

## PELASTUSVIESTI

### TARVITTAVAT VÄLINEET:

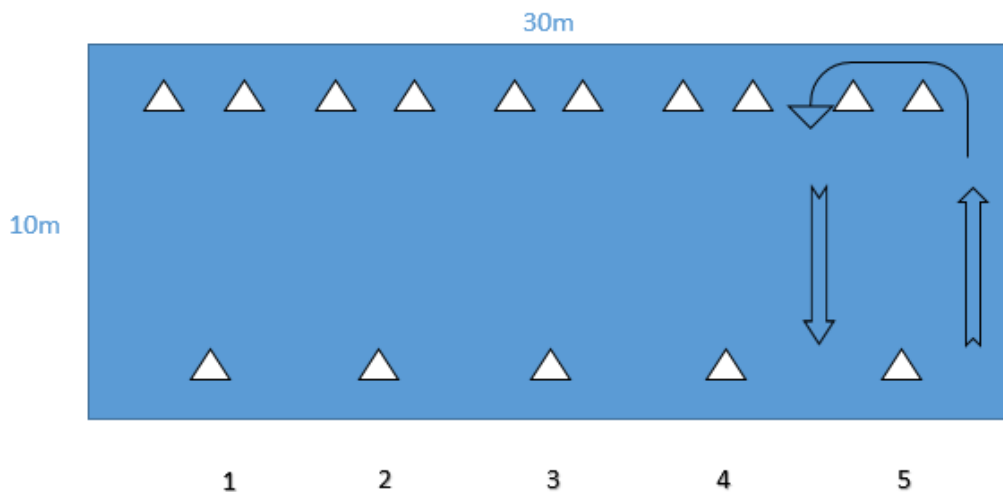
- merkkikartioita (15kpl)
- naru, yhden narun pituus 12-15m (5kpl)
- kangaspusseja (5kpl)
- hernepusseja (5kpl)

### PELASTUSVÄLINEEN RAKENTAMINEN:

Laita kangaskassiin/jumppapussiin hernepussi painoksi ja sido naru kassin suuaukon ympärille.

### RADAN RAKENTAMINEN:

Rata rakennetaan alla olevan kuvan mukaisesti. Mitat ovat viitteellisiä. Esimerkissä ratoja on viisi kappaletta.



### VIESTIN KULKU:

1. Jaa luokka 4-6 hengen joukkueisiin.
2. Kilpailijat juoksevat jokainen vuorollaan kierroksen kiertäen molemmat kartiot. Läpsystä vaihto.
3. Kun kaikki ovat juosseet, ryhmän ensimmäinen juoksija siirtyy "pelastettavaksi" oman ratansa kartioiden väliin. Jonossa seuraavana oleva ottaa pelastusvälineen (naru+pussi) käyttöönsä ja pyrkii heittämään pussin tötsien välissä olevalle "pelastettavalle".

Huomioi:

- heittäjä pitää kiinni narun toisesta päästä, ettei naru lennä heitettäessä pussin mukana.
- pelastettava vedetään takaisin heittäjän päättyyn, narun pitää pysyä koko ajan tiukkana
- heittäjästä tulee seuraava pelastettava.



4. Kun kaikki ovat olleet kerran pelastettavina, joukkue valitsee keskuudestaan yhden ”uhrin”. Muu joukkue kantaa ”uhrin” rauhallisesti kiertäen molemmat kartiot ja palaa takaisin lähtöpisteeseen. Harjoitus päättyy tähän.

Huomioi:

- uhrin kantamisessa on hyvä huomioida rauhallisuus ja turvallisuus, ettei kenellekään tule kolhuja.
- kantajat ottavat otteen pelastettavan kainaloiden alta. Nosto tapahtuu yhtäaikaaisesti kolmeen laskien. Yksi, kaksi, nosto.
- ryhmä sopii etukäteen, ketä kannetaan. kantaminen suoritetaan vain yhden kerran.

### **TÄRKEÄÄ:**

Lapsille kannattaa kertoa, että pelastusviestissä harjoitellaan vedestä pelastamista, ja turvallisimmin se onnistuu kuivalta maalta (rannalta/laiturilta) käsin, apuvälineen avulla pelastamalla.

Hukkuva ihminen ei välttämättä näytä siltä, mitä useimmat ihmiset odottavat. Hukkuva ei välttämättä tee roiskeita tai huido käsillään apua, eikä aina pysty huutamaan apua. Puhutaankin ns. hiljaisesta hukkumisesta.

### **Kun huomaat hädässä olevan, toimi seuraavalla tavalla (HRAP):**

#### **H**

Hälytä apua (aikuiset tai 112). Tällä varmistat lisäävun saamisen paikalle.

#### **R**

Rauhoita pelastettavaa kertomalla hänelle, että apua on tulossa. Se antaa pelastettavalle turvallisuuden tunnetta ja voimia jaksaa vielä vähän aikaa.

#### **A**

Etsi apuväline (naru, keppi, pelastusliivi, vene, airo), jotain jonka avulla pelastettava pysyy pinnalla ja voidaan auttaa turvaan.

#### **P**

Pelasta: lähesty pelastettavaa varoen, mutta ripeästi. Pidä apuväline itsesi ja pelastettavan välissä ja ojenna tai heitä apuväline pelastettavalle. Auta pelastettava rantaan, tee tarvittavat ensiaputoimenpiteet ja toimita tarvittaessa jatkohoitoon. Pelasta aina niin, ettei oma turvallisuutesi joudu vaaraan.