags.: 14.09.2017	Handbók um öryggismál	
Höfundur: HK		

Önnur hæð í Norður- og Suðurálmu



Önnur hæð í Vesturálmu

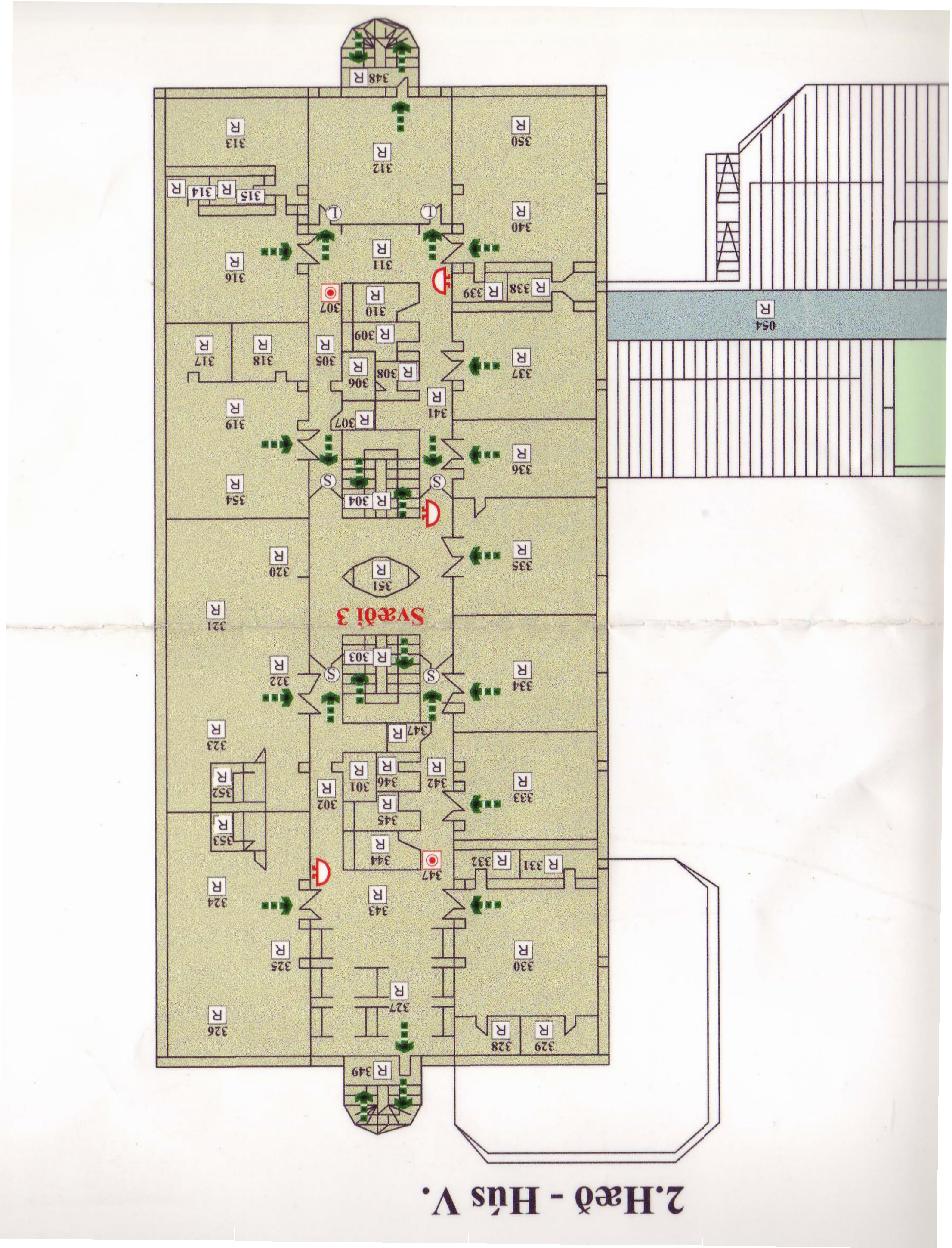
V207 brauðgerð, V208 kökugerð, Björnsstofa, V209 eðlisfræðistofa, V210, V211 og þakrými á þriðju hæð.

Leið 1. Út um neyðarútgang á stigahúsi í suðurenda Vesturálmu.
Leið 2. Niður stiga og út um aðalinngagn á Vesturálmu.

V201, V202, V33 efnafræðistofa, V203, V204 og V206 kennslueldhús.
Leið 1. Út um neyðarútgang á stigahúsi í norðurenda Vesturálmu.
Leið 2. Niður stiga og út um aðalinngang á Vesturálmu.

V214 Konráðsstofa
Leið 1. Niður stiga og út um aðalinngagn á Vesturálmu.
Leið 2. Út um neyðarútgang á stigahúsi í norðurenda Vesturálmu.

Önnur hæð í Vesturálmu



Kjallari í Vesturálmu

V1, V7, þvottahús, innkaupadeild og vínkjallari.

Leið 1. Út um inngang hjá innkaupadeild.
Leið 2. Út um neyðarútgang á stigahúsi í norðurenda Vesturálmu.

Búningsklefar kennara og drengja.
Leið 1. Út um neyðarútgang á stigahúsi í norðurenda Vesturálmu.
Leið 2. Út um inngang hjá innkaupadeild.

Búningsklefar stúlkana.
Leið 1. Út um inngang hjá innkaupadeild.
Leið 2. Út um neyðarútgang á verkstæði skólans.

Skjalageimsla og verkstæði.
Leið 1. Út um neyðarútgang á verkstæði skólans.
Leið 2. Út um inngang hjá innkaupadeild.

V4 og kjötbúð.
Leið 1. Út um inngang hjá innkaupadeild.
Leið 2. Út um neyðarútgang á stigahúsi í suðurenda Vesturálmu.

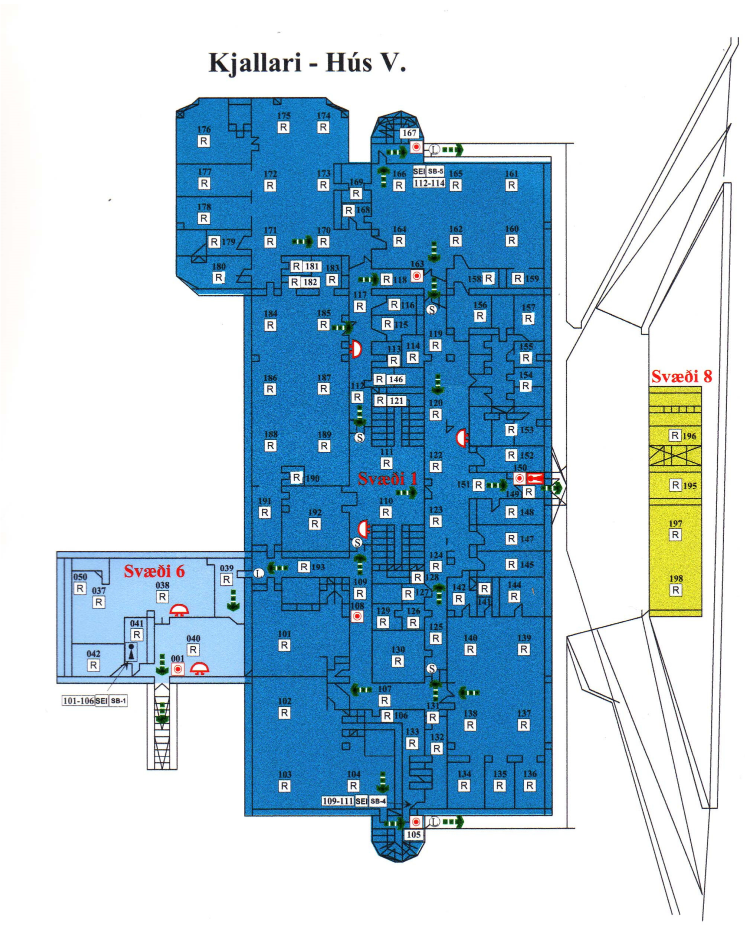
V1, V7, þvottahús, innkaupadeild og vínkjallari.

Leið 1. Út um inngang hjá innkaupadeild.
Leið 2. Út um neyðarútgang á stigahúsi í norðurenda Vesturálmu.

V2 og V3.
Leið 1. Út um neyðarútgang á stigahúsi í suðurenda Vesturálmu.
Leið 2. Út um inngang hjá innkaupadeild.

Nr.: VNL- 107	**Menntaskólinn í Kópavogi**	
Útgáfa: 02		
Dags.: 14.09.2017	**Handbók um öryggismál**	
Höfundur: HK		

Kjallari í Vesturálmu

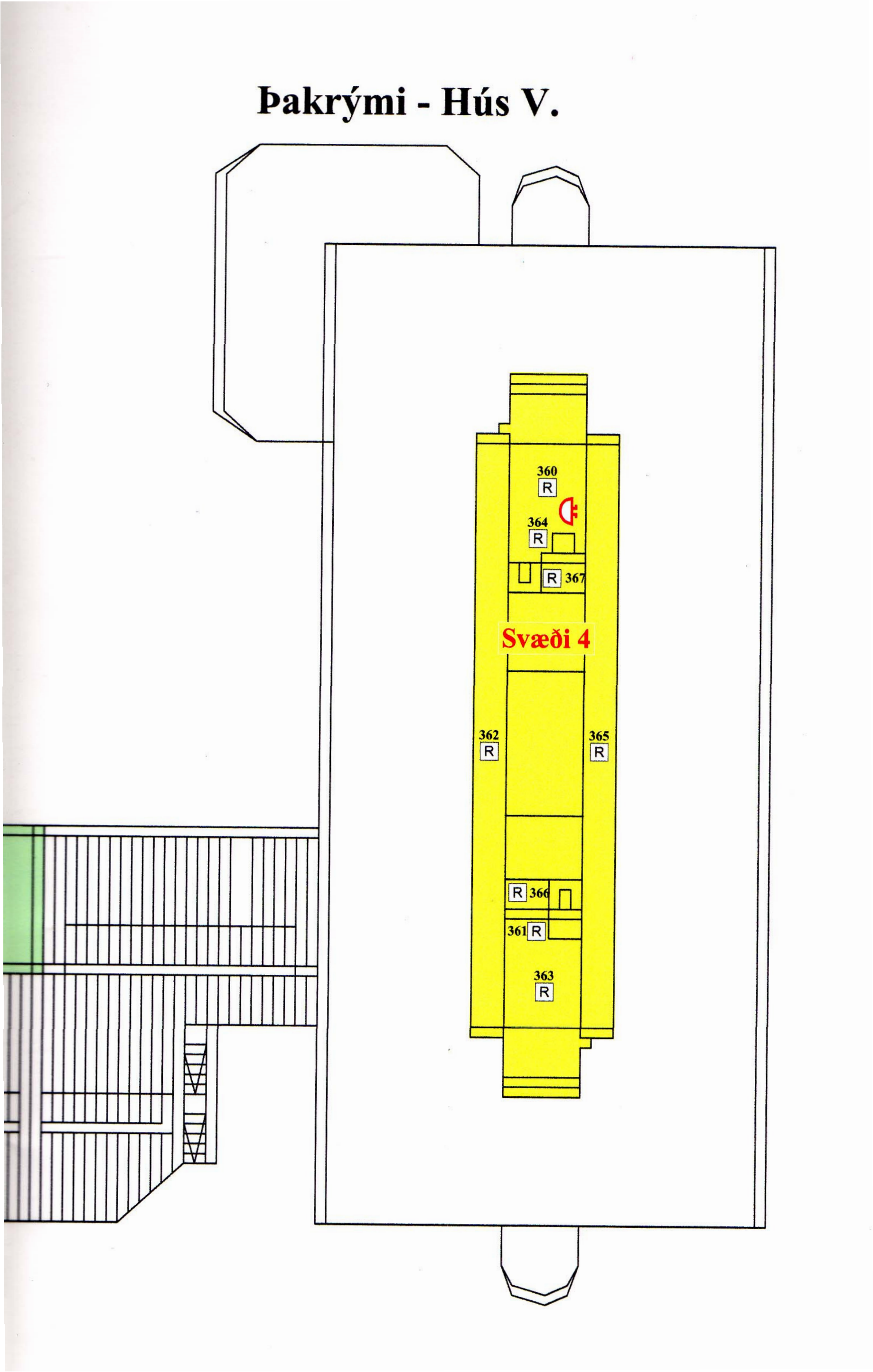


Þakrými í Vesturálmu

Leið 1. Út um neyðarútgang á stigahúsi í suðurenda Vesturálmu.
Leið 2. Niður stiga og út um aðalinngagn á Vesturálmu.

Nr.: VNL- 107	Menntaskólinn i Kópavogi	
Útgáfa: 02		
Dags.: 14.09.2017		
Höfundur: HK	Handbók um öryggismál	

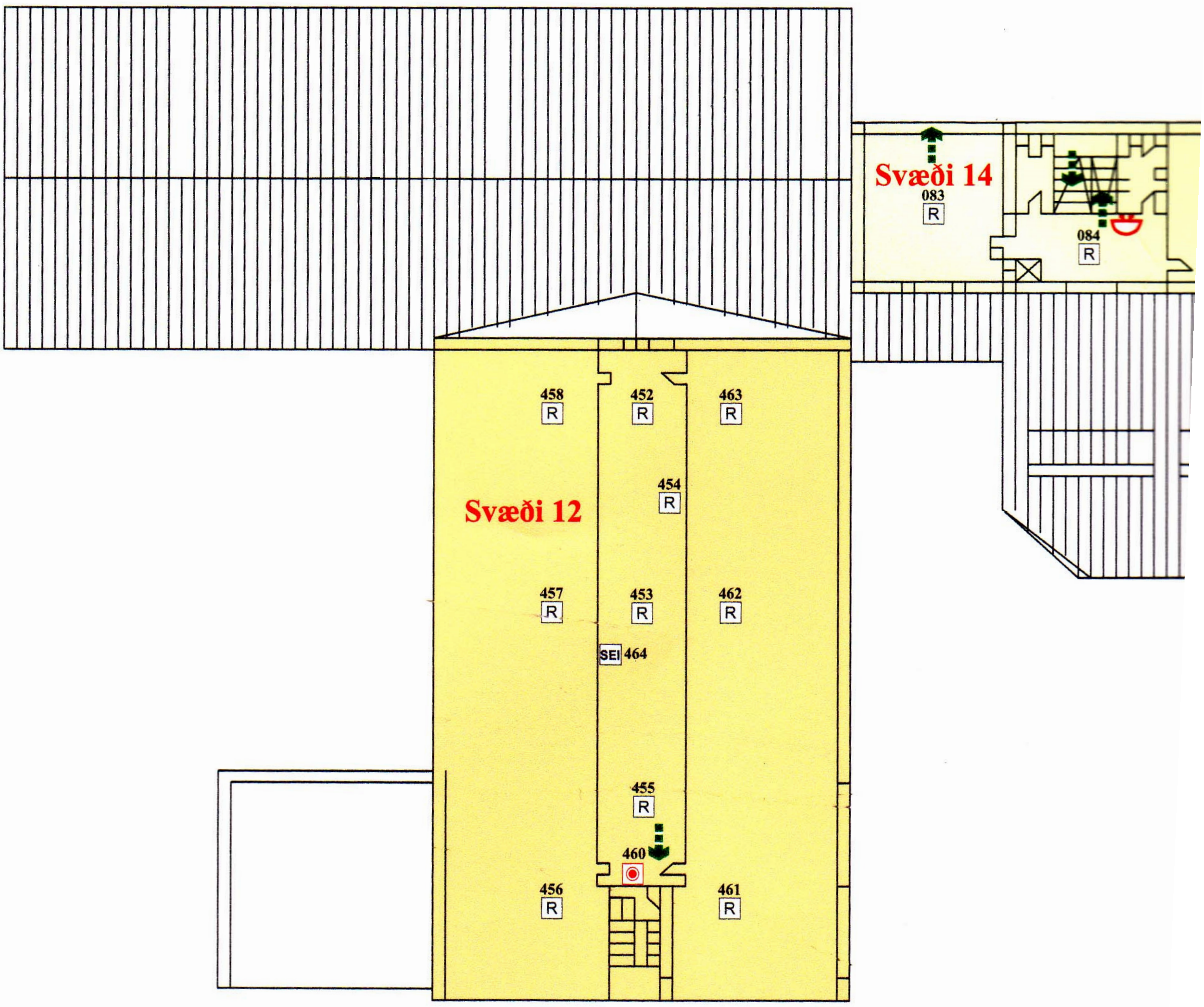
Þakrými í Vesturálmu



Þakrými í Norðurálmu.

Leið 1. Út um neyðarútgang á stigahúsi á norðurhlið Norðurálmu.
Leið 2. Út um neyðarútgang á stigahúsi á austurhlið Norðurálmu

Þakrými í Norðurálmu



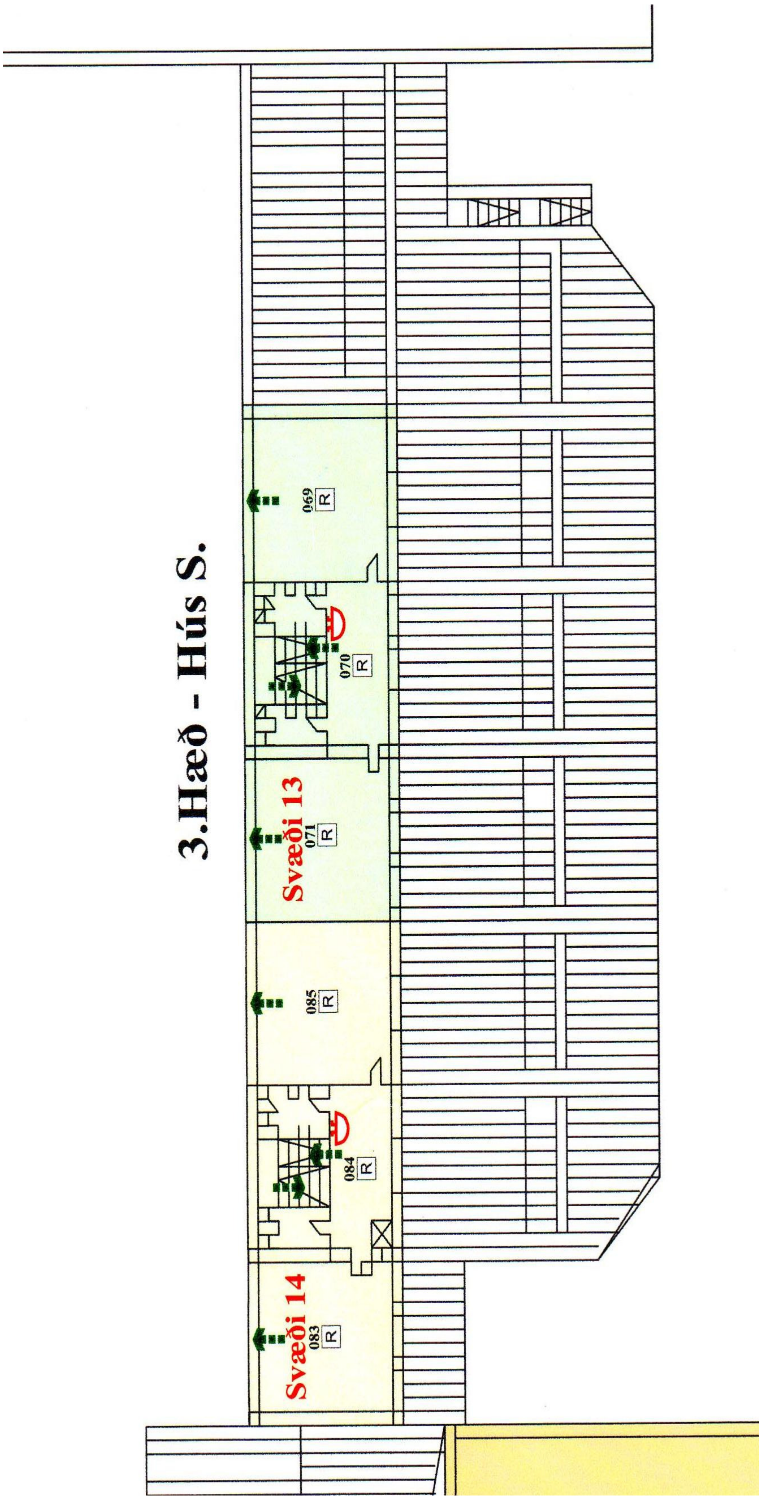
Þakrými - Hús N.

Önnur hæð í Suðurálmu.

Úr S201, S202, S203 og S204.

Leið 1. Út um neyðarútgang á stigahúsi.
Leið 2. Út um glugga á stofu.

Þriðja hæð í Suðurálmu



SKÝRINGAR TÁKNA

01 (◉)	=	Handboði með vistfangi
01 R	=	Brunaskynjari með vistfangi
(bjalla)	=	Bjalla
(►●)	=	Stjórnstöð
(●◄)	=	Útstöð
SB-1	=	Spennugjafi
SEI	=	Stýrieining
Ⓢ	=	Hurðarsegull
Ⓛ	=	Raflæsing
(➔)	=	Flóttaleið

Svæði 1

Svæði 2

Svæði 3

Svæði 4

Svæði 5

Svæði 6

Svæði 7

Svæði 8

Svæði 9

Svæði 10

Svæði 11

Svæði 12

Svæði 13

Svæði 14

Svæði 15