

# VARAUTUMIS- RASTIT

# OKKEI

- OPPEJA KESTÄVÄÄN ELÄMÄÄN

## TAVOITE:

- Oppii toimimaan paremmin häiriötilanteessa.
- Ymmärtää, miksi varautuminen on tärkeä kansalaistaito.
- Varautumistaidot lisäävät turvallisuuden tunnetta.

## RASTIT:

1. Sähkö
2. Viestintä
3. Ruoka
4. Lämpö
5. Vesi
6. Kotivara

## TOTEUTUS:

- Rastien kiertämiseen varataan aikaa noin tunti.
- Yhdellä rastilla aikaa on 8 min.
- Rastit kierretään 4-7 hlö ryhmissä.
- Viisi ryhmää voi aloittaa yhtä aikaa eri rasteilta.
- Kuudennelle kotivararastille kaikki tulevat yhtä aikaa.
- Rastien vetäjät ohjaavat pisteillä toimintaa ja lähettävät lopuksi ryhmän seuraavalle rastille.
- Ryhmille kerrotaan aluksi yhteisesti toimintaohjeet.
- Osallistujat saavat lopuksi kotitehtävän.



# VARAUTUMIS- RASTIT

## ohjeet

# OKKEI

- OPPEJA KESTÄVÄÄN ELÄMÄÄN

### VALMISTELUOHE OHJAAJILLE

- Hanki rasteille tarvikkeet.
- Osta eväät. (huomioi allergiat)
- Tulosta kotitehtävät.
- Suunnittele tilat ja vie numeroidut kyltit esim. oviin.
- Kirjoita valmiiksi pieniin rastienkeräyslappuihin jokaisen ryhmän aloitusrastin numero sekä tarvittaessa rastien kohdalle sijaintipaikka.
- Vie tarvikkeet rasteille, myös leikkirahat.
- Laita rahapussit valmiiksi.
- Suunnitelkaa aikataulu tarkasti, jotta rastien aikataulu ei veny.

### TOIMINTAOHJE OSALLISTUJILLE

- Varautumisrasteilla opit toimimaan erilaisissa arjen häiriötilanteissa.
- Kerro rastien kulkujärjestys.
- Kerro rastien sijainnit.
- Rastien välillä täytyy siirtyä rastilta toisella ripeästi.
- Rasteja suorittamalla saatte palkaa suoritetuista tehtävistä.
- Kerätkää palkkarahat rahapussiin, tarvitsette niitä viimeisellä rastilla.
- Anna jokaiselle ryhmälle matkaan rahapussit sekä rastienkeräyslaput.



# 1. SÄHKÖ

## TAVOITE:

- Ymmärtää mihin sähkökatko voi vaikuttaa.
- Osaa etsiä valonlähteitä.
- Osaa soittaa hätänumeroon.
- Kuuntelee ohjeita ja noudattaa niitä.

## TARVIKKEET:

- Nalle
- Taskulamput
- Puhelimet
- Varavirtalähde
- Leikkirahat

## VALMISTELU:

- Pimennä tila mahdollisuuksien mukaan.
- Piilota varavirtalähde helposti löydettävästi.
- Huolehdi rastin aikana, että ryhmä on valmis annetussa ajassa seuraavalle rastille.

## TOTEUTUS:

- Kerro pohjustustarina: Sähköt on poikki. OKEI-nalle yritti etsiä pimeässä puhelimeen varavirtalähdettä (ts. powerbank, akun lataus ilman sähköä), mutta satuttikin pahasti päänsä. Auttakaa nalle etsimään taskulamppujen avulla varavirtalähde, yhdistäkää se puhelimeen ja soittakaa leikisti hätänumeroon.
- Auta tarvittaessa etsinnöissä, jotta aikaa jää puhelulle.
- Puhelinkeskustelun esimerkki:
  - Hätäkeskus - Nödcentralen!
  - Mitä on käynyt? Missä olette? (osoite?) Kuka soittaa?
  - Ettehän sulje puhelua ennen kuin annan luvan.
  - Onko nalle hereillä? Nallen voi pyytää laittamaan kyljellen.
  - Ohjeista odottamaan ambulanssia, seuraamaan vointia, soittamaan tarvittaessa uudestaan ja joku opastamaan ambulanssi oikealle ovelle.
  - Kerro, että kaikki järjestyy ja apu on jo matkalla.
  - Pyydä pitämään puhelin lähettyvillä, jos auttajat soittavat lisäkysymyksiä matkalta.
  - Voitte sulkea puhelimen!
  - Jos jää aikaa, voi kysyä esim. tietääkö kaikki kotiosoitteen?
- Kehu hienosti hoidetusta tilanteesta ja anna onnistuneesta rastin suorittamisesta palkkaraha.

# 2. VIESTINTÄ

## TAVOITE:

- Ymmärtää mihin tietoliikennekatkokset voivat vaikuttaa.
- Osaa hakea tietoa oikeista lähteistä.
- Osaa käyttää patteriradiota.

## TARVIKKEET:

- Paristokäyttöinen radio
- Paristot
- Käyttöohje tarvittaessa
- Leikkirahat

## VALMISTELU:

- Irrota radiosta paristot.
- Ota selville paikallinen Yle Radio Suomen radiotaajuus. (Kymenlaakso 96,9MHz)
- Huolehdi rastin aikana, että ryhmä on valmis annetussa ajassa seuraavalle rastille.

## TOTEUTUS:

- Kerro pohjustustarina: Telkkari, puhelin eikä netti toimi. Ottakaa selvää, mitä outoa on meneillään. Laittakaa radioon patterit ja virittäkää radiotaajuus Ylen Radio Suomen kanavalle.
- Anna tarvittaessa ohjeita paristojen ja taajuuden virittämisen kanssa.
- Pohtikaa yhdessä, miksi kaikki radiotaajuudet eivät välttämättä lähetä oikeaa tietoa. (väärää tietoa, kuulopuheita, mielipiteisiin vaikuttamista ym.)
- Vaaratiedote on viranomaisen antama tiedote, joka lähetetään Hätäkeskuslaitokseen, josta se tulee Yleen. Tiedotteen sisältöä ei saa muuttaa millään tavalla, vaan se välitetään sellaisenaan eteenpäin.
- Minkälaisia vaaratiedotteita voi tulla? (esim. liikenneonnettomuus, tulipalo, kaasuvuoto, tulva, myrsky, saastunut vesijohtovesi, suurpetovaara)
- Kehu ja anna onnistuneesta rastin suorittamisesta palkkaraha.
- Voit pyytää osallistujia lopuksi purkamaan paristot ja sekoittamaan taajuuden.

# 3. RUOKA

## TAVOITE:

- Ymmärtää miten sähkökatko voi vaikuttaa ruoanvalmistukseen.
- Tietää, mitä eri keinoja on lämmittää vettä tai valmistaa ruokaa ilman sähköä.
- Osaa kasata retkikeittimen.

## TARVIKKEET:

- Retkikeitin
- Kasausohjeet tarvittaessa.
- Esillä voi olla elintarvikkeita ja muita ruokailutarvikkeita. (esim. spagettia, tomaattimurskaa, leppäsavukalasäilykettä, kauha, luha, pakki, kuksa)
- Leikkirahat

## VALMISTELU:

- Kasaa retkikeitin paketiksi.
- Laita mahdollinen rekvisiitta ja ruokatarpeet esille.
- Huolehdi rastin aikana, että ryhmä on valmis annetussa ajassa seuraavalle rastille.

## TOTEUTUS:

- Kerro pohjustustarina: Sähköt on poikki ja pitäisi saada lämmitettyä vettä. Keksikää mitä erilaisia keinoja voisi olla veden lämmittämiseen ilman sähköä. (esim. takka, leivinuuni, nuotio, retkikeitin, grilli, kaasuliesi)
- Anna tehtäväksi retkikeittimen kasaaminen. Anna vinkkejä tarvittaessa.
- Kerro keittimen sytyttämisestä ja paloturvallisuudesta.
- Anna vinkkejä keittimessä valmistettaviin ruokiin.
- Jos jää aikaa, kysele minkälaisia keinoja osallistujilla on kotona valmistaa sähköttä ruokaa.
- Kehu ja anna onnistuneesta rastin suorittamisesta palkkaraha.
- Voit pyytää osallistujia lopuksi purkamaan retkikeittimen seuraavaa ryhmää varten.

# 4. LÄMPÖ

## TAVOITE:

- Ymmärtää, että kodin lämmitysjärjestelmään voi tulla häiriöitä.
- Osa suojautua kylmältä.

## TARVIKKEET:

- Patjoja
- Tyynyjä
- Vilttejä, peittoja
- Mattoja
- Mahdollisesti muita majatarvikkeita, esim. pöytä, tuoleja, pyykkipoikia
- Leikkirahat

## VALMISTELU:

- Laita majatarvikkeet esille.
- Huolehdi rastin aikana, että ryhmä on valmis annetussa ajassa seuraavalle rastille.

## TOTEUTUS:

- Kerro pohjustustarina: Kodissa on melko kylmä, koska lämmitys ei toimi. Rakentakaa yhdessä lämmin maja, jossa mahdutte nukkumaan.
- Kerro, että ihminen on hyvä lämpöpatteri, esim. jos peiton alla on monta ihmistä, tulee aika lämmin. Tai makuupussissa voi pärjätä ilman vaatteitakin.
- Kerro tarvittaessa, että kylmä lattia on myös hyvä eristää esimerkiksi matoilla.
- Muistuta, että happea pitää riittää majassa.
- Jos jää aikaa, pohtikaa miten muuten voi pysyä lämpimänä. (esim. vaatetuksella, liikkumalla, syömällä riittävästi, makuupussissa, lämmittämällä takka, retkiteltassa sisällä)
- Kehu ja anna onnistuneesta rastin suorittamisesta palkkaraha.
- Voit pyytää osallistujia lopuksi purkamaan majan seuraavaa ryhmää varten

# 5. VESI

## TAVOITE:

- Ymmärtää vedensaannin tärkeyden vesikatkon aikana.
- Hahmottaa tarvittavan vesimäärän katkon aikana.
- Tietää, miksi kotona on hyvä olla pullovettä, kannellinen astia tai kanisteri.

## TARVIKKEET:

- Tyhjät 5 l kanisterit x 6
- Täydet 5 l kanisterit x 6
- Jakelupistekyltti + teippi/sinitarra
- Leikkirahat

## VALMISTELU:

- Kiinnitä jakelupistekyltti
- Vie täydet kanisterit jakelupisteelle.
- Tyhjät kanisterit aloituspisteelle.
- Huolehdi rastin aikana, että ryhmä on valmis annetussa ajassa seuraavalle rastille.

## TOTEUTUS:

- Kerro pohjustustarina: Jano iski, mutta vettä ei tule hanasta. Mikähän mahtaa olla vialla? (sähkökatko, korjaustyö, veden saastuminen)
- Pohtikaa yhdessä: Mihin kaikkeen vettä tarvitaan päivän aikana?
- Laskutehtävä: Yksi ihminen kuluttaa vettä n. 10 litraa päivässä. Kuinka paljon vettä tarvitsee kolmihenkinen perhe päivässä? (30 l)
- Ohjaa lapset laskemaan oikea määrä kanistereita mukaan (6 kpl) ja lähtemään hakemaan jakelupisteeltä täydet tilalle.
- Miettikää yhdessä, jos vedet olisivat poikki monta päivää, kuinka paljon vettä sitten tarvittaisiin.
- Jos jää aikaa, voi pohtia myös miten kaupasta ostettu vesi eroaa vesijohtovedestä. Vesijohtovesi täytyy vaihtaa astiassa muutaman päivän välein ja astia täytyy pestä huolellisesti vaihdon yhteydessä. Kaupasta ostettu vesi säilyy pari vuotta avaamattomana.
- Kehu ja anna onnistuneesta rastin suorittamisesta palkkaraha.
- Voit pyytää osallistujia lopuksi viemään täydet kanisterit takaisin jakelupisteelle ja tuomaan tyhjät lähtöpisteelle.

# 6.

## KOTIVARA

(suoritetaan viimeisenä)

### TAVOITE:

- Ymmärtää, mitä kotivara tarkoittaa.
- Ymmärtää, miksi tarvitaan käteistä rahaa.
- Ymmärtää, että töitä suorittamalla voi ansaita palkkarahaa esim. ruokaan.

### TARVIKKEET:

- Eväät (huomioi allergiat)
- Tarvittaessa: biojätepussi, käsidesi ja siivousliina
- Kauppakyltti
- Mahdollisesti kaupparekvisiittaa (esim. leikkikassa)
- Kotitehtävät

### VALMISTELU:

- Laita kauppatiski, eväät ja muu mahdollinen rekvisiitta valmiiksi.
- Huolehdi tarvittaessa seuraavaa ratakierrosta varten leikkirahat takaisin rasteille ja rahapussit aloituspisteelle.

### TOTEUTUS:

- Ryhmät tulevat kaikki yhtä aikaa rastille.
- Sovi etukäteen henkilökunnan kanssa eväiden syömisestä heti, myöhemmin vai vasta kotona.
- Kerro pohjustustarina: Nälkä iski, eikä kotona ole mitään syötävää. Pankkikortit eivät toimi kaupassa häiriön takia, joten tarvitaan käteistä rahaa ruokaostoksiin. Olisipa ollut hyvä, jos kotona olisi ollut reilummin hyvin säilyvää ruokaa, niin ei olisi tarvinnut nyt lähteä kauppaan.
- Kysy kuinka paljon palkkaa tuli suoritetuista tehtävistä?
- Kerro, että tästä kaupasta palkkarahoilla saa jokaiselle pienen evään.
- Suorita ryhmien maksut, anna eväät ja ohjeista syöminen.
- Maksun yhteydessä voit kerätä rahapussit ja rastinkeräyslaput seuraavaa ryhmää varten.
- Jaa jokaiselle osallistujalle kaupan päälle kotitehtävä tai anna kotitehtävät ryhmän ohjaajalle jaettavaksi myöhemmin.