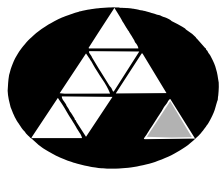


POHJOIS-KARJALAN AMMATTIKORKEAKOULU
Matkailupalvelujen suuntautumisvaihtoehto

Pasi Jumppanen

Vaelluskurssin kehittäminen matkailun koulutusohjelmalle

Opinnäytetyö
Joulukuu 2012



POHJOIS-KARJALAN
AMMATTIKORKEAKOULU

OPINNÄYTETYÖ
Joulukuu 2012
Matkailun koulutusohjelma

Länsikatu 15
80110 JOENSUU
p. 050 311 6310 p. (013) 260 6906

Tekijä
Pasi Jumppanen

Nimeke
Vaelluskurssin kehittäminen matkailun koulutusohjelmalle

Tiivistelmä

Tämä työn aiheena oleva kurssi tähtää erätaitojen perusteiden opettamiseen matkailun opiskelijoille vapaasti valittavan kurssin muodossa. Kurssilla aloitetaan aivan alkeista, eikä aikaisempaa retkeilykokemusta tai -osaamista vaadita. Kurssin lopulla osallistujaa osaa tärkeimmät perustaidot, joilla selviää omatoimisesta yhden tai kahden yön yli kestävstä vaelluksesta.

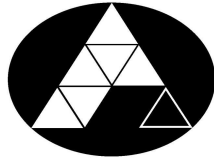
Kurssin aineisto pohjaa pitkälle omaan asiantuntemukseeni, mutta tarvittaessa olen tukeutunut ulkopuolisiin lähteisiin. Havainnollistamiseen on käytetty erilaisia kuvia ja kuvioita. Opinnäytetyön raporttiosiossa asioita tarkastellaan pääosin ammattilaisen näkökulmasta, mutta sisällöllisissä teemoissa asioita kuvaillaan samaan tapaan, kuin ne kuvailtaisiin kurssille osallistuville.

Työ on luonteeltaan toiminnallinen. Tuloksena oli valmis pohja pidettävälle kurssille sekä prosessitaulukon että sanallisesti avatun tapahtumankuvauksen muodossa. Liitteinä löytyvät kurssin oheismateriaalit. Kurssia voidaan myös kehittää pidemmälle lisäämällä uusia osioita eli moduuleja kurssin jatkeeksi. Tällaisia moduuleja voisivat olla esimerkiksi katsaus talviaikana tapahtuvaan retkeilyyn, eräensiapu, erilaisten majoittumismuotojen opettelu (myös hätämajoitteet) tai eräruokailujen järjestäminen.

Kieli
suomi

Sivuja 45
Liitteet 6
Liitesivumäärä 14

Asiasanat
Luontomatkailu, retkeily, eräoppaat, vaellus



NORTH KARELIA
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

THESIS
December 2012
Degree Programme in Tourism

Länsikatu 15
80110 JOENSUU
tel. 050 311 6310 tel. (013) 260 6906

Author
Pasi Jumppanen

Title
Developing of hiking course for Degree Programme in Tourism.

Abstract

The course that is the subject of this thesis aims to teach basic hiking skills to students of tourism degree programme, as an extra-curricular course. There is no previous experience in hiking needed to participate, as the course begins with the elementary. By the end of the course the participant possesses the needed skills to perform hiking trip that lasts one or two days.

The contents of the course are based largely to my own experiences, but I have also referred outside sources as needed. For demonstration I have used several different kinds of pictures and diagrams. The report part of thesis is concentrated mostly to a professional viewpoint, but on themes considering the contents of the course, things are said as they would be presented during the course.

This thesis is functional study by nature. The result was a ready-made course, including a process table and a textual description of the event. Appendices include the supplementary materials for the course. The course can also be developed further by adding of sections, such as winter time hiking, wilderness first aid, emergency shelters or wilderness cuisine.

Language
Finnish

Pages 45
Appendices 6
Pages on appendices 14

Keywords
Nature Tourism, hiking, wilderness guide

SISÄLTÖ

1	Johdanto	5
2	Opinnäytetyön lähtökohdat	6
2.1	Johdanto	6
2.2	Opinnäytetyön tavoitteet ja rajaus.....	7
2.3	Käsitteitä.....	8
3	Kurssipaketin tuotteistaminen.....	9
4	Vaelluskurssin sisältö.....	14
4.1	Erätaidot	14
4.1.1	Varusteet	14
4.1.2	Suunnistaminen	20
4.1.3	Tulen teko.....	23
4.1.4	Nestehuolto ja muonitus	26
4.2	Retken suunnittelu ja Reitin valinta.....	28
4.2.1	Retken suunnittelu	28
4.2.2	Erilaiset retkeilijät.....	29
4.2.3	Reittien merkitys	31
4.3	Lainsäädäntö ja jokamiehenoikeudet.....	32
4.4	Turvallisuus	37
5	Kurssin kuvaus.....	42
6	Pohdinta.....	47
	LÄHTEET.....	49

Liitteet

Liite 1	Varustelista
Liite 2	Turvallisuussuunnitelma
Liite 3	Riskianalyysi
Liite 4	Kyselylomake kurssin alussa
Liite 5	Kysely- ja palautelomake kurssin jälkeen
Liite 6	Kurssin diaesitys
Liite 7	Vaellusosion kartta

1 Johdanto

Oma kiinnostukseni retkeilyyn ja erätaitoihin alkoi jo ala-asteella. Tämä kiinnostus sai minut hakemaan Eräpainotteiselle Luontoyrittäjälinjalle (2004 - 2007) Siilinjärvelle opiskelemaan. Luontoyrittäjäksi valmistuttuani jotain kuitenkin tuntui vielä puuttuvan, joten 2008 aloitin opiskelun matkailun restonomiksi. Matkailun koulutusohjelmassa opiskellessani tuntui kuitenkin, että luonto-opastuksia ja erätaitoja voisi olla kurssitarjonnassa enemmänkin, joten päätin ottaa asiakseni perehtyä näihin asioihin lisää omatoimisesti. Minua itseäni kiinnostaa erätaitojen ohella opastaminen sekä opettaminen. Tein osan pakollisista työharjoitteluista Siilinjärvellä vanhassa opinahjossani, jolloin pääsin apuopettajan roolissa opettamaan perustietoja uusille opiskelijoille. Apuopettajana toimiessani heräsi kipinä kurssin tekemiseen opinnäytetyönä. Olen myös pyöritellyt ajatusta muotoilla kurssista tuotteistettu paketti, jota voisin tulevaisuudessa yrittäjän asemassa kaupata asiakastahoille. Keskusteltuani aiheesta Pohjois-Karjalan ammattikorkeakoulun opettajien kanssa kävi ilmi, että tällaiselle kurssille voisi olla kysyntää amk:n sisällä.

Tämän työn aiheena oleva kurssi tähtää erätaitojen perusteiden opettamiseen matkailun opiskelijoille vapaasti valittavan kurssin muodossa. Kurssilla aloitetaan aivan alkeista, eikä aikaisempaa retkeilykokemusta vaadita, kohtalainen peruskunto riittää. Kurssin lopulla osallistuja osaa tärkeimmät perustaidot, joilla selviää omatoimisesta yhden tai kahden yön yli kestävästä vaelluksesta. Nämä taidot käsitellään tarkemmin sisällöstä kertovassa luvussa 5. Kurssin aineisto pohjaa pitkälle omaan asiantuntemukseeni, mutta tarvittaessa olen tukeutunut ulkopuolisiin lähteisiin. Havainnollistamiseen on käytetty erilaisia kuvia ja kuvioita. Mikäli lähdettä ei ole mainittu, ovat kuvat allekirjoittaneen omaa tuotantoa, työvälineenä joko Wordin omat työkalut tai Windowsin Paint-ohjelma.

Työ on luonteeltaan toiminnallinen. Työn aihe hyväksyttiin jo 2010 joulukuussa, mutta viivästymisten vuoksi suunnitelman hyväksymisseminaariin päästiin vasta 2012 marraskuussa. Työn aiheena olevat kurssimateriaalit valmistuivat marraskuun loppuun mennessä.

2 Opinnäytetyön lähtökohdat

2.1 Johdanto

Tietoa tutkimuksen tekemisestä sekä toiminnallisen opinnäytetyön kirjoittamisesta olen hakenut teoksista ”tutki ja kirjoita” (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009) ja ”toiminnallinen opinnäytetyö” (Vilkkä & Airaksinen 2003). Nämä teokset käsittelevät lähinnä opinnäytetyön tekemiseen liittyviä seikkoja ja tutkinnallisia menetelmiä, eivät itse sisältöä. Kaiken tutkimuksen eettisyyteen kuuluu luonnollisesti epärehellisuuden, esimerkiksi plagioinnin, eli toisen tuottaman materiaalin kopioimisen välttäminen. Eettisessä tutkimuksessa myös kohdellaan tutkimuskohteena olevien henkilöitä ja kohteita asiallisesti. Tutkimuksen tarkoitus ja luonne ja tutkimustiedon käyttötarkoitus tulee tehdä tutkittaville selväksi. (Hirsjärvi ym. 2009, 25-26)

On suunniteltu että kurssin käytännön testauksen yhteydessä testiryhmälle tullaan tekemään palautekysely. Palautekysely tehdään nimettömänä. Tulokset ovat subjektiivisia ja kokemuspohjaisia, eivätkä välttämättä vertailukelpoisia tai edes muunnettavissa tarkoiksi numeroiksi. Lopputulosta voi myös tulkita monin eri tavoin. (Hirsjärvi ym. 2009, 164.) Toiminnallisessa opinnäytetyössä ei kuitenkaan haeta määrällisen tutkimuksen tavoin tarkkaa numerotietoa, vaan saatua tietoa hyödynnetään lopputuloksen viimeistelyssä. (Vilkkä, H. Airaksinen, T. 2003, 51-55, 83)

Matkailun Edistämiskeskuksen (MEK) Outdoors Finland hankkeen (2009-2011) pohjalta löytyy runsaasti tietoa retkeilyreittien infrastruktuurista sekä käyttäjäkokemuksista ja turistien toiveista ja tottumuksista. Hankkeen tuloksena on syntynyt muun muassa vaellusreittien suunnitteluopas, jota tässä työssäni hyödynnän. Hyödynnän myös omaa kokemustani vaellusreiteistä.

Lainsäädännössä kiinnitän erityisesti huomiotani jokamiehenoikeuksiin ja niiden tulkintaan ja soveltamiseen kaupallisessa toiminnassa. Jokamiehenoikeuksien lisäksi käsittelen hyviä käytäntöjä niitä soveltaessa. Maa- ja metsätaloustuotta-

jain Keskusliitto MTK:n ja Ympäristöministeriön kannat ovat ainakin hyvin esillä. Ympäristöministeriön juuri ilmestynyt ”Jokamiehenoikeudet ja toimiminen toisen alueella / Lainsäädäntöä ja hyviä käytäntöjä” käsittelee jokamiehenoikeuksien tulkintoja ja suhdetta esimerkiksi ohjelmapalveluihin. Koska kurssi on suunnattu matkailun opiskelijoille, käsitellään monia lakiasioita sen näkökulmasta. Jokamiehenoikeuksien lisäksi tärkeitä lainsäädäntöä löytyy ohjelmapalveluiden turvallisuutta koskien.

Ulkoilureittien kohdalla keskityn pääasiassa Pohjois-Karjalaan ja siellä meneillään oleviin alan kehitysprojekteihin, koska aihe laajenisi muuten liiankin laajaksi, ja koska Pohjois-Karjalan matkailureittien kehityshankkeista on helposti tietoa saatavilla. Pyrin käyttämään kuitenkin esimerkkeinä myös muita kohteita, sillä esimerkiksi Pohjois-Suomessa ollaan huomattavasti pidemmällä näissä asioissa, joten sieltä on helppo hakea ”tähtäyskohtia”. Ulkomailta valitsin vertailukohdaksi Ruotsin Kebnekaisen.

Käytännön erä- ja leiriytymistaitojen suhteen hyödynnän aiheesta kirjoitettuja oppaita sekä omaa koulutustani ja kokemustani. Jouni Laaksosen Vaeltajan Opas (Edita 2008) on ollut tukena erityisesti suunnistukseen liittyvissä asioissa. Matkailualan turvallisuuspassitoimikunnan Turisti turvassa (2011) taas käsittelee ohjelmapalveluiden turvallisuutta.

2.2 Opinnäytetyön tavoitteet ja rajaus

Tämän opinnäytetyön tarkoitus oli kehittää vaelluskurssi matkailun koulutusohjelmalle PKAMK:iin. Retkeilyyn keskittyvää kurssia ei nykyisellään ole tarjolla, joskin aihetta sivutaan muilla kursseilla ja satunnaisesti on tarjolla esimerkiksi melontakurssi. Niinpä tällainen kurssi voisi toimia itsenäisenä kokonaisuutena vapaasti valittavissa opinnoissa, taikka toisen, laajemman kurssin osana (olettaen että kurssien aihepiirit ovat yhteensopivat). PKAMK:n LUTNS12 ryhmän opetussuunnitelmassa tällaisia opintojaksoja voisivat olla esimerkiksi ”KM2743 Elämyksellisyys, luonto ja ympäristö” ja ”KM2552 Kotimaan matkailu- ja majoituspalvelut”. Kurssin tavoite puolestaan on antaa kurssilaisille valmiudet järjes-

tää omatoimisesti muutaman päivän retki luonnossa. Tarkoitus ei ollut luoda ”selviytymisopasta”, joka antaisi vinkkejä ääriolosuhteissa pärjäämiseen. Tarkoitus oli tuotteistaa helposti osallistuttava kurssi reppuretkeilyyn, joka innostaisi kiinnostuneita kokeilemaan vaellusta ja retkeilyä. Tässä aiheena olevalle kursseille voi periaatteessa osallistua kuka tahansa kohtalaisen peruskunnon omistava, mutta pahat allergiat tai sairaudet voivat hankaloittaa osallistumista.

Opinnäytetyön raporttiosiossa asioita tarkastellaan pääosin ammattilaisen näkökulmasta, mutta sisällöllisissä teemoissa asioita kuvaillaan samaan tapaan kuin ne kuvailtaisiin kurssille osallistuville. Kurssi on suunniteltu sen mukaan, mikä on allekirjoittaneen mielestä hyvä tapa toteuttaa asioita, ei aina välttämättä sen mukaan mihin olisi valmiita resursseja. Esimerkiksi siirtymiset on suunniteltu tehtäväksi pakettiautolla johon mahtuisi koko kurssi kerralla, ja hinnoittelu on tehty myös sen mukaan. Allekirjoittaneella ei kuitenkaan ole pakettiautoa. Tässä työssä käytetään esimerkivaelluksena retkeä Liperin Kinttupolulle (selvitetty tarkemmin luvuissa 2 ja 4), mutta mikään ei estä muokkaamasta kurssia jollekin toiselle reitille.

2.3 Käsitteitä

Työssä puhuessani retkeilijöistä ja vaeltajista viitataan nimenomaan luontoretkeilijöihin ja erävaeltajiin, retken tai vaelluksen pituudesta riippumatta. Käytän aiheesta myös termiä ”luonnossa liikkuminen”. Retki/vaellus tarkoittaa tässä siis repun tai rinkan kanssa tehtyä lyhyttä tai pitkää lihasvoimin tapahtuvaa retkeä luonnossa. Retkeilijä voi kulkea joko merkityllä reitillä tai sitten omia polkujaan jokamiehenoikeuksien sallimissa rajoissa. Sanoja ”retki” ja ”vaellus” käytän muutenkin ristiin ja synonyymeinä tässä työssä. Retkeilijöitä ei pidä tässä yhteydessä sotkea ns. backpackereihin, jotka kiertävät maailmaa minimibudjetilla reppu selässään. Jokamiehenoikeuksilla tarkoitetaan Suomessa vallitsevaa tapakulttuuria ja lainsäädäntöä luonnon vapaasta käytöstä. Varusteilla tarkoitetaan tässä työssä erilaisia retkeilyyn liittyviä varusteita, kuten rinkkaa, urheilukerrastoja, makuupusseja, retkeilyyn tarkoitettuja työkaluja jne. Eli siis vaatteita, työkaluja sekä kantovälineitä, joita retkeilijät käyttävät.

Kun puhutaan normaalioloista, viitataan tilanteeseen, jossa ei ole liian kuuma, liian kylmä, ei sada enempää kuin kohtalaisesti ja jossa vaeltajalla itsellään ei ole erityisiä toimintaa haittaavia tekijöitä, kuten heikkoa fyysistä kuntoa tai tauteja. Esimerkki äärioloista puolestaan voisi olla yli 20 asteen pakkanen tai 35 asteen helle, myrskysää tms. Normaalioloista poikkeavan voi tehdä myös vaikka lääkitys, joka heikentää vaeltajan kylmänsietoa. Keskimäärin vaelluksella voi kuitenkin odottaa, että reitillä olisi jonkin verran mäkiä ja että polku ei ole joka kohdasta täysin tasainen, ja että selässä on ainakin jonkin verran painolastia. Nämä eivät muodosta vielä ääriolosuhteita tässä mielessä, vaikka poikkeavatkin esimerkiksi kotioiloista huomattavasti.

Työssä käsitellään ohjelmopalvelutoiminnan luomia vaatimuksia infrastruktuurin suhteen sekä rajoituksia ja mahdollisuuksia, joita nykyinen lainsäädäntö asettaa toiminnalle. Infrastruktuurilla tarkoitetaan tukitoimintoja, kuten tie- ja sähköverkostoa, polkuja ja polkujen rakenteita (esim. pitkospuut), opasteita, leiripaikkoja ja niiden huoltoa (esim. polttopuut), sekä tässä yhteydessä jossain määrin myös reitin yhteydessä sijaitsevia tai tarjottavia maksullisia palveluita (kahvilat, välinevuokraukset, julkiset liikenneyhteydet). Huoltoon ja kuljetukseen voin viitata myös sanalla logistiikka.

3 Kurssipaketin tuotteistaminen

Matti Boxberg ja Raija Komppula (2002, 21) määrittelevät matkailutuotteen näin:

Matkailutuote on asiakkaan omaan näkökulmaan perustuva kokemus, jolla on tietty hinta ja joka syntyy prosessissa, jossa asiakas hyödyntää palvelun tarjoajien palveluja osallistumalla itse palvelun tuotantoprosessiin (Komppula & Boxberg 2002, 21).

Tuotteistamisessa määritellään mitä tehdään, kenelle tuote on suunnattu, missä tehdään, toiminnan kesto ja hinta, ja näin paketoidaan syntynyt tuote myytävään muotoon. ”...matkailijoille pyritään luomaan maksullisia mahdollisuuksia kokea elämyksiä tekemällä jotakin, jossakin, jonkin aikaa ja johonkin hintaan.”

Tuotteella on siis tietty hinta, tietty sisältö ja tuote on voitava ostaa jostakin. (Komppula & Boxberg 2002, 92-93.)

Tuotteelle olennaista on, että se tarjoaa asiakkaalle jonkin lisäarvon. Matkailun ohjelmapalveluissa tämä lisäarvo on yleensä kokemus tai elämys, jonka asiakas kokee. Elämykset ovat subjektiivisia, eli jokaisen omasta näkökulmasta riippuvaisia eivätkä ne ole yleensä toistettavissa. Jotta tuote olisi järkevä, tuotteen tuoman lisäarvon, esimerkiksi elämyksen, täytyy olla asiakkaan mielessä siihen käytetyn rahan, ajan ja vaivan arvoinen. Kuviossa 1 käydään läpi kurssituotteen kehitysprosessia. (Komppula & Boxberg 2002, 21, 99.)

1. Opintojakson pedagogisen idean kehittäminen
2. Kurssisuunnitelman kehittäminen ja opintojaksokuvauksen laadinta
3. Koevaelluksen suunnittelu ja testaus
4. Opintojakson kustannusrakenteen erittely (Kustannuslaskelma)
5. Jälkiarviointi – Palautteen analysointi ja jatkokehitys

Kuvio 1. Matkailutuotteen tuotekehitysprosessi (mukaillen Komppula & Boxberg 2002, 99).

Palvelukonsepti on idea tuotteesta jota aiotaan kuluttajille tarjota. Pohjana ovat yleensä asiakkaan tarpeet ja rajaavana tekijänä yrittäjän resurssit ja mielikuvitus (Komppula & Boxberg 2002, 21, 99.). Kurssituotteella on opetuksellinen idea, joka pohjautuu huomioon, että PKAMK:n matkailun koulutusohjelmassa ei käsitellä ennestään retkeilyn alkeita. Tuote on näin suunnattu tarkasti tietylle kohderyhmälle, vaikka sitä pienin muutoksin voikin soveltaa myös muualla. Arvo tai elämys, jonka se pyrkii kohderyhmälleen tuomaan, on helppo keino lähestyä ja oppia erätaitojen alkeet. Kiinnostavuutta lisää kurssin käytännönläheisyys, opastettu vaellus ja yöpyminen erätulilla.

Palveluprosessi tarkoittaa toimintoja, joilla tuote toteutetaan. Tähän sisältyy myös varsinaisen tuotteen tarkka kuvaus, joka voidaan laatia esim. blueprint-kaaviona, jossa näkyvät asiakkaan ja palveluhenkilöstön prosessit. Blueprint-kaavioon voidaan kirjata selkeästi esille myös kaikki ne toiminnot, joita asiakas ei välttämättä näe, kuten oppaan tekemät esivalmistelut. Toiminnot täytyy myös

testata ennen varsinaista käyttöönottoa käytännössä. Käytännössä tämä tarkoittaa erilaisia testiajoja ja koeryhmien palautteen keräämistä. (Komppula & Boxberg 2002, 22–23, 103.) Kun kaikki toiminnot ovat selvillä, voidaan tuotteelle laskea myös hinta. Taulukossa 1 on kuvattu vaelluskurssin suppea kurssisuunnitelma. Vaelluskurssi on oikeastaan tuotepaketti, sillä se sisältää yksittäisinäkin tuotteina toimivia osia, kuten kuljetuksen vaellusreitillä alkupäähän, oppitunteja, nuotioruokailuja jne. Tuotteen testaamiseen on tässä tapauksessa helppo käyttää PKAMK:n omia opiskelijoita, joilta on myös kätevää kerätä käyttäjäkokemuksia jatkokehittämistä varten.

Taulukko 1. Vaelluskurssin prosessikaavio

Aika	Toiminto	Paikka (ks. liite 7)	Kuvaus
	Kurssille ilmoittautuminen.		
2 h + 2 h, joko yhteen menoon tai kahtena pvn:ä.	Oppitunnit, kurssilaisten pohjatietojen keruu.	Luokkahuone.	Kurssin teoriaosuus. (ks. Vaelluskurssin sisältö).
Lähtö aamulla klo 8.00, ajoaika noin 25-30 min.	Siirtyminen .	Länsikatu-Pärnävaara.	Siirtyminen pakettiautoilla vaellusreitillä alkupisteeseen.
n. 8.30 – 17.00	Ensimmäinen vaelluspäivä.	Kinttupolku, Pärnävaara-Vaaralampi.	Lähtöopastukset ja -tarkistukset. Vaelluksen ohessa harjoitellaan suunnistamista käytännössä.
n. 9.30 - 10.00	Tauko.	Harinjärven kota.	Tulen tekemisen opettelu käytännössä nuotiopaikalla, pientä evästelyä.

n.11.30 - 12.30	Lounastauko.	Kalikkavaara.	Ruokailu retkikeittimillä. Paikka tai aika voi olla eri, näläntunteen mukaan.
17.00 - 9.00	Leirytyminen.	Vaaralammen kota.	Asettuminen taloksi, puiden tekoa, ruokailua,(illallinen sekä aamiainen) tulen teon harjoittelua. Voidaan säätää myös rinkkoja ja käydä asioita läpi yleisesti.
n. 9.00 - 11.00	Toinen vaelluspäivä.	Kinttupolku, Vaaralampi-Luovi	Vaeltamista, loppusiirtyminen.
n. 11.00 - 11.30	Siirtyminen .	Luovi - Länsikatu.	Pakettiautoilla takaisin Joensuuhun.

Hintaa laskiessa täytyy huomioida toimintojen tuottamiseen kuluvat resurssit ja niiden hinta, sekä tuottamiseen käytetty aika, jonka mukaan lasketaan henkilöstökulut. Kuluvilla resursseilla tarkoitetaan esimerkiksi retkimuonia, retkikeittimen polttoainetta yms. kertakäyttöisiä elementtejä. Nämä ovat muuttuvia kuluja, jotka riippuvat suoraan kurssilaisten määrästä, eli jokainen kurssilainen tuo tietyn euromäärän verran kuluja. Kurssin kiinteät kulut muodostuvat oppaan palkkiosta, yleisistä toimistokuluista sekä tässä esimerkissä käytettävien pakettiautojen polttoaineesta. Mikäli lähtökohta on, että siirtymiset tapahtuvat muuten kuin yhteiskyydityksellä, voi olla että matkakulut ovatkin muuttuvia kuluja. Kiinteisiin kuluihin ei suoraan vaikuta kurssilaisten määrä (taulukko 2). Näitä on lueteltu taulukossa 2. Mikäli kurssilaisia on 10 tai yli, kurssin vaellusosuudelle joutuu palkkaamaan toisenkin oppaan, eivätkä kaikki mahdu tällöin enää samaan pakettiautoon. Tämä ei toisaalta suoraan tuplaa kiinteitä kuluja, sillä apuoppaan ei tarvitse osallistua oppituntien järjestämiseen. Tällaisissa tapauksissa voi käyttää termiä puolikiinteä kulu.

Taulukko 2. Vaelluskurssin hinnan määräytymiseen vaikuttavat kulut.

Muuttuvat kulut	Kiinteät kulut
Retkikeittimen polttoaine	Ohjaajan palkkio
Ruoka	(apuohjaajan palkkio)
Muut	Toimistokulut (puhelinlaskut, ilmoittautumisien käsittely, suunnitelmat)
	Pakettiautojen polttoaine

Esimerkki hinnoittelusta. Tarjous koskien 12 - 16 henkilön kurssia. Tuote sisältää kuljetukset, opastuksen sekä kurssilaisten muonituksen retkellä. Koska ei ole mitään järkeä tarjota henkilömäärän mukaan kovin herkästi vaihtelevia hintoja muuten kuin poikkeustapauksissa, lasken hinnan tässä 16 asiakkaan mukaan. Kurssin kiinteät, osallistujamäärästä riippumattomat kulut (tässä esimerkiksi vain palkkakulut ja auton polttoaine) ovat noin 845 euroa, laskettuna 38 työtunnin mukaan (Työntekijä maksaa sivukuluineen noin 21,90 €/h. Oppitunneista tulee 6 h ja vaelluspäivistä 8 h oppaalta – joita tarvitaan 16 hengelle 2 – eli yhteensä 32 tuntia) ja muuttuvat kulut 10 hengelle noin 320 euroa (ruoka pussimuonina maksaa 15 – 18 €/hlö ja polttoaine n. 3€. Yksi polttonestepullo maksaa noin 5 €, mutta 1 pullo riittää 2 - 3 hengelle). Yhteensä tämä tekee 1 165 euroa (72 € kurssilaiselta).

Hintoihin voi vielä vaikuttaa tuotekehittelyllä, esim. muuttamalla ruokailuja yhteisruokailuiksi ja näin luopumalla kalliista valmispussiruuista, tai kehittelemällä toisenlainen palkanmääräytymisperuste (esim. monenko tunnin mukaan palkka lasketaan, tässä vaelluspäivä on laskettu 8 h:n arvoiseksi). Yhteiset ruokailut mahdollistaisivat hienompien ruokien valmistamisen pussimuonien sijaan, mutta idean ollessa valmistautua omatoimiseen retkeilyyn, joilla pussimuonat ovat yleisesti käytetty ruokavaihtoehto, täytyy niidenkin käyttöä opetella.

Kurssista voi muokata ”omakustanteisen”, jolloin jokainen hankkii esim. ruoat itse. Hinta putoaisi tuolloin 845 euroon. Tällöin täytyy myös kiinnittää erityistä huomiota kurssin ruuasta ja nesteytyksestä kertovaan osioon. Jos tarkoitus on

tehdä voittoa, hintoihin täytyy lisätä myös voittomarginaali, esim. 30%. Näihin laskelmiin ei ole otettu myöskään veroja huomioon.

Kun tuote on saatu sisäisen testauksen ja kehitystyön tuloksena ”valmiiksi”, se testataan markkinoilla, ulkopuolisilla testaajilla. Ulkopuoliset testaajat voivat tuoda uusia näkökulmia tuotteeseen ja parantaa sitä entisestään, mutta tuotteen täytyy olla tässä vaiheessa jo kuitenkin edustuskelpoinen ja turvallinen. Testin tulisi myös vastata mahdollisimman hyvin todellista tilannetta. Ulkoinen testaus on myös usein kallista, joten siihen täytyy valmistautua kunnolla (Komppula & Boxberg 2002, 112, 114.). Tämän opinnäytetyön aiheena olevan vaelluskurssin tapauksessa ulkoinen testaus voisi tarkoittaa asiantuntijoiden käyttöä koeryhmänä.

Kaupallistamisvaiheessa tuotetta markkinoidaan kohderyhmälle. Markkinointi on pääsääntöisesti kallis vaihe, ja siksi siihen mennään vasta muilta osin valmiin tuotteen kanssa (Komppula & Boxberg 2002, 112, 114.). Kaupallistamisvaihe tulee vastaan vain siinä tapauksessa että tätä tuotetta lähdetään markkinoimaan alkuperäisen ympäristön (PKAMK) ulkopuolelle.

4 Vaelluskurssin sisältö

4.1 Erätaidot

4.1.1 Varusteet

Tässä osiossa käydään läpi kerrospukeutumisen merkitys, retkikeittimet, rinkat, tavallisimmat retkityökalut ja leirytymsvälineet. Tavoitteena on että kurssilainen osaa pukeutua retkellä sään mukaisesti, valita oikeat varusteet esimerkiksi varustelistan avulla, sekä käyttää retkikeitintä ruuan valmistamiseen. Kurssilainen oppii myös arvioimaan eri varusteiden soveltuvuutta käyttötarkoitukseensa ja jättämään turhia välineitä pois.

Retkellä voi pärjätä hyvinkin vähillä varusteilla. Esimerkiksi vuonna 2007 Holantilainen Wim Hof yritti kiivetä Mount Everestin huipulle pelkissä boksereissa (yritys kuitenkin epäonnistui koska hän loukkasi jalkansa). Tällä kurssilla ei kuitenkaan ole tarkoitus opetella pärjäämään minimivarusteilla, vaan opetella perusvarusteet ja niiden oikea käyttö. Taulukossa 3 on kuvattu varusteiden jakautuminen aiheittain.

Taulukko 3. Varusteosion sisältö

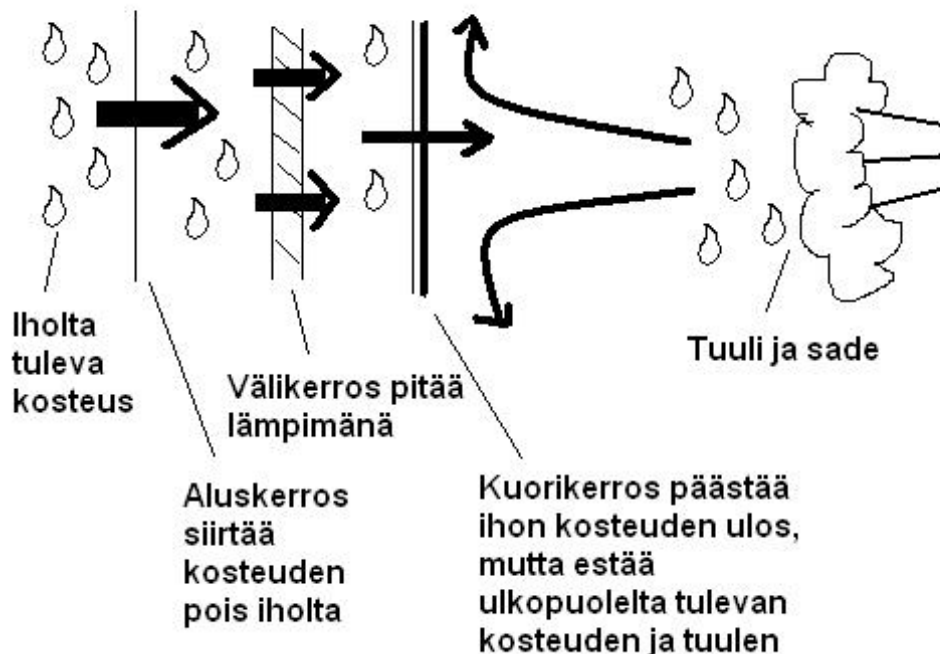
Kenkien valinta
Kerrospukeutuminen
Retkikeittimet ja ruokahuolto
Rinkat/kantolaitteet
Työkalut
Leiriytymisvälineet

Kun kävellään pitkiä matkoja hankalassa maastossa, kantaen samalla painolastia, suurin rasitus kohdistuu luonnollisesti jaloille ja niiden nivelille. Hiertymiä ja rakkoja muodostuu tottumattomaan jalkaan pitkällä matkalla helposti. Tämän lisäksi esimerkiksi nilkan nyrjähtäminen päättää vaelluksen lyhyeen. Siksi on tärkeää panostaa ensimmäisenä hyviin kenkiin ja sukkiin.

Hyvät vaelluskengät eivät välttämättä ole kovin hyvät kävelykengät, ja kävelykengät eivät oikeastaan koskaan ole hyvät vaelluskengät. Vaelluskenkien pohja on jäykkä ja voimakkaalla pohjakuviolla varustettu. Lisäksi vaelluskenkien tulisi tukea nilkkaa, mutta päästää se kuitenkin liikkumaan sopivasti. Tukeminen ei myöskään tarkoita, että kenkä saisi puristaa tai estää jalan verenkiertoa, koska silloin jalkaan voi tulla paleltumia kylmemmillä ilmoilla. Kengässä tulisi olla myös riittävästi tilaa tarvittaessa pukea villasukat tavallisten vaellussukkien päälle, mutta kengät eivät saa myöskään hölskyä liikaa jalassa, vaikka villasukkia ei ole. Sukkia valittaessa kannattaa höllätä kukkaronnyörejä ja ostaa kerralla vähän paremmat sukat. Ei ole järkevää maksaa satoja euroja kengistä ja sitten valittaa, että ne hiertävät, kun jalassa on puuvillainen tennissukka, joita ostit kolme paria vitosella. Parhaissa vaellussukissa saumat on saatu hyvin pieniksi

tai niitä ei ole lainkaan, ja monissa on vieläpä muotoilu kummallekin jalalle erikseen, eli on oikean ja vasemman jalan sukat. Lisäksi voi olla joustopintoja, jotka pitävät sukan paikallaan liikkeessä. (Laaksonen, J. 2008, 37-41.)

Kerrospukeutumisen perusidea (Kuva 1) on, että useampi ohut kerros vaatetta on parempi kuin yksi paksu. Ihoa vasten tulee hiertämättömät, ohuet ja kosteutta hyvin siirtävät alusvaatteet, joiden tarkoitus on samaan aikaan suojata ihoa ja pitää iho kuivana. Tämän päälle laitetaan välikerros, nykyään useimmiten fleecettä tai mikrokuitua, toisinaan ohuella tuulelta suojaavalla kalvolla varustettuna. Välikerros on usein pitkälahkeinen, mutta säästä riippuen monet jättävät esimerkiksi housuista välikerroksen pois, varsinkin jos aluskerrasto on pitkälahkeinen. Jos ei sada, välikerrosta voi usein käyttää päällimmäisenä kerroksena. Välikerroksen tehtävänä on pitää kehoa lämpimänä kylmemmillä ilmoilla ja edelleen siirtää kosteutta pois päin kehosta. Välikerroksia voi myös olla useampia, edelleen sillä periaatteella että kaksi ohutta kerrosta on parempi kuin yksi paksu. (Laaksonen, J. 2008, 31-35.)



Kuva 1. Kerrospukeutuminen. (Laaksonen, J. 2008, 31-35.)

Uloimpana on kuurikerros, joka usein on vedenpitävällä kalvolla varustettu takki ja housut. Kuurikerros pitää tuulen ja kevyen sateen ulkopuolella, mutta hengit-

tävän kalvonsa ansiosta iholta tuleva kosteus pääsee kuitenkin haihtumaan. Hyvässä kuorikerroksessa on lisäksi avattavia tuuletusaukkoja esimerkiksi kainaloissa, irrotettava huppu ja riittävästi taskuja (etenkin sellaisissa paikoissa joihin pääsee käsiksi myös silloin kun rinkan lantiovyö on kiinni). (Laaksonen, J. 2008, 31-35.)

Liikkumisen aikana keho tuottaa usein liikaakin lämpöä, mutta pysähtyessä tulee nopeasti kylmä. Kuorikerroksen päälle voi taukojen ajaksi pukea paria numeroa suuremman taukotakin, joka voi olla toppatakki tai muu lämpimämpi takki. Liikkeen ajaksi taukotakin voi sulloa rinkan läpän tai irtoremmien alle, niin että se on nopeasti saatavilla rinkkaa isommin purkamatta. Mikäli pitää yllään koko ajan liikaa vaatetta, voi tukalan olon lisäksi käydä niin, että pakkasella kehosta haihtuva kosteus jäätyy esimerkiksi takin sisäpintaan, kun kehon lämpö ei riitä pitämään kosteutta höyrymäisenä paksujen vaatekerrosten läpi. Kun höyry jäätyy vaatteiden sisään, se kuluttaa myöhemmin sulaessaan keholta valtavasti energiaa ja lisäksi kuorikerroksen hengittävyys kärsii. Tämän vuoksi kovalla pakkasella voi toisinaan olla edullista pukea esim. villapaita takin päälle, jotta takin huokoset eivät pääse jäätymään umpeen. (Laaksonen, J. 2008, 31-35.)

Retkikeittimiä on nykyään monenlaisia ja useimmille on varmaankin tuttu eräs tietty ruotsalainen keitinmerkki, joka on nykyään halpoine kopioineen retkeilijöiden perusvarustusta. Loppujen lopuksi normaalioloissa retkeily ei vaadi keittimeltä kovin ihmeitä, olipa kyse sitten nestemäistä, kaasumaista tahi kiinteää polttoainetta käyttävästä. Jotkut halvemmat nestekaasut eivät toimi kovin kylmässä, ja kiinteällä polttoaineella (esim. Esbit) ruuan tekeminen on hitaampaa kuin alkoholilla. Alkoholilla polttoaineena käyttävät retkikeittimet ovat kuitenkin hinta-laatu suhteeltaan parhaita, ja siksi sieltä suosituimmasta päästä. Marinolpolttoainetta saa melkein jokaiselta huoltoasemalta ja itse keittimissäkin alkaa olla melko hyvin valinnan varaa. Retkikeittimiä ei lasketa avotuleksi, joten niiden käyttö on sallittua maastossa ilman eri lupaa maanomistajalta. Tulen kanssa on siitä huolimatta hyvä olla aina varovainen, sillä etenkin alkoholia polttoaineena käyttävien keittimien tuli leviää herkästi maastoon esim. jos keitin kaatuu. (Laaksonen, J. 2008, 50-51.)

Rinkan ei tarvitse lyhyillä vaelluksilla olla merkkituote eikä edes kovin kallis. Voin kokemuksella melko huoletta sanoa, että markettien halvat rinkatkin voivat palvella retkillä monia vuosia. Oma McKinley-merkkinen rinkkani on ollut käytössä pian 20 vuotta. Rinkkaa valittaessa olennaista on kiinnittää huomiota seuraaviin seikkoihin: Vetoketjut ja nauhojen klipsit (vaikuttavatko ne tukevilta? Jos näissä on muovisia osia, niin miten paksua materiaali on? Muovi halkeilee etenkin pakkasella.), saumat (ompeleiden lujuus, miten paksu naru, 1- vai 2-kertainen ommel), rinkan hihnojen ja selkäosan säädettävyyden (ihmisten selät ovat erimittaisia) ja lantiovyö (leveä, pehmustettu, säädettävissä). Rinkassa tulisi olla myös jonkinlainen tukiranka. Sopiva rinkan tilavuus parin päivän retkille on 60-70 litraa. Jos rinka on liian tilava, siihen tulee pakattua tarpeettomiakin tavaroita ja näin painoa kertyy helposti liikaa. Oikein pakattuna 60-litraisellakin rinkalla voi lähteä viikon vaellukselle. (Laaksonen, J. 2008, 41-44.)

Useimmat rinkat koostuvat isosta päätaskusta, pienemmästä taskusta ison taskun alla tai päällä, sekä pienemmistä taskuista rinkan sivuilla ja esim. läpässä. Rinkan jakautuminen useampiin taskuihin helpottaa pikkutavaroiden löytämistä pakatusta rinkasta sekä auttaa jakamaan painon oikein. Painon jakamisesta voidaan olla montaa mieltä, mutta hyvä painopiste olisi mahdollisimman lähellä selkää suunnilleen selän puolivälin kohdilla, vähän navan yläpuolella. Kävellessään ihminen huojuu puolelta toiselle, joten jos paino on ylhäällä, jaloilta vaaditaan enemmän voimaa palauttaa ihminen tasapainoon joka askeleella. Liian alas laitettu painopiste taas ei painotu tasaisesti lantiovyön ja olkahihnojen kesken. Painopisteen saa myös liian kauas selästä esimerkiksi sitomalla rinkan ulkopintaan jotain painavaa, jolloin rinka alkaa vetämään taaksepäin ja vaeltaja joutuu tasapainottamaan nojaamalla koko ajan eteenpäin. (Laaksonen, J. 2008, 41-44.)

Työkaluista vaelluksilla ylivoimaisesti tärkein on puukko. Hyvä retkipuukko on sen verran terävä, että sillä saa nuotiota varten kiehiset vuoltua, ja sen verran kestävä, ettei se mene piloille heti jos sitä hakkaa halkoon toisen halon avulla. Hyvässä puukossa terän metalli jatkuu ruotona koko matkan kahvan läpi, joten jos kahva halkeaa, uuden voi improvisoida vaikkapa kiepittämällä narua ruodon

ympärille. Itse en valitsisi myöskään kovin kallista puukkoa, sillä puukot tapaa-
vat olemaan käyttötavaraa; ne hajoavat, unohtuvat ja katoavat.

Retkikirveet ja sahat ovat käytännöllisiä retkeittäessä huollettujen reittien ulko-
puolella, mutta useimmilla huolletuilla nuotiopaikoilla Pohjois-Karjalassa on koh-
tuullisen hyvä pokasaha (=parempi kuin yksikään retkisaha) ja ainakin jonkinlai-
nen kirves. Fiskars valmistaa oikein hyviä retkikirveitä, mutta ei kannata valita
pienintä mahdollista mallia (Handy), sillä varren lyhentäminen ei säästä kovin
paljoa painoa, mutta heikentää käyttötehoa sitäkin enemmän. Kirveiden ja sa-
hojen valinnassa kannattaa painottaa mieluummin sitä, miten käytännöllistä nii-
den käyttäminen on, kuin sitä, miten kevyt tai pieneen tilaan mahtuva työkalu
on.

Kaikenlaiset lapiot ovat lumettomana aikana retkeittäessä pääsääntöisesti tur-
hia, ellei retkeen liity jokin erityinen syy lapion mukana ololle (kuoppien kaiva-
minen ei kuulu jokamiehenoikeuksiin). Lumisena aikana kevyt alumiinilapio on
sen sijaan hyvä olla mukana ihan vaikka kaiken varalta. Saattaa olla vaikkapa,
että yöllä satanut lumi on tukkinut seuraavana taukopaikkana olevan laavun
oven ja se joudutaan kaivamaan esiin.

Leiriytymisen olennaisia seikkoja on säilyä kuivana ja lämpimänä, samalla kun
lepää ja palautuu päivän rasituksista. Käytännössä tämä tarkoittaa jonkinlaisen
sateensuojan löytämistä tai pystyttämistä, itsensä eristämistä kylmästä maasta
ja ilmasta. Niinpä retkelle pakataan majoite, makuualusta ja makuupussi. Ma-
joitteella tarkoitetaan mitä tahansa mukana kulkevaa tai paikan päällä koottavaa
tilapäistä asumusta, kuten telttaa tai laavukangasta. Majoitteen valintaan vaikut-
tavat ympäristö ja retken ajankohta. Teltta on hyvä valinta kesällä ja erityisen
tuulisessa ympäristössä (esim. vuoristot), kun taas laavukangas on hyvä talvel-
la, sillä sen edessä voi pitää tulta yllä. (Laaksonen, J. 2008, 44-50.) Retken voi
toki suunnitella myös hyödyntämään jo olemassa olevia rakenteita yöpymiseen.
Suurimmalla osalla merkityistä reiteistä on yöpymiseen sopivia kota- ja laavura-
kennelmia.

Makuualustoissa halvin vaihtoehto on ohut solumuovinen perusalusta, ja sellaisella pääsee jo pitkälle. Tällainen alusta on melko pitkäikäinen ja eristää tehokkaasti kylmyyden ja kosteuden, mutta kovalla alustalla nukkuessa voi selkä kiipeytyä. Rahaa sijoittamalla saa erilaisia ilmatäytteisiä, jopa hyvinkin pieneen tilaan mahtuvia alustoja, mutta hinta kohoaa monikymmenkertaiseksi verrattuna halvimpiin vaihtoehtoihin. (Laaksonen, J. 2008, 48-49.)

Makuupusseissa puhutaan yleensä kesäpusseista, välikausipusseista (kevät/syksy) ja talvimakuupusseista. Talvimakuupussi voi olla myös kolmen vuodenajan pussi, samoin kuin välikausipussilla voi yöpyä ihan hyvin myös kesällä. Usein pusseissa on myös viitteellisiä lämpötila-arvoja, jotka kertovat käyttäjälle esimerkiksi alimman lämpötilan jossa makuupussia voi käyttää, mutta näihin täytyy suhtautua tosiaan vain viitteenä. Olennaista makuupussissa on kuitenkin se, miten lämpimänä se pitää käyttäjänsä yön yli. Makuupusseissa käytetään erilaisia toppamateriaaleja, esimerkiksi vanua tai untuvaa. Käytetyistä materiaaleista riippuu, paljonko painoa pussille kertyy ja kuinka pieneen tilaan se menee. Mitä enemmän rahaa makuupussiin sijoittaa, sitä pienemmän ja kevyemmän saa, ja sitä enemmän se eristää lämpöä. (Laaksonen, J. 2008, 47-48.)

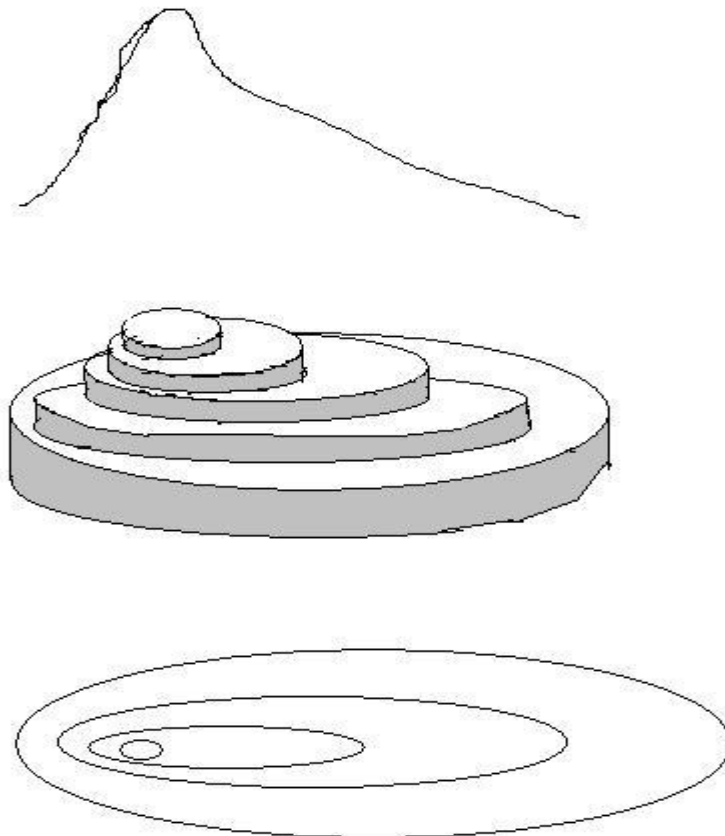
Makuupussin pesua tulisi välttää, sillä useimmat toppamateriaalit kärsivät siitä. Makuupusseihin myydään lakanapusseja, jotka pitävät pussin puhtaampana. Lakanapussi on helppo pestä ja lisäksi se lisää makuupussiin hiukan lämpöeristystä. Toisaalta myös paino nousee. (Laaksonen, J. 2008, 44-50)

4.1.2 Suunnistaminen

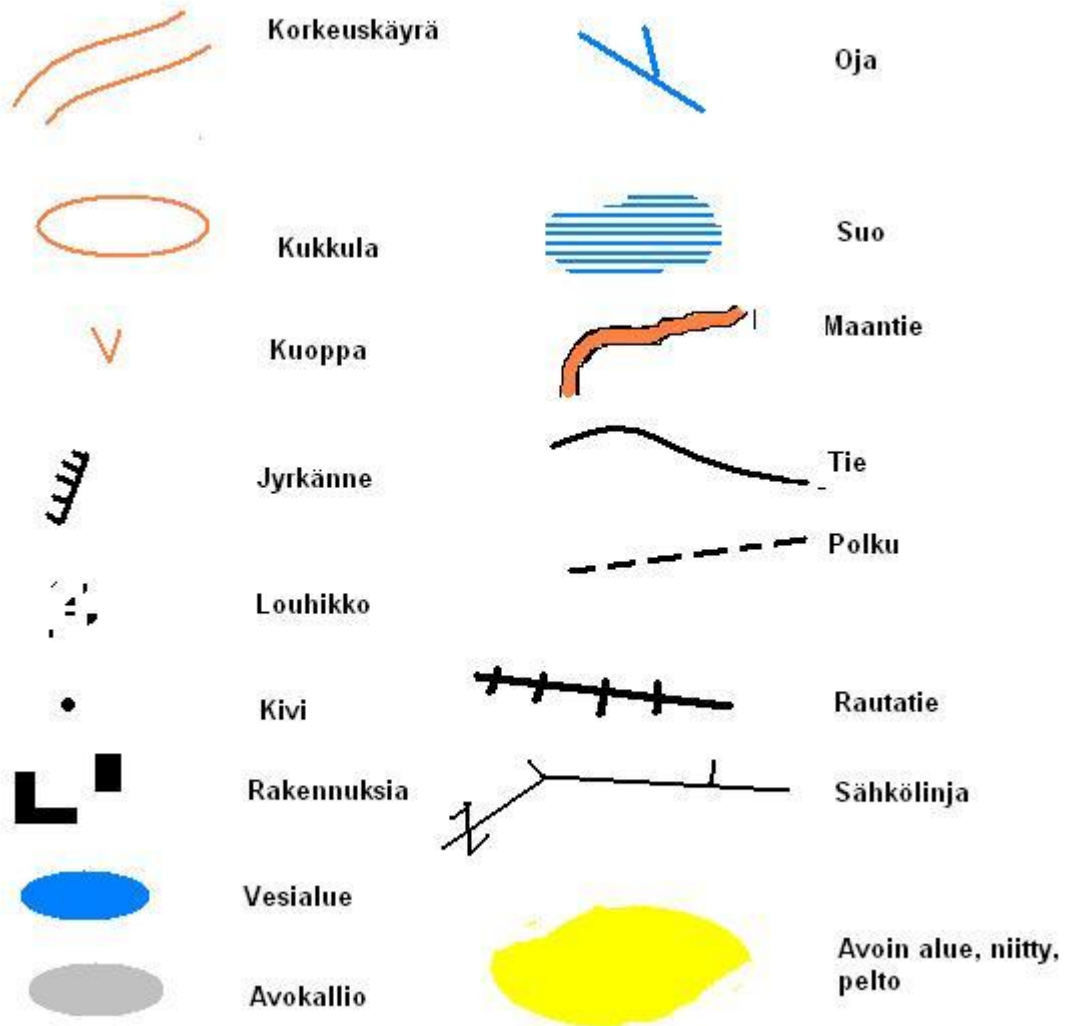
Suunnistaminen on jo itsessään urheilulaji ja sitä voisi opiskella paljon enemmänkin kuin tämän kurssin puitteissa on mahdollista opettaa. Perusasiat olisi kuitenkin hyvä käydä läpi. Tällaisia olennaisia perusasioita ovat kartan lukeminen ja karttojen perussääntöjen tunteminen (mittakaava, karttapohjoinen) sekä kompassin käyttö. Tässä osiossa kurssilainen oppii lukemaan karttamerkkejä, arvioimaan matkoja kartan avulla sekä pysymään suunnassa kompassin avulla.

Suunnistusliiton verkkosivuilta löytyy Tapio Tiuran laatima karttamerkkejä havainnollistava diaesitys, jonka aineistoon on annettu lupa opetuskäyttöön.

Perusvälineet suunnistuksessa ovat kartta ja kompassi. Vaikka merkityillä reiteillä kulkiessa nämä eivät välttämättä olekaan pakollisia, olisi useimmiten edes kartta hyvä olla mukana, hätätilanteiden varalta. Esimerkiksi avun opastaminen kartan avulla perille on paljon helpompaa ja täsmällisempää, kuin summittainen ulkomuistiin perustuva arvio omasta sijainnista. Viralliset kartat tuotetaan aina tiettyyn mittakaavaan, esimerkiksi 1:50 000. Tämä tarkoittaa että yksi sentti kartalla vastaa 50 000 senttiä, eli 500 metriä maastossa. Mittakaava on yleensä merkitty karttaan. Kartoissa käytetään erityisiä karttamerkkejä kuvaamaan eri kohteita ja esimerkiksi eripaksuinen ja erivärinen viiva esimerkiksi voi tarkoittaa korkeuskäyrää (Kuva 2), kun taas toinen tarkoittaa tietä. Karttamerkkeihin (Kuva 3) tutustutaan tarkemmin käytännössä itse kurssilla.



Kuva 2. Korkeuskäyrät. Ylimpänä luonnollinen näkymä, keskellä havainnollistus käyrien lukutavasta, alimpana korkeuskäyrien merkintä kartassa. (mukaillen Suomen suunnistusliitto ry 2012)



Kuva 3. Yleisimmät karttamerkit (mukaillen Laaksonen 2008, 88 - 97, 101)

Kompassi toimii magnetismin avulla, ja siinä neula hakeutuu maapallon magneettisten napojen mukaisesti etelä-pohjoisasentoon. Sekaannuksen välttämiseksi useimmissa kompassissa on maalattu pohjoisneula punaisella ja eteläneula mustaksi. Kompasseista usein löytyy myös senttimetrimitä sekä mahdollisesti suurennuslasi. Kompassitaulu on jaettu 360 asteeseen, joista 0 aste on pohjoisessa.

Asteilla on merkitystä, etenkin kun halutaan huomioida karttapohjoisen ja magneettisen navan ero eli eranto eli deklinaatio – nämä eivät nimittäin ole sama

asia. Karttapohjoinen viittaa akseliin, jonka ympäri maapallo pyörii, kun taas magneetit osoittavat magneettiseen napaan, joka on hiukan eri paikassa. Yleisesti ottaen Suomessa tämä ero on noin 5 - 10 asteen luokkaa länteen päin (eli kompassineula näyttää liikaa itään), mutta vaihtelua esiintyy ja korjaus on suurempi etenkin pohjoisessa. Kartoissa on toisinaan merkitty tämä astekorjaus, mutta ei aina. Jos olet epävarma erannosta, Suomessa hyvä keskiarvo on 8 astetta (Laaksonen, J. 2008, 79). Kompassi on myös herkkä häiriöille. Sähkölaitteet, metalliesineet ja luonnossa esiintyvät metalliesiintymät ja esimerkiksi sähkölinjat voivat vääntää kompassineulaa suuntaan tai toiseen. Vaeltajan kannattaakin pyrkiä aika ajoin varmistamaan suunnan pysyminen kartan ja maamerkkien avulla.

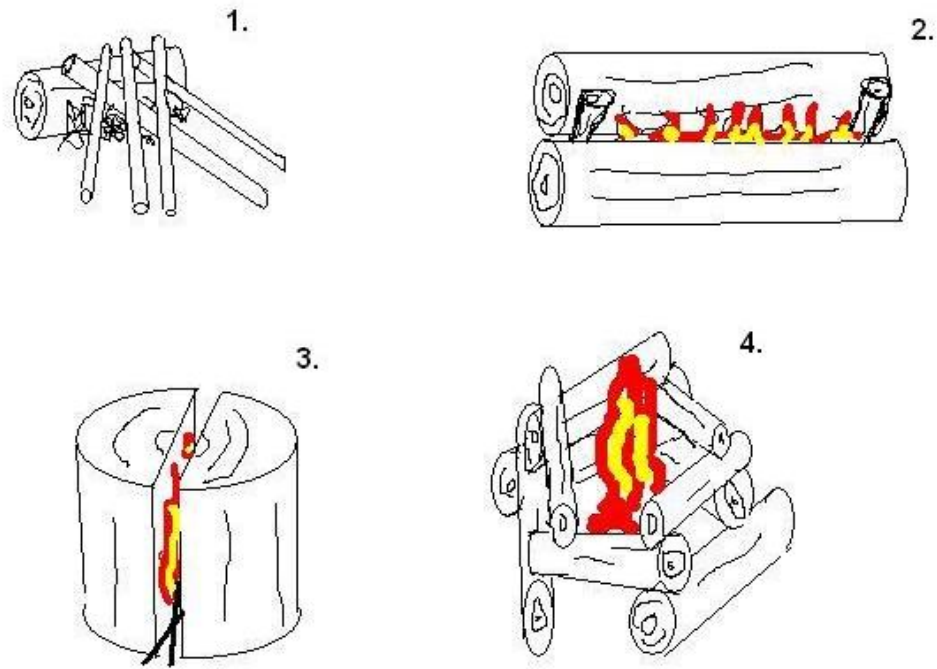
Nykyään monet vaeltajat käyttävät myös erilaisia GPS (Global Positioning System) eli satelliittipaikannuslaitteita, joissa voi olla lisätoimintona myös paikallinen kartta, jolloin laite näyttää suoraan käyttäjän sijainnin kartalla, kulkusuunnan, sekä mahdollisesti matkan ohjelmoituun kohteeseen, kulkunopeuden, korkeuden, oletetun saapumisajan jne. GPS helpottaa suunnistamista ja perille löytämistä valtavasti - silloin kuin laitteet toimivat. GPS tarvitsee virtaa toimiakseen ja lisäksi halvemmat laitteet voivat menettää yhteyden satelliitteihin esimerkiksi tiheässä metsässä tai satelliittiliikenteessä voi esiintyä häiriöitä. GPS ei saisi koskaan olla ainoa suunnistusväline, vaan mukana on oltava myös kartta ja kompassi. GPS perustuu Yhdysvaltojen sotilasteknologiaan joka on otettu siviilikäyttöön. Myös Venäjällä on oma vastaava, GLONASS järjestelmänsä, mutta näitä satelliitteja hyödyntäviä laitteita on vielä toistaiseksi melko vähän retkeilykäytössä.

4.1.3 Tulen teko

Tässä osiossa käsitellään nuotion sytyttämisen peruseriaatteet sekä neljä erilaista, eri käyttötarkoituksiin soveltuvaa nuotiotyyppiä (Kuva 4). Kurssilainen oppii tekemään perusnuotion sytykkeiden ja tulitikkujen avulla ja lisäksi erilaisia nuotiotyyppejä ja niiden eri käyttötarkoituksia. Tuli on mahdollista saada syttymään erilaisilla konsteilla ilman varsinaista tarkoitukseen suunniteltua välinettä,

kuten tulitikkuja tai sytytintä, mutta tässä yhteydessä keskitymme tekemään tulet suosiolla tulitikkuja käyttäen. Minkä tahansa tulen sytyttämisen lähtökohtana on aina sytykkeiden käyttö. Sytykkeiden tulisi olla helposti sytytettäviä ja palaa riittävän pitkään ja kuumasti, ja näin levittää tulen isompiin tikkuihin ja lopulta halkoihin. Tyypillinen esimerkki hyvästä sytykkeestä on kuiva koivuntuohi. Paperi taas syttyy kyllä helposti, mutta ei pala kovin pitkään eikä kuumasti. Sytykkeeksi voi myös vuolla ohuita siivuja puuta eli tehdä kiehisiä. Taitava puukonkäyttäjä jättää kiehiset toisesta päästään kiinni puutikkuihin viuhkamaiseen muotoon, jolloin niiden käyttö on helpompaa. Kun tuli on tarttunut sytykkeisiin, sytykkeiden päälle ja ympärille sijoitetaan aluksi ohuita tikkuja, ja niiden alkaessa syttyä yhä suurempia polttopuita, kunnes haluttu nuotio on saatu aikaan. (Laaksonen, J. 2008, 117-119.)

Nuotiota valmisteltaessa valitun alustan siivoaminen ylimääräisestä roskasta ja lumesta on tärkeää. Jos tuli tehdään maastoon, täytyy siivoamisella varmistaa, ettei tuli leviä esim. kuivien lehtien kautta. Nuotiopaikoille tulta tehtäessä on hyvä varmistaa, ettei tuhkassa ole vanhoja makkarapakettien kuoria tms. muoviroskaa. Lisäksi lumi kannattaa lapioida pois tulien alta, sillä muuten osa tulen lämpöenergiasta menee aluksi alustan kuivattamiseen. Pyöreään puuhun tuli tarttuu aina huonommin kuin kulmikkaaseen halkoon, vaikka halkaisija olisikin suhteellisen sama. Kosteaa tai jäin puu palaa huonommin ja lämmittää vähemmän kuin kuiva. (Laaksonen, J. 2008, 117-119.) Kuusta polttaessa tulisi olla varovainen, sillä kuusipuu tahtoo usein räiskähdellä ja paksummassa halossa voi kehittyä niin paljon painetta pihkan kuumentuessa, että nuotio voi kirjaimellisesti räjähtää, kuten itselleni on kerran käynyt. Kuvassa 4 on havainnollistettu erilaiset nuotiotyypit.



Kuva 4. Erilaiset nuotiotyypit. 1: Viuhkanuotio, 2: Rakovalkea, 3: Raappanan tuli, 4: Pagodi. (mukaillen Corander 2010.)

Viuhkanuotio on hyvä perusnuotio, jossa valitaan yksi isompi halko tai pölli, jonka kylkeen valmistellaan sytykkeet ja jota vasten voidaan laittaa pienempiä halkoja ja tikkuja nojaamaan. Ison halon kylkeen muodostuu näin hyvä hiillos. Jos tuulee vähän tai ei ollenkaan, isoin halko voidaan laittaa tuulen suuntaisesti, jolloin tuuli pääsee puhaltamaan kevyesti ilmaa nuotioon sivultapäin. Kovalla tuulella isointa halkoa voi käyttää tuulensuojana asettamalla se poikittain tuuleen nähden. (Corander 2010.)

Rakovalkea on perinteinen eränkävijöiden yöpymistuli joka sopii erityisesti useamman henkilön kesken jaettavaksi. Rakovalkea tehdään perinteisesti pystyyn kuivaneesta männystä eli kelosta, ja siinä kaksi kokonaista puunpätkää asetetaan päällekkäin tappien avulla ja niiden väliin tehdään tuli. Viistoon vuoltujen päätytappien avulla voidaan säätää miten kaukana puut ovat toisistaan ja näin vaikuttaa tulen voimakkuuteen. Rakovalkean saa palamaan jopa 8 tuntia yhteen menoon.

Raappanan tuli toimii hiukan samalla periaatteella kuin rakovalkeakin, mutta pienemmässä mittakaavassa ja siinä lämpö suuntautuu pääasiassa ylöspäin,

kun rakovalkea lämmittää sivuille. Raappanan tulen idea on olla pieni näppärä keittotuli. Halkaistu, leveähkö pölli (mitat vaikkapa 20 cm halkaisija ja 20 cm korkea) asetetaan pystyyn ja halkeamaan tehdään pienillä tikulla tuli, kunnes pöllin puolikkaat alkavat hiillostua ja pölli itsessään palaa. Pöllin päällä on tasainen pinta, joten siihen saa retkikattilan kätevästi asetettua. (Corander 2010.)

Neljäntenä nuotiotyyppinä on Pagodinuotio, jonka nimi tulee kulmikkaasta tornimaisesta muodosta. Valmiin nuotiopohjan reunoille kasataan halkoja 5- tai 6-kulmaiseen muotoon niin, että keskelle jää ontto tila. Tällainen tuli toimii lämmittely- ja kuivattelunuotiona sekä merkinantotulena, mutta polttaa nopeasti suuremmankin määrän puuta. (Corander 2010.)

4.1.4 Nestehuolto ja Muonitus

Tässä osiossa käsitellään, paljonko ruokaa ja nestettä ihminen tarvitsee elääkseen ja paljonko kulutus nousee rasituksen yhteydessä. Kurssilainen oppii riittävän nestetasapainon ylläpitämisen sekä arvioimaan retkellä tarvittavia ruokamääriä.

Ruoka ja juoma ovat ihmisen elämän perusedellytyksiä yhdessä lämmön ja happensaannin kanssa. Karkeasti ottaen 80-kiloinen mies kuluttaa normaalioloissa pelkkään kehonlämmön ylläpitoon, hengittämiseen sekä verenkiertoon ja yleiseen olemiseen pari tuhatta kilokaloria päivässä. 60-kiloisella naisella vastaava luku on noin 1500. Tämä lukema on oletus, että ihminen oleskelee suurin piirtein huoneenlämmössä eikä tee mitään kovin raskasta päivän aikana. Kotona tai töissä paikasta toiseen liikkumista ei lasketa (Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2005, 10 - 11).

Liikunnan, kuten vaikkapa kävelyn mukana kulutus luonnollisesti nousee. Kulutusta lisäävät kantamukset, vaikea maasto (ylämaet, risukko, joissa jalkoja joutuu nostelemaan enemmän, lumihanki) sekä yleinen lämpötila. Pakkasella maakuopussissa yöpyminen kuluttaa sekin jo kohtalaisesti energiaa, vaikka levossa kulutus on vähäisempää kuin liikunnassa. Monet päätyvät kulutusta laskiessaan

vain tuplaamaan normaalin energiakulutuksensa, mutta useinkaan tämä ei edes riitä. Rankassa maastossa ja kylmissä olosuhteissa oikeampi kerroin olisi lähempänä kolmea.

Mistä sitä energiaa sitten saa? Tähän on vaikea antaa yksiselitteistä vastausta. Tärkeää olisi syödä monipuolisesti. Rasvalla ja sokerilla saa paikattua tehokkaasti energiavajetta, mutta proteiininpuute voi aiheuttaa lihaksien heikkenemistä ja kuituja tarvitaan vatsan toiminnan ylläpitoon. Valmisretkimuonissa kannattaa seurata pakettiin merkittyjä energia-arvoja, sillä kokonaiskalorimäärä jää valittavan usein alhaiseksi. Esimerkiksi paketeissa ilmoitetut annosmäärät voi käytännössä puolittaa ruokamääriä laskiessa. Lyhyillä, 1-2 yön retkillä ei ole välttämättä pakollista olla niin tarkkana energiankulutuksen suhteen. Muutaman ylimääräisen kilon häviäminen voi olla jopa tervetullutta joillekin. Pidemmällä reissuilla sen sijaan energiataloudesta täytyy pitää huoli alusta alkaen.

Nesteen tarve vaihtelee sekä yksilöllisesti, että rasituksen ja vallitsevan lämpötilan mukaan. Myös pukeutuminen vaikuttaa nesteen kulutukseen. Hankalaksi tämän tekee se, että juoda voi sekä liikaa että liian vähän, vaikka jälkimmäinen onkin näistä se yleisempi ongelma. Liikkuessa tulisi juoda pieniä, desin tai kahden annoksia lyhyin välein. Tämän lisäksi aterioilla ja tauoilla olisi hyvä juoda aina muutama desi lisää. Runsaasti hikoillessa vettä voi mennä reilu litrakin joka tunti. Urheilujuomien (ei energiajuomien) käyttö parantaa nesteen imeytymistä, ja ehkäisee liiallisesta nesteytyksestä johtuvia haittoja ja on hyödyllistä etenkin silloin, kun nesteenkulutus on suurimmillaan. (Illander & Käkönen 2012, 27-28)

Kahvin, teen, virvoitusjuomien ja energiajuomien nauttiminen lisää nesteen poistumista elimistöstä. Suolainen retkiruoka lisää myös nesteen tarvetta. Muita vaikuttavia tekijöitä ovat henkilön sukupuoli, henkilökohtainen lääkitys, fyysinen kunto ja muut fysikaaliset tekijät. Toiset ihmiset esimerkiksi hikoilevat luonnostaan enemmän kuin toiset.

4.2 Retken suunnittelu ja reitin valinta

4.2.1 Retken suunnittelu

Tässä osiossa opetellaan tekemään karkeat suunnitelmat retken päivämatkoista ja suunnittelemaan retki turvalliseksi, tekemällä etukäteissuunnitelmat paperille.

Kun retkeä aletaan suunnitella, täytyy ottaa huomioon lukuisia seikkoja. Huomioitava on käytettävissä oleva aika, resurssit, aiottu reitti, logistiikka (esim. kuljetukset alku- ja loppupisteille). Suunnitteluvaiheessa on hyvä ottaa myös selvää sää tiedotuksista ja mahdollisista varoituksista, joita kohdealueella on voimassa. Kun tiedetään, kuinka kauan vaelluksella ollaan ja millaisissa oloissa, voidaan arvioida, mitä varusteita tarvitaan ja paljonko esimerkiksi ruokaa varataan mukaan. Tärkeää on myös tietää vesitäydennyksen saaminen matkalla ja varautua sen mukaisesti kantamaan myös vettä.

Suunnittelu on tärkeää turvallisuuden kannalta. Monet ongelmat voidaan välttää ottamalla asioista selvää ja varautumalla asianmukaisesti. Samalla voidaan luoda varasuunnitelmia ja päättää jo ennakkoon esimerkiksi, missä oloissa retki keskeytetään. Kun päätös keskeyttämisestä on tehty ennakkoon, on se helpompi ottaa käytäntöön tilanteen tullessa vastaan. Ilman ennakkopäätöstä retken kesken jättämisen kynnyks on suurempi, mikä voi johtaa lopulta onnettomuuteen. Esimerkki tällaisesta päätöksestä on pakkasraja; jos lämpötila putoaa alle -20 asteen, retki keskeytetään. Jos vaikkapa sää tiedotuksissa on luvattu huomattavasti lämpimämpää ja varustautuminen on tehty sää tiedotuksen mukaan. Koska metsäpoluilta ei välttämättä joka paikasta pääse suoraan sivistyksen pariin, karttaa tutkittaessa kannattaa panna merkille mahdolliset pelastautumispaikat.

Nämä suunnitelmat on hyvä laittaa paperille, eli tehdään retkelle kirjallinen turvallisuussuunnitelma ja kirjataan ylös retken ajankohta, paikka, retken johtaja/yhteyshenkilö, osallistujat tai osallistujien määrä, tarkka reittisuunnitelma ai-

katauluineen sekä edellä mainitut pelastautumispisteet. Tämä dokumentti annetaan jonkun luottohenkilön haltuun, jotta tämä voi hätätilanteessa hankkia apua ja ohjata avun myös perille.

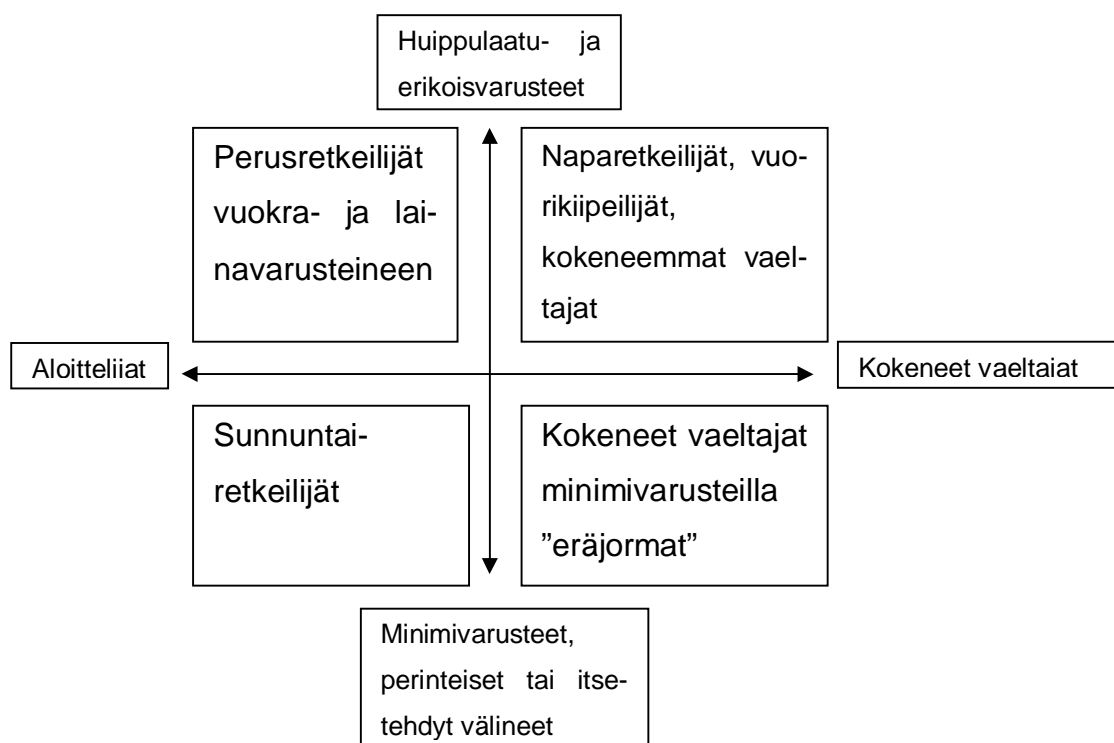
Retken aikataulua suunniteltaessa täytyy ottaa huomioon tauot ja ruokailut sekä vaeltajan liikkumanopeus maastossa. Lisäksi kartalta matkoja arvioitaessa täytyy ottaa huomioon polkujen mutkittelu; matkat ovat luonnossa aina hiukan pidempiä kuin kartalla. Keskimäärin normaalikuntoinen vaeltaja liikkuu maastossa noin 4 - 5 kilometriä tunnissa, tosin vaikea maasto tai syvä lumi voi hidastaa vauhdin puoleen. Tämän lisäksi taukojen pitäminen hidastaa päivävauhtia lisää. Normaalikuntoiselle perusvaeltajalle sopiva päivämatalka on noin 15 kilometriä (Räsänen & Saari 2011). Tämän matkan taittamiseen kannattaa suosiolla varata ainakin 5-6 tuntia.

Asiakaslähtöinen retken suunnittelu tarkoittaa retken suunnittelua niin, että se kiinnostaa asiakkaita ja jättää asiakkaalle mukavan kuvan toiminnasta. Yleisesti se on siis toimintaa asiakkaan ehdoilla. MEKin mukaan ns. omatoimiset vaeltajat ovat asiakkaina myös parhaita, sillä he usein myös käyttävät tarjolla olevia palveluita. Ei ole järkeä yrittää edes myydä 3pv/100km patikkavaellusta, koska ne asiakkaat jotka sellaisesta ovat kiinnostuneet pärjäävät kyllä ilman opastakin. Olen kuullut tässä mainittuja kokeneita vaeltajia ja aktiivisia vaellusharrastajia kutsuttavan termillä ”rinkkaloinen”. Termi viittaa rikkavaeltajien tapaan saapua paikalle valmiine varusteineen, hävitä metsään muutamaksi päiväksi ja sitten ajaa pois. Tästä toiminnasta ei jää kohdealueelle kovinkaan paljon tuottoa (Räsänen & Saari 2011, 6). Sen sijaan muutaman tunnin päiväpatikkaretket mielenkiintoiseen nähtävyyteen tai käyntikohteeseen voisivat myydä ja voivat sisältää tarpeelliset varusteet paketin hinnassa.

4.2.2 Erilaiset retkeilijät

MEKin Outdoors Finland -hankkeen (OF -hanke) yhteydessä on luokiteltu retkeilijöitä heidän alkutasonsa mukaan Aktiivisiin vaelluksen harrastajiin, omatoimisiin aktiviteettimatkailejiin ja valmismatkapaketin ostaviin (Räsänen & Saari

2011). Eräänlaisina ääripäinä voisi pitää uusimpia hienoimpia keinokuituja ja teknisiä ratkaisuja hyödyntävä retkeilijä, joka pärjää luonnossa hienojen keksintöjen ansiosta. Tavaramäärän tuomaa painoa korjataan kevyillä erikoismateriaaleilla. Toisessa ääripäässä on vaeltaja joka pärjää pelkillä minimivarusteilla ja jättää turhina pitämiään välineitä pois, mutta vastaavasti jäljelle jäävät varusteet eivät edusta ajan teknisintä huippua. Esimerkiksi keinokuituvaatteiden sijaan käytetään perinteisiä luonnonmateriaaleja. Kuvio 1 havainnollistaa varusteiden ja erätaitojen suhdetta.



Kuvio 1. Varusteiden suhde kokemukseen ja erätaitoihin. Suurin osa ihmisistä osuu jonnekin kuvaajan keskivaiheille. Mainitut esimerkit ovat ääritapauksia.

Karkeasti ottaen voisi sanoa, että luonnossa voi pärjätä sekä varusteilla tai sitten fyysisen kunnon, lämpötilojen siedon ja taitojen avulla. Kokematon ja tietämätön vaeltaja siis hyvillä varusteilla pärjäisi suunnilleen samoin kuin kokenut vaeltaja pelkän kokemuksensa turvin. Riittävän karaistunut erämies pärjää jonkin aikaa luonnossa vaikka alasti, mikäli olosuhteet eivät ole kohtuuttomat – ja huonoissakin olosuhteissa luultavasti silti pidempään kuin kokematon. Vastaavasti melkein kuka tahansa pärjää melkein missä tahansa, jos yllä on oikeanlainen vaatetus ja mukana oikeat varusteet. Nämä ovat tosin vain ääriesimerkkejä ja poikkeuksen poikkeuksia on loputtomasti. Todellisissa ääriolosuhteissa (Na-

paretket, aavikoiden ylitys, vuorikiipeily) pärjää vain kokemuksen, karaistumisen ja huippuvarusteiden yhdistelmällä.

Kuitenkin täytyy ottaa huomioon, että kaikki retkeilijät eivät ole hakemassa pelkästään mukavia kokemuksia, vaan kokevat että paleleminen ja hikoilu, hiertymät ja kolhut sekä fyysisen kunnon koetteleminen kuuluvat olennaisena osana retkeen. Osalla jopa niin pitkälle, että retki on pettymys, jos siitä selviää ”liian helpolla”.

Pelkästään Pohjois-Karjalan alueelta löytyy yli 30 hyvin merkittyä vaellusreittiä. Autolla paikalle saapumisenkaan ei ole useimmissa tapauksissa ongelma, sillä reiteistä monet ovat joko rengasreittejä tai suunniteltu siten, että julkisilla liikennevälineillä pääsee lähelle alku- tai loppupistettä. (Pohjois-Karjalan vaellusreititopas 2011.)

4.2.3 Reittien merkitys

Palveluja syntyy sinne missä on maksavia asiakkaita, mutta asiakkaat myös menevät sinne, missä on palveluja. Palvelut, kuten infopisteet ja välinevuokraamot, luovat myös mahdollisuuksia joukkoliikenneyhteyksien järjestämiselle. Infrastruktuuri luo mahdollisuudet sekä palvelujen syntymiselle että asiakasvirroille. Toisaalta, kun on puhe matkailukohteesta, jonka vetovoimatekijänä ovat luontoarvot, liika rakentaminen voi heikentää kohteen vetovoimaisuutta luontoarvojen heikentyessä.

MEKin OF -hankkeen vaellusreittioppaan mukaan suosituimpia reittejä ovatkin lyhyet, maksimissaan parin päivän (1-2 yötä) rengasreitit. Reitin tulisi myös sijaita suhteellisen lähellä majoituspaikkaa. Sopivaksi päivämatkaksi voidaan karkeasti ottaen sanoa 15 kilometriä. Yli 20km päivämatkoihin lähtevät vain kokeneemmat ja kovakuntoisemmat vaeltajat. (Räsänen & Saari 2011)

Pohjoisessa Suomessa on onnistuttu yhdistämään luontoarvot vetovoimatekijänä sekä rakentamaan toimivia matkailukeskittymiä, jotka omalla palvelumassal-

laan pystyvät vetämään matkailijoita puoleensa. Tähän verrattuna Pohjois-Karjalassa matkailu on hajaantunutta ja pienyrittäjävetoista, joten samanlaista vetovoimaa ei synny. Kun ei ole yhtenäistä matkailijavirtaa, esimerkiksi joukko-liikenne menettää kannattavuuttaan ja kohteen saavutettavuus heikkenee. Tämä taas johtaa palvelutarjonnan vähentymiseen. Taulukossa 3 on vertailtu eri alueiden matkailijamääriä. Kebnekaisen alueella kulkevista retkeilijöistä ei ollut saatavilla lukuja, joten taulukossa oleva lukema on tunturiasemalla yöpyjien määrä.

Taulukko 4. Kävijämäärät puistoittain ja reiteittäin, kävijää vuodessa. *Kebnekaisen lukema viittaa yöpyjiin (Lapin Kansa 2011; Metsähallitus 2011; Koskinen 2011; Vaellus ja retkeily 2011; Sulkava, Hataanpää & Ollila 2007; Wahlberg 2012)

Reitti:	Kävijämäärä
Kolin kansallispuisto	138 500
Herajärven kierros	3 500
Pallas-Ylläs- kansallispuisto	436 000
Hetta–Pallas -reitti	5 000
Oulangan kansallispuisto	169 000
Karhunkierros	15 000
Kebnekaisen tuntu- riasema (yöpymisiä)	18 000*

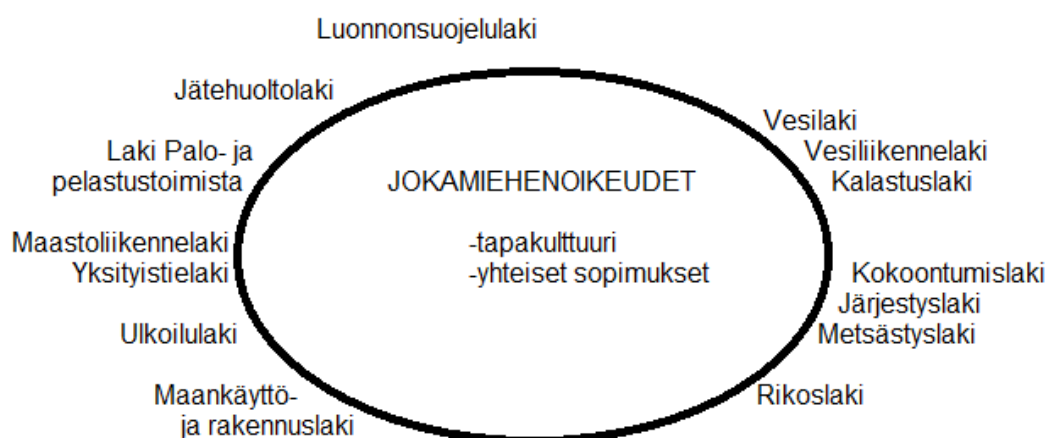
Reiteillä onkin merkitystä sekä vetovoiman luojana että luontoarvojen säilyttäjinä. Reittien ja valmiiden leiripaikkojen avulla voidaan ohjata retkeilijävirta sellaisiin kohtiin, joissa kulkemisesta ei ole haittaa luonnolle tai haitta pysyy paikallisena. Lisäksi esimerkiksi jätehuolto ohjaa roskat ja muun ”saastan” helposti kerättäviin paikkoihin. Vastineeksi retkeilijät saavat mahdollisuuden majoittua hiukan telttaa paremmissa oloissa kuivien nuotiopuiden loimussa.

4.3 Lainsäädäntö ja jokamiehen oikeudet

Tässä osiossa käsitellään jokamiehen oikeuksien vaikutusta retkeilyyn ja haetaan samalla myös ammatillista näkökulmaa jokamiehen oikeuksien hyödyntämiseen ohjelmapalveluissa. Kurssilainen oppii mitä jokamiehen oikeuksien pe-

rusteella saa ja mitä ei saa tehdä. Lisäksi käydään läpi joitakin poikkeuksia näihin sääntöihin.

Jokamiehen oikeuksilla tarkoitetaan Suomessa vakiintuneita käytäntöjä ja eri lakien kokoelmaa (kuviot 2), jotka summataan usein listaksi asioista, joita luonnossa saa tai ei saa tehdä. Hämmennystä aiheuttaa usein se, että ulkomailla eivät välttämättä vallitsekaan samantyyppiset säädökset, samoin kuin ulkomaalaisten tullessa Suomeen herää ihmetys kaikesta, mitä Suomessa saa tehdä – ja vastaavasti on olemassa harhakäsityksiä, että jokamiehen oikeudet oikeuttaisivat luonnon täysin vapaaseen käyttöön (puiden kaatamiseen, tulenteekoon, jne). Täytyy myös muistaa, että kyse on enemmän tapakulttuurista kuin varsinaisesta laista, vaikka jokamiehen oikeuteen vaikuttaakin moni lainkohta.



Kuvio 2. Jokamiehen oikeuksien suhde lainsäädäntöön. (mukaillen Lehtonen, Heikkinen & Hirvonen 2007)

Kun tässä luvussa käsitellään luonnossa liikkumista, tarkoitetaan nimenomaan liikkumista alueella, jossa ei ole voimassa muita rajoituksia kuin jokamiehen oikeudet. Esimerkiksi luonnonsuojelualueilla ja luonnonpuistoissa on lisäksi muita rajoituksia. Kansallispuistoissa ja rakennetuilla reiteillä liikkuessa on myös usein omia rajoituksiaan voimassa, vaikka jokamiehen oikeudet ovat pääosin voimassa. Pihoilla ja pelloilla liikkuminen on myös rajoitettua.

Lyhyesti sanottuna jokamiehenoikeudella saa liikkua luonnossa sitä kuitenkaan häiritsemättä melko vapaasti maanomistajuudesta huolimatta. Marjojen ja sienien poimiminen sekä mato-onkiminen ovat niin ikään sallittuja. Ongelmia aiheuttaa eniten se, että ihmiset unohtavat mitä Ei saa tehdä. Vaikka esimerkiksi leiriytyminen onkin sallittua, tulen tekeminen tai roskaaminen ei ole. (Valtion ympäristöhallinto 2011) Taulukossa 5 on listattu mitä jokamiehenoikeuksien perusteella saa ja ei saa tehdä.

Taulukko 5. Jokamiehenoikeudet (Tuunanen, Tarasti & Rautiainen 2012)

Saa tehdä	Ei saa tehdä
Lihassoimin tapahtuva liikunta, kuten ratsastus, hiihto, lumikenkäily, pyöräily, melominen, uinti jne.	Kulkea pihamailla, istutuksilla tai viljelmillä.
Tilapäinen oleskelu ja yöpyminen siellä missä liikkuminenkin on sallittu.	Luonnon vahingoittaminen, roskaaminen, eläinten häiritseminen, metsästys.
Mato-onkiminen, pilkkiminen.	Kalastus (pl. mato-onginta ja pilkkiminen).
Marjojen ja sienien poimiminen.	Avotuli toisen maalle ilman lupaa.
	Moottoriajoneuvolla ajaminen.

Leiriytyminen, vaikka tilapäinen leiri onkin sallittu, on usein ongelmallisimpia näkökohtia jokamiehenoikeuksissa, sillä siitä aiheutuu helposti häiriötä, roskaa sekä haittaa luonnolle. Usein ajattelemattomat ihmiset haluavat myös tehdä nuotion, eikä ole ennenkuulumatonta, että tuli karkaisi sallituista retkikeittimistä tai tupakan tumpetakaan. Roskaamisestakin mielipiteet vaihtelevat, sillä toisen mielestä esimerkiksi banaaninkuori ei ole roska, koska se maatuu. Paikoitellen tällaisetkin jätteet voivat silti aiheuttaa ongelmia maisemalle. Satunnaisen käytön yhteydessä syntyvät roskamäärät häviävät vielä melko hyvin luontoon, mutta jatkuvassa käytössä oleva reitti kerää helposti maisemaa rumentavia ja luontoa likaavia jätteitä.

Nuotion eli avotulen tekeminen on kiellettyä, mutta retkikeittimien käyttö on puolestaan sallittua, sillä niitä ei lasketa avotuleksi eikä näin ollen kielletä pelastus-

laissa (Pelastuslaki 24 §). Irtonaisina löytyvistä oksista ja risuista saa Lapissa, Pohjanmaalla, Kainuussa sekä Pohjois-Karjalassa kuitenkin tehdä tulen valtion maille Metsähallituksen myöntämällä yleisluvalla (maanomistajan lupa). Kaatuneiden puiden käyttö polttopuuna ei ole sallittua eikä tulen tekeminen mikäli lähistöllä on myös virallinen tulentekopaikka (Tuunanen, Tarasti & Rautiainen 2012, 103.). Talvella jäälle (pelastuslaissa puhutaan nimenomaan maasta) on mahdollista tehdä nuotio ilman eri lupia, mutta roskaaminen tai esimerkiksi polttopuiden hakeminen läheisestä metsästä ilman lupaa ei ole sallittua.. (Valtion ympäristöhallinto 2011.)

Paljon ongelmia liittyy myös moottoriajoneuvojen käyttöön tieverkoston ulkopuolella. Esimerkiksi monella on harhaluulona, että mönkijällä tai moottorikelkalla saisi ajaa vapaasti metsissä, vaikka tämä on kiellettyä ilman maanomistajan lupaa. Tämä koskee myös yksityisteitä. Yksitystiet ja niitä koskeva, maallikon silmin epäselvä, yksityistielaki aiheuttavat usein jokamiehenoikeuksiin liittyviä kiistoja (Yksitystielaki 80 §). Jalan, hiihtäen tai polkupyörällä kulkeminen on pääsääntöisesti sallittua, mutta jos kulkeminen on säännöllistä, on kielto mahdollisuus kuitenkin olemassa. Esimerkiksi yrittäjä, joka jatkuvasti käyttää yksityistietä omissa palveluissaan, voitaisiin katsoa korvausvelvolliseksi. Metsähallitus voi myös myöntää lupia valtion virallisten reittien ulkopuolelle esimerkiksi elinkeinon harjoittamista varten (Metsähallitus 2009).

Ohjelmapalveluissa jokamiehenoikeudet saavat jälleen uusia vivahteita. Jokamiehenoikeudet mielletään usein ilmaisiksi ja ei-kaupallisiksi. Koska useimmat käyttävät tai hyödyntävät näitä oikeuksia vain harvoin, kuvitellaan että nämä oikeudet olisi tarkoitettu lähinnä satunnaiseen käyttöön. Näin oletetaan, että ne eivät koskisi esimerkiksi ohjelmapalveluyrittäjää, joka maksusta vie asiakkaita luontoon.

Jokamiehenoikeudet eivät kuitenkaan varsinaisesti tee eroa sen välillä, onko niiden hyödyntäminen jatkuvaa ja kaupallista vai satunnaista ja ei-kaupallista. Ympäristöministeriön verkkosivuilla (www.ymparisto.fi) on koottuna jokamiehenoikeuksiin liittyviä kysymyksiä, joissa usein käydään läpi juuri tätä erotusta.

Kysytyjen kysymysten perusteella vaikuttaisi siltä, että ihmisten mielestä jokamiehenoikeudet olisi tarkoitettu nimenomaan satunnaiseen yksityiskäyttöön, minkä vuoksi esimerkiksi ulkomaisten marjanpoimijoiden tuominen Suomeen on herättänyt kysymyksiä. Ympäristöministeriön kanta on kuitenkin selkeästi se, että jokamiehenoikeudet kuuluvat kaikille, myös yrittäjille ja heidän asiakkailleen. (Valtion ympäristöhallinto 2011.)

Ympäristöministeriö on myös tuottanut jokamiehenoikeuksista oppaan, Jokamiehenoikeudet ja toimiminen toisen alueella / Lainsäädäntöä ja hyviä käytäntöjä, jonka tarkoitus on selventää edellä mainitun kaltaisia ongelmatilanteita. Yli 100-sivuinen opas on tehty yhteistyössä eri viranomaisten, asiantuntijoiden, Metsähallituksen, MTK ry:n ja Ulkoilufoorumin kanssa. Opas sisältää tulkintoja ja ohjeita, mutta toteaa myös ettei sisältöä voi käyttää yksittäisten tapauksien laillisuuden tulkintaan, vaan laillisuus tulisi tarkistaa aina tapauskohtaisesti. Sisältö korjaa kuitenkin useita harhaluuloja ja kokoaa myös uudistukset ja aluekohtaiset muutokset yksiin kansiin (Tuunanen, Tarasti & Rautiainen 2012).

Olisi siis mahdollista viedä asiakkaita luontoon satunnaisesti pelkästään jokamiehenoikeuksien perusteella, eikä laki näiltä osin velvoita edes ilmoittamaan maanomistajille toiminnasta. Eettisesti ja toiminnan jatkuvuutta ajatellen olisi totta kai viisainta ja kaikkien kannalta parasta päästä jonkinlaiseen etukäteissopimukseen maanomistajien kanssa. Jokamiehenoikeuksien rajoissa toimiminen vaatisi myös, ettei toiminnassa ajauduttaisi esimerkiksi kokoontumislain tarkoitamiin yleisiin tapahtumiin, vaan että toiminnan luonne olisi yksityistä. Lisäksi toiminnasta ei saa aiheutua vähäistä suurempaa haittaa luonnolle, mikä varsinkin jatkuvan toiminnan tapauksessa olisi todennäköistä. Valmiita nuotiopaikkoja tai muita retkirakennelmia ei myöskään voisi tällä tavoin hyödyntää, sillä niitä koskevat omat sääntönsä. (Tuunanen, Tarasti & Rautiainen 2012.)

Maa- ja metsätaloustuottajain Keskusliitto (MTK) on kuitenkin selkeästi eri mieltä ympäristöministeriön tulkinnoista. MTK:n mukaan esimerkiksi bussilasteittain tuotavista ulkomaisista marjanpoimijoista on jo nyt aiheutunut ongelmia.. (Tornberg 2011, 13) Ympäristöministeriö linjaa esimerkiksi ammattimaisen marjojen poiminnan lailliseksi, mutta painottaa marjanpoimijoiden ohjeistamisen tärkeyttä

tä. Ohjeistuksella voidaan välttää ja ehkäistä ongelmatilanteita, kuten poimijoiden ajautumista kotirauhan piiriin, sekä vähentää luonnon kuormitusta. (Tuunanen, Tarasti & Rautiainen 2012, 84.) Sama ohjeistuksen ja yhteisten sääntöjen noudattaminen pätee uskoakseni myös retkeilyyn ja sitä kautta ohjelmapalveluihin; vaikka jokamiehenoikeuksien piirissä on mahdollista touhuta kaikenlaista, luontoa on helppo ylikäyttää ja luonnonrauha on herkkä järkkymään. Jokamiehenoikeudet mahdollistavat siis pienimuotoisen, jossain määrin jopa jatkuvankin toiminnan, mutta hyvä tapa edellyttää, että maiden pysyvämmästä käytöstä sovittaisiin maanomistajan kanssa. Näin välttyttäisiin turhilta kiistoilta ja mahdollistettaisiin esimerkiksi edellä mainittujen nuotiopaikkojen käyttö.

4.4 Turvallisuus

Turvallisuutta käsitellään oikeastaan tämän kurssin jokaisessa kohdassa, sillä turvallisuus koskettaa kaikkea ja monien perustaitojen idea on alun perinkin ylläpitää turvallisuutta ja turvallisuudentunnetta. Joitakin asioita on silti hyvä ottaa oman erillisen otsikkonsa alle. Tällaisia seikkoja ovat yleiset turvallisuusriskit, riskeihin varautuminen ja aiheeseen liittyvä lainsäädäntö. Tässä osiossa kurssilainen oppii arvioimaan eri toimintojen vaarallisuutta riskianalyysin avulla ja ymmärtämään turvallisuuden merkityksen matkailupalveluille.

Millaisia riskejä vaeltajat sitten kohtaavat? Aivan ensimmäisenä tulee monelle mieleen erilaiset tapaturmat, kuten vaikkapa puukolla haavan viiltäminen, kompastuminen ja nilkan tai polven rikkominen tai vaikkapa palovamma nuotiosta. Mökissä tai vastaavassa yöpyessä kyseeseen tulee myös häämyrkytyksen vaara.

Suurin vaara piilee kuitenkin siirtymissä retken alku- ja päätepisteisiin, nimittäin maantieliikenteessä (Sisäasiainministeriön pelastusosasto ja Suomen Pelastusalan Keskusjärjestö 2012.). Maantieliikennettä kohdataan myös, mikäli reitti kulkee tienviertä tai tien yli, mutta etenkin paluumatka retkeltä autolla on riskialtis. Kuvitellaanpa tilanne: Vaeltaja on ollut kaksi päivää metsässä, nukkunut makuupussissa tulien ääressä. Koko ajan on ollut vähän kylmä, keho on kulut-

tanut enemmän energiaa kuin ruuasta saa, eikä unikaan välttämättä ole ollut parasta mahdollista. Sitten vaeltaja lopulta pääsee autolleen ja heittää rinkan takakonttiin, istuu autoon ja kytkee lämmityksen täysille ja lähtee ajamaan. Pehmeä istuin tuntuu yllättävän mukavalta ja lämmin raukeus alkaa leviämään kehoon. Auton moottori hurisee tasaisesti ja iltakin hämärtyy. Tarkkaavaisuuden menettäminen tai jopa rattiin nukahtaminen on todellinen riski, ja tämä tulisi ottaa huomioon. Lisäksi täytyy huomioida muu liikenne ja esimerkiksi hirvikolarien mahdollisuus. Ylimääräinen lepoaika, vaikkapa tunti tai pari, kofeiini ja kuskien vaihtelevuus auttavat. (Heikkinen, M. 2007.)

Muita mainitsemisen arvoisia riskejä luonnossa ovat hypotermia eli alilämpö (ja samalla paleltumat), nestevaje, ylilämpö (sekä auringonpistokset), sairaskohtaukset, myrkytykset sekä eläinten hyökkäykset. Hypotermiaa voi kohdata kaikkina vuodenaikoina oltaessa luonnonvoimien kanssa tekemisissä. Ihmisen kehonlämpö voi laskea vaarallisen alas myös helteellä, esimerkiksi jos vaatteet ovat likomärät. Talvella hypotermia ja paikalliset paleltumat ovat aina riskinä läsnä, ja esimerkiksi kasvoihin voi tulla paleltumia pakkasella, mikäli suojaamattomasta ihosta ei pidä huolta. (Sisäasiainministeriön pelastusosasto ja Suomen Pelastusalan Keskusjärjestö 2012.)

Nestevajeen riski on suurin lämpimillä keleillä, mutta kylmällä ilmalla juominen unohtuu herkästi tai tulee juotua esimerkiksi kahvia. Lisäksi pakkaskeleissä ilma on kuivempaa ja näin iholta haihtuu kosteutta tehokkaammin. Aikaisemmassa luvussa on käsitelty nestehuoltoa ja sen tärkeyttä tarkemmin. (Iländer & Kähkönen 2012.) Ylilämpöä kohdataan lähinnä hellelämpötiloissa, mutta lisäriskinä voivat olla myös auringonpistokset tai auringossa palanut iho sekä edellä mainittu nestehukka. Ylilämpöä vastaan ei voi taistella oikeastaan muuten, kuin välttämällä rasitusta ja hakeutumalla varjoon ja viileään. Myös vaatteiden kostuttaminen auttaa, mikäli vettä on saatavilla ylimääräistä.

Sairaskohtauksia voi sattua kenelle tahansa, mutta yleensä herkkyys kohtauksille on etukäteen tiedossa. Kanssavaeltajille on hyvä tiedottaa tällaisesta ja kertoa toiminta kohtauksen sattuessa. Tärkeää on myös pitää mahdollinen lääketieteellinen mukana vaelluksella ja huolehtia lääkkeiden ottamisesta ajallaan. Lääkkei-

den mahdolliset sivuvaikutukset on myös hyvä pitää mielessä. Esimerkiksi kipulääkkeiden käyttö voi altistaa puolestaan muille riskeille, kuten paleltumille.

Myrkytyksiä syntyy helpoiten pilaantuneen ruuan tai juoman seurauksena. Etenkin kesällä tulee pitää huoli mukana kulkevien ruoka-aineiden säilyvyydestä, sillä aurinkoon unohtuneen rinkan sisällä lämpö voi olla hyvinkin korkea. Lisäksi luonnonvesiä juodessa täytyy olla tarkkana, sillä lämpimässä pintavedessä sikiää loputtomasti pieneliöitä. Juomaveden keittäminen tai vedenpuhdistustablettien käyttö on tehokas tapa pienentää ruokamyrkytyksen riskiä. Lisäksi myrkytyksiä voi sattua luonnonmarjojen tai sienien nauttimisen seurauksena. Tähän auttaa kun laittaa suuhunsa vain sellaista minkä tietää syömäkelpoiseksi. Myrkytystietokeskuksen puhelinnumero on (09) 471 977.

Eläinten hyökkäyksillä tässä tarkoitan minkä tahansa eläimen ihmiselle aiheuttamaa vaaraa, pois lukien hirvikolarit, vaikka eläin yleensä toimiikin vain vaistojensa varassa eikä välttämättä varsinaisesti ”hyökkää”, vaan lähinnä puolustaa itseään tai jälkeläisiään tai pesäänsä tms. Lisäksi jotkut eläimet kantavat ihmiselle vaarallisia tauteja. Suurimpana uhkana ihmiselle luonnossa kulkevista eläimistä pitäisin irtonaisia koiria, ja näiden jälkeen ehkä muita kotieläimiä, jos on olemassa riski että retkellä ajaudutaan kotieläimien lähelle. Hyönteismaailmasta ampiainen on osalle ihmisistä jopa hengenvaarallinen ja pesään törmäminen on vaarallista kenelle tahansa. Vasta näiden jälkeen mainittakoon karhu ja kyykkäärme. (Heikkinen, M. 2007.)

Muita suurpetoja en pitäisi juurikaan vaarallisina ihmiselle, niin kauan kuin vaeltajalla on sen verran järkeä päässä, ettei ainakaan tahallaan lähesty esim. nurkkaan ajettua eläintä. Karhu on kyllä kohdattaessa aina vaarallinen, eikä sitä pidä missään tapauksessa lähestyä, mutta jo muutama ihminen pitää keskenään sen verran ääntä että yleensä karhu ehtii väistämään ihmistä. Karhu ei myöskään hyökkää ilman hyvää syytä, joka useimmiten on poikasten puolustaminen.

Riskejä on myös henkistä lajia. Henkisillä riskeillä tarkoitetaan esimerkiksi toisten pilkan kohteeksi joutumista tai pelkoa omien mielipiteiden kertomisesta. Jos

ihminen tuntee olevansa henkisesti turvassa, hän uskaltaa kertoa heikkouksistaan eikä esimerkiksi toisten silmissä epäonnistuminen haittaa heitä. Tällöin he myös oppivat tehokkaammin ja ovat luovempia. (Eggers 2011). Yhdenlaista henkistä turvattomuutta olisi mielestäni myös pelon tunne ja epäluottamus retken turvallisuuteen.

Ohjelmapalvelutoiminnassa olennaisessa asemassa on kuluttajaturvallisuuslaki:

- Tämän lain tarkoituksena on: 1) varmistaa kulutustavaroiden ja kuluttajapalvelujen turvallisuus;
 2) ennaltaehkäistä kulutustavaroista ja kuluttajapalveluista aiheutuvia terveys- ja omaisuusvaaroja;
 3) 2 kohdassa tarkoitettua vaaran ilmetessä varmistaa, että vaara saadaan riittävän tehokkaalla tavalla poistettua;
 4) turvata korkealaatuinen kuluttajaturvallisuusvalvonta;
 5) osaltaan parantaa toiminnanharjoittajien toimintaedellytyksiä.
 (Kuluttajaturvallisuuslaki 1 §.)

Kuluttajaturvallisuuslakia sovelletaan kulutustavaroihin ja kuluttajapalveluihin, joita tarjotaan asiakkaille. Laissa määritellään muun muassa turvallisuuteen liittyvät palveluntarjoajan velvollisuudet (riskianalyysit, turvallisuusasiakirja) sekä asiakkaalle (esim. käyttöohjeet) ja viranomaisille tiedottaminen. Kuluttajaturvallisuuslain 7 §:n mukaan tiettyjä kuluttajapalveluja tarjoavien toiminnanharjoittajien on laadittava turvallisuusasiakirja, joka sisältää suunnitelman vaarojen tunnistamiseksi ja riskien hallitsemiseksi sekä niistä tiedottamiseksi palvelun tarjoamisessa mukana oleville. Asiakirjassa mainitaan ainakin palvelun tarjoaja, turvallisuusasioista vastaavat henkilöt, mahdolliset vaaratilanteet ja niiden seuraukset, toimenpiteet riskien vähentämiseksi ja ohjeet ennakoitujen onnettomuus-, vaara- ja vahinkotilanteiden varalle. Lisäksi kirjataan palvelun tarjoamisessa mukana olevien turvallisuusasioihin liittyvä perehdyttäminen ja kouluttaminen, sekä palvelun tarjoamiseen liittyvät olosuhderajoitukset (esim. sää). Riskien arvioimiseen on riskianalyysitaulukko hyvä työkalu (Tukes 2011.).

Riskianalyysissä (Kuvio 3) listataan kaikki toimintaan liittyvät riskit, sekä niiden tapahtumisen todennäköisyys ja vakavuus asteikolla yhdestä kolmeen (1= epätodennäköinen/lievä, 2= mahdollinen/melko vakava, 3=todennäköinen/vakava). Kertomalla todennäköisyyden ja vakavuuden kertoimet toisillaan saadaan luku yhdestä yhdeksään. Mikäli tämä lukema on kuusi tai yli, toiminta täytyy lopettaa

niiltä osin tai muuttaa turvallisemmaksi. Luku 3 tai 4 tarkoittaa että toiminnassa täytyy noudattaa huolellisuutta, sillä riskejä on olemassa. 1 tai 2 tarkoittaa että riskiä ei juuri ole.

Riski	Todennäköisyys	Vakavuus	Kerroin	Toimenpiteet	Huom.
Kaatuminen	Mahdollinen (2)	Vaihteleva (1-2)	2-4	Liukkauden ja jyrkkien kohtien huomioiminen ja varovaisuus, tarvittaessa reitin muutos.	Ohjeista vaeltajille etteivät kävele kadetuissa
Hypotermia	Epätodennäköinen (1)	Vakava (3)	3	Lämpötilaan sopivan varustuksen ohjeistaminen.	Pakkasraja -15 astetta.
Tippuminen huonokuntoiselta silältä	Mahdollinen (2)	Vakava (3)	6	Reitti muutettu kulkemaan toista kautta kunnes silta korjataan	Ks. uusi reittisuunnitelma

Kuvio 3. Esimerkki riskianalyysistä.

Matkailun ohjelmalveluiden turvallisuudesta on viimeisen kymmenen vuoden aikana puhuttu paljon myös julkisuudessa ja aiheesta on tehty useita tutkimuksia. Lisäksi alalle on kehitetty turvallisuuskoulutuksia ja työkaluja palveluiden turvallisuuden valvomiseen ja arviointiin. Kuluttajavirastossa on määritelty vaatimuksia turvallisuusasiakirjoille, pelastussuunnitelmille sekä riskianalyysille järjestetyssä toiminnassa (Kuluttajavirasto 2003), ja Suomen pelastusalan keskusjärjestö SPEK järjestää matkailualalle räätälöityä Matkailun Turvallisuuspassi (Matupa) -koulutuksia. Kurssi sisältää tietoa matkailualalle tyypillisistä turvallisuusriskeistä, lainsäädännöstä, riskien hallinnasta ja arvioinnista (ohjeita esim. kuluttajaviraston vaatimien turvallisuusasiakirjojen laatimiseen) sekä toiminnasta hätätilanteen sattuessa (Suomen pelastusalan keskusjärjestö 2012). Vielä

edellä mainittujen lisäksi nykyään käytännössä kaikki ohjelmapalvelualan työntekijät käyvät, joko työnantajan vaatimuksesta tai vapaaehtoisesti, vähintään EA1-kurssin.

Turvallisuuden merkitys matkailulle erityisesti Suomessa ei ole mikään vähäpätöinen asia. Halusimmepa tai emme, turisteilla on aina muita vaihtoehtoja, ja jos leviää sana tai edes käsitys, että jotkut ohjelmapalvelut tai jokin matkailualue ei hoida omaa tonttiaan turvallisesti, loppuu matkailijavirta hyvinkin nopeasti. Turvallisuus on muutakin kuin sitä että tekee asiat oikein. Turvallisuus on myös tunne, joka turistille täytyy luoda. Jännittävää saa olla, mutta pelon tunne, aiheellinen tai aiheeton, on aina huono juttu. Jo pienikin epäluottamus esimerkiksi oppaan ammattitaitoon saa asiakkaan helposti epäilemään koko retkeä. (Matkailualan turvallisuuspassitoimikunta 2011)

5 Kurssin kuvaus

Tässä luvussa käydään kurssin kulku vielä kertaalleen yhdistetysti läpi alusta loppuun. Luvussa 2 on taulukossa 1 jo kuvattu kurssin olennaiset toiminnot aikatauluineen ja sisältöineen, joten en listaa niitä enää tähän. Esimerkkinä käytetään tilannetta, jossa käytettävissä on kaksi pakettiautoa, joihin kurssille osallistuvat 16 opiskelijaa saadaan mahdutettua. Kurssin teoriaosuudet pidetään luokahuoneissa Joensuun tiedepuistolla ja vaellusosuus ja käytännön harjoitteet Liperin kinttupolku -reitillä.

Tavoitteena on että kurssilainen osaa kurssin lopulla

- lukea karttamerkkejä ja arvioida matkoja kartan avulla
- tehdä perusnuotion sytykkeiden ja tulitikkujen avulla ja lisäksi tuntee erilaisia nuotiotyyppejä ja niiden käyttötarkoituksia.
- tehdä karkeat suunnitelmat retken päivämatkoista ja suunnittelemaan retki turvallisiksi, tekemällä etukäteissuunnitelmat paperille.
- pukeutua retkellä sään mukaisesti,
- valita oikeat varusteet esimerkiksi varustelistan avulla
- käyttää retkikeitintä ruuan valmistamiseen

Kurssilainen oppii myös arvioimaan eri varusteiden soveltuvuutta käyttötarkoitukseensa ja jättämään turhia välineitä pois. Lisäksi kurssilainen tietää

- paljonko ruokaa ja nestettä ihminen normaalisti tarvitsee elääkseen, ja paljonko kulutus nousee rasituksen yhteydessä. Kurssilainen oppii miten riittävä nestetasapaino ylläpidetään, sekä arvioimaan retkellä tarvittavia ruokamääriä.
- retkien tyypillisimmät turvallisuusriskit. Kurssilainen oppii arvioimaan eri toimintojen vaarallisuutta riskianalyysin avulla ja ymmärtämään turvallisuuden merkityksen etenkin matkailupalveluille

Ammatillista näkökulmaa käsitellään

- jokamiehenoikeuksien hyödyntämiseen ohjelmapalveluissa. Kurssilainen oppii mitä jokamiehenoikeuksien perusteella saa ja mitä ei saa tehdä. Lisäksi käydään läpi joitakin poikkeuksia näihin sääntöihin
- turvallisuuteen liittyen. Kurssilla tutustutaan turvallisuussuunnitteluun, riskianalyysiin sekä lainsäädäntöön
- retken suunnittelussa, sopivien päivämatkojen arvioinnissa sekä erilaisiin retkeilijätyyppeihin tutustuessa

Kurssi koostuu siis teoriaosuudesta, vaellusretkestä sekä palauteosiosta. Kursin teoriaosuutta varten on tehty 28 dian sarja (liite 6), joka toimii opetuksen tukena. Sisällöistä kerrotaan yksityiskohtaisemmin luvussa 3. Opetuksessa tulisi silti pyrkiä käyttämään myös muuta havaintomateriaalia mahdollisimman paljon, esimerkiksi karttoja sekä erilaisia retkeilyvälineitä. Suomen Suunnistusliiton sivuilta löytyy myös karttamerkkejä laajasti käsittelevä diaesitys, jota on lupa käyttää suunnistuksen opetustarkoituksiin (Diaesitys löytyy SSL:n verkkosivujen materiaalit -osiosta otsikolla ”Karttamerkkejä havainnollistava esitys”)

Tämä kurssi on suunniteltu PKAMK:n vapaasti valittaviin kursseihin, joten sille ilmoittaudutaan erikseen ja vapaaehtoisesti. Kurssi on suunniteltu 1 opintopisteen arvoiseksi. Kurssille ilmoittautuneita pyydetään ilmoittamaan ruokavalio, allergiat ja sellaiset sairaudet tms. terveydentilat joilla voi olla merkitystä kurssilla ololle. Kurssilla vaelletaan maastossa noin puolitoista päivää normaalia kadulla kävelyä rankemmissa olosuhteissa sekä yövytään avotulella lämmitettävässä tilassa, joten jotkut terveyteen liittyvät tekijät voivat estää kurssille osallistumisen. Nämä seikat huomioidaan retken turvallisuussuunnitelmassa sekä riskianalyysissä, samoin kuin ruokailuja järjestettäessä.

Kun kurssille on siis ilmoittautunut sopiva määrä osallistujia, kokoonnutaan ope-
tusta varten luokkahuoneeseen. Oppituntien suunniteltu kesto on yhteensä 4
tuntia, ja ne voidaan pitää joko yhdessä tai erikseen (esim. 2+2 tuntia). Ensim-
mäisellä oppitunnilla tutustutaan porukkaan sekä kerätään tarkoitusta varten
tehdyllä lomakkeella (Liite 4) tietoa osallistujien lähtötasosta käsiteltävien asioi-
den suhteen. Alussa kerrotaan myös kurssin sisältö lyhyesti sekä kurssiin liittyy-
vät aikataulut (etenkin vaelluksen ajankohta).

Varusteista puhuttaessa on hyvä tuoda luokkaan näytille esimerkiksi seuraavat
varusteet:

- Rinkka
- Retkikeitin (tai useampi erilainen, eri polttoainetyypeillä)
- Kalvotakki
- Alus- ja välikerroksen vaatteita
- Vaelluskengät
- Kompassi

Näistä ryhmälle esitellään kunkin varusteen ominaisuuksia, kuten on käyty läpi
sisällön materiaaleissa. Teksti saa tukea ja kiintopisteitä kun samalla nähdään
käytännössä mitä esimerkiksi ”tukevalla kengällä” tarkoitetaan. Telttojen, laavu-
jen yms. majoitteiden osalta kurssi on jätetty tarkoituksella suppeaksi, koska
tähtäimessä ovat vain perustiedot ja useimmilla merkityille reiteille suuntautuvil-
la vaelluksilla suunnittelun voi tehdä niin, että yöpyminen tapahtuu valmiissa ra-
kenteissa, kuten kodassa tai laavussa.

Kun oppitunneilla on käyty varusteisiin liittyvät asiat läpi (15 ensimmäistä diaa),
harjoitellaan ryhmän kanssa retken varustelistan tekeminen. Esimerkkivaruste-
lista löytyy liitteistä (liite 1). Varustelista on myös helppo antaa ryhmälle kotiteh-
täväksi harjoitusten jälkeen, mikäli tunnit pidetään kahdessa osassa. Kotitehtä-
vän voi päättää suoritettavan joko itsenäisesti tai pienissä ryhmissä. Pienen
kurssin ollessa kyseessä koko ryhmä voi tehdä yhteistyönä yhden listan.

Nuotiotyyppejä käsitellessä voi ryhmän jakaa kolmeen osaan ja antaa kullekin tehtäväksi yhden nuotiotyyppin tekemisen itse vaelluksella. Ryhmät valmistautuvat myös esittelemään oman nuotiotyyppinsä muille kurssilaisille. Viuhkanuotion pitäisi olla perusnuotiona kaikille tuttu, joten sitä ei tarvitse antaa ryhmäkohtaiseksi nuotiotyypiksi.

Ruuasta ja energiasta puhuttaessa olisi hyvä käyttää havaintomateriaalina erilaisia retkiruokapusseja ja tutkia niiden pakkausmerkintöjä energiasisällön osalta. Kun näitä sisältöjä vertaa laskettuun kulutukseen rankassa liikunnassa, huomaa että ihmisen on yllättävän vaikea saada tarpeeksi energiaa vaelluksella.

Retken suunnittelusta ja turvallisuudesta puhuttaessa apuna on tarkoitus käyttää kohdealueen karttaa. Turvallisuussuunnitelman mallina voi käyttää liitteenä (liite 2) olevaa pohjaa tai Tukesin Ohjetta turvallisuusasiakirjan laatimiseksi (linkki ohjeeseen löytyy lähdeluettelosta). Kurssin vetäjän päätettävissä on, käytetäänkö oppilaiden laatimaa turvallisuussuunnitelmaa myös vaelluksen yhteydessä vai luoko hän sen itse. Oppilaiden olisi kuitenkin hyvä tuntea myös vaelluksella käytettävän varsinaisen suunnitelman sisältö. Vaeltajan riskejä käsittelevässä osiossa mainittuja riskejä on avattu tarkemmin tämän työn luvussa 3.

Oppituntien lopuksi opiskelijoilla pitäisi olla selvillä seuraavan kokoontumisen eli retkelle lähdön ajankohta sekä retkelle mukaan tarvittava varustus. Oppitunneilla on hyvä käsitellä varustukseen liittyviä puutteita ja pyrkiä järjestämään lainavarusteita esim. toisten kurssilaisten kautta niille, joilla puutteita esiintyy. Kannattaa myös sopia pakkiparit – useimmilla retkikeittimillä voi laittaa ruokaa samanaikaisesti 2-3 henkilölle, joten ei ole tarpeen jokaisen kantaa omaa trangiaa mukanaan. Mikäli kurssinjärjestäjä järjestää myös ruokahuollon, tulee hänen hankkia tarvittavat ruokatarpeet sekä huolehtia niiden asianmukaisesta kuljetuksesta, säilytyksestä sekä käsittelystä. Omakustanteisella retkellä kurssilaisien varustelistassa täytyy olla myös ohjeet ruokien hankkimisesta.

Helppointa itse vaelluksen logistiikassa on, mikäli käytettävissä on kaksi pakettiautoa, joista kumpikin vetää 8 matkustajaa sekä kuljettajan. Näin ollen 16 asia-

kasta ja 2 opasta pääsevät käytännöllisesti reitin alkupäähän, ja voivat käydä viemässä toisen autoista reitin loppupäähän odottamaan, palaten toisella autolla takaisin alkupäähän kurssilaisten luo. Ennen kuin autot lähtevät kuitenkaan mihinkään, tarkistetaan nimilistan avulla että kaikki osallistujat ovat paikalla. Tämä on viisainta tehdä istuttamalla lähtijät ensin autoihin, ettei kukaan ehdi karata paikalta nimenhuudon ja autoon nousun välissä. Perillä lähtöpaikalla, vähän jo kaupungin hälystä kauempana, on hyvä pitää pieni kertaus retken aikatauluista ja kohteesta.

Itse vaelluksella on tarkoitus että yksi oppilaista kulkisi koko ajan keulilla ja suunnistaisi kartalta sitä mukaa kun edetään, kehittäen kartanlukutaitoaan. Aina sopivan tauon kohdalla suunnistajaa voidaan vaihtaa. Reitin ensimmäiset nuotiopaikat tulevat melko nopeasti vastaan, joten niille ei ole järkevää ajoittaa vielä ruokailua ellei sitten useimmilla ole jo tuolloin nälkä. Tarkoitus olisi silti käyttää nuotiopaikkoja hyväkseen ja laittaa kurssilaiset tekemään pienet kynsitulet tauon yhteydessä. Koska ruoka tehdään retkikeittimillä, ei ruokailuun tarvita nuotiopaikkaa. Alustavasti on suunniteltu ruokailupaikaksi kalikkavaaran huippua, mutta nälän yllättäessä ruokailun ajankohtaa ja paikkaa voi muutella. Ruokailun yhteydessä opetellaan samalla keittimen käyttö käytännössä. Vaelluksen peruseriaatteisiin kuuluu myös syntyvien omien jätteiden kuljettaminen mukana pois luonnosta. Retkellä hygieniasta huolehditaan varustelistaan merkittyjen henkilökohtaisien hygieniatarvikkeiden avulla.

Leiripaikalla Vaaralammella on enemmän aikaa opetukselle, joten erilaisten nuotiotyyppien kokeilu kannattaa jättää sinne. Kurssilaiset voi jakaa esimerkiksi jo oppitunneilla kolmeen ryhmään ja antaa jokaiselle tehtäväksi yhden nuotiotyyppin teko ja muille esittely. Rakovalkeaan voi olla vaikea löytää kelopöllejä, mutta vastaavan rakennelman voi tehdä mistä tahansa isommasta polttopuusta tai vaikka tekee sitten pienoiskoossa. Iltaohjelmaksi voi myös antaa etukäteen kurssilaisille tehtäviä tai kehittää itse ohjelmaa. Itse esimerkiksi ajattelin näyttää joitakin erätaitokikkoja, kuten tulenteon ilman tulitikkuja. Toinen vaihtoehto olisi laittaa ruokaa perusaineksista tulen avulla, pussikeittojen sijaan. Iltanuotiolla voi kertoa myös tarinoita.

Mikäli syystä tai toisesta jokin asia jäi ensimmäisenä päivänä toteuttamatta, voit sitä yrittää paikata toisena päivänä, ja siksi en ole loppumatkalle isompaa ohjelmaa laittanut. Tärkeä huomio paluumatkasta on kuitenkin tarkastaa kuskien ajokunto, sillä kylmässä nukutun vähäunisen yön jäljiltä ajokunto on voinut heikentyä. Tällaisessa tapauksessa pyritään löytämään vaihtoehtoinen kuljettaja tarvittaessa tilaamalla vaikkapa kaveri Joensuusta.

Vaellusosuuden jälkeen käydään vielä luokassa läpi opittuja asioita ja täytetään vastaavat lomakkeet kuin ennen kurssia (liite 5). Tämä palauteosuus voidaan järjestää heti vaelluksen jälkeen samana päivänä tai jonain myöhempänä ajankohtana – ei kuitenkaan liian pitkän ajan kuluttua, jotta tieto olisi tuoretta. Palauteosuus on myös hyvä tilaisuus palauttaa lainattuja varusteita. Testausvaiheessa on hyvä kerätä palautelomakkeiden avulla tässä kohtaa myös kehitys- ja korjausehdotuksia kurssin suhteen.

6 Pohdinta

Retkeily on toisille rentoutumista, toisille intohimo ja toisille taas itsensä voittamista ja omien rajojen etsimistä ja rajojen siirtämistä entistä kauemmaksi. Koen että monilla ihmisillä olisi kiinnostusta käydä ainakin silloin tällöin luontoretkellä, mutta alkuun pääseminen on aina hankalaa. Joko koetaan, että omat taidot eivät riitä yksin metsään, tai ei yksinkertaisesti tiedetä, mistä päästä pitäisi aloittaa. Osittain tämän työn tarkoituksena oli myös todistaa, miten vähällä panostuksella voi päästä alkuun, ja toisaalta opastaa missä panostus kannattaa eniten. Omiin taitoihin kasvaa luottamus heti, kun niitä pääsee kokeilemaan käytännössä. Ja mikäli yksikin ihminen aloittaa retkeilyn tämän työn pohjalta, koen saavuttaneeni edes jotain.

Alun perin oli tarkoitus saada tähän yhteyteen järjestettyä koeveto jossa kurssia testattaisiin jatkokehittelyä varten, mutta erinäisten käänteiden jälkeen koevedosta oli pakko luopua. Niinpä tällaisenaan opinnäytetyön aiheena oleva tuote jäi sivulla 2, kuviossa 1 kuvatun tuotekehityksen vaiheeseen 2, palveluprosessin

kehittäminen. Testaamisen puuttumisesta huolimatta tuote on mielestäni siihen pisteeseen suunniteltu että voin kuvitella antavani materiaalit jonkun muun haltuun testaamista varten, ja että tämä joku pystyisi materiaalien pohjalta tämän kurssin toteuttamaan – tai ainakin testaamaan. Myönnän että kokonaisuus kaipa vielä paikoitellen hiomista, mutta olisi silti minusta sääli jättää tämä asia sikseen. Näen että jatkokehittämisen myötä tässä olisi selvää potentiaalia.

Tätä kurssia tehdessä olen havainnut parikin asiaa. Ensimmäkin, tällaiselle kursseille olisi ainakin jonkinasteista kiinnostusta opiskelijoiden keskuudessa, koska vastaavaa ei tätä nykyä ole tarjolla. Tämä huomio perustuu minulle tulleisiin kyselyihin kurssin koevetoa koskien (isolle osalle ongelma oli kuitenkin aikataulu, osalle liian vähäinen opintopistemäärä). Toisekseen, tuntuma on että työstä tuli nytkin yllättävän laaja, vaikka oikeasti vain raapaisen pintaa ja käyn vain ehdottomasti tärkeimmät perusasiat, menemättä hienoihin nikseihin ja kikkailuihin sen isommin.

Toisaalta tällaisenaan kurssia on helppo lähteä laajentamaan, vaikkapa erilaisten lisättävien moduulien avulla. Tällaisia moduuleja voisivat olla katsaus erityisesti talviaikana tapahtuvaan retkeilyyn, eräensiapu, erilaisten majoittumismuotojen opettelu (myös hätämajoitteet) tai eräruokailujen järjestäminen. Tällä kursilla ei myöskään käydä läpi ohjelmopalveluiden turvallisuutta siinä mittakaavassa, jolla ammattilaisten se tulisi hallita.

Lähteet

- Corander, B. 2010. Erilaiset nuotiot.
<http://www.kolumbus.fi/bjorn.corander/nuotiot.htm>. 5.12.2012
- Eggers, J. 2011. Psychological Safety Influences Relationship Behavior.
https://www.aca.org/research/pdf/ResearchNotes_Feb2011.pdf.
 5.12.2012
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Heikkinen, M. 2007. Hirvi on suomen vaarallisin eläin. Helsingin sanomat.
<http://www.hs.fi/kotimaa/artikkeli/Hirvi+on+Suomen+vaarallisin+el%C3%A4in/1135224380945> . 17.1.2007.
- Ilander, O. & Käkönen, S. 2012. Urheilijan ravitsemusopas. HK Ruokatalo Oy .
- Komppula, R. & Boxberg, M. 2002. Matkailuyrityksen tuotekehitys. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Koskinen K. 2011. Kolin kävijätutkimus. Email. pasi.jumppanen@edu.pkamk.fi.
 14.11.2011.
- Kuluttajaturvallisuuslaki 920/2011.
- Kuluttajavirasto. 2003. Kuluttajaviraston ohjeet ohjelmapalveluiden turvallisuuden edistämiseksi. Kuluttajaviraston julkaisusarja 9/2003.
http://www.phpela.fi/easydata/customers/phpela/files/Ohjeet_ja_lomakkeet/ohjeet_ohjelmapalveluiden_turvallisuuden_edistamiseksi_.pdf.
 5.11.2012.
- Laaksonen, J. 2008. Vaeltajan opas. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Laki yksityisistä teistä 358/1962
- Lapin Kansa. 2011. Pallaksen reittejä kuntoon kiviä murskaamalla.
http://www.lapinkansa.fi/Lappi/1194701222455/artikkeli/Satellite?c=Page&childpagename=LKA_newssite%2FAMLayout&cid=1194596124104&pagename=LKAWrapper. 17.11.2011.
- Lehtonen S., Heikkinen T. & Hirvonen J.. 2007. Jokamiehen oikeuksien tulkintoja ja haasteita luontoliikunnan ja -matkailun kannalta.
 .Maaseutupolitiikan yhteistyöryhmä. Maaseutupolitiikan yhteistyöryhmän julkaisu 1/2007
[.http://www.maaseutupolitiikka.fi/files/50/YTR_1_07.pdf](http://www.maaseutupolitiikka.fi/files/50/YTR_1_07.pdf) 10.11.2011
- Matkailualan turvallisuuspassitoimikunta. 2011. Turisti turvassa -lyhyt oppimäärä. Rovaniemi: Ajatus Oy.
- Metsähallitus. 2010. Kävijämäärät kansallispuistoittain. Metsähallitus.
<http://www.metsa.fi/sivustot/metsa/fi/Eraasiatjaretkeily/Asiakastieto/Kayntimaa-rat/Kansallispuistoittain/Sivut/kayntimaaratkansallispuistoittain2010.aspx>.
- Pelastuslaki 468/2003.
- Pohjois-Karjalan maakuntaliitto. 2012. Reiteistä traileiksi - Karjalan kierros luontomatkailun suuntaajana –hanke <http://www.pohjois-karjala.fi/Resource.phx/maakuntaliitto/kansio1/reitit.htx>. 5.11.2012.
- Pohjois-Karjalan vaellusreittiopas 2004. Vaellus.info.
<http://vaellus.info/reittihaku.php> 10.11.2011.
- Räsänen, P. & Saari, H. 2011 Outdoors finland / Vaellusreittien suunnitteluopas. Outdoors Finland -aktiviteettien kehittämisohjelman kansallinen koordinointi 2009–2011.

- Sisäasiainministeriön pelastusosasto ja Suomen Pelastusalan Keskusjärjestö. 2012. Kodin turvaopas. <http://turvaopas.pelastustoimi.fi/index.html> 5.12.2012
- Sulkava, P. Hatanpää, M. & Ollila, E.. 2007. Pallas-Ounastunturin kävijätutkimus 2003. Metsähallitus.
- Suomen suunnistusliitto ry. Suunnistuskurssi. [http://www.suunnistusliitto.fi/ssl/sslwww.nsf/0/369243FD91E9CBDC C2257690005A1200/\\$FILE/Suunnistuskurssi.ppt](http://www.suunnistusliitto.fi/ssl/sslwww.nsf/0/369243FD91E9CBDC C2257690005A1200/$FILE/Suunnistuskurssi.ppt) 21.11.2012.
- Suomen Pelastusalan Keskusjärjestö. 2012. Matkailualan turvallisuuspassi. <http://www.spek.fi/Suomeksi/Koulutus/Matkailualan-turvallisuuspassi> 6.11.2012.
- Tornberg M. 2011. Järjestetty laajamittainen marjanpoiminta ei ole jokamiehen-oikeutta. MTK-viesti.
- Tukes. 2011. Ohje turvallisuusasiakirjan laatimiseksi. Helsinki 2011. http://www.tukes.fi/Tiedostot/Kuluttajaturvallisuus/Ohje_turvallisuusasiakirjan_laatimiseksi%2027122011.docx 21.11.2012.
- Tuunanen, P. Tarasti, M. & Rautiainen, A. 2012. Jokamiehenoikeudet ja toimiminen toisen alueella / Lainsäädäntöä ja hyviä käytäntöjä. Ympäristöministeriö.
- Vaellus ja retkeily. 2011. Karhunkierros ja pieni karhunkierros. <http://www.vaell.us/vaelluskohteet/karhunkierros>. 17.11.2011.
- Valtion ravitsemusneuvottelukunta. 2005. Suomalaiset ravitsemussuosituksset – ravinto ja liikunta tasapainoon. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Valtion ympäristöhallinto. 2011. Jokamiehenoikeudet. Ympäristöministeriö. <http://www.ymparisto.fi/default.asp?contentid=383678&lan=FI> 10.11.2011.
- Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Wahlberg, E. 2012. Kebnekaisen tunturihotellin kävijämäärät. Email. pasi.jumppanen@edu.pkamk.fi. 6.11.2012.

Varustelista 1-2 yön retkelle

Vaatteet:

- Vaelluskengät
- (Vaellus)sukkia 2-3 paria
- Kuorikerros (veden- ja tuulenpitävä takki, sekä housut). Kesällä mahdollisesti mukana myös lyhyet housut.
- Kosteutta siirtävä alusasua, lyhyt tai pitkälahkeinen, riippuen säästä, 2-3 kpl
- Väliasu, esimerkiksi fleecettä. Sekä ylä- että alaosa pitkät. Kesällä joko ei lainkaan tai huomattavasti kevyempänä kuin talvella
- Hansikkaat, säätilan mukaiset
- (Pipo, Kaulaliina tai kommandopipo tai kauluri)
- (Sadeviitta)

Varusteet:

- Rinkka, 60-70 litraa
- Retkikeitin* + polttoaine
- Ruokailuvälineet
- Kenttäpullo sekä pari pienempää vesipulloa
- Korjausvälineet (valitse mitä tarvitsee)
 - ilmastointiteippiä
 - rautalankaa
 - neula ja lankaa
- Majoite (telttä, laavukangas)
- Makuupussi
- Makuualusta
- Henk. koht. hygienia
 - Hammasharja+tahna
 - Pieni saippua
 - Vessapaperia
 - (Lääkitys)

- Tulitikkuja, useampi aski, vesi- tiiviisti pakattuna
- Köyttä
- Kevytpeite
- Ensiaputarvikkeet (sis. ainakin)
 - avaruuslakana
 - sideharsoa, idealside
 - haavapyyhkeitä, laastaria
 - särkylääkettä
- Otsalamppu tai muu valaisin + varapatterit

Työkalut:

- Puukko
- Kirves
- Saha
- Lapio
- Monitoimityökalu

Ruokaa

- Aamiainen. (1-2) (puuroa tai pikakeittoa tms, kuivattuja hedelmiä, leipää)
- Lounas (2-3) (esimerkiksi pastapussiateria + vaikkapa leipää)
- Tukevampi päivällinen. (2-3) (isompi pussiruoka tai pataateria, tai omia viritelmiä. Päivällisellä on yleensä enemmän aikaa ruuanlaittoon kuin lounaalla.)
- Iltapalaa (1-2) (pikakeittoa, nuotiomakkaraa, leipää)
- Naposteltavia/pikaenergiaa (pähkinää, suklaata, kuivahe- delmiä)
- Urheilujuomaa (jauheena tai tiivisteenä)
- Kahvia, Teetä
- Sokeria, suolaa, sekalaisia mausteita
- Leipää ja leivänpäällisiä

Viitteellinen lista. Jokaiselle retkelle arvioidaan mitä tarvitaan erikseen. Esimerkiksi retkikeittimellä voi tehdä ruokaa useampi ihminen, samaan teltaan mahtuu useampi ja koko ryhmälle riittää yksi kirves ja saha. Tässä mainittu ruokamäärä on enemmänkin alakanttiin kuin yläkanttiin, joten lisäruokaa oman arvi- on mukaan. Ruokailujen perässä mainitut lukemat (Esim. Aamiainen 1-2) viittaavat ruokailujen lukumää- riin ja niiden vaihteluihin sen mukaan, montako päivää retki kestää.

RETKI - JA TURVALLISUUSUUNNITELMA			
Tapahtuma	PKAMK Vaelluskurssi		
Paikka	Liperin Kinttupolku		
Sää			
Kesto	1 vrk		
Henkilömäärä	x henkilöä		x-y vuotta
Ryhmän erityispiirteitä, liikuntarajoitteet, muut huomioitavat asiat			
Ryhmän terveystiedot on selvitetty etukäteen, ja mahdolliset omat lääkkeet oltava mukana.			
Vaelluskokemus: Asiakkailta ei vaadita aiempaa kokemusta			
Vastuuopas		puh.	
Turvallisuudesta vastaava		puh.	
Päivystäjä		puh.	
Tapahtuman kuvaus: Lähtöpaikka on Joensuun länsikadulla, josta siirtyminen autoilla Pärnävaaran urheilukeskuksen parkkipaikalle. Sieltä matka jatkuu Jyrin lenkin läntistä laitaa kunnes käännytään Matkalammen lenkille, jota kuljetaan pohjoista puolta pitkin Vaivion kautta. Matkalla pysähdytään ruokailemaan ja lepäämään reitin varrella olevilla nuotiopaikoilla. Yöpyminen tapahtuu Vaaralammen laavulla. Vaaralammelta jatketaan edelleen länteen kohti Luovin opisto.			
Tapahtuman reitti / paikka / alue Pärnävaara – Luovi / Kinttupolku / Liperi			
Ennalta ehkäisevät suunnitelmat			
Terveystietojen tarkastaja	xx	tarkastettu pvm.	
Varusteiden tarkastaja	xx	tarkastettu pvm.	
Riskianalyysin laatija	yy	laadittu pvm.	
Terveystiedot kerätään, jotta tiedetään mahdolliset allergiat, sairaskohtausten vaara yms. ja osataan varautua niihin. Varusteet tarkistetaan ennen autoon nousua silmämääräisesti.			
Muut turvallisuutta edistävät toimenpiteet ja varautumiset riskianalyysin pohjalta			
Opas on koulutettu johtamaan retkiä ja hallitsee suunnistamisen ja kartanluvun, sekä pelastustoimenpiteet ja ensiavun. Nimilista asiakkaista yhteystietoineen on mukana ja toinen päivystäjällä.			
Asiakkaiden opastus: Asiakkaat on informoitu etukäteen pukeutumisesta, ruuasta sekä yleisesti erätaidoista oppitunneilla. Asiakkaille opetetaan turvallisuussuunnitelma, ohjeet yleisestä toiminnasta ja olemisesta sekä riskikartoituksen perusteella esille tulleet asiat, retken tarkoitus ja aikataulu.			
Mukana retkellä on ea-välineet. Onnettomuuden sattuessa toimitaan riskianalyysin ja turvallisuussuunnitelman mukaan. Tarvittaessa retki voidaan keskeyttää tai sitä voidaan lyhentää. Retki keskeytetään mikäli sää- tai muut olosuhteet huononevat oleellisesti tai vakavan onnettomuuden sattuessa.			

Pelastussuunnitelma			
Onnettomuustilanteen johtaja	Opas	Varahenkilö	
Ryhmän toiminta onnettomuuden sattuessa			
Ryhmä pidetään yhdessä, ja siirretään onnettomuusriskialueen ulkopuolelle. Mahdollisuuksien mukaan käytetään asiakkaita apuna pelastustoiminnassa harjoitellulla tavalla. Ryhmä toimii vetäjien ohjeiden mukaan. Toiminnan tavoitteena on estää uusien onnettomuuksien sattuminen ja mahdollistaa tarvittaessa ryhmän ulkopuolisen avun hälyttäminen. Onnettomuuden vakavuuden perusteella ryhmä joko jatkaa tai lopettaa retken onnettomuuden jälkeen.			
Toiminta oppaan ollessa kyvytön toimimaan			
Varsinaisena oppaana retkellä toimii Opas. Oppaan ollessa toimintakyvytön, tilanteen johdon ottaa asiakkaiden ryhmänjohtaja, joka on määrätty etukäteen. Ryhmänjohtaja ja ryhmä ovat tietoisia turvallisuussuunnitelmasta.			
Evakuointi	Karttanimi	Koordinaatti X (P)	Koordinaatti Y (I)
Honkalammen parkkipaikka	P4 Honkalampi	62°37.030'	29°31.500'
Vaivion parkkipaikka	P2 Vaivio	62°38.483'	29°28.095'
Pelastusvälineet			
Ea-laukku, jonka olinpaikan kaikki tietävät, varavaatteita ja lämmintä vaatetta, hypotermiapussi.			
Yhteysvälineet			
1kpl vesitiiviisti pakattu matkapuhelin, oppaalla			
Tiedotettavat viranomaiset			
Viranomainen	Henkilö		Yhteystieto
Tiedotussuunnitelma			
vastuuhenkilöt	1.	2.	3. Ryhmän keskuudesta valittu johtaja
Yleinen hätänumero	112	Poliisi	112
		Myrkytyskeskus	09-471977
Muut tärkeät puhelinnumerot: terveyskeskus, meri- ja rajavartiosto, jne.			
Terveyskeskus			
Laatijan allekirjoitus:		päiväys:	
Liitteet 4kpl			
Kartta		Riskianalyysi	
		Varustelista	
Ohjelma			
Huom !			

Riskianalyysi yhden yön yli kestäväälle vaellukselle Liperin kinttupolulla, reitillä Pärnävaarasta Vaaralammen kautta Luoville. Turvallisuussuunnitelman liite.

Riski	Todennäk.	Vakavuus	X	Ehkäisevät toimenpiteet	Toiminta tapahtuessa
Hypotermia	Epätodennäköinen (1)	Vakava (3)	3	Lämpötilaan sopivan varustuksen ohjeistaminen. Mikäli on liian kylmää, retki voidaan keskeyttää. Pakkasraja - 15 astetta. Reagoitava nopeasti mikäli joku kastuu.	Potilaan saattaminen lämpimään, vaatteiden vaihto kuiviin. Tarvittaessa evakuointi. Pakkasrajan ylittyessä retken keskeytys.
Nestevaje	Mahdollinen (2)	Keski-tasoa (2)	4	Ryhmälle opastetaan ennen lähtöä ihmisen nesteen-tarve. Opas pyrkii tunnistamaan oireet mahd. pian. niiden alettua.	Nesteytys oireiden ilmaantuessa, mieluiten urheilujuomalla. Lepo. Vakavassa tilanteessa evakuointi.
Eksyminen	Epätodennäköinen (1)	Keski-tasoa (2)	2	Ohjeistus pysymään ryhmän mukana, reitti on merkitty. Oppaalla on lisäksi kartta sekä kompassi. Reitti kulkee lähellä asuttua aluetta, joten kovin kauas ei voi eksyä.	Tarkista että muu ryhmä pysyy hallussa, ei hajaannuta. Pyritään saamaan puhelinyhteys kadonneeseen ja tarvittaessa järjestetään hallittu etsintä. Viime kädessä 112.
Kaatuminen	Mahdollinen (2)	Vaihteleva (1-2)	2-4	Liukkauden ja jyrkkien kohtien huomioiminen ja varovaisuus, tarvittaessa reitin muutos. Ohjeistetaan etteivät kävele kädet taskuissa	Ensiapu, mikäli tarpeen. Vakavassa tapauksessa retken keskeytys ja evakuointi.
Lievä haava, naarmu, hierlymä	Todennäköinen (3)	Lievä (1)	3	Teräaseiden käytön opastus ennen retkeä ja retkellä. Ryhmälle painotetaan, miten helposti naarmuja ja viiltoja syntyy.	Mukana on runsaasti laastaria sekä puhdistusainetta. Pieniä viiltoja ja naarmuja tulee helposti.
Vakava haava	Epätodennäköinen (1)	Vakava (3)	1	Jatkuva valvonta mikäli kokematon käsittelee esim. kirvestä. Tarvittaessa käsittely rajoitetaan niille jotka osaavat.	Tyrehdytä verenvuoto ja järjestä evakuointi ensiapuun.

Eläimen hyökkäys	Epätodennäköinen (1)	Vaihteleva (1-3)	1-3	Käärmeet & hyönteiset talviunilla jo marraskuussa. Reitillä ei ole erityistä vaaraa kohdata eläimiä.	Rauhallinen toiminta aggressiivisia eläimiä kohdattaessa.
Liikenneonnettomuus	Mahdollinen (2)	Vaihteleva (1-3)	2-6	Kuski ajokunnon sekä taidon varmistaminen ennen liikkeelle lähtöä. Liian väsynyttä kuljettajaa ei pidä päästää ajamaan.	Tarkista mukanaolijoiden kunto, estä lisäonnettomuuksien syntyminen, soita 112
Palovamma	Mahdollinen (2)	Keskitasoa (2)	4	Tulien turvallinen tekeminen opastetaan tulenteon opettamisen yhteydessä.	Palovamman jäähdytys ja suojaaminen. Mahdollisen tulipalon sammuttaminen. Vakavassa tilanteessa 112 ja evakuointi.
Häkämyrkytys	Epätodennäköinen (1)	Vakava (3)	3	Yöpymispaikalla pidetään yllä kipinävahti. Yöpymispaikka ei ole niin tiivis että häkää pääsisi kertymään.	Uhrien siirtäminen raittiiseen ilmaan ja evakuoiminen.
Sairaskohtaus	Mahdollinen (2)	Keskitasoa (2)	4	Terveystiedot tiedossa	Tapauskohtainen hoito, tarvittaessa evakuointi.
Väsyminen	Mahdollinen	Lievä (1)	2	Kaikille sopiva tahti (hitaimman mukaan). Päivämatka on lyhyt ja aikaa riittävästi.	Taukojen lisääminen, kantamusten siirto muille.

Analyysin pohjan on laatinut Pasi Jumppanen (040 563 7266). Riskin todennäköisyys on arvioitu asteikolla 1-3 (Epätodennäköinen, Mahdollinen, Todennäköinen) ja Vakavuus asteikolla 1-3 (Lievä, Keskitasoa, Vakava). Mikäli kerroin (X) on 6-9, toimintoa ei voi toteuttaa tai sitä täytyy muuttaa niin, että vaara on vähäisempi. Kertoimen ollessa 3-4 riski täytyy ottaa erityisesti huomioon toiminnassa. Evakuointitapauksissa arvioidaan tapauskohtaisesti jatketaanko retkeä.

Vaelluskurssin kyselylomake 1(2)

Kurssilaisten lähtötason selvitys. Tällä selvitetään kurssille osallistuvien taso ennen kurssia. Kurssin jälkeen vastaat samoihin kysymyksiin uudelleen, ja näin selvitetään minkä verran kurssi on vaikuttanut osaamiseesi.

Nimi & opiskelijanumero_____

Ruoka-aine- ja muut allergiat_____

Muuta huomioitavaa_____

Kuvaile lyhyesti omin sanoin oma osaamisesi seuraavista osa-alueista:

Retkeilyyn liittyvä pukeutuminen _____

Retkivarusteiden valinta ja pakkaaminen_____

Kartan lukeminen ja suunnistaminen_____

Perusnuotion tekeminen sytykkeiden ja tulitikkujen avulla _____

Retken suunnitleminen_____

Ruuan valmistaminen avotulella tai retkikeittimellä_____

Ihmisen ruuankulutus rasituksessa_____

Ihmisen nesteenkulutus rasituksessa_____

Retkeilyyn liittyvä turvallisuus ja turvallisuuden arvioiminen_____

Vaelluskurssin kyselylomake 2(2)

Kurssilaisten lopputason selvitys. Tällä selvitetään, minkä verran kurssi on vaikuttanut osaamiseesi.

Nimi & opiskelijanumero_____

Millaiseksi arvioisit nyt omat tietosi ja taitosi seuraavista aihepiireistä, verrattuna aikaisempaan, **asteikolla 1-5** (1= Heikko, 5= Vahva)?

Retkeilyyn liittyvä pukeutuminen _____

Retkivarusteiden valinta ja pakkaaminen_____

Kartan lukeminen ja suunnistaminen_____

Perusnuotion tekeminen sytykkeiden ja tulitikkujen avulla _____

Retken suunnitleminen_____

Ruuan valmistaminen avotulella tai retkikeittimellä_____

Ihmisen ruuankulutus rasituksessa_____

Ihmisen nesteenkulutus rasituksessa_____

Retkeilyyn liittyvä turvallisuus ja turvallisuuden arvioiminen_____

Palautteeni kurssista:

Kurssin diamateriaali

Retkeilyn perusteet

Pasi Jumppanen

Kurssilla käytävät asiat

- Erätaidot
- Varusteet
- Suunnistaminen
- Tulenteko
- Nestehuolto & muonitus
- Retken suunnittelu
- Jokamiehenoikeudet
- Turvallisuus

Varusteista

- Retkellä voi pärjätä hyvinkin vähillä varusteilla.
- Esimerkiksi vuonna 2007 Hollantilainen [Wim Hof](#) yritti kiivetä Mount Everestin huipulle pelkissä bokseissa (yritys kuitenkin epäonnistui koska hän loukkasi jalkansa).
- Tällä kurssilla ei kuitenkaan ole tarkoitus opetella pärjäämään minimivarusteilla, vaan opetella perusvarusteet ja niiden oikea käyttö.

Kengät ja sukat

- Vaelluskenkien pohja on jäykkä ja voimakkaalla pohjakuviolla varustettu.
- Vaelluskenkien tulisi olla tukevat ja tukea ennen kaikkea nilkkaa. Tukeminen ei myöskään tarkoita että kenkä saisi puristaa tai estää jalan verenkiertoa.
- Kengässä tulisi olla myös riittävästi tilaa tarvittaessa pukea villasukat tavallisten vaellussukkien päälle.
- Sukkia valitessa kannattaa ostaa kerralla vähän paremmat sukat. Ei ole järkeä maksaa satoja euroja kengistä ja sitten valittaa että ne hirtävät, kun jalassa on puuvillasukka.
- Vaellussukissa saumat on saatu hyvin pieniksi tai niitä ei ole lainkaan, ja monissa on vieläpä muotoilu kummallekin jalalle erikseen.

Kerrospukeutuminen

- Kerrospukeutumisen perusidea on, että useampi ohut kerros vaatteita on parempi kuin yksi paksu.
- Ihon vasten tulee hirttämättömät, ohuet ja kosteutta hyvin siirtävät alusvaatteet
- Tämän päälle laitetaan välikerros. Välikerroksen tehtävä on pitää keho lämpimänä kylmemmillä ilmoilla ja edelleen siirtää kosteutta pois kehon kehoon.
- Hyvässä välisäällä välikerros voi käyttää myös päällimmäisenä kerroksena.
- Välikerroksia voi myös olla useampia, edelleen sillä periaatteella että kaksi ohutta kerrosta on parempi kuin yksi paksu.

Kerrospukeutuminen

- Uloimpana on kuorikerros, joka usein on vedenpitävällä kalvolla varustettu takki ja housut.
- Kuorikerros pitää tuulen ja sateen ulkopuolella, mutta hengittävän kalvonsa ansiosta vesihöyry pääsee kuitenkin haihtumaan.
- Hyvässä kuorikerroksessa on lisäksi avattavia tuuletusaukkoja esimerkiksi kainaloissa
- Kuorikerroksen päälle voi taulojen ajaksi pukea paria numeroa suuremman taulokotakin
- Mikäli pitää yllään koko ajan liikaa vaatetta, voi tukalan olon lisäksi käydä niin, että pakkasella kehoista haihtuva kosteus jäätyy esimerkiksi takin sisäpintaan.
- Kun höyry jäätyy vaatteiden sisään, se kuluttaa myöhemmin sulauttaessaan kehoalta valtavasti energiaa ja lisäksi kuorikerroksen hengittävyys kärsii.



Retkikeittimet



- Retkikeittimiä on nykyään monenlaisia ja useimmille on varmaankin tuttu eräs tietty ruotsalainen keitinmerkki, joka on nykyään halpoinen kopioineen retkeilijöiden perusvarustusta.
- Normaaliolosuhteissa retkeily ei vaadi keittimeltä kovin ihmeitä, olipa kyse titten nestemäistä, kaasumaista tai kiinteää polttoainetta käyttävästä.
- Jotkut halvemmat nestekaasut eivät toimi kovin kylmässä ja kiinteällä polttoaineella (esim. Ebit) ruuan tekeminen on hitaampaa kuin alkoholilla.
- Alkoholilla polttoaineena käyttävät retkikeittimet ovat kuitenkin hinta-läsnä suhteeltaan parhaita ja siksi sieltä suosituimmasta päästä.
- Retkikeittimiä ei lasketa avotuliksi, joten niiden käyttö on sallittua maastossa ilman eri lupaa maanomistajalta. Tulen kanssa on siltä huolimatta hyvä olla aina varovainen, sillä etenkin alkoholilla polttoaineena käyttävien keittimien tuli levittää herkästi maastoon esim. jos keitin kaatuu.

Rinkat

- Rinkin ei tarvitse lyhyillä vaelluksilla olla merkitsevä eikä edes kovin kallis.
- Rinkkaa valitessa olennaista on kiinnittää huomiota seuraaviin seikkoihin:
 - Vetoketjut ja nauhojen kiipit (vaikuttavasti ne tukevat? Jos näissä on muovisia osia, niin miten pakkaus materiaali on? Muovi halkelisee etenkin pakkaussella.)
 - saumat (ompeluiden laajuus, miten paksu naru, 1- vai 2-kermainen omme)
 - rinkan hihnojen ja selkösäntä säädettävyyttä (ihmisten selät ovat erimittaisia)
 - lantiovyö (leveä, pehmustettu, säädettävissä)
- Rinkassa tulisi olla myös jonkinlainen tukiranka.
- Sopiva rinkan tilavuus parin päivän retkelle on 60-70 litraa. Jos rinka on liian tilava, siihen tulee pakattua tarpeettomiakin tavaroita ja näin painoa kertyy helposti liikaa.
- Oikein pakattuna 60-litraisellakin rinkalla voi lähteä myös jopa viikon vaellukselle.

Rinkat

- Useimmat rinkat koostuvat isosta päätaskusta, pienemmästä taskusta ison taskun alla tai päällä, sekä pienemmistä taskuista rinkan sivuilla ja esim. läpässä.
- Rinkan painopiste olisi mahdollisimman lähellä selkää suunnilleen selän puolivälin kohdilla, vähän navan yläpuolella.
- Kävellessään ihminen huojuu puolelta toiselle, joten jos paino on ylhäällä, jaloilta vaaditaan enemmän voimaa palauttaa ihminen tasapainoon joka askeleella. Liian alas laitettu painopiste taas ei painotu tasaisesti lantiovyön ja olkahihnojen kesken.
- Painopisteen saa myös liian kauas selästä esimerkiksi sitomalla rinkan ulkopintaan jotain painavaa, jolloin rinka alkaa vetämään taaksepäin.




Työkalut



Työkaluista vaelluksille yivoimaisesti tärkein on puukko. Hyvä retkipuukko on sen verran terävä, että sillä saa puoliota varten kiehitet vuolitus, ja sen verran kestävä, ettei se mene piloilte heti jos sitä hakkaa halkoon jossain halon avulle.

Iso en valitai myöskin kovin keuhko puukkoa, sillä puukot tapaavat olemaan käyttötavasta, ne hajoavat, unohtuvat ja katoavat.

- Retkikirveet ja sahat ovat käytännöllisiä retkeilyssä huollettujen reitien ulkopuolella, mutta useimmille huollettuihin huopopaikoihin Pohjois-Karjalassa on kohtuullisen hyvä poikasta ja sinäkin jonkinlainen kirves.
- Valinnassa kannattaa painottaa mieluummin sitä, miten käytännöllistä niiden käyttäminen on kuin sitä, miten kevyt tai pieneen tilaan mahtuva työkalu on.
- Käikenlaiset lapot ovat lumettomana aikana retkeilyssä pääsääntöisesti turhia.
- Lumiäsenä aikana kevyt alumiinilapio on sen sijaan hyvä olla mukana ihan väkisin kaiken varalta.

Leirytyminen



- Leirytyksen olennaisia seikkoja on säilyä kuivana ja lämpimänä samalla kun lepää ja palautuu päivän rasituksista.
- Käytännössä tämä tarkoittaa jonkinlaisen sateensuojan löytämistä tai pystyttämistä sekä itsensä eristämistä kylmästä maasta ja ilmasta.
- Eli mukaan
 - majoite
 - makuualusta
 - makuupussi



Leirytyminen

- Majoitteella tarkoitetaan mitä tahansa mukana kulkevaa tai paikan päällä koottavaa tilapäistä asumusta, kuten telttaa tai laavukangasta.
- Majoitteen valintaan vaikuttavat ympäristö ja retken ajankohta
- Laavukangas on hyvä kylmällä ilmalla
- Teltta on hyvä kesäisin ja kovalla tuulella

Nukkuminen

- Makuualustan tärkein tehtävä on eristää vaeltaja nukkuessa maasta tulevalta kylmyydeltä ja kosteudelta, toissijaisesti myös pehmentää alustaa.
- Makuualustoissa halvin vaihtoehto on ohut solumuovinen perusalusta
 - melko pitkäikäinen
 - eristää tehokkaasti kylmyyden ja kosteuden
- Rahaa sijoittamalla saa myös erilaisia ilmatäytteisiä alustoja
 - jopa hyvinkin pienen tilaan mahtuvia
 - pehmeitä ja mukavia
 - ...mutta kalliita verrattuna solumuoviin

Nukkuminen

- Makuupusseissa puhutaan yleensä kesäpusseista, välikausipusseista (kevät/syksy) ja talvimakuupusseista.
- Talvimakuupussi voi olla myös kolmen vuodenajan pussi, samoin kuin välikausipussilla voi yöpyä ihan hyvin myös kesällä.
- Hyvässä talvimakuupussissa on kintitys myös kaulan tienoilla, joka estää lämmön haihtumisen keholta kasvoaukon kautta ulos, ja hengitysilmän kosteuden pääsyn makuupussin sisälle. (Ei kuitenkaan kurista)
- Usein pusseissa on myös viitteellisiä lämpötila-arvoja, mutta näihin täytyy suhtautua toisaan vain viitteenä.
- Makuupusseissa käytetään hyvin erilaisia toppamateriaaleja. Käytetyistä materiaaleista riippuu, paljonko painoa pussille kertyy ja kuinka pienen tilaan se menee ja kuinka kallis pussi on.
- Hyvä kesäpussi voi painaa alle kilonkin, kun taas talvimakuupussit painavat tyypillisesti yli kolme kiloa (huippumallit vähemmän), tai jopa enemmän.
- Mitä enemmän rahaa sijoittaa, sitä vähemmän pussi painaa ja sitä enemmän kylmää se sietää.

Nukkuminen

- Makuupussin pesua tulisi välttää, sillä useimmat toppamateriaalit kärsivät siitä. Makuupusseihin myydään lakanapusseja, jotka pitävät pussin puhtaampana.
- Lakanapussi on helppo pestä ja lisäksi se lisää makuupussiin hiukan lämpöeristystä. Toisaalta myös paino nousee.
- Makuupusseihin saa myös vedenpitäviä, hengittäviä gore-tex päällisiä, bivouac pusseja, joilla voi korvata yksin vaeltaessa teltan kokonaan. Myös ”pivakin” käyttö lisää pussin lämmöneristävyyttä.

Tulen teko

- Aluksi aiottu nuotiopaikka on hyvä siivota.
- Pyöreään puuhun tuli tarttuu aina huonommin kuin kulmikkaaseen halkoon, vaikka halkaisija olisikin suhteellisen sama.
- Kosteaa tai jäneä puu palaa huonommin ja lämmittää vähemmän kuin kuiva.
- Kotimaisista puulajeista hyvä lämpöarvo on kuivalla koivulla, mutta mänty on myös hyvä polttopuu.
- Kuusta polttaessa tulisi olla varovainen, sillä kuusipuu tahtoo usein räiskähdellä ja paksussa halossa voi kehittyä niin paljon painetta pihkan kuumentuessa, että nuotio voi kirjaimellisesti räjähtää

Tulen teko

- Minkä tahansa tulen syöttämisen lähtökohtana on aina sytykkeiden käyttö.
- Sytykkeiden tulisi olla helposti sytytettäviä ja palaa riittävän pitkään ja kuumasti, ja näin levittää tulen isompiin tikkuihin ja lopulta halkoihin. Tyypillinen esimerkki hyvästä sytykkeestä on kuiva koivuntuohi.
- Paperi taas syttyy kyllä helposti, mutta ei pala kovin pitkään eikä kuumasti.
- Sytykkeeksi kannattaa myös vuolla ohuita siivuja puuta, eli tehdä kiehisä. Taitava puukonkäyttäjä jättää kiehiset toisesta päästään kiinni puutikkuihin viuhkamaiseen muotoon.
- Kun tuli on tarttunut sytykkeisiin, sytykkeiden päälle ja ympärille sijoitetaan aluksi ohuita tikkuja ja niiden alkaessa syttyä yhä suurempia polttopuita.

Nuotiotyyppejä

1. Viuhkanuotio

- Hyvä perusnuotio, toimii myös tuulessa



2. Rakovalkea

- yöpymistuli, rakennetaan kahdesta kuvasta puunrungonpätkästä



3. Raappanan tuli

- Näppärä keittotuli



4. Pagodi

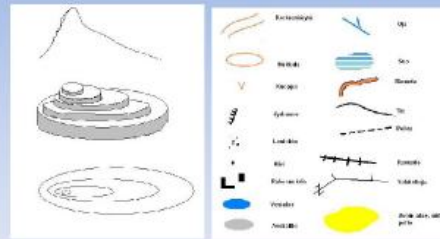
- Lämmittely ja merkinantotuli



Suunnistaminen

- Perusvälineet suunnistuksessa ovat kartta ja kompassi. Vaikka merkityillä reiteillä kulkiessa nämä eivät välttämättä olekaan pakollisia, olisi useimmiten edes kartta hyvä olla mukana, hätätilanteiden varalta.
- Viralliset kartat tuotetaan aina tiettyyn mittakaavaan, esimerkiksi 1:50 000. Tämä tarkoittaa että yksi sentti kartalla vastaa 50 000 senttiä, eli 500 metriä maastossa.
- Karttoissa käytetään erityisiä karttamerkkejä kuvaamaan eri ja kartalla väreillä on myös omat merkityksensä

Korkeuskäyrät ja karttamerkit



Kompassi

- Kompassi toimii magnetismin avulla ja siinä neula hakeutuu maapallon magneettisten napojen mukaisesti etelä-pohjoisasentoon.
- Kompassia käyttäessä täytyy huomioida karttapoljoisen ja magneettisen navan ero – nämä eivät nimittäin ole sama asia.
- Karttapoljoinen viittaa akseliin jonka ympärillä maapallo pyörii, kun taas magneetti osoittavat magneettiseen napaan.
- Yleisesti ottaen Suomessa tämä ero on noin 5 astetta luokkaa länteen päin, mutta vaihtelua esiintyy ja korjaus on suurempi etenkin pohjoisessa.
- Karttoissa on toisinaan merkitty tämä astekorjaus, mutta ei aina.
- Kompassi on myös herkkä häiriöille. Sähkölaitteet, metalliesineet ja luonnossa esiintyvät metalliesiintymät ja esimerkiksi sähkölinjat voivat vääntää kompassineulaa suuntaan tai toiseen.

GPS

- Nykyään monet vaeltajat käyttävät myös erilaisia GPS (Global Positioning System) eli satelliittipaikannuslaitteita
- Näissä voi olla lisätoimintona myös paikallinen kartta, jolloin laite näyttää suoraan käyttäjän sijainnin kartalla, kulkusuunnan, sekä mahdollisesti matkan ohjelmoitun kohteeseen, kulkunopeuden, korkeuden, oletetun saapumisajan jne.
- GPS helpottaa suunnistamista ja perille löytämistä valtavasti - silloin kuin laitteet toimivat.
- GPS tarvitsee virtaa toimiakseen ja lisäksi halvemmat laitteet voivat menettää yhteyden satelliitteihin esimerkiksi tiheässä metsässä tai satelliittiliikenteessä voi esiintyä häiriöitä.
- GPS ei saisi koskaan olla ainoa suunnistusväline, vaan mukana on oltava myös kartta ja kompassi.

Ruoka ja energia

- Ruoka ja juoma ovat ihmisen elämän perusedellytyksiä yhdessä lämmön ja hapensaannin kanssa.
- Kariestezi ottaa 80 kiloinen mies kuluttaa normaalioloissa pelkkään kehonlämmön ylläpitoon, hengittämiseen sekä verenkiertoon ja yleiseen elämiseen n. 2000 kilokaloria päivässä.
- 60 kiloiselle naiselle vastaava luku on noin 1500.
- Tämä luku ei ole oletus, vaan se vaihtelee suurin piirtein huoneenlämmössä eikä tee mitään kovin rasasta päivän aikana.
- Liikunnan, kuten vaikkapa kävelyyn mukana kulutus luonnollisesti nousee.
- Kulutusta lisäävät
 - kantamukset
 - vialla maasto
 - lämpötila.
- Pakkassella makuupussissa yöpyminen kuluttaa sekin jo kohtalaisesti energiaa.
- Monet päätyvät kulutusta leskiesitykseen vain tuplaamaan normaalin energiakulutuksensa. Ranskassa maastossa ja kylmissä olosuhteissa oikeampi tervoin olisi lähempänä kotia.

Nestetankkaus

- Nesteen tarve vaihtelee sekä yksilöllisesti, että rasituksen ja vallitsevan lämpötilan mukaan. Myös pulautuminen vaikuttaa nesteen kulutukseen.
- Hankalaksi tämän tekee se, että juoda voi sekä liikaa että liian vähän, vaikka jälkimmäinen onkin näistä se yleisempi ongelma.
- Liikkuessa tulisi juoda pieniä, usein tai kahden annoksis lyhyin välein. Tämän lisäksi aterioidella ja tauoilla olisi hyvä juoda aina muutama desi lisää.
- Runsaasti hikoillessa vettä voi mennä nelin litraakin joka tunti.
- Urheilujuomien (ei energijuomien) käyttö parantaa nesteen imeytymistä ja ehkäisee liiallisesta nesteytyksestä johtuvia haittoja
- Kahvin, teen, virvoitusjuomien ja energijuomien nauttiminen lisää nesteen poistumista elimistöstä.
- Suolainen retkiruoka lisää myös nesteen tarvetta.
- Muita vaikuttavia tekijöitä ovat henkilön sukupuoli, henkilökohtainen itäkyky, fyysinen kunto ja muut fyysiset tekijät.
- Toiset ihmiset esimerkiksi hikoilevat luonnostaan enemmän kuin toiset.

Retken suunnittelu

- Huomioitavaa ovat:
 - käytettävissä oleva aika
 - kausuut
 - etäisyys
 - lämpötilka (noin, kuletukset alku- ja loppupaikalla).
- Suunnitteluvaiheessa on hyvä ottaa myös selvää sääilmoituksista ja mahdollisista varoituksista jotta kohdealueella on voimassa.
- Kun tiedetään kuinka kauan vaeltajien oltiin ja millaisissa oloissa, voidaan arvioida mitä varusteita tarvitaan ja paljonko esimerkiksi ruokaa varataan mukaan.
- Tärkeää on myös tietää vesitilaydennyksen saaminen matkalla ja varuutus sen mukaisesti kantamaan myös vettä.
- Retken aikataulusuunnittelussa täytyy ottaa huomioon tauot ja ruokailut, sekä vaeltajan liikkuamanopeus maastossa.
- Keskimäärin normaaliuudoinen vaeltaja liikkuu maastossa noin 4-5 kilometriä tunnissa, tosin vaikea maasto tai syvä lumi voi hidastaa vauhdin puoleen. Tämän lisäksi taukojen pitäminen hidastaa päivävauhtia lisää.
- Normaaliuudoinen perusvaeltajalle sopiva päivämäärä on noin 17 kilometriä. Tämän matkan täittämiseen kannattaa suunnitella varata ainakin 5-6 tuntia.

Turvallisuussuunnitelma

- Monet ongelmat voidaan välttää ottamalla asioista selvää ja varautumalla asianmukaisesti. Samalla voidaan luoda varasuunnitelmia ja päättää jo ennakkoon esimerkiksi missä oloissa retki keskeytetään.
- Koska metsäpoluilla ei välttämättä joka paikasta pääse suoran sivistyksen pariin, karttaa tutkittaessa kannattaa panna merkille mahdolliset pelastautumispaikat.
- Kaikki nämä suunnitelmat on hyvä laittaa paperille, eli tehdä retkelle kirjallinen turvallisuussuunnitelma ja kirjata ylös
 - retkenajankohta
 - Paikka
 - retken johtaja/yhteyshenkilö
 - tarkka reitit suunnitelma sijaintuuliin
 - esillä mainitut pelastautumispaikat.
- Tämä dokumentti annetaan jonkun luottohenkilön haltuun, jotta tämä voi hätätilanteessa hankkia apua ja ohjata avun myös perille.

Jokamiehenoikeudet

- Lyhyesti sanottuna jokamiehenoikeudet saas liikkuu luonnossa sitä kuitenkaan häiritsemättä, maanomistajuuudesta huolimatta.
- Marjojen ja sienien poimiminen sekä mato-onkiminen ovat niin ikään sallittuja.
- Välikä esimerkiksi leiriytyminen onkin sallittua, tulen tekeminen tai rokkeaminen ei ole.
- Rokkeamisestaikin mielipiteet vaihtelevat, sillä toisen mielestä esimerkiksi banaaneinkuori on rosta, koska se maastuu.
- Nuotion eli avotulien tekeminen on kiellettyä, mutta retkikeittimien käyttö on puolestaan sallittua, sillä niitä ei lesketa avotuleksi eikä näin ollen kielletä pehustusta.
- Reittien varjilla nuotiopaikoilla on yleensä lupa tehdä tuli sillä varuute paikalle.
- Irtonaisina löytyvistä oksista ja risuista saa Lapissa, Pohjanmaalla, Kainuussa sekä Pohjois-Karjalassa kuitenkin tehdä tulen vaihdon maille Metsähallituksen myöntämällä yleisluvalla (maanomistajan lupa).
 - Kaarenselän puolen käytäntö on, että ei ole sallittua, eikä tulen tekeminen mikäli lähistöllä on myös virallinen tulentelepaikka.
- Talvikaan jäälle on myös mahdollista tehdä nuotio ilman eri lupia.

Jokamiehenoikeudet

Ennen lähtöä:	Etäällä lähtöä:
Lähtevien lähtöpaikka (lunta, kiven rievasta, hirtti, kummitie, jyrkkä, maastot, usti ja)	Kukaan ohjeilla, istuvalle tai viijerillä
Talvikaan oleskelu ja yöpyminen sallii ottaa	Luonnon vahingolliset, rokkamien, sähkien lämmittämisen on sallittu
Metsäomistajan, pölkön	Käytetään (ja mato-ongit ja pölkön)
Marjojen ja sienien poimiminen	Astut lään maalle ilman lupaa
	Metsäomistajien ajantien

Turvallisuus

- Millaisia riskejä vaeltajat sitten kohtaavat?
 - Aivan ensimmäisenä tulee monelle mieleen erilaiset tapaturmat, kuten
 - puukolla haavan viiltäminen
 - kompastuminen ja nikan tai polven rikkominen
 - palovamma nuotiosta.
 - Mökissä tai vastaavassa yöpyessä kyseeseen tulee myös häikämyrkytyksen vaara.
 - Suurin vaara pililee kuitenkin maantiliikenteessä. Maantiliikennettä kohdataan myös, mikäli reitti kulkee tien vierestä tai tien yli, mutta etenkin paluumatka retkeltä autolla on riskialtis.
 - Kuvitellaanpa tilanne: Vaeltajan on ollut kaksi päivää metsässä, nukkunut makuupussissa tulien ääressä. Koko ajan on ollut vähän kylmä, keho on kuluttanut enemmän energiaa kuin ruuasta saa, eikä unikaan välttämättä ole ollut parasta mahdollista. Sitten vaeltaja lopulta pääsee autolle ja heittäytyä nikan takakonttiin, istuu autoon ja kytyy lämmityksen täytille ja lähtee ajamaan.

Vaeltajan riskit

- Muita mainitsemisen arvoisia riskejä luonnossa ovat
 - hypotermia eli allilämpö (ja samalla paleltumat)
 - nestevaje
 - yllilämpö (sekä auringonpistokset)
 - sairaskohtaukset
 - myrkytykset
 - eläinten hyökkäykset.

Matkailun ohjelmapalveluiden turvallisuus

- Matkailun ohjelmapalveluiden turvallisuudesta on viimeisen kymmenen vuoden aikana puhuttu paljon myös julkisuudessa
- Alalle on kehitetty turvallisuuskoulutuksia ja työkaluja palveluiden turvallisuuden valvomiseen ja arviointiin.
- *Kuluttajavirastossa* on määritelty vaatimuksia turvallisuusasiakirjoille, pelastussuunnitelmille sekä riskianalyyseille järjestetyssä toiminnassa.
- Suomen pelastusalan keskusjärjestö SPEK järjestää matkailualalle räätälöityä Matkailun Turvallisuuspassi (Matupa) -koulutuksia.
- Vielä edellä mainittujen lisäksi nykyään käytännössä kaikki ohjelmapalvelualan työntekijät käyvät, joko työnantajan vaatimuksesta tai vapaaehtoisesti, vähintään EA1 kurssin.

Turvallisuuden merkitys

- Turvallisuuden merkitys matkailulle, erityisesti Suomessa, ei ole mikään vähäpätöinen asia.
- Halusimmepa tai emme, turisteilla on aina muita vaihtoehtoja, ja jos leviää sana, että joku ei hoida omaa tonttiaan turvallisesti, loppuu matkailijavirta hyvinkin nopeasti.
- Turvallisuus on muutakin kuin sitä että tekee asiat oikein. Turvallisuus on myös tunne, joka turistille täytyy luoda.
- Jännää saa olla, mutta pelon tunne, aiheellinen tai aiheeton, on aina huono juttu. Jo pienikin epäluottamus esimerkiksi oppaan ammattitaitoon saa asiakkaan helposti epäilemään koko juttua.



2012
0120501

aineistoa.