



Kouluttajalle:

Voit käyttää tätä tehtävää odotusrastina tai esimerkiksi pohdittaessa tapaturmien ennaltaehkäiseviä toimenpiteitä ja terveyden edistämistä.

Eri henkilöille on sattunut erilaisia tapahtumia. Kurssilaisten tehtävänä on yhdistää oikeat palat.

Monet laput voivat sopia moneen eri paikkaan, joka voi herättää keskustelua. Käytä tätä keskustelua ja heränneitä ajatuksia hyväksesi kootessasi tehtävää yhteen.

Viimeiseltä sivulta löydät oikeat vastaukset, josta kurssilaiset voivat tarvittaessa itsenäisesti tarkistaa tehtävän.

Iloisia oppimisen hetkiä.



TOIMINTA ONNETTOMUUS- / TAPATURMA- TILANTEISSA:

Ohjeet: Eri henkilöille on sattunut erilaisia tilanteita.
Tehtävänä on etsiä ohessa olevista lappuista
jokaiseen tilanteeseen 4 mielestänne sopivinta lappua.



Tilanne 1



Kuva: Esa Juntunen

Auto on pyörähtänyt pois tieltä.
On pimeää. Kuljettaja on järkyttynyt,
tajuissa ja valittelee polvessa tuntuva
kipua.

Miten toimitaisitte tilanteessa?
Mitkä asiat lisäävät turvallisuuttanne
auttamistilanteessa?

Tilanne 2



Kuva: Esa Juntunen

Ystäväsi alkaa yhtäkkiä valittaa kovaa puristavaa rintakipua.
Hän on tuskainen ja pahoinvoiva.
Myös kädessä ja hartian seudussa tuntuu kipua.
Mistä voisi olla kyse?
Miten tilannetta olisi voitu ennalta ehkäistä Martin henkilökohtaisella toiminnalla / neuvonnalla?

Tilanne 3



Kuva: Esa Juntunen

Salme on loukannut itsensä
kompastuessaan
maton reunaan kotonaan.

Miten tilannetta olisi voitu ennalta ehkäistä
Salmen henkilökohtaisella toiminnalla /
kodissa tehtävillä toimenpiteillä?

Tilanne 4



Kuva: Esa Juntunen

Maijalla on siivouspäivä.

Miten Maija omalla toiminnallaan voi edistää kotinsa turvallisuutta?

Tilanne 5



Kuva: Esa Juntunen

Jani 4v poltti kätensä keittiössä.

Miten tilanne olisi voitu ennaltaehkäistä?



Punainen Risti

ONNETTOMUUSPAIKKA

- **Tee tilannearvio**
- **Selvitä, mitä on tapahtunut ja onko loukkaantuneita**
- **Arvio avun tarve**
- **Aloita hätäensiaputoimet**

Muista oma turvallisuutesi!

Käytä

- **heijastinta**
- **heijastinliiviä**
- **taskulamppua**

Estä lisäonnettomuudet.

Varoita muuta liikennettä:

- **muista hätävilkut**
- **vie varoituskolmio riittävän kauas**



Punainen Risti

TURVALLISTA ELÄMÄÄ KOTONA

Valppaus arjen askareissa ja pienetkin turvallisuutta lisäävät muutokset kodissa ovat usein riittäviä tapaturmien ehkäisykeinoja.

**Omasta hyvästä terveydestä sekä toiminta- ja liikkumis-
kyvystä huolehtimalla ennaltaehkäiset tapaturmia ja niistä seuraavia vammoja.**

WWW.KOTITAPATURMA.FI

Erilaisia tarkistuslistoja tapaturmien ehkäisemiseksi lapsiperheille sekä iäkkäille ja heidän läheiselle.



KOTITAPATURMA

**Vuosittain
180 alle seitsemänvuotiaasta
lasta joutuu sairaalahoitoon.**

**Yleisin palovamman
aiheuttaja pienillä lapsilla on
kuuma neste tai ruoka.**

**Tilastot osoittavat, että
vähintään puolet kaikista
palotapaturmista voidaan
välttää.**

**Suojele lastasi palovammoil-
ta tekemällä kotona
muutamia yksinkertaisia
muutoksia.**

- . Älä aseta kuumia esineitä,
ruokia ja nesteitä pöydän tai
työtason reunan läheisyyteen.**
- . Käytä liedен takimmaisista levy-
jä ruoanlaitossa ja käännä
kattiloiden kahvat lieden kes-
kiosan suuntaisesti.**
- . Vältä pöytäliinan käyttöä keit-
tön pöydällä.**



TURVALLISUUTTA ARKEEN

- **Tukevat keittiötikkaat**
- **Hyvät kiinnitykset hyllyissä, tauluissa yms.**
- **Liukuesteet kaikkien mattojen alla**
- **Kääntyneet matonkulmat kiinni mattoteipillä**

- **Yleinen siisteys**
- **Kuumenevat valaisimet riittävän kaukana verhoista**
- **Hyllyjen ja kaappien päällä ei raskaita esineitä.**

- **Sähkölaitteiden taustojen imurointi säännöllisesti**
- **Käyttämättömät pistorasiat suojattu suojatulpilla.**



Punainen Risti

ÄKILLINEN RINTAKIPU SYDÄNINFARKTI

**Rauhoita ja aseta hänet
ehdottomaan lepoon.**

**Puoli-istuva asento voi olla
kivuttomin.**

Soita heti 112.

**On yleisin työikäisen väestön
kuolleisuuden aiheuttaja.**

**Voi olla ennakko-oire
elottomuudesta.**

**Elintavoilla voidaan vaikuttaa
sydänterveYTEEN.**

**Terveelliset ruoka- ja liikun-
tatottumukset lisäävät terve-
tÄ elinvuosia ja tuovat iloa ja
yhteenkuuluvuuden tunnetta.**



Punainen Risti

<u>Tilanne 1</u>	<u>Tilanne 2</u>	<u>Tilanne 3</u>	<u>Tilanne 4</u>	<u>Tilanne 5</u>
ONNETTO- MUUSPAIKKA	ÄKILLINEN RINTAKIPU	TURVALLISTA ELÄMÄÄ KOTONA	TURVALLI- SUUTTA AR- KEEN	KOTITAPATURMA
Tee tilannearvio. Selvitä, mitä on tapahtunut ja onko loukkaantuneita. Arvio avun tarve. Aloita hätäensiapu-toimet. Muista oma turval-lisuutesi! Käytä heijastinta, heijastinliiviä, tas-kulamppua. Estä lisäonnetto-muudet. Varoita muuta liikennettä: muista hätävilkut ja vie varoituskolmio riittävän kauas.	Rauhoita ja aseta hänet ehdotto-maan lepoon. Puoli-istuva asen-to voi olla kivut-tomin. Soita heti 112. On yleisin työikäi-sen väestön kuol-leisuuden aiheut-taja. Voi olla en-nakko-oire elot-tomuudesta. Elintavoilla voi-daan vaikuttaa sydänterveyteen. Terveelliset ruo-ka- ja liikuntatot-tumukset lisäävät terveitä elin-vuosia ja tuovat iloa ja yhteenkuu-luvuuden tunnet-ta.	Valppaus arjen as-kareissa ja pienetkin turvalli-suutta lisäävät muutokset kodissa ovat usein riittäviä tapaturmien ehkäi-sykeinoja. Omasta hyvästä terveydestä sekä toiminta- ja liikku-miskyvystä huoleh-timalla ennal-taehkäiset tapa-turmia ja niistä seuraavia vammo-ja. WWW.KOTITAPATURMA.FI Erilaisia tarkistuslis-toja tapaturmien ehkäisemiseksi lap-siperheille sekä iäk-käille ja heidän lä-heiselle.	• Tukevat keittiö-tikkaat • Hyvät kiinnityk-set hyllyissä, tauluissa yms. • Liukuesteet kaikkien matto-jen alla. • Kääntyneet ma-tonkulmat kiinni mattoteipillä. • Yleinen siisteys. • Kuumenevat valaisimet riittä-vän kaukana verhoista. • Hyllyjen ja kaappien päällä ei raskaita esi-neitä. • Sähkölaitteiden taustojen imu-rointi säännölli-sesti • Käyttämättömät pistorasiat su-ojattu suojatul-pilla.	Vuosittain 180 alle seitsemänvuotiasta lasta joutuu sairaala-hoitoon. Yleisin palovamman aiheuttaja pienillä lapsilla on kuuma neste tai ruoka. Tilastot osoittavat, että vähintään puolet kaikista palotapatur-mista voidaan vält-tää. Suojele lastasi palovammoilta teke-mällä kotona muuta-mia yksinkertaisia muutoksia. • Älä aseta kuumia esineitä, ruokia ja nesteitä pöydän tai työtason reu-nan läheisyyteen. • Käytä lieden ta-kimmaisista levyjä ruoanlaitossa ja käännä kattiloiden kahvat lieden keskiosan suun-taisesti. • Vältä pöytäliinan käyttöä keittiön pöydällä.