

## **HENKILÖKUNNAN TOIMINTAOHJELIITE**

VALTAKUNNALLINEN VALMENNUS- JA LIIKUNTAKESKUS OY  
PAJULAHDENTIE 167  
15560 NASTOLA



## SISÄLLYSLUETTELO

YHTEYSTIEDOT PELASTUSVIRANOMAISIIN .....	3
1 HÄTÄILMOITUS .....	4
2 TAPATURMA TAI SAIRAUSKOHTAUS .....	5
3 TOIMINTA TULIPALON SATTUESSA .....	6
4 TOIMINTAOHJE KAASUVAARASSA.....	7
5 TOIMINTAOHJE SISÄISESSÄ KAASUVAARASSA .....	8
6 POLTTOÖLJYVUOTO .....	9
7 TOIMINTA YMPÄRISTÖONNETTOMUUDEN UHATESSA.....	10
8 TOIMINTAOHJE SÄHKÖKATKON SATTUESSA .....	11
9 TOIMINTAOHJE SÄHKÖISKUN SATTUESSA .....	12
10 SÄTEILYVAARA .....	13
11 POMMIUHKAUS.....	14
12 TOIMINTAOHJE UHKAAVAN HENKILÖN KOHTAAMIS -TILANTEESSA.....	16
13 TOIMINTAOHJE VARKAUS - TAI RYÖSTÖTAPAUKSESSA.....	17
14 YLEINEN HÄLYTYSMERKKI.....	18
15 KÄSISAMMUTIMEN KÄYTTÖOHJE .....	19
16 SAMMUTUSPEITTEEN KÄYTTÖ.....	20
17 YLEISOHJEITA ALKUSAMMUTUKSEEN .....	21
18 LIIKUNTAKESKUS PAJULAHDEN TURVALLISUUSORGANISAATIOKAAVIO.....	22



## YHTEYSTIEDOT PELASTUSVIRANOMAIISIIN

**Yleinen hätänumero 112**

**Poliisi 10022**

**Myrkytystietokeskus (09) 471 977 tai (09) 47 11 (24h)**

**Nastolan terveyskeskus puhelin 88 51 600 (8-22)**

**muuna aikana**

**Päijät-Hämeen Keskussairaala päivystyspoliklinikka puhelin 819 11**

**Päijät-Hämeen Pelastuslaitos Nastolan toimipaikka  
puhelin 877 3154**

**Palotarkastaja Petteri Haverinen puhelin 0440 773 156  
sähköposti [petteri.haverinen@phpela.fi](mailto:petteri.haverinen@phpela.fi)**



## 1 HÄTÄILMOITUS

Onnettomuustapauksissa tehdään ilmoitus aluehälytyskeskukseen. Aluehälytyskeskuksen yleinen hätänumero on **112**. Kiinteistöissä on hätäpuhelimia, joiden yhteydessä on ohjeet hätäilmoituksesta ja tieto siitä missä rakennuksessa puhelin sijaitsee. Hätäilmoituksen voi tehdä myös paloilmoituspainikkeesta. Tarvittaessa onnettomuudesta ilmoitetaan suojeluorganisaatiolle. Aluehälytyskeskukseen tehdään palo-, pelastus- sekä sairaankuljetushälytys apua tarvittaessa. Poliisin hälytysnumero on **10022**.

### HÄTÄILMOITUS

**112** ambulanssi, palokunta  
**10022** poliisi

#### Mitä on tapahtunut?

Onnettomuus?  
Sairaskohtaus?  
Onko ihmisiä vaarassa?

#### Missä?

Liikuntakeskus Pajulahti  
Pajulahdentie 167(jäähalli pajulahdentie 138)  
Rakennus, seinäpuhelimissa tieto

**Älä sulje puhelinta**  
ennen kuin saat luvan.

#### Noudata

saamiasi ohjeita.



## 2 TAPATURMA TAI SAIRAUSKOHTAUS

### TAPATURMA TAI SAIRASKOHTAUS

#### **Selvitä, mitä on tapahtunut:**

Sairaskohtaus

Tapaturma

#### **Onko potilas hereillä?**

Puhuttele, ravista varovasti

#### **Hengittäkö, toimiiko sydän?**

Avaa kiristävät vaatteet

Tyrehdytä mahdollinen verenvuoto

Käännä päätä taaksepäin, että hengitystiet avautuvat

Tunnustele syke kaulavaltimolta

#### **Hälytä apua numerosta 112**

Myrkytystietokeskus HUS (09) 471 977

#### **Elvytä**

Jos ei hengitä, puhalla 2 kertaa, tarkista syke

Jos syke ei tunnu, painele 15 kertaa

Jatka, kunnes elintoiminnat käynnistyvät tai ammattiauttajat saapuvat.

#### **Opasta**

Ammattiauttajat nopeasti potilaan luo

#### **Kerro**

Ammattiauttajille mitä on tapahtunut ja mitä on tehty



## 3 TOIMINTA TULIPALON SATTUESSA

Tulipalotilanteessa ensimmäiset minuutit ovat tärkeimmät. Alkusammutuskaluston käytön osaaminen ja nopea toiminta viivyyttää tulipalon kehittymistä pelastusyksiköiden saapumiseen asti. Aluehälytyskeskuksen yleinen hätänumero on **112**. Tarvittaessa onnettomuudesta ilmoitetaan suojelujohdolle. **Tärkeintä tulipalotilanteessa on ihmishenkien pelastuminen.**

### TULIPALON SATTUESSA

#### **Pelasta**

Vaarassa olevat, varoita muita

#### **Hälytä** palokunta

Numerosta **112**

Hälytyspainikkeesta

Hälytä paikalle päivystäjä, numero kaikissa on kaikissa sisäpuhelimissa

#### **Sammuta**

Lähimmillä alkusammuttimilla

#### **Rajoita** paloa

Sulje ovet

Sulje ikkunat ja ilmastointi

Vie pois herkästi syttyvät nesteet ja kaasupullot

Pysäytä työprosessit

#### **Opasta**

Pelastusyksiköt paikalle



## 4 TOIMINTAOHJE KAASUVAARASSA

Onnettomuustilanteessa vaaralliset aineet voivat syttyä, räjähtää ja kehittää myrkyllisiä kaasuja, jotka ovat yleensä kaasuina ilmaa raskaampia. Tulipaloissa saattaa syntyä myös vaarallisia kaasuja, joiden väri on yleensä kellertävä. Pelastusviranomaiset antavat suojautumisohjeita radiossa sekä paikallisesti kaiuttimilla. Yleinen vaaramerkki voi tarkoittaa myös kaasuvaaraa.

### TOIMI NÄIN KAASUVAARATILANTEESSA

#### Ulkona

- Tarkasta tuulen suunta. Poistu kaasun alta sivutuuleen. Pyri sisälle.
- Jos et pääse sisälle, pyri korkeampaan maastokohtaan, vältä alavia paikkoja.
- Vältä hengästyminen liikkumalla rauhallisesti.
- Suojaa hengitystä esim. kostealla kankaalla.
- Autossa ollessasi sulje ilmanvaihto, aja sivutuuleen, kuuntele radiota.

#### Sisällä

- Pysäytä koneellinen ilmanvaihto. Sulje ja tiivistä ovet, ikkunat ja venttiilit.
- Kuuntele ohjeita radiosta.
- Vältä puhelimen käyttöä.
- Hengitä kostean vaateen läpi, jos kaasun haju tuntuu. Pyri rakennuksen yläkerrokseen, vältä kellariin menoa.



## 5 TOIMINTAOHJE SISÄISESSÄ KAASUVAARASSA

### TOIMI NÄIN SISÄISESSÄ KAASUVAARATILANTEESSA

#### Jos sisällä tuntuu neste- tai asetyleenikaasun hajua

- Varo liekkiä tai kipinää, joka voi sytyttää kaasun räjähdysmäisesti.
- Poistu tiloista heti ja käske myös muita poistumaan tiloista heti.
- Suorita hätäilmoitus numeroon **112**.
- Ohjaa pelastusviranomaiset kohteeseen.
- Pelastusviranomainen mittaa kaasupitoisuuden ja tuulettaa tilat.
- Happikaasu on myös vaarallinen, edistää voimakkaasti palamista.

#### Maakaasu, hätätilanteen toimintaohje

- Jos tunnet pistävää kaasun hajua, sulje maakaasun pääsulkuventtiili.
- Älä käytä valokatkaisijaa tai sytytä tulta.
- Huolehdi tilojen tuuleuksesta.
- Tarkista, ettei rakennukseen jää ihmisiä.
- Ilmoita hätätilanteesta yleiseen hätänumeroon **112**.





## 6 POLTTOÖLJYVUOTO

Polttoöljy ärsyttää lievästi silmiä ja sen epäillään aiheuttavan ihosyöpää. Öljysumun hengittäminen saattaa aiheuttaa hengenvaarallisen keuhkotulehduksen. Toistuva altistus saattaa aiheuttaa ihon kuivumista ja halkeilua.

### POLTTOÖLJYVUOTO

- Käytä henkilösuojaimia
- Yritä pysäyttää päästö / vuoto
- Hälytä apua 112
- Estä aineen pääsy viemäriin
- Eristä sytytyslähteistä
- Evakuoï ja eristä alue

#### Ensiapuohjeet

- **Pelasta uhri raittiiseen ilmaan**
- Elvytä mikäli hengitys on pysähtynyt
  
- Roiskeet silmiin -> huuhtelee runsaalla vedellä
- Nieleminen -> huuhtelee suu vedellä. Älä oksennuta
- Toimita uhri lääkärin hoitoon, mikäli ärsytysoireita ilmenee
- Pidä uhri lämpimänä ja levossa

#### Tulipalo

- Säiliö saattaa revetä palon vaikutuksesta
- Jäähdytä säiliötä vedellä suojatusta paikasta



## 7 TOIMINTA YMPÄRISTÖONNETTOMUUDEN UHATESSA

### TOIMI NÄIN ÖLJYVUOTOVAARASSA

(Dieselöljy – tai bensiinivuoto)

- Käytä henkilösuojaimia
- Pyri katkaisemaan vuoto
- **Estä aineen pääsy luontoon sekä viemäriin!**
- Aloita välittömästi nestemäisen aineen sekä saastuneen maan talteenotto. Pienet määrät voidaan imeyttää öljynimetyksaineisiin. **Huom. Ainetta kannattaa ottaa talteen mahdollisimman paljon nestemäisenä. Käytetty imeytysaine sekä saastunut maaperä ovat ongelmajätettä!**
- Ilmoita vuodosta viranomaisille numeroon **112**



## 8 TOIMINTAOHJE SÄHKÖKATKON SATTUESSA

Sähkökatko ei normaalioloissa kestä tunteja kauemmin. Tyypillinen sähkökatko on minuuttien luokkaa, koska virtaa pyritään syöttämään kiertoteitse vikakohtaan ohi. Tilanne aiheuttaa suurimmat ongelmat tietojärjestelmille. Ilmastointi pysähtyy. Valaistusongelmat tulevat korostetusti esille tiloissa, joissa ei ole ikkunaa. Jos, sähkökatko kestää kauan koko toiminta voidaan joutua keskeyttämään. Kiinteistössä on merkki- ja turvavalaistus, joka toimii akkuvarmennuksella vähintään 30 minuuttia. **Ladattavia käsivalaisimia olisi hyvä asentaa eripuolille kiinteistöä.**

### TOIMI NÄIN SÄHKÖKATKON SATTUESSA

- Pysy rauhallisena, varavalaistus jää palamaan.
- Älä raavi tulitikkuja (palovaara), sytytä taskulamppu, jonka paikka on tiedossasi.
- Jos jäät hissiin, paina hälytysnappia ja odota rauhallisesti, hissien huoltohenkilöstö auttaa pois hissistä.
- Kytke virta sellaisista laitteista, jotka voivat vahingoittua virran uudelleen kytkeytyessä.
- Jos sähkökatko jatkuu, suojeluhenkilöstö antaa lisäohjeita.



## 9 TOIMINTAOHJE SÄHKÖISKUN SATTUESSA

### SÄHKÖISKUN ENSIAPUTOIMET

- Irrota uhri jännitteestä, mutta varo itse joutumasta virtapiirin osaksi.
- Tutki hengityksen ja sydämen toiminta.
- Aloita tarvittaessa elvytys.
- Anna tajuissaan olevalle uhrille runsaasti juotavaa shokin torjumiseksi.
- Aseta tajuissaan oleva uhri pitkälleen ja tajuton kylkiasentoon.
- Välitä tieto mahdollisesta suurjännitteestä lääkärille, jotta varmistetaan sisäisten vammojen tehokas tutkiminen.



## 10 SÄTEILYVAARA

Varaudu pysyttelemään suojautuneena 1-2 vuorokautta onnettomuuden sattuessa. Suojaudu väestönsuojaan, jos se on mahdollista. Kellarikerros on vaihtoehtoinen suojautumispaikka, koska säteily vaimenee sitä paremmin, mitä raskaampaa materiaalia se läpäisee. Väestönsuojaan suojautuminen on välttämätöntä, jos säteilytason odotetaan kohoavan korkeaksi.

### TOIMI NÄIN SÄTEILYVAARA-TILANTEESSA

- Mene sisälle.
- Sulje rakennuksen ilmanvaihto ja tiivistä rakennus.
- Avaa radio ja toimi sieltä annettavien ohjeiden mukaisesti.
- Nauti joditabletit vasta viranomaisen kehottaessa.
- Suojaa ruoka ja vesi.
- Suojaa ulkona olevat tavarat.



## 11 POMMIUHKAUS

### TOIMINTAOHJE POMMIUHKAUSSOITTOON

- Ole rauhallinen ja ystävällinen
- Älä keskeytä soittajaa, tarjoa neuvottelua
- Koeta ylläpitää puhelua
- Käynnistä puhelun nauhoitus, jos mahdollista
- Tallenna soittajan numero, jos mahdollista

#### Kysy

- Milloin pommi räjähtää?
- Minkä näköinen pommi on?
- Missä pommi on?
  
- Jätä linja auki soittajan jäljittämiseksi
- TÄYTÄ POMMIUHKAUSLOMAKE

#### Hälytä

Ilmoita heti poliisille 10022 ja kerro:

- kohde ja osoite
- kellonaika
- mihin opastus on järjestetty ja mihin auto voi ajaa
- nimi ja puhelinnumerosi, josta soitat
- älä sulje puhelinta ilman poliisin lupaa
- noudata ohjeita

**ÄLÄ KOSKE OUTOIHIN ESINEISIIN JA JÄTÄ  
TIEDOTTAMINEN POLIISIN JA TURVALLISUUSJOHTAJAN  
TEHTÄVÄKSI**



## POMMIUHKKAUSLOMAKE

- OLE RAUHALLINEN JA YSTÄVÄLLINEN!
- ÄLÄ KESKEYTÄ SOITTAJAA - VAAN TARJOA NEUVOTTELUA
- KOETA YLLÄPITÄÄ PUHELUA!
- KÄYNNISTÄ AUTOMAATTISESTI PUHELUN ÄÄNITYS!
- ALOITA PUHELUN JÄLJITTÄMINEN!

**Kysy milloin pommi räjähtää**

**Missä pommi on**

**Minkä näköinen pommi on**

**Miksi pommi on asetettu**

**Pommiuhkauksen sanamuoto**

**Puhelu saapui**

oman vaihteen kautta

ei vaihteen kautta

**Pommiuhkauksen tekijän henkilöllisyys**

mies

nainen

lapsi

**Pommiuhkauksen tekijän ääni**

korkea/kimeä

matala

soperteleva

hiljainen/heikko

selkeä

pehmeä/miellyttävä

**Pommiuhkauksen tekijän puhe**

nopeaa

selvää

änkyttävää

hidasta

vääristynyttä

sopottavaa

huolellista

kiroilevaa

**Pommiuhkauksen tekijän murre**

paikallinen

vieras korostus

**Pommiuhkauksen tekijän asenne**

rauhallinen

kiihtynyt

**Taustääänet**

koneiden melu

musiikki

toimistokoneiden ääni

katuliikenne

ihmisten äänet

**Uhkauksen vastaanottaja**

**Päivämäärä**

**Kellonaika**



## 12 TOIMINTAOHJE UHKAAVAN HENKILÖN KOHTAAMIS - TILANTEESSA

### TOIMINTAOHJE UHKAAVAN HENKILÖN KOHTAMISTILANTEESSA

- Jätä uhkaavalle tilaa
- Puhu selkeästi, lyhyesti ja myönteisesti
- Pidä kädet näkyvissä
- Pysy rauhallisena
- Vältä tuijottamista
- Älä vähättele uhkaajaa tai tilannetta
- Ole mieluummin joustava kuin jyrkkä
- Älä käännä selkääsi
- Vältä äkkinäisiä liikkeitä
- Älä oikaise huumaantuneen tai muuten sekaisen henkilön harhoja
- Voita aikaa niin, että muita tulisi paikalle
- Pyri ilmoittamaan / hälyttämään(hätänappi) niin, että uhkaaja ei huomaa

**ÄLÄ LEIKI SANKARIA**





## 13 TOIMINTAOHJE VARKAUS - TAI RYÖSTÖTAPAUKSESSA

### TOIMINTAOHJE VARKAUS JA RYÖSTÖTAPAUKSESSA

#### Ennalta ehkäisevät toimet

- Varkautta ja ryöstöä edeltää usein tiedustelu
- Tarkkaile oudosti käyttäytyviä asiattomia henkilöitä, seuraa tällaisten henkilöiden toimia, paina tuntomerkit mieleesi ja ilmoita havainnoistasi
- Älä luota haalarien yrityslogoon
- Pidä arvokkaat laitteet ja rahat poissa näkyvistä
- Käsilaukut ja lompakot säilytetään lukitussa kaapissa

#### Jos varkaus tai ryöstö tapahtuu

- Pysy rauhallisena, älä vastusta ryöstäjää
- Hidasta toimintaa niin, että muutkin voivat tarkkailla ryöstäjän toimintaa
- Älä ärsytä ryöstäjää, älä leiki sankaria, voit vaarantaa oman tai muiden turvallisuuden
- Älä yritä hälyttää uhattuna apua hälytyspainikkeesta

#### Tuntomerkit

- Paina tuntomerkit mieleesi
- Paina mieleen ryöstäjän ääni ja erikoistuntomerkit
- Ryöstäjän poistuessa tarkkaile pakenemista
- Kiinnitä huomiota pakotapaan ja mahdollisiin apureihin

#### Hälyttäminen

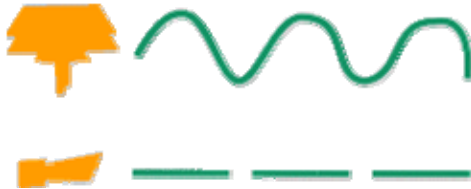
- Hälytä vasta kun se voi tapahtua vaaratta
  - Hälytä puhelimella päivystäjä ja poliisi **1022** ilmoita:
    - Paikka
    - Aseellinen / aseeton ryöstö
    - Tekijöiden määrä
    - Tuntomerkit/erityistuntomerkit
    - Pakotapa, suunta, auton väri, -merkki, rekisterinumero
  - Älä sulje puhelinta ilman lupaa
- Jälkitoimet
- Lukitse ovet
  - Huolehdi mahdollisista loukkaantuneista
  - Varmista mahdolliset todistajat
  - Suojaa jäljet ja esineet
  - Täytä tuntomerkkilomake itsenäisesti ja anna sellainen myös todistajalla
  - Laita tuntomerkit paperille



## 14 YLEINEN HÄLYTYSMERKKI

Yleinen hälytysmerkki on yhtäjaksoinen nouseva ja laskeva(7+7 sekunnin jaksoissa) sireeniääni tai torvi- ja pillityyppisellä hälyttimellä annettuja lyhyitä äänimerkkejä tai hälytys, jonka viranomainen antaa kaiuttimella. Tasainen yhtämittäinen sireeniääni on palohälytys, joka aiheuttaa toimia vain palokunnalle.

### YLEINEN HÄLYTYSMERKKI

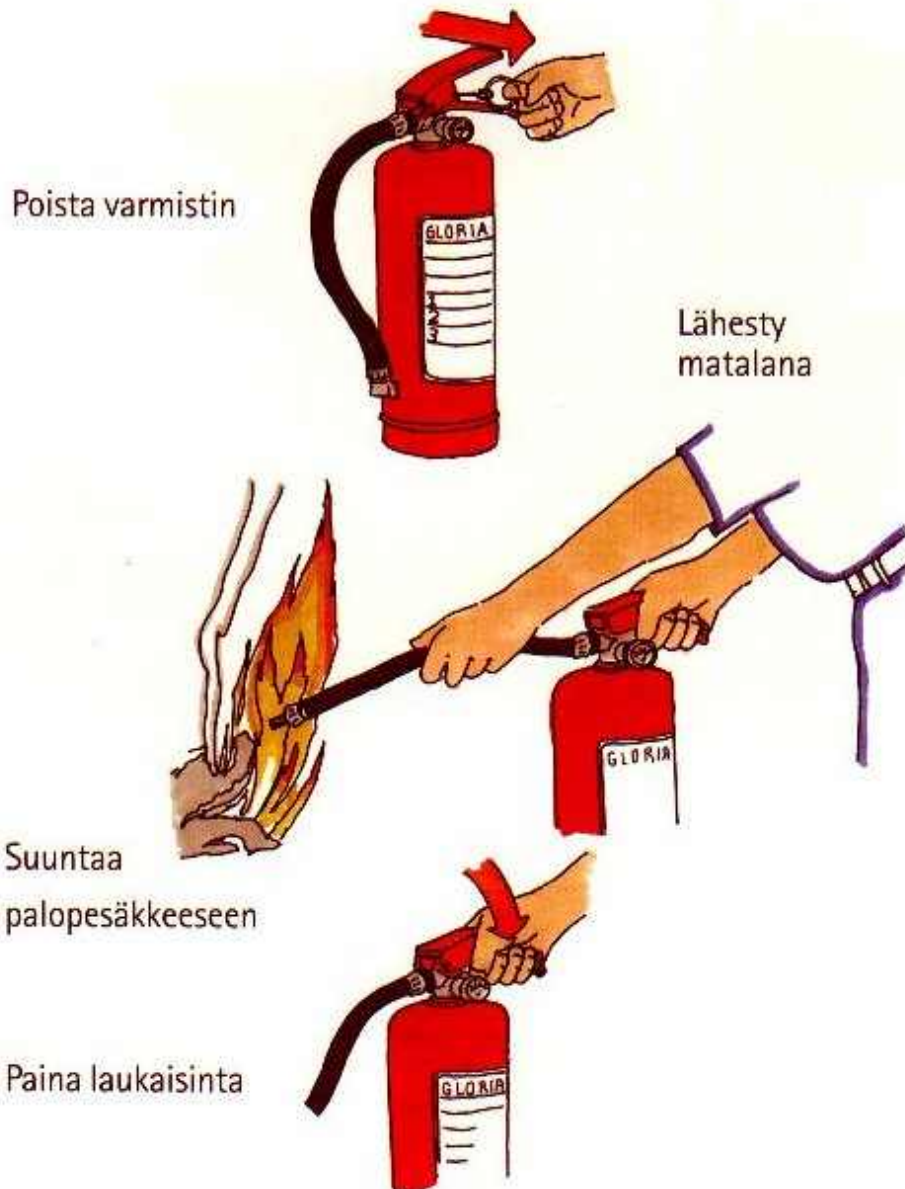


Lähimmän väestöhälyttimen sijainti  
*Nastolan vesitornin huipulla*

- Mene sisälle.
- Sulje ovet, ikkunat, tuuletusaukot ja pysäytä ilmastointi.
- Kuuntele ohjeita radiosta. Ne kuuluvat kaikilta kanavilta.
- Vältä puhelimen käyttöä, etteivät linjat tukkeutuisi.
- Älä poistu alueelta ilman viranomaisen lupaa, ettet joutuisi ulkona vaaraan.
- Poikkeusoloissa yleinen hälytysmerkki kehottaa nopeaan suojautumiseen väestönsuojaan tai muuhun suojatilaan.

## 15 KÄSISAMMUTIMEN KÄYTTÖOHJE

### KÄSISAMMUTTIMEN KÄYTTÖOHJE





## 16 SAMMUTUSPEITTEEN KÄYTTÖ

Sammutuspeite soveltuu mm. keittiöön rasva- ja televisiopalojen varalle alkusammuttimeksi. Sillä voidaan tukahduttaa pienehköjä tulipaloja ja sammuttaa syttyneet vaatteet. Käytön jälkeen sammutuspeitteen voi pestä. Sammutuspeite on edullisin alkusammutusväline, ja sitä voidaan käyttää myös hätäpaarina.

### SAMMUTUSPEITTEEN KÄYTTÖ

- Vedä nauhasta peite ulos
- Ota peitteen kahvoista tai nurkista kiinni suojaten kädet peitteen taakse
- Ojenna kädet suoraan eteenpäin
- Lähesty paloa tuulen suunnasta peitteen takana suojassa
- Levitä peite palon päälle ja tukahduta palo
- Jätä peite paikalleen

### JOS, IHMINEN PALAA

- Vaatteiden palaessa kaada uhri maahan ja peitä tiiviisti sammutuspeitteellä
- Aloita ylävartalosta ja jätä uhrin pää peitteen ulkopuolelle
- Anna välittömästi ensiapua
- Tee hätäilmoitus numeroon 112

## 17 YLEISOHJEITA ALKUSAMMUTUKSEEN

### OHJEITA TULIPALON SATTUESSA



Kieri, tukahduta



Kasvoista jalkoihin päin



Vedellä tai jauheella



Ensin kosketin irti



Tukahduta



Käytä sammutinta



Ei vettä



Sammutuspeitteellä



## 18 LIIKUNTAKESKUS PAJULAHDEN TURVALLISUUSORGANISAATIOKAAVIO

### LIIKUNTAKESKUS PAJULAHDEN TURVALLISUUSORGANISAATIO

#### Turvallisuusjohto

Turvallisuuspäällikkö Seppo Virtanen Apulaisturvallisuuspäällikkö Esko Ihamäki
---

#### Turvallisuusvalvojat

<b>Turvallisuusalue 1, toimisto-ja koulutustilat</b>
--

Vastuu: toimisto/myynti/opetus Turvallisuusvalvoja Arja Pusila Apulaisturvallisuusvalvoja Jorma Anttila
---

<b>Turvallisuusalue 2, majoitustilat</b>
--

Vastuu: siivous Turvallisuusvalvoja Sari Reiman Apulaisturvallisuusvalvoja Leena Lehtinen
---

<b>Turvallisuusalue 3, liikunta-ja huoltotilat,varastot</b>
---

Vastuu: kiinteistöhuolto Turvallisuusvalvoja Juha Ruuska Apulaisturvallisuusvalvoja Tuomas Järvinen
---

<b>Turvallisuusalue 4, keittiö-ja ravintolatilat</b>
--

Vastuu: Amica Oy Turvallisuusvalvoja Markus Poutanen Apulaisturvallisuusvalvoja Pirjo Nyman
---

#### Väestönsuojanhoitajat

<b>Jäähallin VSS</b>
----------------------

Mika Lahtela Kalevi Marjamaa
---------------------------------

<b>Uimahallin VSS</b>
-----------------------

Tuomas Järvinen Eija Vatanen
---------------------------------

<b>Monitoimihallin VSS</b>
----------------------------

rakenteilla
-------------