

Henkiinjäämisen vepinaari 12.01.2021 klo 1700-19

Hyvää iltaa tasapuolisesti kaikille !

Järjestävät
tahot
tänään:



- TaKoRU
- Pirkanmaan reservipiirien Maastotoimikunta
- Vapaaehtoisen pelastuspalvelun (Vapepa) Tampereen paikallistoimikunta
- Pirkanmaan viestikilta.

Materiaalia:

www.pirkanviesti.fi/maastotoiminta/ ("webinaarien...")

hj-2021-v70-lyh

www.pirkanviesti.fi/maastotoiminta/

Pirkan Viesti

Etusivu Ajankohtaista Tapahtumat Lehti Toiminta Päättäjät Yhteystiedot

MAASTOTOIMINTA

Pirkan Viesti | Toiminta | Maastotoiminta



MAASTOTOIMIKUNTA KEHITTÄÄ JA KOORDINOI MAASTOTOIMINTAA PIIRIEN ALUEELLA.

Reservipiirien Maastotoimikunnan pääasiallisuina ovat erä- ja joutotaidot sekä luonnon lämpö, luonnonmuoto ja selviytyminen, sekä kapea-alaisten kyyliäseutuminen ja satelliittipaikannus GPS, sekä EUREF-FIN karttaudistus (kartat ja koordinaatit).

Tarpeen mukaan lyhyelläkin varoitusaajalla järjestetään teemapäiviä tai teematuentoja ajankohtaisista ja/tai kiinnostavista eri aiheista.

Jotuu-teemallien materiaali löytyy

Yhteystiedot »

- Toimintasuunnitelma »
- Historiaa »
- Vuokrattavien varusteita »
- Webinaarien materiaali »**
- Tensun tapahtumalista »
- Henkiinjäämiskurssi »
- Luonnonmuonakurssi »
- Työvälineiden koulutus »

Käytämme sivustollamme evästeitä (cookies). Jatkamalla eteenpäin hyväksyt evästeiden käytön. [Lue lisää](#)

Tulevia vepinaareja, arki-iltaisin klo 1700-19, Zoom.

- 14.10.2020 Kartat ja koordinaatit
- 10.11.2020 GPS
- 10.12.2020 talvitaidot
- 12.01.2021 henkiinjääminen
- 10.02.2021 maastoensiapu
- 20.02.2021 arjen viestivälineet (klo 1300-)
- 03.03.2021 viestiaselajin syntyvaiheet
- 15.04.2021 jotosvinkkejä
- 05.05.2021 maastotaidot.

Lähde on mainittu, sikäli kun satunnaisista verkossa olevista kuvista lähde löytyy.
Jos jostakin puuttuu lähde niin vahingossa.

Tensun materiaalien ei-kaupallinen käyttö on sallittu, jos tuntuu siltä että tämä on sen arvoista, esim. "katsellaan omalla porukalla".



Nimeä-EiKaupallinen
CC BY-NC

Nimeä-EiKaupallinen 4.0 Kansainvälinen



Sarjakuviin ei ole kysytty julkaisulupaa niiden tekijöiltä, tähän opetukselliseen ei-kaupalliseen luentoon. Sarjakuvat liittyvät tekstin aiheeseen eivätkä ole kuvituskuvia.

Tässä HJ-materiaalissa on poimittuja sekalasia paloja sieltä täältä henkiinjäämiskursseilta, ja vähän muiltakin kursseilta ja koulutuksista.

Tarkoitus on myös herättää ajatuksia ja edistää omaa tuumailua; mikä on oleellista ja tärkeää, ja mikä ei.

Henkiinjääminen, eloonjääminen, selviytyminen, pärjääminen,...

Oletuksena on Suomen luonnossa tapahtuva tavallisen tallaajan selviytyminen.

Sotilaallisia asioita voidaan sivuta joissakin kohdin. Eli SERE-kursseista ei puhuta. Perinteisesti oikeita SERE-kursseja järjestää vain Puolustusvoimat, mutta SERE-nimi näkyy useillakin kursseilla nykyisin mainosmielessä.

“Urpaanisarviytyminen” olisikin hankalampaa. Metsässä on helppoa, senkun tekee tulet.

Yksinkertainen suoraviivainen toiminta.

KISS = keep it simple and straightforward.

Pelast(a)u(tumi)spakkauksista

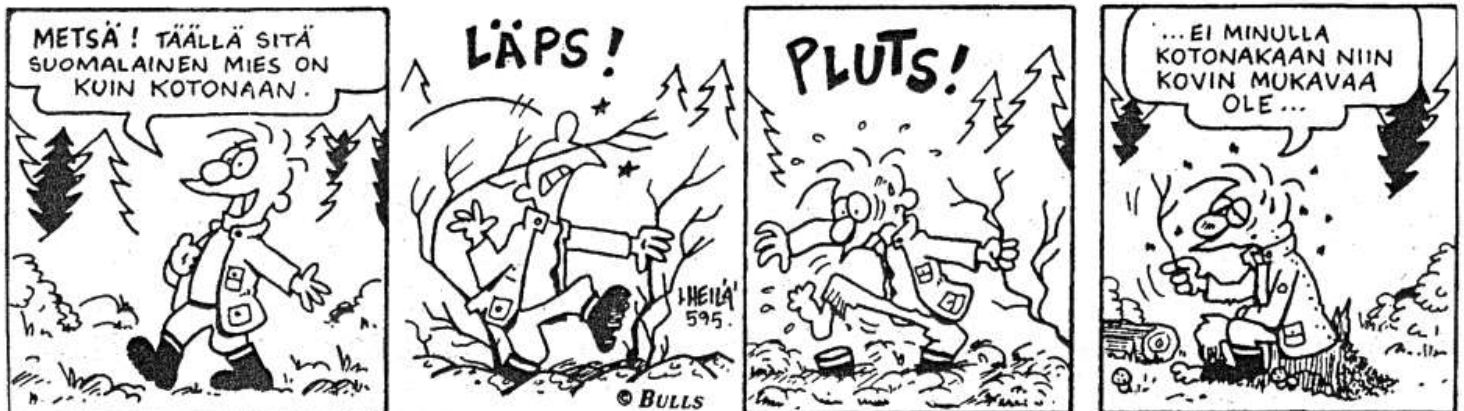
Sekalaisen siviili- ja sotilaspuolen materiaalin esittely jossakin kohtaa kurssin aikana.

TERVETULOA HENKIINJÄÄMISEN TEEMAILTAAN

TIEDON TASO	TUNTEE
	TIETÄÄ
TAIDON TASO	OSAA
	HALLITSEE
ASENTEEN TASO	YMMÄRTÄÄ
	SISÄISTÄÄ

Raikas ulkoilma ja liikunta pitää terveenä.

■ 83-vuotias huonokuntoinen mies katosi ähtärissä viiden aikaan sunnuntaina iltapäivällä. Hän löytyi samana iltana kymmenen aikaan hyväkuntoisena.
Ilkka 23.9.



Henkiinjäämis-teemailta, asioita

- selviytymisen seitsemän vihollista
- selviytymisen psykologiaa
- pelast(a)u(tumi)spakkaus, hätäpakkaus
- majoitteet
- tulien teko
- veden hankinta
- hätämerkit
- kulkeminen luonnonmerkkien mukaan

Suunnistuksesta ja ensiavusta on omat kurssinsa.

Henkiinjääminen

Henkiinjääminen, eloonjääminen, selviytyminen, pärjääminen;

Sattumaa, luonnonvalintaa, hyvää säkää, tietoa ja taitoa, mielikuvaharjoittelun tulosta,.....?

Pirkanmaan reservipiirien Maastotoimikunnan ohjelmassa on henkiinjäämiskurssi (1, 2, 3) joka toinen vuosi (1992-) ja luonnonmuonakurssi (1998-) joka toinen vuosi. Seuraava HJ on 202x.

Kannattaa etsiä MPK:n kurssihauilla muitakin !!

Asenne ratkaisee



TERVETULO HENKIINJÄÄMIS- KURSSILLE

Henkiinjäämiskurssi 1

Kurssin asiasisällöstä huomioitavaa (1)

- näkökulmana on suomalaiseen luontoon (maastoon) eksynyt ihminen
- perusasiat ovat yksinkertaisia, turha monimutkaisuus ja hieno kikkailu pois
- suhtaudu varauksella ulkomaisiin survival-hömpötyksiin (kirjat ja www), maailmalla on paljon on huuhaata ja tarpeetonta roskaa
- opettele perustekniikat, pärjäätkyllä niillä
- jos joku hölmöltä vaikuttava juttu toimii, ei se ole hölmö juttu.

Henkiinjäämiskurssi 1

Kurssin asiasisällöstä huomioitavaa (2)

- tämä 1-kurssi antaa valmiudet osallistua HJ2-kurssille, jossa selviytymisen perusteet oletetaan tunnetuiksi
- *no nyt joku kurssilainen voi hyvinkin olla jo kokenut maastoihminen, tämän kurssin asiat tulevat sitten hyvänä kertauksena*
- yhtä ainoaa oikeaa tapaa selviytyä ei ole
- tarkoitus on myös oikaista vääriä kuvitelmia ja uskomuksia, useinkaan asiat eivät ole niin kuin elokuvissa tapahtuu.

Henkiinjäämiskurssi 1

Kurssin asiasisällöstä huomioitavaa (3)

- tarkoituksella ei käsitellä (ainoastaan voidaan vähän sivuta)
 - suunnistamista
 - karttojen lukua
 - ensiapua
 - luonnonmuonaa.
- koska noista aiheista on omat kurssinsa (MPK:n tai muiden tahojen järjestäminä).

Henkiinjäämiskurssi 1

Kurssin asiasisällöstä huomioitavaa (4)

- Tarkoituksella HJ1-kurssilla käsitellään myös aivan perusasioita. Kokeneemmat varmaankin tietävät perusteet, mutta joillakin ei ehkä ole selvää kuvaa ja/tai ymmärrystä jostakin perusasiasta. HJ1:n jälkeen kaikki tietävät samat perusasiat.
- Aivan kaikille osallistujille ei ehkä ole tuttua mm. tulien teko ilman sytykkeitä (vain puusta), avaruuslakanan käyttö, vedenpuhdistustablettien käyttö, majoittumisen niksit.

Tervetuloa

Henkiinjäämiskurssi 2:lle eli suomalaisessa luonnossa selviytymisen jatkokurssille.

Mm. tilapäis(hätä)majoitteet ja tulien tekeminen eri olosuhteissa oletetaan tunnetuiksi.

Henkiinjäämiskurssi HJ2

Kurssin asiasisällöstä huomioitavaa

- Tarkoituksella HJ2-kurssilla ei käsitellä aivan perusasioita. Kokeneemmat maastoihmiset toki tietävät muutakin, mutta nämä asiat tulevat sitten kertauksena.
- HJ2:lla jokainen tekee tietyt asiat, niin ne eivät jää pelkän kuulemisen ja näkemisen varaan.
- Aiheina HJ2:lla ovat vaativammat versiot perusteista: tulien teko, veden puhdistaminen, majoittuminen, hätämerkit.

Henkiinjäämiskurssi HJ2, jatkokurssi

TAVOITTEET: opetella ja harjoitella selviytymisen perusjuttuja. Keskitytään oleelliseen eli hauskat ihme-kikat jätetään muille kursseille (esim. eräperinne, PVMJM).

PELIKUVIO: osa eli isommat varusteet ovat tuhoutuneet leirin tulipalossa, taikka vesistöön putoamisen seurauksena, taikka ei päiväreissulta enää löydetäkään takaisin leiriin. Joten joudutaan pärjäälemään niillä varusteilla ja tarvikkeilla joita sattuu olemaan mukana, ja joita kenties löytyy maastosta tai valmistetaan itse tilapäismateriaaleista.

HJ2, jatkokurssi, kielletyt varusteet

Tulentekovälineinä ei käytetä tulitikkuja tai sytyttimiä.

Kurssilla ei käytetä kelloja, matkapuhelimia, tupakkavalmisteita yms. turhanpäiväistä materiaalia joka tositilanteessa usein olisi käyttökeltvotonta tai kadoksissa.

Omia puukkoja ei käytetä. Emme halua että kurssilaiset turmelevat hienot puukkonsa, ja toisaalta henkistä rajaa venytetään kun joudutaan toimimaan oudoilla varusteilla.

HUOMAA ! Nyt kun olemmekin sotilasalueella (emmeä takametsissä kuten aiemmilla kursseilla) niin valokuvaus on tarkasti rajoitettua. Kuvissa ei saa näkyä mitään Puolustusvoimien rakennelmia eikä horisonttia. Siis esimerkiksi omasta nuotiosta voi ottaa kuvia yläviistosta alaspäin. Kouluttajat opastavat kuvausongelmissa.

Tavan mukaan MPK:n kursseilta ei laiteta mitään kuvia mihinkään verkkoon saataville.

HJ2, jatkokurssi, pillimerkit

Jokaiselle jaetaan pelastusliivipilli ja naru.

SOVITAAN PILLIMERKIT:

- **1 vihellys = harjoittelu, ei välitetä**
 - **2 vihellystä = missä sinä olet ? (vastaus = 2)**
 - **3 vihellystä = hätä, apua tarvitaan**
-
- **1 pitkä vihellys = kokoon sovitulle paikalle tai kouluttajien majoitteelle. Jokainen toistaa.**

Henkiinjäämiskurssi HJ2, jatkokurssi

Kurssilla on kaksi kotitehtävää:

1. Kokoa puolen litran minigrip-pussiin oma pelast(a)u(tumi)spakkaus/hätäpakkaus/selviytymispakkaus. Puukko ja ensiside jäävät ulkopuolelle (ne jaetaan kurssilla ja ne olisivat muutenkin eri taskuissa). Luonnollisesti pussin on oltava uudelleen suljettava ja toisaalta pysyttävä kiinni (eli kootun materiaalin on mahdollista kokonaan pussin sisään). Muistiinpanovälineet ja juomapullo jäävät myös pussin ulkopuolelle.

2. Mitä kaikkea hyödyllistä käyttöä selviytyjä keksii maastosta mahdollisesti löytyvälle tyhjälle alumiiniselle (0,33 litran) juomatölkille ?

Henkiinjäämiskurssi HJ2, jatkokurssi

Kotitehtävä 2: hyödyllistä käyttöä juomatölkille ?

VASTAUKSIA:

- keittoastia, juoma-astia
- vedensuodatin (turve-hiili)
- pilli
- keittimen poltin (sinolille)
- kynttilälyhty (pitkälle tai tuikkukynttilälle)
- lisähoukutin onkeen (uistin)
- hätämerkki (heijastava pelti, tuulessa roikkuva,...)
- katkenneen suksen tai sauvan korjaus
- tuki tai lasta sormeen tai varpaaseen
- maan tai lumen kaivuu
- mikä vaan säilytysrasia tai matopurkki
- lusikka, ...

Henkiinjäämiskurssi 3, erikoiskurssi

Leppoisa viikonloppu maastossa, keväällä tai syksyllä.

Kotoa mukaan ei tarvitse ottaa mitään muuta kuin vaatteet päälle. (Saunakassi jää kurssipaikalle.)

Eikä kurssilla tarvitse kanniskella painavia rinkkoja tai reppuja.

Saattaa tosin kastua, mutta ei ole hätää jos saa tulet tehtyä (1- ja 2-kurssin asioita).

Majoitteen voi rakentaa niin hienoksi kuin haluaa.

Syödä voi niin paljon kuin maastosta löytyy eineksiä.

Henkiinjäämiskurssi 3, erikoiskurssi

“Tasokoe” kurssin alussa:

Tee tulet !

Jokaiselle jaetaan kaksi halkoa, puukko ja tulitikkuaski jossa on kolme tulitikkua.

Oletusaika on viisi minuuttia (nopeampiakin suorituksia on).

Verinaarmuja ei saa aiheuttaa.

Tutkijan mukaan jo vartti luonnossa auttaa

700675

● Lyhyellä päivittäisellä ulkoilulla on myönteisiä terveysvaikutuksia erityisesti ikääntyneisiin ihmisiin, varsinkin muistisairaisiin ja masennuksesta kärsiviin.

Ikäihmisten instituutin tutkijan dosentti **Erja Rappen** mukaan alle varttitunnin päivittäinen liikkuminen alentaa stressitasoa, parantaa immuniteettisuoja ja laskee verenpainetta.

–Lisäksi luonto innostaa liikkumaan, Rappe kertoo tiedotteessa. **LM**

Tutkijan mukaan oli tuurista kiinni, ettei kukaan kuollut

Kysymys: Aamulehti kysyi neljältä taholta, miten myrskyn jälkihoito sujui

08.01.21

Viranomainen: Kriisi-tutkijan mukaan kriisiviestintä petti, valtiovallan mukaan ei

Tutkija: Hätäkeskusten puhelinten tukkeutuminen olisi voinut aiheuttaa kuolonuhreja

Henkiinjäämis-teema tensu@iki.fi

12.01.2021

31

Fakta

Räätälöityjä koulutuksia

Puolustusvoimat järjestää ulkomaisten asevoimien edustajille koulutuksia talvisodankäynnistä ja selviytymisestä arktisissa oloissa.

Pienryhmissä pidettävät koulutukset räätälöidään tarvittaessa osallistujien mukaan. Yleensä koulutetaan asevoimien kouluttajia, ei suoraan komppanioita.

STT
Helsinki

081213

Puolustusvoimien arktisissa koulutuksissa opetetaan muun muassa taistelua ja selviytymistä talvioloissa.

Sodankylän jääkäriprikaatin arktisen koulutuksen asiantuntija, everstiluutnantti **Jukka Kotilehto** kertoo, että koulutettavat oppivat esimerkiksi perusasioita kalastuksesta tilapäisvälinein sekä ansametsästä. Myös ruuan käsittelyä maasto-

oloissa opetetaan. Poroisännät puolestaan opettavat poron käsittelyä ja teurastusta.

Koulutuksissa rakennetaan myös majapaikkoja, talvella lumiluolia ja kesällä turvekammeja.

Talvisodankäyntiin kuuluu poteron tekeminen lumesta. Lumipotero tehdään isosta kasasta lunta, joka tampataan tarvittavan suojavahvuuden saamiseksi. Lunta otetaan takaa ja tarvittaessa kannetaan kauempaa, jotta ei paljastuta viholliselle.

Hiihtokoulutus on yksi opettavista perusasioista. Harjoituksiin liitetään avannosta pelastautumista sukset jalassa. Avantokoulutus parinkymmen asteen pakkasessa yleensä jännittää ulkomaalaisia koulutettavia, mutta siihen on oltu tyytyväisiä.

Ulkomaalaiset tuovat mukanaan omaa varustusta suomalaisten arvioitavaksi. Osalla asevoimista on hienoja goretex-kenkiä, joilla ei tee mitään 35 asteen pakkasessa.

Olitpa sitten vuoristossa, lentokoneessa tai autossa keskellä vaativaa maastoa, ”selviytyä” tarkoittaa aina samaa. ”Elää kauemmin, pysyä hengissä, elää eteenpäin. Jatkaa olemista tai elämistä jonkin tapahtuman jälkeen.” Selviytymisessä on siis kysymys siitä, että pysytään hengissä, olivatpa olosuhteet kuinka kauheat hyvänsä.

- Valmistautuminen on tärkeää – henkisesti, fyysisesti ja varusteiden suhteen.

[Mel Deweese, 1999]

Jos eksyt... mietintäpähkinä

Olet kavereittesi kanssa viikonloppureissulla juuri tähän aikaan vuodesta ja jossakin täälläpäin maastossa. Ette ole jotoksella ettekä MPK:n kurssilla, vaan omalla porukalla.

JOS eksyisitte pahasti ja menettäisitte liikkumiskykynne, niin MILLOIN teitä alettaisiin kaivata ?? Kuka kaipaisi ?

Eli kauanko teidän pitäisi pärjällä omillanne, ennenkuin apua saapuisi ?

SELVIITYMINEN HENKIINJÄÄMINEN PÄRJÄÄMINEN

Selviytymisen viitekehyksen tasot

Itse asiassa tarkkaan ottaen selviytymisen toimenpiteet, tekniikat ja taktiikat ovat hieman erilaisia kyseessä olevan porukan koon mukaisesti;

- yksittäinen henkilö
- kaveri mukana eli "taistelijapari"
- 4-6 henkilön ryhmä
- isompi joukkio.

Näissä tapauksissa mm. tarvittavat materiaalit, työmäärät ja työnjako ovat erilaisia (+/-).

Suomen luonnossa selviytyminen on vielä helppoa; senkun haalii juomavettä ja tekee tulet.

Todella vaikeaa olisi selviytyä rakennetulla alueella; vain tiiltä, betonia ja terästä. Ei ole juomavettä, ei polttopuuta...

Mutta se siitä ja asiaan.



Miten päädytään/joudutaan selviytymistilanteeseen ?

- **eksyminen**
- **onnettomuus**
- **extreme-harrastelu**
- **oma hölmöily, ajatusvirheet, ylimielisyys.**

Eli joko ilman omaa syytä, tai itseaiheutetusti.

- **Älä hätäänny, toimi rauhallisesti ja päättäväisesti. Jos olet varautunut oikein, tai jos pystyt ajattelemaan järkevästi, sinulla ei ole hätää moneen vuorokauteen.**

Näkökulma HJ1:llä on yksittäinen kansalainen, joka on joutunut enemmän tai vähemmän yllättävästi tilanteeseen jossa kaikkia mukavaan maasto-oleiluun tarvittavia varusteita ei ole saatavilla.

- Suomen Puolustusvoimissa vain lentäjille ja erikoisjoukoille järjestetään henkiinjäämiskoulutusta. Tuo on yleismaailmallinen tapa; koulutus olisi kaikille hyvää yleissivistystä, muttei se ole ajallisesti, taloudellisesti ja kouluttajaresurssien puitteissa mahdollista.
- Siksi tälläkin kurssilla saatetaan sivuta puheissa lentäjiä ja/tai erikoisjoukkoja.

SERE-koulutus Puolustusvoimissa

STANAG 7196 (ei julkinen) määrittää

- A-taso: päivä, teoriaa
- B-taso: viikonloppu, teoriaa ja käytäntöä
- C-taso: viikko, kouluttajakoulutus. Vaatii sertifioidun koulutuspaikan.

Alkoi 2014 Suomessa. Lentäjillä oli omaa koulutusta jo paljon aiemmin.

Moni siviilitaho mainostaa "SERE-kursseja". Samoja asioita on ihan tavallisilla henkiinjäämiskursseilla.

YouTubessa on kaikenlaista...

Muiden muassa

- Rautasarvi / Ilkka Seikku (eräperinnettä)
- Selviydy luonnossa, osat 1-5, ja muutakin.

Survival-hakusanallakin löytyy vaikka mitä. Samoin SERE (survival, evasion, resistance, escape/extraction).

Kaikenlaisten YT-videoiden luotettavuuden arviointi jää katselijan huoleksi.

YouTubessa on kaikenlaista... 2

Muiden muassa

- rajattomasti erilaisia survival-videoita, tekninen ja taiteellinen laatu vaihtelee laidasta laitaan
- rajattomasti erilaisten hätäpakkausten esittelyjä
- kyllähän se on hyvä katsella ja kuunnella erilaisia kertomuksia, mielipiteitä, tapoja ja tyylejä, mutta ei pidä uskoa että ne kaikki tai edes joku niistä olisi hyvä Suomessa syvän rauhantilan aikana.

Hyvä = yksinkertainen ja suoraviivainen.

YouTubessa on siis kaikenlaista...



Hauskaa ja hyvin tehtyä kotimaista tuotantoa, mutta mahtaako enää löytyä YT:stä ?



Henkiinjäämis-teema tensu@iki.fi

12.01.2021

43

Uusavuttomat eksyvät pääkaupunkiseudun metsiin

HELSINKI. Pelastuslaitos on viime viikkoina saanut etsiä luonnon helmassa suuntaistonsa kadottaneita samoilijoita Vantaalta ja Espoosta.

Maanantaina 21. syyskuuta mieskaksikko joutui Hakunilan lähellä sijaitsevalle suoalueelle niin pahasti eksyksiin, että miehet piti paikallistaa rajavartiolaitoksen helikopterin avulla. Noin viikkoa myöhemmin eksyi puolestaan Espoon Nuuksiossa retkellä ollut partiolaisjoukko.

"Onhan siellä opastettuja reittejä, mutta jos polulta poikkeaa liiaksi, on hyvin mahdollista, ettei takaisin heti löydetäkään."

Matti Waitinen

Helsingin pelastuskoulun rehtori Matti Waitinen kertoo, että pääkaupunkiseudun metsiin eksytään muutamia kertoja vuodessa.



Nuuskion kansallispuistossa on useita merkittyjä reittejä, joilta tottumattoman retkeilijän ei kannata poiketa.

– Jos ei ole pahemmin kokemusta metsän siimeksessä liikkumisesta, on helppo kadottaa jälkensä ja hättääntyä. Voisi sanoa, että jonkinasteisesta uusavuttomuudestakin näissä tapauksissa on usein kyse, hän toteaa.

Etenkin Nuuskion kan-

sallispuisto on helppo eksymiskohde siitä syystä, että siellä vierailevat eivät välttämättä ymmärrä, miten laajasta erämaa-alueesta on kyse.

Waitisen mukaan pelastuslaitos joutuu silloin tällöin auttamaan Nuuksiossa retkeileviä muissakin kuin

eksymis- tai loukkaantumistapauksissa

– Joskus joku on luullut nähneensä Nuuksiossa karhun ja pelästynyt niin pahoin, että hänet on täytynyt hakea helikopterilla pois.

JUHO TYPPÖ
juho.typpö@sanoma.fi



Henkiinjäämis-teema tensu@iki.fi

12.01.2021

44

IHMEPELASTUS! Mies ajelehti kolme yötä hyisellä merellä

■ Mies ajelehti merellä pienessä veneessä kolme vuorokautta ja piti itseään lämpimänä soutamalla ja voimistelemalla. Sivu 3

ILTA-SANOMAT

Perjantai 11. 10. 1996

5,7

90-vuotias HARHAILI KOLME YÖTÄ ERÄMAASSA ilman ruokaa



Uimari virui kolme päivää 100611 luodolla Lahdessa

PELASTUMINEN. Hukkuneeksi epäilty mies löytyi elossa Lahdessa torstaina. 23-vuotias mies oli virunut Vesijärven Lankiluodolla lähes kolme vuorokautta.

Miestä alettiin etsiä keski-
viikkona, kun Ruoriniemen
rannasta löytyi hylätyt vaatteet
ja muuta omaisuutta.

Kolmen kilometrin matkan
taittanut uimari löytyi tors-
taiaamupäivänä kymmenen
aikaan. Hän oli selviytynyt
luodolla vähissä vaatteissa ja
ilman ruokaa maanantaista
saakka.

Mies oli poliisin arvion mu-
kaan kaikkiin olosuhteisiin
nähten hyvässä kunnossa.
STT/LAHTI

Pelastuminen: 86-vuotias nainen selvisi maastossa kolme päivää ilman vettä tai ruokaa

LIISA HEINÄNEN
ANNE KAURANEN
Aamulehti 300611

**Poliisi oli jo keskeyttänyt
lauantaina Tampereen
Kaupin metsään kadon-
neen Elvi Mäkisen laajat
etsinnät, mutta päätti
jatkaa tiistaina samaan
suuntaan viittaavien ylei-
sövihjeiden takia.**

Vihjeet osoittivat Pirunvuorelle
johtavalle polulle, jonne poliisikoiri Oskari, 2, ja hänen oh-
jaajansa vanhempi konstaapeli Jari-Pekka Ylilehto lähtivät
tiistaina.

Lento-onnettomuusharjoitus Pirkkalassa



Perusidea: älä hötkeyle

- Kaikessa selviytymisessä pääasia on se, että et kuluta turhaan voimiasi tai materiaalejasi. Toimi "hämäläisellä riipeydellä".
- Ota rauhallisesti, tee olosi mukavaksi. (helppo sanoa...)
- varaudu pidempäänkin paikalla oloon
- varovaisuus ei ole arkuutta vaan viisautta.

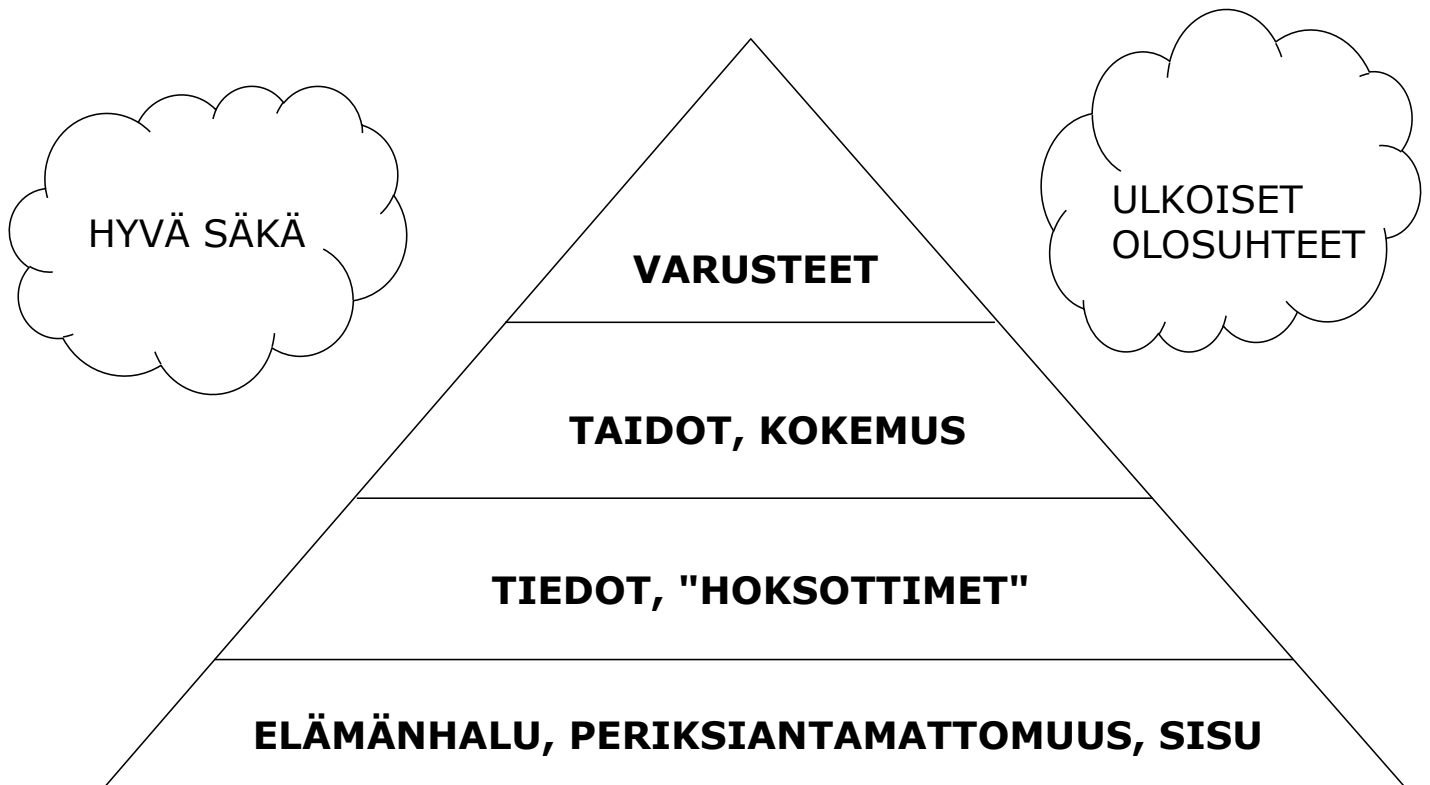
Jos olet ilmoittanut läheisillesi minne menet ja milloin, **joku ehkä alkaa kaivata sinua **joskus**. Siihen asti sinun pitää selviytyä omillasi (ellei joku muu sattumalta havaitse sinua).**

Mitä tarvitaan selviytymiseen...

- **tiedot**
- **taidot**
- **kekseliäisyys.**

Ei siis välttämättä hienoja kalliita lukuisia varusteita ja välineitä !

Selviytymisen perusteet



"Kaikesta varautumisesta ja ennakkosuunnittelusta huolimatta väsymyksen tuoma pieni huolimattomuus voi aiheuttaa isoja vahinkoja."

"Tsekkauslistat tai tuplavarmistukset eivät auta, jos vika on asenteessa ja huolimattomuudessa, kiireessä ja väsymyksessä tai jopa jaetun vastuun harhassa."

"Turhalta tuntuvilla rutiineillakin on tarkoitus."





www.iltalehti.fi/uutiset/200808268166961_uu.shtml

Etusivu Uutiset Urheilu Viihde Sää IL-TV Terveys Rakkaus & seksi Nainen Tyyli.com Asumine

Kotimaa Ulkomaat Työ & Talous Sää Hullu maailma Pääkirjoitus Lukijan kuva Jouko Pikkutakki

KOTIMAAN UUTiset

Matkustaja yllättyi metrossa - Lipuntarkastajien armeija vastassa

Oras Tynkkynen osti kohukravatin juhlaistuntoa varten - "Hätäisesti hankittu"

Sää muuttuu dramaattisesti

Greenpeace: Venäjän rannikkovartiosto valtasi aktivistien laivan - "Pelottavaa"

Jyrki Katainen perussuomalaisten rienausvideosta: "Toivon kaikkien katsovan"

Kadonnutta Jussia etsittiin maastosta - poliisi kaipaa apua

Todistaja siepattiin ja pahoinpideltiin - tekijöille vankeutta

Kolme sairaalaan neljän auton ketjukolarista Lappeenrannassa

Valkeakosken Sanomat: Kuka löysi hylätyn vauvan puistosta?

Nordean pankkikortit eivät toimi sunnuntaiaamuna

Espoossa jaettu

Lehti: Suomalaiset eksyvät metsään entistä useammin

Tiistai 26.8.2008 klo 07.57

[Suosittele](#) 9

Syynä ovat vanhusten määrän kasvaminen, uusavuttomuus luonnossa liikkuen ja liika turvaaminen paikannuslaitteisiin.

Suomessa tehdään vuosittain noin 2 000 katoamisilmoitusta, joista maastoon tai taajamaan eksyneitä on viidesosa. Määrä on noussut merkittävästi. Asiasta kertoo Keskisuomalainen.

Kolme vuotta sitten maastoon katosi 364 henkilöä, toissa vuonna 415 ja viime vuonna 404.

Vapaaehtoisien pelastuspalvelun valmiussuunnittelija **Markku Grip** sanoo, että Vapepan etsinnät ovat selvästi lisääntyneet 1970-luvulta. Silloin niitä tehtiin vuodessa 100-150, viime vuosikymmenellä 200-300 ja nyt 2000-luvulla jo 300-400.

- Katoamiset ovat lisääntyneet, mutta myös viranomaiset ovat alkaneet käyttää Vapepaa enemmän, Grip kertoo Keskisuomalaisessa.

Hän arvelee, että syitä ovat vanhusväestön kasvu ja uusavuttomuuden lisääntyminen.

IL

Eksyksissä: Pysy rauhallisena ja etsi asutukseen johdattavia maamerkkejä. Älä silti epäröi soittaa hätäkeskukseen

Muistilista: Jos eksyt metsään, rauhoitu ja muistele, mitä reittiä olet kulkenut

1 Rauhoitu. Hätäntymien kuluttaa turhaan voimia ja voi johtaa todelliseen vaaraan. Istu alas ja katso karttaa. Mieti, kuinka kauan olet ollut metsässä ja mistä olet tullut.

2 Jos puhelin on mukana, soita tuttaville ja pyydä apua. Hätäkeskukseen soittoa ei kannata epäröidä, jos aika kuluu eikä paluureittiä löydy.

3 Tutki maastoa. Tunnistatko maamerkkejä, jotka ovat kartassa? Kuuluuko liikenteen ääntä? Rantoja, polkuja, teitä ja sähkölinjoja seuraamalla löytää yleensä ihmisten pariin.

4 Voit myös tarkastaa suunnan rannekelestä. Asetu seisomaan niin, että rannekelellä tunnistat suunnan. Asetu seisomaan niin, että rannekelellä tunnistat suunnan. Asetu seisomaan niin, että rannekelellä tunnistat suunnan.

5 Muista luonnon omat suuntamerkit. Muurahaiset rakentavat pesänsä puiden eteläpuolelle. Voit myös etsiä taivaalta pohjantähden, joka on pohjoisen suunnassa.

6 Hakeudu aukealle. Joskus kadonneita etsitään helikopterilla. Jos kuulet kopterin äänen, heiluta värikästä vaatetta. Huuda välillä apua tai hakkaa vaikka puunoksia yhteen.

Tuumaustauko

LUONNOSSA liikkeessä tulee eteen hetkiä, joissa täytyy tehdä valintoja: Kumpi polku on oikea? Olisiko hyvä pitää ruoka-
tauco nyt vai jatketaanko seuraavaan joen-
mutkaan? Mihin aikaan pysähtytään pys-
yttämään leiriä?

Väsymys, nälkä tai vilu ovat vaarallisia retkikumppaneita - ne alentavat kykyämme tehdä nopeasti oikeita päätöksiä. Tuntemattomassa maastossa väärällä valinnalla voi olla ikäviäkin seurauksia. Siksi jokainen valinta on syytä ottaa vakavasti - etsiä sopiva kivi tai kelo ja antaa kiireen mennä ohitse.

Tuumataan hetki...

TEKSTI JA PIIRROS Anssi Romo

Tuumaustauko

LUONNOSSA liikkeessä tulee eteen hetkiä, joissa täytyy tehdä valintoja: Kumpi polku on oikea? Olisiko hyvä pitää ruoka-
tauco nyt vai jatketaanko seuraavaan joen-
mutkaan? Mihin aikaan pysähtytään pys-
yttämään leiriä?

Väsymys, nälkä tai vilu ovat vaarallisia retkikumppaneita - ne alentavat kykyämme tehdä nopeasti oikeita päätöksiä. Tuntemattomassa maastossa väärällä valinnalla voi olla ikäviäkin seurauksia. Siksi jokainen valinta on syytä ottaa vakavasti - etsiä sopiva kivi tai kelo ja antaa kiireen mennä ohitse.

Tuumataan hetki...

TEKSTI JA PIIRROS Anssi Romo



EKSYMINEN

Eksyminen...

Kuinka moni on joskus eksynyt ?

Eksyminen...

Kuinka moni on joskus eksynyt ?

- Se joka sanoo ettei ole koskaan eksynyt, ei joko ole liikkunut maastossa taikka ei kerro totuutta. ;-)
- Pientä epätietoisuutta olinpaikasta saattaa ilmetä useinkin, mutta eksynyt ei löydä tai pääse perille määrääjassa.

**On vaikeaa, mutta tärkeää, myöntää olevansa eksyksissä.
Siitä voi alkaa paluu tunnetuille paikoille.**



Niinpä niin, syyllisen etsintä ei tilannetta paljoa auta...

Eksyneet työllistävät poliisia

070800

Kompassi, kartta ja kännykkä metsässä liikkuvan perusvarusteet

STT
OULU

Metsään eksyneet marjastajat ja muut erämaissa samoilevat aiheuttavat tällä hetkellä ainakin syrjäseutujen poliiseille lisätyötä. Esimerkiksi Pudasjärven ja Taivalkosken seudulla on viime päivinä hälytetty poliisi neljän metsässä harhailleen perään.

Pudasjärven kihlakunnan poliisipäällikkö **Pasi Oksa** kertoo, että metsään menijät valmistautuvat erämaahan usein melkoisen huonosti.

– Karttaa ei oteta mukaan,

kompassista puhumattakaan. Jotkut lähtevät metsään jopa katso-
matta, mihin ilmansuuntaan ovat menossa.

Tyypillinen marjastaja lähtee metsäautotieltä kävelemään marjaisaa suota kohti, pyörii vähän aikaa pää alaspäin mättäältä toiselle ja hetken kuluttua ihmetelee, missäpäin auto olikaan. Myös metsästäjän suuntavaisto menee herkästi sekaisin koiraa tai lintuparvea seurattaessa.

Oksa kehottaa marjastajia ja metsästäjiä kuljettamaan kuusten katveessa kompassia.

– Esimerkiksi metsäautotieltä

lähtiessä kannattaa katsoa ilmansuunta. Palatessa vain lähtee menemään vastakkaiseen ilmansuuntaan.

Kompassi helpottaa silloinkin, kun lähtöilmansuuntaa ei ole huomannut tarkistaa.

– Kompassi auttaa suoraan kulkemisessa. Jos kulkee suoraan, ei ainakaan Oulun läänin korkeudella tarvitse kävellä juuri kymmentä kilometriä enempää tulematta metsäautotielle tai hakkuuaukealle, Oksa opastaa.

Ilmansuunnan näyttäjänä toimii parhaassa tapauksessa myös aurinko. Auringon mukaan suun-

nistamisessa riittää, kun muistaa nyrkkisäännön: aurinko liikkuu idästä länteen ja paistaa puolen päivän aikaan etelästä.

Kompassin lisäksi metsässä liikkuvan on hyvä kantaa mukanaan karttaa, tulentekovälineitä ja matkapuhelinta.

Tulitikut ja kännykkä ovat tarpeen viimeistään silloin, jos ei löydä omin avuin ihmisten ilmoille.

– Kännykkä on erityisen hyvä, kun marjamies on lähtenyt metsään kertomatta kotiväelle, mihin aikoo suunnata. Näin etsijät tietävät, mistä hakea. Tuli on myös

Jos eksyt, niin mene suorinta tietä lähimmälle kokoontumispaikalle. ;-)



Jos eksyt, niin mene suorinta tietä lähimmälle pelastuspalvelu pisteelle. ;-)



Jos eksyt sisätiloissa, niin hakeudu lähimmälle turvapisteelle.





Eksymisestä porukalla...

Jos ryhmä eksyy pitkällä reissulla Suomessa (= "erämaassa"), taikka joku joukosta joutuu liikuntakyvyttömäksi, mitä kannattaa tehdä ensimmäiseksi ?

Jep, sammuttaa puolet matkapuhelimista akkujen säästämiseksi tositarpeeseen. Mieluiten jätetään päälle vain yhdet eri operaattorien kännykät.

Liikuntakyvyttöä mutta ei hengenhädässä eikä yksin olevaa ihmistä ei kovin helpolla lähdetä viranomaistoimin hakemaan maastosta.

Katoamisilmoitus tehdään poliisille (112)

B. VIRTANEN



Eksyneen käyttäytyminen



- Englannin kielinen termi woods shock kuvaa hämmennyksen ja pelon tunnetta, kun ihminen on kadottanut täydellisesti tilantajun ja huomaa olevansa eksyksissä.
- Vaiheet voivat toistua ja järjestys vaihdella.
- **Vaiheet**
 - Eksyminen
 - Hätä
 - Paniikki
 - Suunnittelu
 - Väsymys
 - Halu elää
- Vaihteita voi myös kuvailla sanoilla: kieltäminen, viha, kaupanteko, masennus ja hyväksyminen.

Jos vauhkoonnut, saatat tehdä väärä asioita.

Toisaalta, jos et tee mitään, voi sekin olla väärin.

Luutahilta



**Kumpi mahtaa olla
turvattomampi paikka olla
yksin keskiyöllä ?**

- **suomalainen umpimetsä**
- **suurkaupungin keskusta ?**

Jos eksytään...

Joskus käy niin, että kohde ei olekaan siinä paikassa kuin kuviteltiin sen olevan. Suunta on ehkä otettu huolimattomasti tai suunnassa on kuljettu huolettomasti. Kyse ei välttämättä ole eksymisestä, on vain harhauduttu reitiltä. Harhautuminen tai eksyminen sinänsä ei ole vaarallista. Vaaralliseksi se muuttuu, jos ei tiedä, miten toimia.

Oli sitten kyse harhautumisesta tai eksymisestä, on muistettava muutama perussääntö:

[RETKI-lehti 2014]

1. **Sulje kännykkä.** Säästä akkua. Saatat tarvita sitä myöhemmin.
2. **Älä hermostu.** Hermostuessa ja hätääntyessä hosuu ja toimii harkitsemattomasti.
3. **Rauhoitu.** Jos sydän hakkaa, kuluttaa energiaa, jota tarvitaan myöhemmin.
4. **Harkitse.** On mietittävä huolellisesti, mitä aikoo tehdä.

SELVIYTYMISEN 7 UHKAA

Nykynuoriso saattaa olla älyllisesti hyvin-kin terävää sakkia. Tulevaisuuden toivoista ei saada kuitenkaan parasta tehoa irti, koska he lannistuvat pienistäkin vastoinkäymisistä. He eivät ole oppineet taistelemaan väsymystä ja nälkää vastaan.

Elämä ei ole pelkkää ruusuilla tanssimista.

Veikka Gustafsson
www.veikka.com

WHAT YOU DON'T KNOW
CAN HURT YOU.

Selviytymisen 7 uhkaa/vihollista

1. kylmyys
2. kipu (loukkaantuminen)
3. uupumus (väsymys)
4. pelko
5. jano
6. yksinäisyys
7. nälkä
8. oma hölmöily.

Selviytymisen uhkien tärkeysjärjestys vaihtelee tilanteen ja selviytyjän mukaan.

Selviytymisen 7 uhkaa , 1/7

1. kylmyys

Suomessa kylmyys on uhka kesälläkin.

Kaikki ihmisen ruumiinlämpöä alempi viileys ehkäisee selviytymistä.

Sateen ja tuulen vaikutusta ei pidä aliarvioida.

Nälkäinen ja/tai väsynyt palelee muita helpommin.

Yleensä tupakoija palelee muita helpommin (ääreisverenkierto on supistunut).

Selviytymisen 7 uhkaa , 1/7

1. kylmyys

Paljon vaatetta päälle vai tulien teko ? Vaatteet eivät pitkän päälle auta, jollei samalla ole liikkeessä. Siis tulta tarvitaan.

Eristys maata vasten ("makuualusta") on tärkeämpää kuin päällä olevat vaatteet ("makuupussi"). Eli taukotakki makaavan alla on parempi kuin makaavan päällä. Kokeile joskus.

Makuualusta = lehtiä, oksia, havuja, puita,...

Selviytymisen 7 uhkaa , 1/7

1. kylmyys

Vanha kansanviisaus on "monta ohutta vaatekerrosta on parempi kuin yksi paksu".

Koska se vaatekerrosten väliin jäänyt ilma lämmittää (kuten makuupussissa täytteen välissä).

Myöskin lämmön/hikoilun säätely on helpompaa.

Sama idea toimii sukkien kanssa.

Selviytymisen 7 uhkaa , 1/7

1. kylmyys

Tee joskus talvella testi; mene päällysvaatteissa makaamaan lumiseen maahan, ja ota aikaa milloin alkaa palella. Ei kestä montaakaan minuuttia...

On pitkään leikitelty ajatuksella "Estonia-kokeesta", eli syksyllä johonkin "lasten uima-altaaseen" lasketaan vettä, antaa sen olla päivän siinä viilentymässä, sitten mennään illalla vaatteet päällä altaaseen. Kauanko kestää ennenkuin alkaa palella... ?

Suomessa pakkasilla tuskin syntyy moniakaan selviytymistilanteita suomalaisille - koska tiedetään varautua kylmään.



Kilpisjärvellä oli jo lähes 37 pakkasastetta

STT
Helsinki

08.12.13

Talven kylmin lämpötila mitattiin eilen Kilpisjärvellä, missä miinusasteita oli Ilmatieteen laitoksen mukaan jopa lähes 37. Kilpisjärvi lähestyi siis viime talven pakkasennätystä, joka oli 38,2 miinusastetta ja joka mitattiin Taivalkoskella maaliskuussa.

Pakkasennätyksen lisäksi myös paksuin lumipeite mitattiin Kilpisjärvellä, missä lunta oli yli metrin paksuinen kerros.

Pakkasta oli eilen koko maassa. Päivän miinuslukemat vaihtelivat etelän muutamista asteista Lapin yli 20:een.

Ilmatieteen laitoksen mukaan sää pysyy viileänä myös lähipäivinä.

Ajokeli oli lauantaina huono Pirkanmaalta itään.

Henkiinjäämis-teema tensu@iki.fi

12.01.2021

83

FAKTA

Näin kaikki kävi

● Hämeenkyrön Kalkunmäessä asuva Risto Lehtimäki lähti maanantaina 25.1. kello 20–21 hakemaan ajokoiransa, jonka haukunta oli vaimentunut kuumattomiin.

● Hän ajoi maasturillaan etsimään koiraa Kirkkojärveltä. Hän ajoi järvelle Kalkunmäen uimarannalta, ajoi rantoja pitkin ja kävi kääntymässä takaisin Laurilan lomakylän kohdalla.

● Paluumatkalla Patasenvuoren kohdalla hänen autonsa vajosi Kirkkojärveen.

● Mies sai soitettua kaverilleen, joka hälytti pelastuslaitoksen kello 20.59. Lehtimäki saatiin pelastettua autostaan noin puolen tunnin kuluttua. Vesi oli jo noussut kaulaan asti ja kehon lämpö laskenut 27,6 asteeseen.

"Oli se kamala paikka, kun kaveri soitti, että auto täyttyy vedellä."

JOUKO HUHTALA
Risto Lehtimäen
metsästyskaveri

25.01.2016

Emilia Tykkä
Jorma Huovinen
Aamulehti, Hämeenkyrö

● Se oli kylä ilta vertaansa vailla, Risto Lehtimäki huokaa.

Huokaus on ymmärrettävästi syvä. Lehtimäki nimittäin mulahiti maanantai-iltana Jeep Cherokee -maasturillaan Hämeenkyrön Kirkkojärven pohjaan.

–60 vuotta olen lähes turvallisesti sen rantoja ajellut ja aina on jää kestänyt. Tällä kertaa pääsin puoli kilometriä ja sitten molskahti, mies kertoo.

Maastoauto alkoi vajota hitaasti pohjaan. Kirkkojärven vesi nousi onneksi niin hitaasti auton hyttiin, että Lehtimäellä oli aikaa ajatella: hän nappasi kännykkänsä ja esti sitä kastumasta.

–Kerkesin kännykkää kiinni, mutta se on aika uusi enkä osan-

nut heti soittaa sillä hätänumeroon, Lehtimäki kertoo.

Onneksi pikavalinnassa oli kaverin numero, ja siihen Lehtimäki osasi soittaa.

–Kaveri soitti sitten yks yks kakkoseen.

Sillä välin vesi oli alkanyt täyttää autoa.

–Myönnän, että minulle tuli aikamoinen paniikki. Kyllä minulle tuli siinä mieleen, että se on loppu nyt. Rauhoitin kuitenkin kun huomasin, että vettä ei tulisi enempää ja autoon jäisi ilmatasku. Auton täyttyminen vedellä kesti hirveän pitkään, loppua kohti vettä tuli nopeammin tai voi olla että se vain tuntui minusta siltä, Lehtimäki kuvailee.

Ensin väärään paikkaan

Kirkkojärvi ympärillä oli sysimus-



Henkiinjäämis-teema tensu@iki.fi

12.01.2021

84

päivitetty vuoden
2003 taulukko
tuulen
kylmentävästä
vaikutuksesta

Canadian Wind Chill Chart *
Temperature (°C)

	0	-5	-10	-15	-20	-25	-30	-35	-40	-45	-50
Wind Speed (km/hr) **											
5	-2	-7	-13	-19	-24	-30	-36	-41	-47	-53	-58
10	-3	-9	-15	-21	-27	-33	-39	-45	-51	-57	-63
15	-4	-11	-17	-23	-29	-35	-41	-48	-54	-60	-66
20	-5	-12	-18	-24	-30	-37	-43	-49	-56	-62	-68
25	-6	-12	-19	-25	-32	-38	-44	-51	-57	-64	-70
30	-6	-13	-20	-26	-33	-39	-46	-52	-59	-65	-72
35	-7	-14	-20	-27	-33	-40	-47	-53	-60	-66	-73
40	-7	-14	-21	-27	-34	-41	-48	-54	-61	-68	-74
45	-8	-15	-21	-28	-35	-42	-48	-55	-62	-69	-75
50	-8	-15	-22	-29	-35	-42	-49	-56	-63	-69	-76
55	-8	-15	-22	-29	-36	-43	-50	-57	-63	-70	-77
60	-9	-16	-23	-30	-36	-43	-50	-57	-64	-71	-78
65	-9	-16	-23	-30	-37	-44	-51	-58	-65	-72	-79
70	-9	-16	-23	-30	-37	-44	-51	-58	-65	-72	-80
75	-10	-17	-24	-31	-38	-45	-52	-59	-66	-73	-80
80	-10	-17	-24	-31	-38	-45	-52	-60	-67	-74	-81

* 10 windchill units warmer with full sunshine
** Provided by weather stations

FROSTBITE GUIDE

Low risk (<5%)

Increasing risk (5-95%) within 30 minute exposure

High risk (>95%) within 10 minute exposure

High risk (>95%) within 5 minute exposure

High risk (>95%) within 2 minute exposure

Pariskunta 041102 pelastui palosta viime hetkillä

STT - MARTTILA Keski-ikäinen pariskunta pelastui viime hetkillä asutopalosta sunnuntaiaamuna Marttilassa Varsinais-Suomessa.

Naisella ja miehellä oli jo alkuva hypotermia eli vajaalämpöisyys, kun heidät pelastettiin miltei alastomina toisen kerroksen parvekkeelta.

Vuonna 1973 syntynyt avopari heräsi savuun makuuhuoneessaan aamuseitsemän aikoihin. He onnistuivat pakenemaan kahden koiransa kanssa asunnon parvekkeelle, missä pariskunta joutui värjötteleämään yövarusteissaan liki varttitunnin seitsemän asteen pakkasessa.

Pariskunta jäi tarkkailtavaksi Marttilan vanhainkodin hoitosastolle, eikä heillä ole enää hengenvaaraa.

Alustavasti näyttää siltä, että palo olisi saanut alkunsa jostakin makuuhuoneen sähkölaitteesta, mahdollisesti yölampusta.

Tee joskus "kylmettymistesti":
makaa päällysvaatteissa
maassa selälläsi liikkumatta.
Mittaa aikaa, mutta älä katso
kelloa. Sitten kun alkaa tuntua
kylmältä, nouse ylös ja katso
paljonko aikaa oli kulunut.

Talvella ei montaakaan
minuuttia tarvitse maassa
maata kun alkaa kylmä
tuntua.

Mitenkähän kesällä sateessa ?

Mies kylmettyi jäätymään tunneiksi jumiin autoonsa

ULOSAJO. Iäkäs mies kylmettyi, kun hän jäi tunneiksi jumiin ojaan suistuneeseen autoonsa. Tapaus sattui Ranualla varhain sunnuntaiaamuna.

Poliisin mukaan 70-vuotias mies suistui pakettiautolla ojaan, kun hän oli ollut kääntämässä autoa sukellusvenesataman liittymässä Simojärventielle.

Auto liukui ojaan hiljaisella vauhdilla, joten mies ei loukkaantunut eikä hänen autonsa vaurioitunut. Kuljettaja jäi niin hankalaan asentoon, ettei hän päässyt autosta omin avuin ulos.

Poliisi kertoo, että kuljettaja oli ollut jumissa autossa useita tunteja ennen sairaankuljetuksen saapumista paikalle. Hänet kuljetettiin sairaalaan Rovaniemelle.

Alkoholilla ei ollut osuutta tapahtumaan. STT/ROVANIEMI

[HS kuukausiliite syyskuu 1997, kuva Mount Everestin rinteeltä]



Tässä tulos, jos

**et vaan osaa toimia
kylmässä tai**

hikoilet ja väsyvät tai

luovutat henkisesti.

[suomalaisten lentolehtinen
venäläisille jatkosodan aikana]



Selviytymisen 7 uhkaa , 1/7

1. kylmyys

Ei silti pidä koheltaa kun lämmittelee.

Eräällä HJ3-kurssilla marraskuussa eräs kurssilainen lämmitteli juoksentelemalla ympäriinsä, kaatui ja löi hampaansa kiveen. Aih. Lämmittely käy paremmin ihan paikallaan, jumppaamalla isoja lihaksia; esim.

- **hartialihaksia "kananlennolla" ja**
- **reisilihaksia "kyykkyyn-ylös"-toistoilla.**

Selviytymisen 7 uhkaa , 1/7

1. kylmyys

Pelkkä lämmin tai edes haalea vesi on nautinnollista juoda kylmässä. Aaahh.

Kiehautettuun veteen voi lisätä "mitä vain" vihreitä havupuun oksia, ja antaa niiden hautua (vaalentua). Niitä ei siis keitetä (vitamiinit tuhoutuvat).

Muistele myös mikä brittiarmeijan yksikkö kärsi Falklandin sodassa (1982) pahimmat paleltumavammat ("wet cold = non-freezing")...
no sehän oli 42 Cdo RM.

Vilu. Sadat venäläissotilaat ovat vilustuneet, koska heidän uudet univormunsa eivät suojaa pakkaselta, kertoi sanomalehti Rossiskaja Gazeta keskiviikkona. Lehden mukaan muotisuunnittelija Valentin Judashkinin suunnittelema univormu on niin ohut, että sotilaat ovat kylmettyneet hyisessä talvisäässä. 16/12/10

Puoli tuntia jäissä ollut mies kylmettyi pahasti Nilsissä

STT - NILSIÄ Kuopiolainen mies kylmettyi pahoin Nilsissä Pohjois-Savossa lauantaina, kun hän vajosi heikkoihin jäihin Ruokosjärvellä. Mies joutui odottelemaan pelastajia puoli tuntia. Hänet vietiin alilämpöisenä hoitoon Kuopion yliopistolliseen sairaalaan.

Mies lähti lomamökiltään jäälle potkukelkalla virittelemään isku-koukkuja. Ohut jää petti noin 150 metrin päässä rannasta. Kalastaja pysytteli pinnalla potkurin varassa.

Nilsian palomestarin **Risto Taskisen** mukaan pelastustöiden alku viivästyi noin varttitunnin siksi, ettei kesäasunnolle ollut merkitty osoitetta. Yksiköt lähtivät etsintöihin edelliseltä mökiltä, jolta matkaa uppoamispaikalle oli vielä puoli kilometriä. Etenemistä hidasti ohut jää. Se oli paksuimmillaan vain kolme senttiä.

Kylmettynyt kalastaja pääsi itse erämaasta

STT - UTSJOKI Kadonnutta kalastajaa etsittiin Utsjoella sunnuntaita vasten yöllä. Lapin hätäkeskus sai hätäilmoituksen vähän ennen puolta yötä Kaldoaivin erämaasta Mustatunturin maastosta.

Puhelinyhteyksien heikkouden vuoksi yhteys katkesi, ennen kuin hädän laatu selvisi. Tiedusteluissa saatiin selville, että maastossa oli mahdollisesti kadonnut henkilö, ja etsinnät aloitettiin. Nuorgamin rajavartioston etsintäpartio löysi sunnuntaiaamuna hylätyn repun, jonka perusteella etsinnät keskitettiin Mustatunturin ja Alakönkään väliseen maastoon.

Yön aikana jokeen kaatunut, kylmettynyt ja lievästi loukkaantunut etsittävä pääsi omin avuin vähän ennen puolta päivää sunnuntaina maantien varteen.

Etsintään osallistuivat poliisi, Rajavartiolaitos, Utsjoen pelastuslaitos ja pelastushelikopteri Aslak.

Ihmisen selviytymistä kylmässä vedessä tutkittiin perusteellisesti Keski-Euroopassa 1940-luvun alkupuolella paikallisten ilmavoimien toimesta.

Kuvassa professori Ernst Holzlöhner ja tohtori Sigmund Rascher (lääkintäkapteeni).



Selviytymisen 7 uhkaa , 2/7

2. kipu (loukkaantuminen)

Loukkaantuneena selviytyminen saattaa vaikeutua huomattavastikin.

Peruselintoiminnot täytyy turvata ennen kuin muuta kannattaa ajatellakaan.

Hengitys, verenkierto, tyrehtyä verenvuodot, siirrä potilas turvaan. Mutta jos ei ole hätää niin älä siirrä.

Selviytymisen 7 uhkaa , 2/7

2. kipu (loukkaantuminen)

Arkielämässä olette huomanneet kuinka mitättömän suuruinen pikkuasia voi aiheuttaa suurta kiusaa; esim.

- hammasta vihloo
- tikku sormessa
- rakko jalassa
- roska silmässä
- päänsärky (nestehukka, valvominen, savu)
- niskanahka palanut auringossa.

Selviytymisen 7 uhkaa , 2/7

2. kipu (loukkaantuminen)

Kovanaamat voivat juuri ennen HJ3-kurssia käydä verenluovutuksessa (SPR Veripalvelu), se simuloi pientä verenhukkaa (450 g).

Vaikutus on yksilöllistä, mutta esim. janon tunne hieman lisääntyy, voi väsyttää hieman enemmän, vastustuskyky laskee (vilustuminen).

Selviytymisen 7 uhkaa , 3/7

3. uupumus (väsymys)

Kovakuntoisinkin väsyä joskus.

Selviytymistilanteessa ei kannata väsyttää itseään (esim. Polarin retkikunta Grönlannissa 1997).

Ennen väsymistä pitää pystyttää leiri, "hyvän sään aikana".

Heinäkuussa **yli kolme vuorokautta (neljä yötä)** eksoyksissä suoalueella eteläisessä Suomessa sisämaassa.

Säätila oli lämmin ja melko kuiva.

Vieläköhän olisi vuorokauden selvinnyt hengissä...???

Marjastaja katosi useiksi päiviksi suolle

STT
Tammela

150713

Keskiviikosta lähtien kadoksissa ollut marjastaja löydettiin sunnuntaina hengissä Tammelassa.

Kanta-Hämeen poliisin mukaan nainen oli tajuissaan ja pystyi puhumaan, mutta oli niin uupunut, ettei kyennyt enää liikkumaan omin avuin.

Lakkoja ruokana

– Hänellä oli ollut keräämiään lakkoja, joita oli pystynyt syömään, kertoi rikoskomisario **Tommi Repo**.

Somerolainen 66-vuotias nainen lähti marjastamaan Torronsuolle keskiviikkona iltapäivällä. Puoliso teki katoamisilmoituksen, kun naista ei kuulunut kotiin. Torronsuo on Etelä-Suomen suurimpia soita.

Naisen löysivät sunnuntaina vapaaehtoiset etsijät.

– Vettä hän oli heti pyytänyt ja oli tietenkin hyvin helpottunut, että hänet löydettiin, Repo kertoi.

Naisen etsintöihin osallistui suuri joukko vapaaehtoisia. Nainen oli sunnuntaina hoidossa sairaalassa.

Selviytymisen 7 uhkaa , 4/7

4. pelko

Usein ihminen pelkää tuntematonta asiaa. Vrt. puna-armeijalaiset metsää Talvisodassa, jenkit viidakkoa Vietnamin. (Outoa oli myös suomalaisilla rauhanturvaajilla kuumassa Afrikassa.)

Pelko ja mielikuvitus ovat huono yhdistelmä. Pimeässä ?? Oudossa ympäristössä ?

Pelko voi johtaa (ainakin yksin oltaessa) ihmeellisiin kuvitelmiin ja hölmöön hätiköintiin, jopa epätoivoisiin tekoihin.

4. pelko

Pelkääminen on luonnollista hätätilanteessa, eikä se ole hävettävää. Tosin joskus pelko saattaa lamauttaa ajattelun ja toiminnan...

Pelkoon auttavat mm. aiemmat välineiden, taitojen ja tekniikoiden harjoittelut.

"On sitä ennenkin pärjätty."

Jos puuhastelet jotakin, et ehkä huomaa pelkoa ja yksinäisyyttä. Toimettomuus on pahasta.

Ensimmäisiä päiviä rintamalla oleva sotamies ryntää keskellä yötä korsuun ja huutaa silmät päässä pyörien:

- Äkkiä ulos kaikki, näin ainakin sadan vihollisen hiipivän tännepäin!
- Tokkopa niitä sentään sataa on?
- On. No, on ainakin kymmenen!
- Onkohan edes niin monta?
- Ihan varmasti näin, että yksi mies liikkui.
- Näitkö oikein?
- No mikäs muu siellä sitten olisi risahtanut?

Vuoristoon eksyneiden ihmisten ensisijainen kuolinsyy on hypotermia eli alilämpöisyys – ihminen on luotu elämään melko lämpimissä olosuhteissa. Eksyneen eloonjäämismahdollisuudet kasvavat, jos hän osaa pysytellä rauhallisena pimeydessä, yksinäisyydessä ja tuntemattomassa maastossa. Se, selviytyykö vuorille eksynyt hengissä vai ei, riippuu 80-prosenttisesti siitä, miten hän reagoi pelkoon, 10-prosenttisesti siitä, millaiset välineet hänellä on ja 10-prosenttisesti siitä, miten hyvin hän osaa käyttää niitä. Kerro aina jollekulle, minne olet lähdössä ja milloin aiot palata.

[Tiukkojen tilanteiden käsikirja, 2004]



Eräs keino hallita pelkoa on se, että on harjoitellut selviytymistilanteita. Eli **"olen selviytynyt vastaavanlaisesta tilanteesta ennenkin"**. Tai on ainakin lukenut selviytymiskertomuksia. Mutta ei kaikenlaisia tilanteita voi harjoitella. Ja harjoituksista aina tietää että ne ovat vain harjoituksia.

Selviytymisen 7 uhkaa , 5/7

5. jano

Kuulemma ihminen voi selvitä 3 päivää ilman vettä. Mutta parin päivän jälkeen ei ehkä pysty itseään paljoakaan auttamaan (lepää). Tosin historiassa on dokumentoitu pidempiäkin yksittäistapauksia...

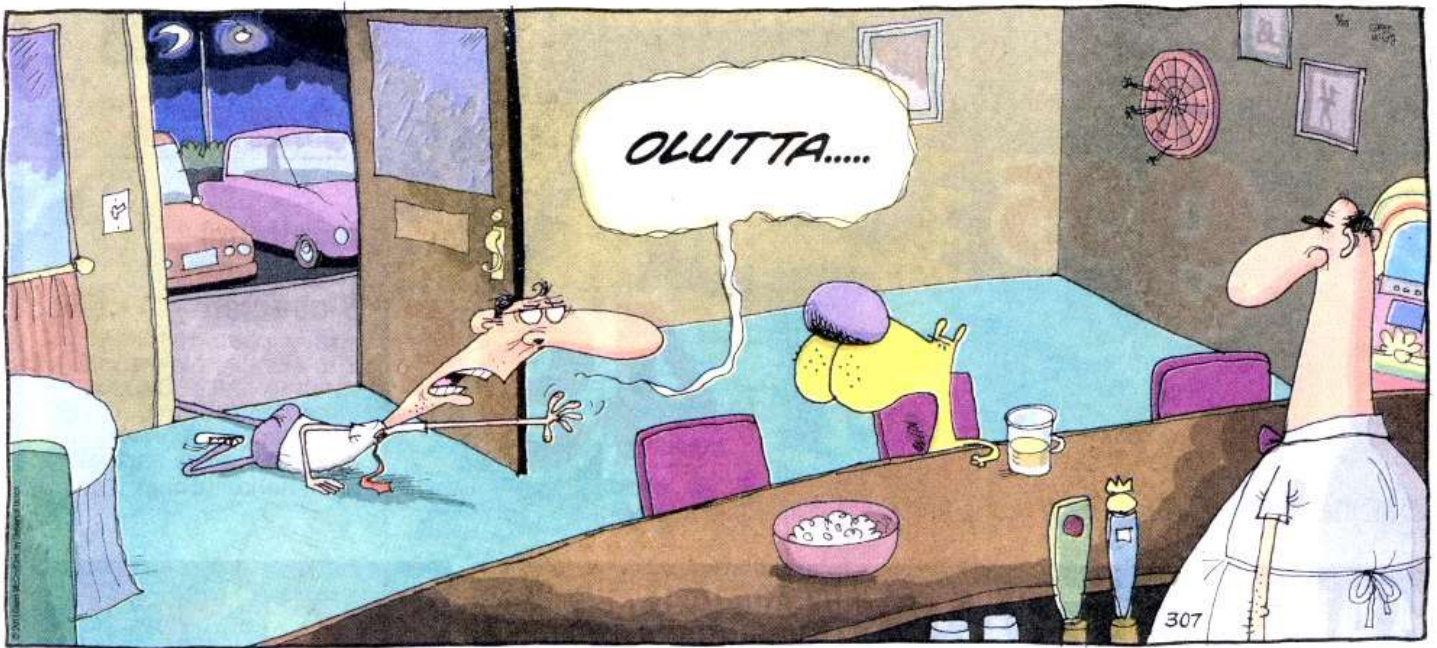
Vältä hikoilua, säästä vettä.

On sitä nähty kun kurssilaiset nuolevat aamukastetta puolukanlehdistä.

aina kannattaa juoda, kun on tilaisuus eikä liikaa vettä voi vahingossa juoda



Vesi on yllättävän tarpeellista ainetta selviytyjälle.



Jotkut surkimukset eivät meinaa ymmärtää juomaveden arvoa.



Asiat voivat olla huonosti... tai vieläkin huonommin.

Selviytymisen 7 uhkaa , 6/7

6. yksinäisyys

Kuten pelko, voi yksinäisyys olla joillekin kova (ellei peräti ylittämätön) pala.

Toimettomuus ja turha odottaminen voivat johtaa paniikkiin ja epätoivoisiin tekoihin.

Jokin (mikä tahansa) puuhastelu pitää ajatukset muussa kuin omassa yksinäisyydessä ja surkeassa tilanteessa.

Joidenkin mielestä tämä on pahin uhka.

Selviytymisen 7 uhkaa , 7/7

7. nälkä

Kuulemma ihminen voi selviytyä syömättä 3 viikkoa, jos vettä on saatavilla. Tuon ajan jälkeen ei kyllä pysty seisomaan, mutta on hengissä.

Nälkä hidastaa ja heikentää toimintaa, yksilöllisiä eroja on. Kylmä tulee helposti.

Paljolti nälkä on korvien välissä.

3-4 vrk:n kuluttua alkaa ketoosi-ilmiö, elimistö alkaa kuluttaa rasvavarastoja.

Lämmin heinäkuinen päivä Hämeessä... mutta onko kuvassa jotakin outoa...?



Liikuttaessa paljon lämpimällä tai oltaessa paljon auringossa

- **lämpöuupuminen**

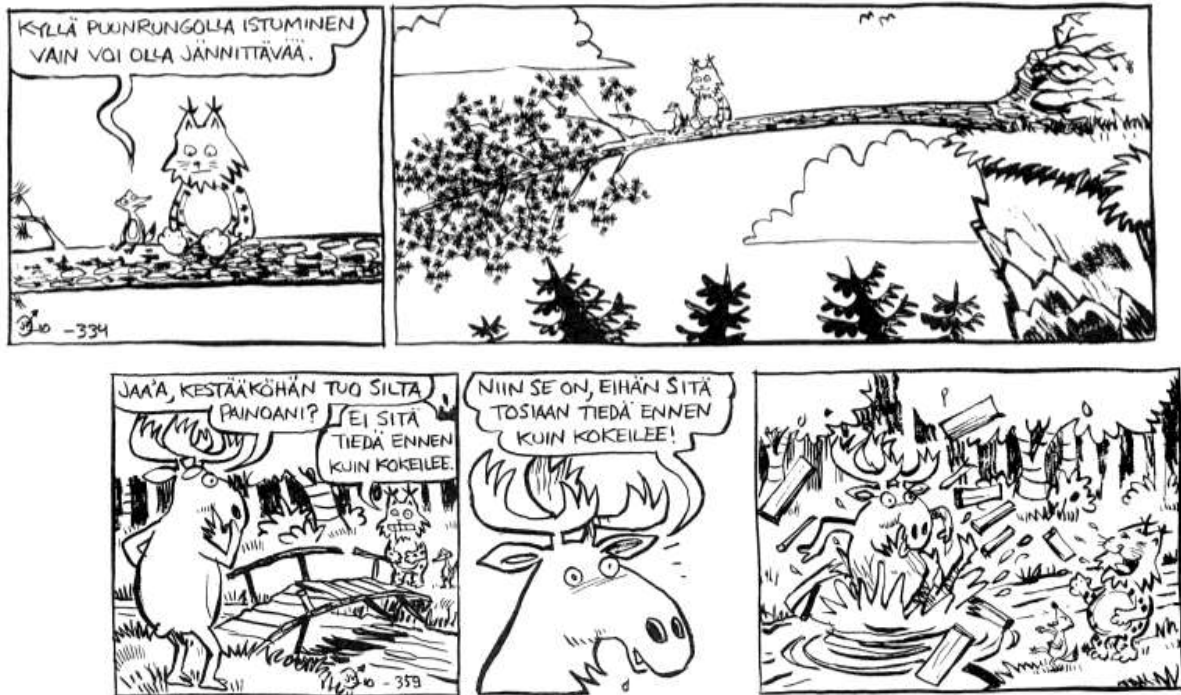
- voi tulla kesäkuumalla päivässä jotoksella
- väsymys, "höntti olo", mielenkiinto tarkkaan tekemiseen häviää, päänsärky, pyörrytys
- "mieluummin kaataa veden päällensä kuin juo"

- **lämpöhalvaus**

- tajunnan menetys voi kehittyä nopeasti
- ruumiinlämpö yli 39,5 astetta
- hätätilanne → jäähdytys.

Selviytymisen 7 uhkaa , 8/7

8. oma hölmöily



Henkiinjäämis-teema tensu@iki.fi

12.01.2021

113

Itsetuhoisuutta voi esiintyä joillakuilla ulkoilijoillakin, ei pelkästään tupakanpolttajilla, mällinpurijoilla tai täysvegaaneilla.



Kaikenlaisia kohelluksia voi etsiskellä JuuTupesta...

Henkiinjäämis-teema tensu@iki.fi

12.01.2021

114

Varovaisuus ei ole pelkoa vaan viisautta.



Kaikenlaisia kohelluksia voi etsiskellä JuuTupesta...



PÖYRÖÖT



IHMINEN SELVIYTYY...

Ihminen selviytyy... jos haluaa

Ihminen on karvaton tasalämpöinen eläin, mutta onneksi aivot ovat suhteellisen isot.

Selviytymisen ”kolmen sääntö”: ihminen pärjää

- **3 minuuttia ilman happea**
- **3 vuorokautta ilman vettä**
- **3 viikkoa ilman ruokaa.**

Vähemmän tunnettuja lisäyksiä:

- 3 tuntia kylmässä
- 3 päivää jäkättävän matkakumppanin kanssa.

Tuttu ranta yllätti hiihtoreissilla

Kangasalalainen Marja-Liisa Manka häpesi jäihin putoamista, mutta päätti mietittyään kertoa tarinansa varoitukseksi.

AL 090121

Jaana Kerola
Aamulehti

• Paljon liikuntaa harrastava Marja-Liisa Manka, 68, päätti lähteä loppiaisena ennen puoltapäivää Kangasalla hiihtolenkille, josta olisi voinut tulla hänen viimeisensä. Hän vajosi Vesijärveen suksineen ja sauvoineen eikä päässyt heti ylös.

Hän päätti torstaina varoittaa muita heikoista jäistä sosiaalisessa mediassa.

– Harkittuani yön yli ajattelin, että minun on pakko laittaa varoitus, vaikka häpesin tapahtunutta. Tuosta menee silmiäni alta jäälle ihmisiä.

Häpeä oli päällimmäisenä myös jäihin pudottua.

– Sätin itseäni ihan hirveästi.

Mielessä oli myös puolison varoitus.

– Hän sanoi, että onkohan tuo nyt viisasta.

Uudestaan veteen

Häpeää seurasivat säikähdyks ja hämmästyks.

– Avannossa ehti ajatella aika



JUSSI MANKA

Pipo putosi Marja-Liisa Mankan päästä hänen pelastautuessaan loppiaisena Vesijärvestä Kangasalla. Sukset hän totesi hyödyttömiksi, joten hän jätti ne matkan varrelle.



LEO KINNUNEN



Ajattelin elämän haurautta. Voi taivas, tässäkö se nyt oli.

taman kerran apuakin, mutta ei hän tuolta kukaan kuule.

Mankan koti sijaitsee puolen kilometrin päässä tapahtuma-

retkiluistelilijat mittasivat jään-paksuuden.

– Sitä oli 7–8 senttiä, mutta sitten oli outo kohta, jossa jäätä oli muutama sentti. Siinä kohdin putosin.

Palaamme jäihin ja toiseen ponnistukseen vedestä ylös.

– Ajattelin, että otan käyttöön kaikki voimani, mitä minusta löytyy ja noston itseni ylös, vaikka käsivarteni ovat kuin pulkanarut.

Manka lepäsi hetken pää jäätä vasten.

sempaan käteeni ja jotenkin hiissäsin itseäni ylös. Toisessa kädessäni olivat ne suksiruojat.

Sukset Manka havaitsi hyödyttömiksi ja jätti ne. Hän taivoitti maata jalkojen alle, mutta vielä piti kavuta korkeaa rinnettä kantoineen ja risuineen ylös kohti kotia.

– Huusin taas muutaman kerran apua.

Mankan puoliso oli kotona, mutta ei voinut kuulla sisälle huutoa.

Hyvä kunto auttoi

Saavuttuaan metsäpolulle Manka tiesi, että pian tulee vastaan mäenlaki.

– Lopulta konttasin kotiin. Yritin käsilläni puhelinta taskusta, mutta ei ollut toivoakaan saada taskua auki, hän kertoo.

Pian puoliso näki sisällä vaimonsa vettä valuvana sauvat kädessään.

– Hän meni aivan sokkiin, kun ei tiennyt, mitä on tapahtunut.

Mankan ruumiinlämpö oli 35 astetta, kun hänen soittamansa ambulanssi saapui. Hän odotti apua lämpimässä suihkussa.

Ensihoitajat kiittivät yhtä asiaa siinä, että tilanne salli elpymisen kotona.

– He sanoivat, että varmasti hyvä kunto auttoi selviämään, Manka kertoo.

– Juoksin viime vuonna yli tuhat kilometriä ja toiset tuhat tulivat muilla tavoilla, kävelyllä, pyöräilyllä ja hiihdolla. Oli minulla onnen lisäksi monta etua puolellani.

Valikoidussakin joukossa voi olla joku heikompi lenkki.



Ihminen selviytyy... jos... psykologiaa

Maailmanhistoriassa on dokumentoituja tapauksia, joissa täysin ummikko ja maallikko on selviytynyt todella hankalista paikoista ja vakavista tapauksista ilman varusteita ja koulutusta.

On myös tapauksia, joissa koulutetut ammattilaiset eivät ole selviytyneet edes hyvät varusteet ja hätäpakkaukset mukanaan...

Asenne ratkaisee, siis yksilön kyky mukautua tilanteeseen ja toimia "oikein" (psykologiaa).

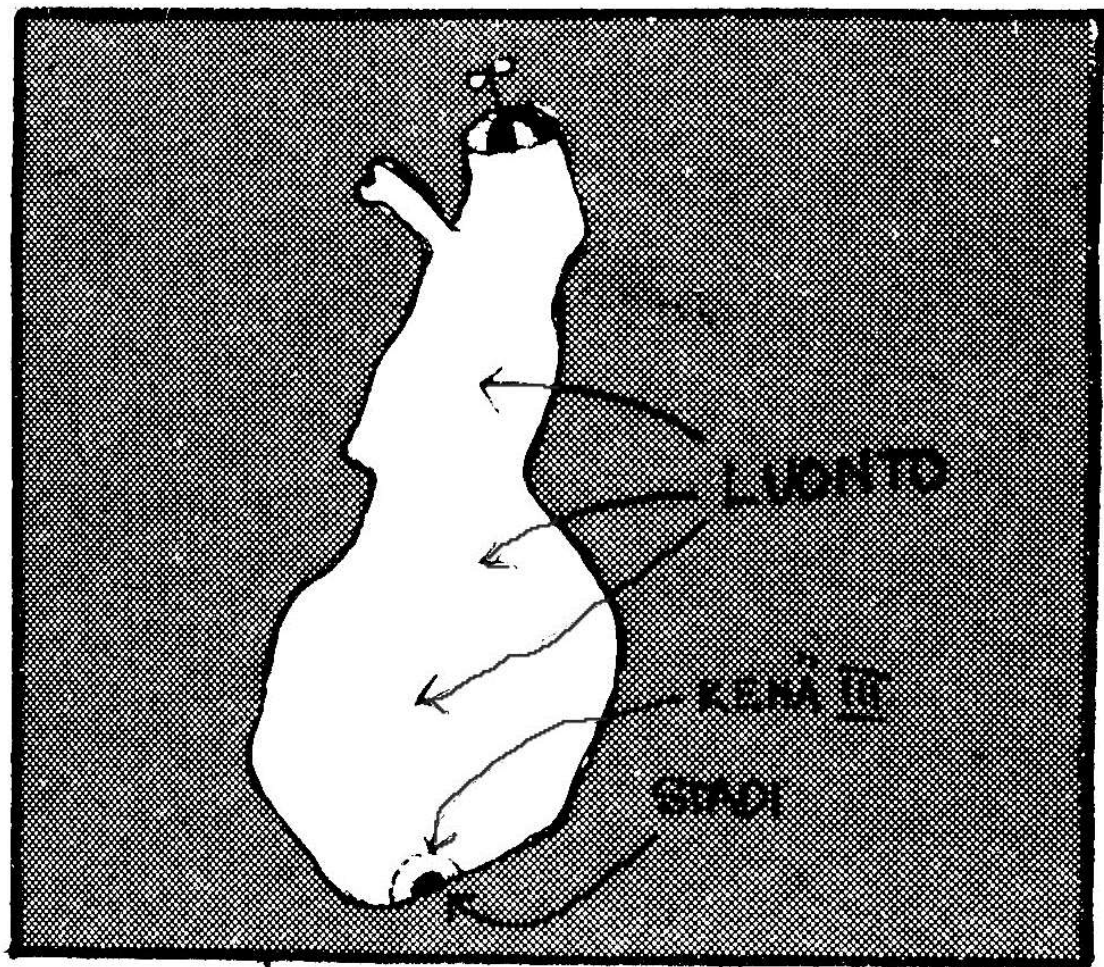
("oikein" = vähemmän hölmösti)

Voi käydä niin, että jostakin käsittämättömästä syystä huomaa joskus joutuneesi luontoon. Luonto on outo ja pelottava paikka, jota useimmat kammoksevat.

Kuten sanottua, jossakin elämän vaiheessa voi kuitenkin käydä niin, että luontoon joutuminen on väistämätöntä. Saattaaahan olla, että joudut tekemään pakkolaskun lentokoneella tai ehkäpä autosi hajoaa moottoritielle, jolloin äkillisesti iskevä mielenhäiriö ajaa sinut kohti tuntematonta.

Täysin vaaratonta, joskin lapsellisen helppoa luontoharjoitusta varten ei tarvitse mennä kauas. Kokeilunhaluiset voivat matkustaa alueelle, joka sijaitsee Pitkäsillan pohjoispuolella. Siellä on säilynyt pieniä havainnollisia luonto-aihoita.

Todellista luontoa voi löytää kuitenkin vasta periferiassa. On mentävä pitkälle maagisen Kehä III:n ulkopuolelle, ennen kuin löytyvät ne epätodelliset villit erämaat, joista monissa vanhoissa kirjoissa kerrotaan.



Ikävä kyllä monissa pilapiirroksissa on taustalla tositapauksia maailmalta.



Ihminen selviytyy... jos.....

Joitakin esimerkitapauksia, hyviä tai huonoja;

- miten koukkuterä pelastusveneveitsi syntyi 1944
- pienkone Kanadassa talvella 1972 (kirja)
- Uruguayn potkupallojoukkue Andeilla lokakuussa 1972 (kirja ja elokuva)
- jenkkilientäjä ja muurahaiskeko
- jenkkilientäjä ja radion rikkominen
- ranskalaiset kommandot helmikuussa 1984 Välimerellä
- amerikkalainen pienkone jäälle talvella
- kaksi kiipeilijää talvella amerikanmaalla (hätäviestintä)
- nuori selviytymis-kokeilija Alaskassa (kirja)
- suomalainen selviytyjä-kokeilija Lapissa sulan maan aikana
- brittisotilaat hekossa Falklandilla
- SAS:n pääsykokeissa menehtyneet
- F-16:n lentäjä Bosniassa kesäkuussa 1995 (kirja ja dokumenttifilmi)
- SAS-partion sekoilut Irakissa 1991 (kirjoja ja elokuvia)
- Timo Polarin retkikunta Grönlannissa huhtikuussa 1997
- psykologiaa voi lukea mm. sotavankeus- ja -pako-kertomuksista
- talviharjoitus 1998, juomattoman epätoivo
- UT-kurssi 2000, sukat, nuotion sammutus
- HJ-kurssi 2003 ja UT-kurssi 2004, hätämerkit (kuvia)
- HJ-kurssi 2003, polttopuiden keruu yöllä
- UT-kurssi 2004, maantiekiihtäjät
- HJ-kurssi 2005, puhtaan veden käyttö, ja veden keitto pakilla
- Talvitaidot 2004 V-K-järvi, huopavuorisaappaat.

"Älä jätä aivoja narikkaan."

Yksi pieni ajatusvirhe voi johtaa toiseen, ja se katastrofiin.

Henkiinjäämis-teema tensu@iki.fi

12.01.2021

125

Moottorikelkkailija kuoli kylmyyteen Ivalojoella

110200

STT - INARI Moottorikelkkailija menehtyi kylmyyteen ajokin juututtua sohjoiseen lumeen Ivalojoella keskiviikkona. Hänen kanssaan matkalla ollut mies selvisi reissusta hengissä.

Paikkakuntalaisten, keski-ikäisten miesten kelkka pysähtyi jään pinnalle kertyneeseen veteen ja sohjoiseen lumeen Ritakoskella. Toinen väsyneistä ja kylmettyneistä miehistä lähti hakemaan apua Ritakosken kämpältä. Kämpällä ei kuitenkaan ollut ketään.

Pari tuntia lämmiteltyään mies palasi kelkalle ja löysi kaverinsa menehtyneenä.

Avunhakija selvisi itse kävelemällä 13 kilometrin päähän Tolosen kylään. Mukana olleesta gsm-puhelimesta ei ollut apua, sillä Ivalojoen kuru on kuuluvuusalueen ulkopuolella.

Miehet olivat varustautuneet asianmukaisesti, mutta eivät olleet tehneet tulia. Poliisi selvittää tapausta.

Neljä päivää metsässä harhaillut palasi kotiinsa Mäntsälässä

241103

STT - MÄNTSÄLÄ Keskiviikkona Mäntsälästä kadonnut 55-vuotias mies palasi kotiinsa sunnuntaina iltaapäivällä. Hän oli kateissa neljä päivää. Mies kertoi olleensa metsässä, todennäköisesti koko ajan ilman ruokaa ja juomaa. Mies vietiin terveyskeskukseen elpymään.

Edellisen kerran mies oli nähty hänen ollessaan keskiviikkona Mäntsälän keskustassa. Häntä etsittiin viranomaisien ja vapaaehtoisten voimin lähimetsistä katoamisen jälkeen.

Henkiinjäämis-teema tensu@iki.fi

12.01.2021

126

Aloittelija pärjää metsässä vaikka viikon

ERÄNKÄYNTI Eräopas Jouni Ijas kannustaa suunnittelemaan retken hyvin.

090915

VILMA MAUKONEN

Metsäretkeily on monissa perheissä suosittua ajanvietettä. Mukavalle perhelomalle ei tarvitse lähteä kovin kauas, sillä parhaat kesälo-mamuistot voivat löytyä jopa lähimetsästä.

Mutta miten telttaretkkeen kannattaa varautua?

–Kaikki lähtee hyvästä val-

mistelusta. Vuodenaika, paikka, retkeläisten määrä ja retken tarkoitus vaikuttavat kaikki siihen, mitä kannattaa pakata mukaan ja mihin varautua, eräopas Jouni Ijas kertoo.

Retkipaikkaa pohtiessa kannattaa huomioida puhelimen kuuluvuus. Hätätilanteissa on silloin mahdollista saada yhteys viranomaisiin.

Tärkeimmiksi asioiksi retkelle Ijas listaa puukon, ensiapuvälineet ja tulitikut.

Muista perusvarusteista, kuten teltan, makuualustan ja makuupussin käytöstä, Ijaksella on myös kerrottavaa. Teltan pitää olla vedenpitävä

ja vuodon sattuessa mukana kannattaa olla pressu peitoksi. Makuualustan tulee olla paksu, sillä se suojaa maan kylmyydeltä.

–Makuupussi pitää muistaa tuulettaa aamuisin, jotta yön aikana kerääntynyt kosteus haihtuisi ja makuupussi lämmittäisi seuraavanakin yönä, kertoo Ijas.

Ruuanlaittoa varten Ijas suosittelee trangian tai risukeittimen hankkimista. Trangia vaatii mukana kuljetettavan polttoaineen, risukeitin taas toimii luonnosta löytyvillä oksilla.

–Nuotio on tietysti tunnel-



Monet pienet asiat kuten tulitikut ovat elintärkeitä retkellä, mutta unohtuvat helposti, eräopas Jouni Ijas muistuttaa.

mallinen ratkaisu, mutta sen tekemiseen vaaditaan maanomistajan lupa. Keittimen

kanssa pääsee vähemmällä vaivalla, Ijas neuvo.

Ruuanlaittoa koskien Ijak-

sella on myös suosituksia.

–Ruoka-aineissa helppo-us ja säilyvyys ovat valtteja, minkä takia erityisesti kuivattu ruoka on suositeltavaa. Kuivattaminen on lähes kaikkien ruoka-aineiden kohdalla mahdollista, esimerkiksi jauheliha ja hernekeitto ovat kevyitä kantaa ja helppoja valmistaa kuivattuna.

Ijaksen mukaan valmis-retkiruuan käyttö voi myös helpottaa ruuanlaittoa. Ijas suosii myös suoraan metsästä löytyviä ruokia.

–Sieniä, marjoja ja kaloja on helppo hankkia itse. Mikään ei ole parempaa kuin aamupuuro itse kerätyillä aineksilla.



"Neuvokas voi selviytyä tilanteista, joihin viisas ei joudu."

Tensun omia kokemuksia (kursseilta)

väsymys (unen puute tai raskas pitkä puuhailu, esim. 12 h kävely kesäkuumalla)

- ajattelu hidastuu ja vaikeutuu
- "ei jaksa" löytää ratkaisua nopeasti
- "ei viitsi" tehdä jotakin pientä juttua nopeasti
- ei paljoakaan vaikuta voimiin.

nälkä

- ei vaikuta ajatuksenjuoksuun
- voimat vähenevät (kehon energiatehokkuus ?)
- mäkien päälle nousu ja hakkuuaukea kulkureitteinä eivät kiinnosta tippaakaan. ;-)

Samassa porukassa ollutta, ja luettua...

Jossakin kohtaa ihmisen kestäkyvyn raja vaan tulee vastaan. Väsymys ja stressi ovat pääsyinä. (Voi tapahtua myös kaupungissa kesken työpäivän.)

Hän alkaa toimia käsittämättömästi, pöljästi, järjenvastaisesti, aivan ennustamattomasti, hölmösti, vaarallisesti, ei osaa itse tehdä yksinkertaisiakaan asioita, mieli muuttuu jatkuvasti.

Sivullinen voisi ihmetellä onko tuo jonkin huumaavan aineen vaikutuksen alainen. Kun mitään hätää ei ole.

Vaikkei oikeasti mitään hätää olisikaan, tällaisesta ihmisestä jotenkin vain tuntuu siltä että on paha/kestämätön tilanne. Ei välttämättä usko puhetta.

Tuollaista "ratkeamista" ei aina voi ennakoida, vaan usein sellainen tulee yllättäen. Kaveri rauhoittuu levolla.



Ylikuormittuneet aivot ovat riski työpaikalla

STT
Helsinki

211009

Ylikuormittuneet aivot voivat olla riski työpaikalla. Ylikuormitus voi viedä havainnointikyvyn, ja virheet voivat vaarantaa sekä oman että muiden työturvallisuuden.

– Aivot kykenevät sopeutumaan ajoittaiseen stressiin, mut-

ta vain tiettyyn rajaan saakka. Tämän tasapainon löytäminen nyky-yhteiskunnassa on aika-moinen haaste, totesi Työterveyspäivillä puhunut tutkimus-professori **Kiti Müller**.

Aivojen ylikuormittuminen voi Müllerin mukaan näkyä myös muistihäiriöinä. Muisti-vaikkeudet ovatkin hänen mukaansa hälyttävän yleisiä.

Työterveyslaitoksen muutamana vuoden takaisen tutkimuksen mukaan noin joka viides työssäkäyvä koki joko pitkäaikaisia tai toistuvia muisti- tai keskittymisvaikeuksia. Nämä ongelmat koskettavat kaikenikäisiä. Ihmisen tietojenkäsittelyjärjestelmä ei yksinkertaisesti taivu kaikkiin nykytöiden vaatimuksiin.

Joopa joo...

valkeus taisi taas
kerran nauraa
pimeyden töille...

Surulliset miehet ampuivat itseään vuorotellen jalkaan

MAIJA VEHVILÄINEN

Aamulehti

281010

Humala, ase ja suru johtivat erikoiseen välikohtaukseen tiistain ja keskiviikon välisenä aamuyönä Tampereen Hervannassa.

Yhdessä iltaa viettäneet kaksi kolmekymppistä miestä olivat juoneet paljon, ja käden ulottuvilla sattui olemaan ampuma-ase. Lisäksi toisilleen sukua olevien miesten lähisukulainen oli vähän aikaa sitten kuollut.

Kerrostaloasunnossa Hervannan Kärkikujalla kajahti kaksi laukausta neljän aikaan aamuyöllä.

– He ovat kertomansa mukaan olleet herkässä mielentilassa ja alkaneet sitten syystä tai toisesta puhua siitä, uskaltaako kumpikaan ampua itseään jalkaan, muotoilee rikoskomisario **Hannu Kallioniemi** Pirkanmaan poliisista.

Kumpikin uskalsi, sillä miehet ampuivat vuorotellen itseään jalkaan samalla aseella. Asunnossa ollut nainen soitti apua.

Ampumahaavat sääriinsä saaneet miehet päätyivät sai-

raalaan leikattaviksi.

Kallioniemen mukaan miesten ja viereisessä huoneessa olleen naisen kertomuksia ei ole syytä epäillä. Aluksi poliisi epäili ampuemisista naista, mutta hänet on jo vapautettu.

Omaan jalkaan ampumisen ei ole rikos, eivätkä miehet Kallioniemen mukaan varsinaisesti yllyttäneet toisiaan. Rikoksista heitä kuitenkin epäillään. Miehiä kuullaan, kun he pääsevät sairaalasta.

– Ase on luvaton, joten molempia epäillään ampu-ma-aserikoksesta. Lisäksi on syytä epäillä vaaran aiheuttamista, sillä he ovat ampuneet laukauksia asunnossa, jossa on ollut myös sivullinen vaaravyöhykkeellä.

Paikalla olleelle naiselle ei tullut tilanteesta vammoja.

Itseään ampuneilla miehillä on ennestään rikostaustaa. Kallioniemen mukaan tapaus on myös paljon nähneelle poliisille poikkeuksellinen.

– Uskon, että osapuolet itsekkin ovat ajatelleet, että mitä kaikkea hullua sitä tulee mieleen.

Eräällä MPK:n hj-kurssilla 2003

- Pelikuvio: porukka oli kuljetuskoneessa, ja kone putosi maahan ennen aikojaan, lentäjät menehtyivät maahansyöksyssä. Vähäisillä varusteilla piti sinnitellä viikonloppu huhtikuussa.
- Tuolla pidennetyn (to-ma) pääsiäisviikonlopun HJ3-kurssilla oli ensimmäisen päivän luento-osuudella kysymys, **mikä on se aivan ensimmäiseksi tärkein varuste tuollaisessa tilanteessa ?**

Eräällä MPK:n hj-kurssilla 2003

- Pelikuvio: porukka oli kuljetuskoneessa, ja kone putosi maahan ennen aikojaan, lentäjät menehtyivät maahansyöksyssä. Vähäisillä varusteilla piti sinnitellä viikonloppu huhtikuussa.
- Tuolla pidennetyn (to-ma) viikonlopun HJ3-kurssilla oli ensimmäisen päivän luento-osuudella kysymys, **mikä on se aivan ensimmäiseksi tärkein varuste tuollaisessa tilanteessa ?**
- Yllättäen (??) moni vastasi: ase.
- Ei se niin ole, vaan ensiaputarvikkeet !!
- Seuraavaksi puukko ja tulitikut.
- Entä kartta ja kompassi ??



Jänis: "Olen eksyksissä!"
Liisa: "Minne olet menossa?"
Jänis: "En tiedä!"
Liisa: "Mistä sitten tiedät, että olet eksyksissä?"



"Niin kauan ei ole mitään hätää, kun saa tupakin syttymään."

Mitä vikaa on kuvassa...
hänellä ei ole ensisidettä maastotakin hihataskussa.



- MAHTAVAA KUN JÄIDEN SULAMINEN ON NÄIN AIKAISESSA!
NYT PÄÄSTÄÄN ETUJASSA EXTREME-HARRASTUKSEN PARIIN!

Jään läpi veteen putoamisen jälkeen on tehtävä tulet, ja alettava kuivattelemaan vaatteita sekä varusteita.



Täytyy silti aina varoa ettei polta varusteitaan...

PELASTUMINEN

5 viikkoa

130516

● Tyynellämerellä on pelastettu 14 ihmistä, jotka olivat ajelehtineet merellä yli viisi viikkoa. Paikallisen *Post Courier* -lehden mukaan ryhmä oli lähtöisin Papua-Uudesta-Guineasta. Heidän oli tarkoitus matkata saarelta toiselle maan itärannikolla. Heidän veneensä moottoriin oli kuitenkin tullut vika huhtikuun 4. päivänä.

SELVIITYMISEN PSYKOLOGIAA

Selviytymisen psykologiasta

Tuntematon pelottaa aina, enemmän tai vähemmän (vrt. suomalainen pimeä metsä ulkomaisille sotilaille takavuosina – koska he eivät olleet eläneet metsäisellä alueella).

Mielikuvitus keksii kaikenlaista. Liian vilkas mielikuvitus voi siis olla haitaksi.

Pelko voi kehittyä hallitsemattomaksi paniikiksi. "Mopo karkaa käsistä".

MUTTA NIINHÄN SE VALITETTAVASTI NYKYAIKANA USEIN MENE - VAIKEUS ALKAA, KUN ASFALTTI LOPPUU.

HELMIÄ SIOILLE





STOP

SEIS ! Pysähdy ja rauhoitu.

Tuumaile ja tarkastele tilannetta.

Ota tilanne haltuun.

Pohdi mitä pitäisi tehdä seuraavaksi.

S - Stanna. Gör inget förhastat.

T - Tänk igenom din situation. Hur är upptäcktsrisken?

O - Orientera dig. Var är du i terrängen? Vad har du för hjälpmedel?

P - Planlägg din förflyttningsväg.

QUICK REFERENCE CHECKLIST

Decide to Survive!

- S** - **S**ize up the situation, surroundings, physical condition, equipment.
- U** - **U**se all your senses
- R** - **R**emember where you are.
- V** - **V**anquish fear and panic.
- I** - **I**mprovise and improve.
- V** - **V**alue living.
- A** - **A**ct like the natives.
- L** - **L**ive by your wits.

THINK BEFORE YOU ACT!

Luutahilta



Selviytymisen psykologiasta

Onnettomuuksien jälkeen on henkiinjääneitä löydetty silloin tällöin vielä monta vuorokautta sen jälkeen, kun oletettu mahdollinen selviytymisaika on kulunut loppuun.

Tällaiset selviytyjät ovat kieltäytyneet kuolemasta, he eivät ole antaneet periksi.

Ja hyvää säkääkin toki tarvitaan...





MISTAKES

IT COULD BE THAT THE PURPOSE OF YOUR LIFE IS
ONLY TO SERVE AS A WARNING TO OTHERS.

Selviytymisen psykologiasta

Toisaalta... jos/kun olet selviytynyt fyysisesti jostakin hankalasta tilanteesta, saattaa henkinen toipuminen kestää pitkäänkin.

**Tuo asia on hyvin yksilöllistä. Viranomaiset tarjoavat tai ainakin kysyvät selviytyjiltä henkisen tuen tarvetta. On oma asia käyttääkö tarjottua tukea hyväksi.
Elämä ei ehkä ole enää koskaan entisensä.**

Toivottomaltakin
näyttävässä
tilanteessa muista
suomalainen **SISU** !



MISSÄ TOIVO SAMMUU, SIELLÄ
SAMMUU MYÖS TOIMINTA.
Kyösti Kallio.

**"Jos nyt luovutamme,
olisimme yhtä hyvin voineet
kuolla heti."**

"Tarkoituksellista oli rassata välillä luontoanne - kovastikin."

Kapteeni **Kalevi Reiman** 1979-81

"Muistakaa, mikä kannattaa tehdä – se kannattaa tehdä hyvin!"

Kapteeni **Kaj Natri** 1983-86

"Te olette halunneet kovaa koulutusta. Mikäs teitä muka vaivaa?"

Kapteeni **Seppo Solasaari** 1986-88

"Jos te luovutatte nyt – te luovutatte aina!"

Kapteeni **Petri Hulkko** 1990-94

"Koulutukseenne on panostettu varsin paljon."

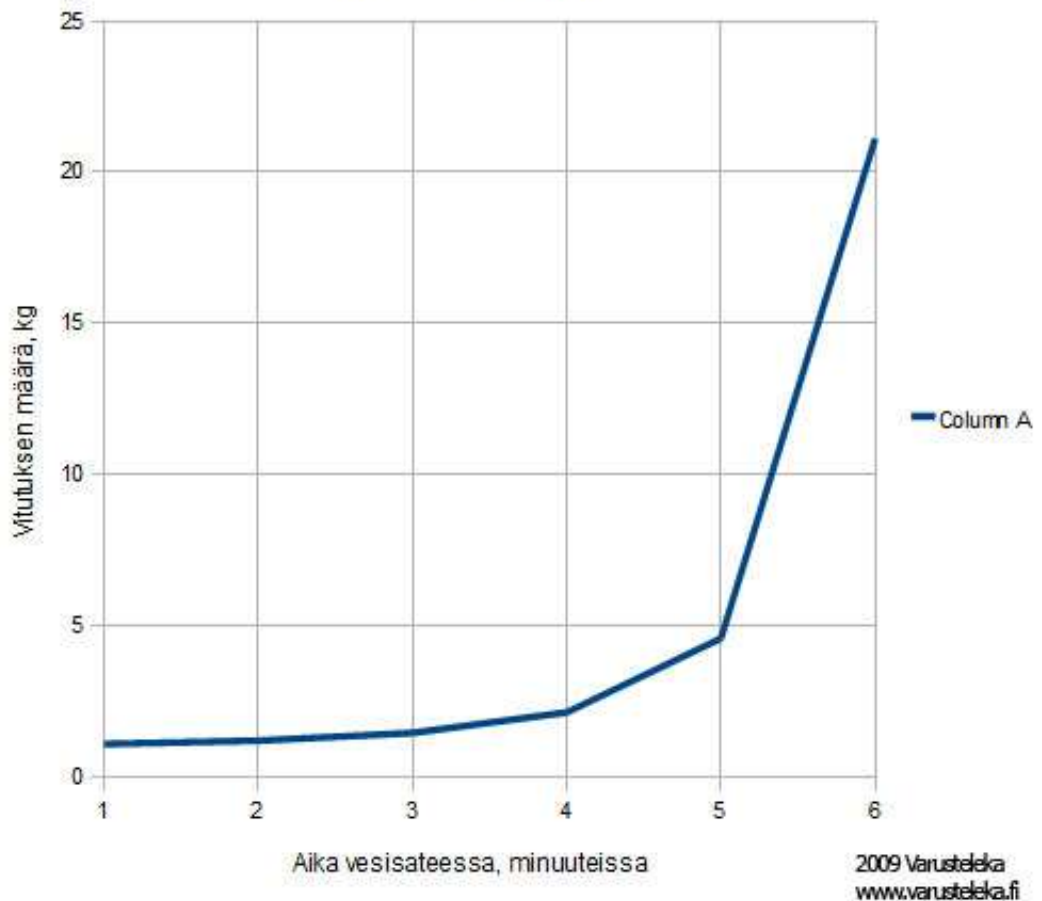
Kapteeni **Esko Salminen** 1994-96

"Olet sitä, mitä teet ja mihin pystyt. Et sitä, mistä puhut!"

Kapteeni **Janne Jaakkola** 1996-97



V-käyrä ilman teknistä alusasua



Pelastautuminen

Oikea tieto (OIKEA !) ja ennalta harjoitellut taidot selviytymistilanteissa antavat itsevarmuutta ja rauhoittavat ("on sitä oltu hj-kurssilla ja pärjätty").

Pelolle ja paniikille ei saa antaa ylivaltaa.

Jos et oikein tiedä mitä tekisit, älä tee mitään. Eli pysy paikallasi, tee tulet ja suoja säätä vastaan. Älä hortoile pitkin poikin ja väsytä itseäsi. Rauhoitu ja mieti, keksit kyllä jotakin.

Viisaat tutkijat ovat väittäneet...

- ...että jotkut nykynuoret eivät kestä puolta vuorokautta ilman tietoverkkoyhteyttä (tietokonetta/sähköpostia/facebookia/twitteriä/...)
- ...että jotkut nykyihmiset eivät kestä vuorokautta ilman matkapuhelinta
- ...että jotkut turmeltuneet itsetuhoiset ihmisrauniot eivät pysy toimintakykyisenä vuorokautta ilman tupakkaa (surkea ihmiskohtalo...)
- ...että jotkut eivät kestä vuorokautta ilman kahvia.

Selviytymisen tositilanteessa vahvin/osaavin toimii joukon johtajana. Nuokin asiat täytyy ottaa huomioon. Silloin pitää olla jotakin muuta tekemistä ja/tai ajateltavaa.



**Harjoittele varusteiden käyttöä.
Vaikka ne vempheet näyttäisivätkin yksinkertaisilta ja idioottivarmoilta.**

Älä herpaannu edes väsyneenä ja kiireisenä. Tarkkaile myös mitä ympäristössä tapahtuu eli mitä kaverit tekevät.

Älä hätäänny yllättävissä tilanteissa... no tuo on helppo sanoa.

Lyhyesti

Retkikeittimestä vammoja kolmelle partiolaiselle ³¹⁰⁷¹⁰

PALOTURMA. Kolme nuorta on loukkaantunut retkikeittimonnettomuudessa partiolaisten suurella Kilke-leirillä Hämeenlinnan Evolla. Loukkaantuneet nuoret ovat 13–14-vuotiaita.

Trangia-keitin syttyi tulleen maastovaelluksella perjantaina illan suussa kello 17.50. Lievimmin loukkaantuneet toimitettiin Kanta-Hämeen keskussairaalaan ja leirisairaalaan. Vakavimmin loukkaantunut nuori on toimitettu hoitoon Töölön sairaalaan Helsinkiin.

Nuoret saivat maastovaelluksella apua ensiapukoulutetulta sairaanhoitajalta.
AAMULEHTI



"Väsyneenä vain tehtiin, mitä käskettiin."

"Jotenkin vain selvisi hengissä."

Meillä on sen verran jo kokemusta sodan tiestä, että tunnemme hyvin oman rajoittuneisuutemme. Tässä ei selvitä eteenpäin puheilla eikä kauniilla lupauksilla. Tässä tarvitaan hiljaisia, sisukkaita miehiä, jotka eivät etsi omaansa eivätkä tavoittele mukavuuttaan, vaan jaksavat asettaa saamiensa tehtävien suorittamisen elämänsä korkeimmaksi päämääräksi. Meiltä vaaditaan enemmän kuin olemme tähän mennessä kyenneet antamaan. Sisu ei saa loppua vielä läheskään siinä pisteessä, missä se rauhan oloissa on katkennut. Meidän on kerta kaikkiaan unohdettava, millä mitalla rauhan aikana ihmistä mitattiin. Muuten ei isänmaa selviä koetelemuksistaan.



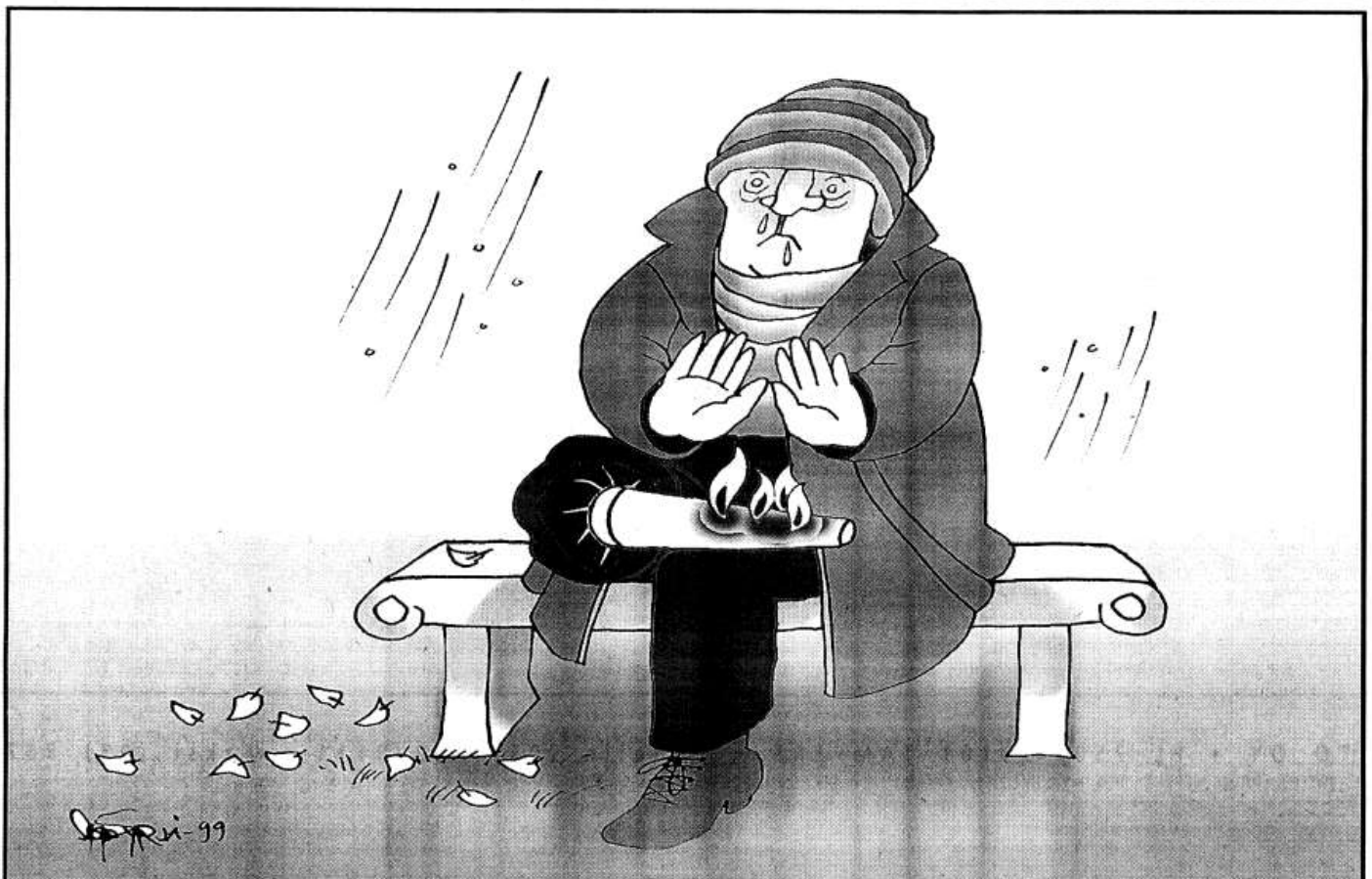
Muista Tensun vinkki

Pelkän puukon ja vajaan tulitikkuaskin avulla selviytyy Suomen luonnossa viikonlopun. Muu varustus on ekstraa ja mukavuuskysymys.

Selviytyjän päiväohjelma (henkiinjäämiskurssilla)

- 1. nouse ylös**
- 2. jää henkiin**
- 3. mene nukkumaan.**

SYRJÄLLÄÄN



SÖS-seminaarista 2011

- "The core message is: **ISOLATION !**"
Ihminen on laumaeläin, yksinäisyys on isoin ongelma selviytymisessä.
- "Everybody has a breaking point."
- "Childhood does matter !"
- "Survival capability is made, not born."
- Univaje on pahempi kuin nälkä.



Suomen olosuhteissa uhkat ovat...

Kysymys 1: oletko koskaan ollut 24 tuntia aivan yksinäsi ?

Suomen olosuhteissa uhkat ovat...

Kysymys 2: muistele milloin (päivämäärä suunnilleen) olet palellut eniten ?

Meillä kylmyys haittaa ympäri vuoden, vettä sen sijaan on usein lähettyvillä.

”Satelliittikommandon” mielestä pahimmat uhkat pohjoismaissa luonnossa liikkujille ovat... villisiat ja kaatuvat puut. Jo-o-o. ;-)

Suomen olosuhteissa uhkat ovat...

Muistele milloin olet palellut eniten ?



Suomen olosuhteissa uhkat ovat...

Muistele milloin olet palellut eniten ?

Tensu:

- heinäkuu 1987 Lempäälä, Suviyön jotos
- toukokuu 1998 Lyly, MPK:n viestikurssi.

Siis todennäköisesti sellaisena vuodenaikana, jolloin ei pitäisi olla kylmää (yöpakkasta).

Hypotermia ei vaadi pakkasta.



SINÄ PYSTYT SIIHEN. SINÄ PYSTYT SIIHEN. SINÄ PYSTYT SIIHEN.
SINÄ PYSTYT SIIHEN. SINÄ SAATAT PYSTYÄ SIIHEN. EHKÄ.

VAIN 5 MINUUTTIA

METSÄNTUTKIMUSLAITOKSEN selvityksen mukaan jo viiden minuutin oleskelu metsässä vaikuttaa myönteisesti ihmisen mielialaan. Kahdenkymmenen minuutin jälkeen vaikutukset näkyvät jo fysiikassa ja psyydessä: verenpaine laskee ja elinvoimaisuuden tunne nousee. Kaupungissa asuvan mieliala kohenee merkittävästi, jos hän käyttää viheralueita vähintään viiden tunnin ajan tai tekee niihin pari kolme vierailua kuukaudessa.

► luontoon.fi/retkeilynabc/terveyttajahyvinvointialuonnosta

[syksy2015]



Veikka Gustafsson (13.03.2003) <9 8-t>

- Väittäkää vapaasti vastaan jos uskallatte.
- Tiedä mitä haluat, toimi johdonmukaisesti. Jos toimii vastoin tietoisuuttaan voi kuolla.
- Toiminko parhaalla mahdollisella tavalla tavoitteeni saavuttamiseksi ? Jollen niin jään kotiin.
- Mikä on katastrofi korvien välissä (pään sisällä), ei ole oikeasti katastrofi.
- Yhteistyö on välttämätöntä.
- Vaikea alkutilanne; ota askel kerrallaan, älä murehdi tavoitetta.
- Iso hankala homma, siirrä tähtäintä lähemmäksi (lyhyet etapit).
- Tärkeysjärjestys on: suunnitelma, porukka, kunto, tieto, taito, varusteet, rahat.
- Vaikkei projekti aina onnistuisikaan, opin aina jotakin (esim. näin ei kannata tehdä).
- Elämään kuuluvat ongelmat ja vastoinkäymiset, muttei niitä kannata korostaa.
- Kokemus punnitaan silloin kun kaikki menee pieleen. Hyvällä säkällä kokematon hölmö voi onnistua.
- Jokaisen pitää asettaa tavoitteita omista lähtökohdistaan, ei kaverin tai porukan.
- Mitä enemmän uskallan tavoitella asioita, sitä enemmän koen, näen, tunnen opin.
- Ei voi ennakolta tietää mihin pystyy ja mihin ei.

PELASTUSPAKKAUS PELASTAUTUMIS- PAKKAUS HÄTÄPAKKAUS

**Häätäpakkaus, pelastuspakkaus,
pelastautumispakkaus,
selviytymispaketti, pärjäämisetti,...**

Mietipä millaisia ominaisuuksia hyvällä
häätäpakkauksella on ?

Tuumaile ensin hetki yksin (5 min), sitten
juttele vieruskaverin kanssa (10 min).

**Kirjoittakaa oma suosikkipakkauksenne
fläppipaperille.**

Mietintätehtävä:
mitä varusteita
marjastajalla
olisi ollut hyvä
olla mukanaan ?
**Nyt oli: päällä
olevat vaatteet,
marjaämpäri;
"kahden tunnin
pikamarjastus".**

**Siis olotilaa
helpottavia,
kuin myös
eksymistä
ehkäiseviä ja
toisaalta
löytymistä
nopeuttavia ???**



Hätäpakkaus, 1

Materiaali: pehmeä tai kova; kangasta, muovia, metallia,... riippuu käyttötarkoituksesta.

- kangaspussi: joustava, kevyt, menee pieneen tilaan
- muovipurkki: vesitiivis?, pehmeäkö, kevyt, kelluu
- metallirasia: vesitiivis?, kestävä, voi keittää
- liivi tai muu vaatekappale: aina (?) mukana, paljon tilaa.

Esimerkiksi: kesällä pieni muovirasia, talvella vähän isompi alumiinirasia.

Pakkauksen sijainti: AINA mukana, eli housuissa (taskussa tai vyöllä). Ei takissa tai repussa.

Toisaalta, pakkaus ei ole itsetarkoitus, kunhan tavarat kulkevat mukana ja ovat tarvittaessa käytettävissä, eivätkä putoile.

Hätäpakkaus, 2

Ideaalinen pelast(a)u(tumi)spakkaus

- pieni
- kevyt
- kestävä
- kelluu
- voi keittää vettä
- helppo kuljettaa aina mukana
- jne. yms.

Tällaista huippupakkausta ei taida löytyä...

Hätäpakkaus, 3

Sisältö on suojaus niitä 7 uhkaa vastaan:

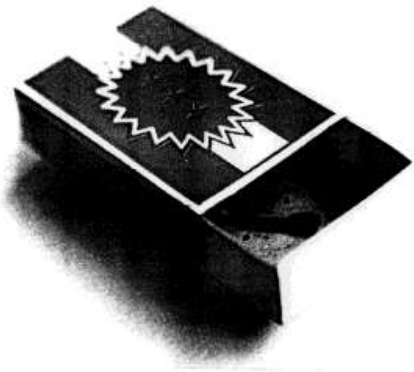
- **puukko ("huoltoaseman hiiliteräs-mora")**
- **tulitikut**
- **avaruuslakana**
- **pilli (muovinen pelastusliivimalli)**
- **kompassi (nappikompassi ... M89)**
- **ea-tarvikkeita (laastarinpaloja...ensiside).**

"Arvokkaat" pikkutavarat kannattaa kiinnittää narulla pakkaukseen tai taskuihin.

Lisää sälää omien mieltymysten mukaan sen verran kun mahtuu ja/tai viitsii kuljettaa mukana.

Sisällön käyttöä pitää myös kokeilla etukäteen !!

**Sen tarpeellisuuden ymmärrät
silloin, kun sitä ei ole.**



Hätäpakkaus, 4

**Paras pelastautumispakkaus on
jokaisella korvien välissä.**

**Hätäpakkaus on vain apuväline, ei
mikään varma takuu selviytymisestä.**

Samoin on koulutuksen kanssa; jokainen
selviytymistilanne on erilainen.

Hätäpakkauksen sisältö tulee tarkistaa vuosittain.
Ja niitä tarvikkeita pitäisi sitten myös osata käyttää.

KAMALA LUONTO



Hätäpakkaus, 5

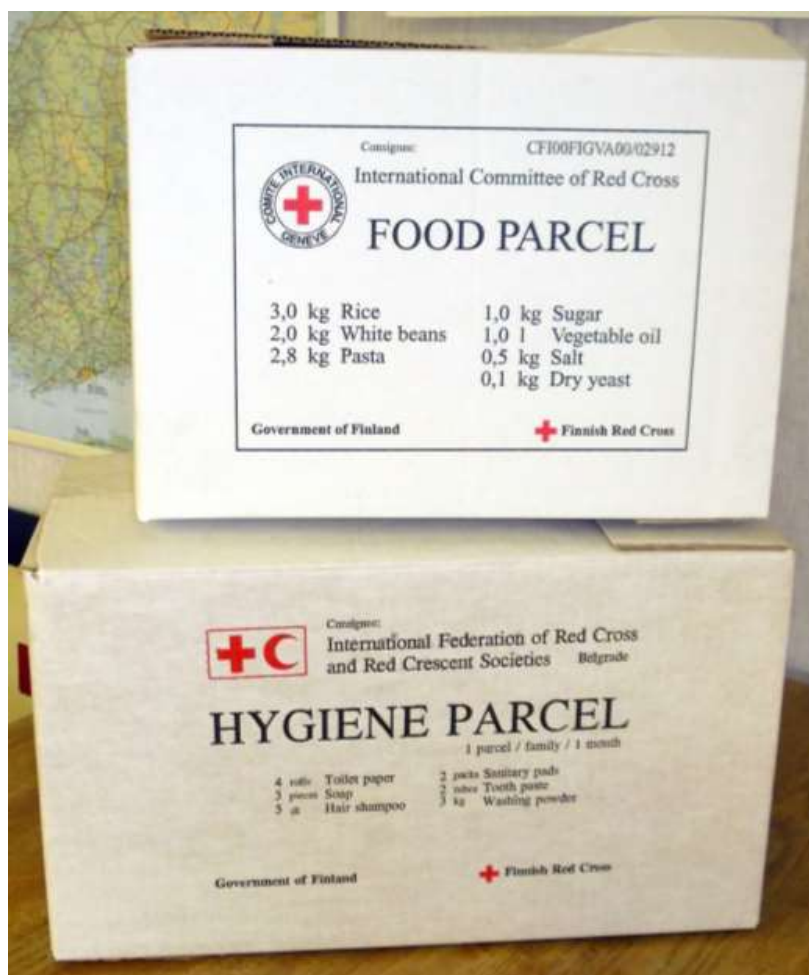
- Jenkkilentäjän (ei heittoistuin) pelastuspakkaus = 11 kilon reppu. Aina mukana mm. vesi ja wc-paperi.
- Jenkkilentäjän (heittoistuin) pelastuspakkaus = 7 kilon selviytymisliivi. Heittoistuimessa on lisäksi kaksi nyssäkkää lisätarvikkeita.
- Nykysotilaan oma selviytymispakkaus länsimaisessa suurvalta-armeijassa: MP3-soitin ja korttipakka. (Paristoja soittimeen saa pöllittyä esim. valonvahvistintähtäimestä.) ;-)

City-jupin pelastuspakkaus: GPS-GSM ja Visa-kortti.



tupakka-aski

Vähän toisenlaisia
hätipakkauksia...





Suomalaisen lentäjän (HN) pelastuspakkaus

LENTÄJÄN OMA VARUSTUS 1 - 11	PELASTUSPAKKAUKSESSA 12 - 41	
1. PUNOSPUUKKO	12. SAHA	27. KIMMOSIDE
2. HÄTÄRAKETIT	13. SAVU-SOIHTU	28. MINIGRIP-PUSSI
3. PELASTUSVÄLINEPUSSI	14. KEMIAALLISET VALOPUIKOT	29. KEITTOASTIA
4. MERKINANTOPEILI	30 MIN JA 12 H	30. KYNTTILÄT
5. PILLI	15. HYÖNTEISSUOJAHUPPU	31. KEITIN
6. KOMPASSI	16. LÄMPÖSUOJA	32. MYRSKYTULITIKUT
7. MYRSKYTULITIKUT	17. KALASTUSVERKKO	33. LÄMPÖKÄSINEET
8. KYNÄLAMPPU	18. ONKI	34. SORMIKKAAT
9. ENSIAPUPAKKAUS	19. HAKANEULAT	35. TALVIPÄÄHINE
10. HÄTÄLÄHETIN	20. RAUTALANKA	36. ALUSPÄÄHINE
11. MONITOIMITYÖKALU	21. HEDELMÄSOKERI	37. SUOJAVIITTA
	22. SUOLA	38. RASIA (VAIN HN:N)
	23. VEDENPUHDISTUSTABLETIT	39. JALKINESUOJAT
	24. DESINFIOINTIPYYHE	40. VILLASUKAT
	25. TEE	41. PUUKKO
	26. NENÄLIINAT	

HUOM! Suomalaisissa Horneteissa ei ole makuupussia.

Vampiren pelastuspakkaus 1960-luvulta.



Henkiinjäämis-teema tensu@iki.fi

12.01.2021

197

● = yhteisiä varusteita

FM 3-05.70

- Kit, packing list. ●
- Raft boat paddle.
- Survival manual (AFM 64-5). ●
- Insect headnet. ●
- Reversible sun hat.
- Water storage bag. ●
- MC-1 magnetic compass. ●
- Boat bailer.
- Sponge.
- Sunburn-prevention cream.
- Wood matches. ●
- First aid kit. ●
- Plastic spoon. ●
- Pocket knife. ●
- Food packets. ●
- Fluorescent sea marker.
- Frying pan. ●
- Seawater desalter kit.
- Compressed trioxane fuel. ●
- Smoke, illumination signals. ●
- Signaling mirror. ●
- Fishing tackle kit.
- Waterproof matchbox. ●
- Raft repair kit.

Figure A-3. Overwater Kit

FM 3-05.70

- Food packets. ●
- Snare wire.
- Smoke, illumination signals. ●
- Waterproof matchbox. ●
- Saw/knife blade.
- Wood matches. ●
- First aid kit. ●
- MC-1 magnetic compass. ●
- Pocket knife. ●
- Saw/knife/shovel handle.
- Frying pan. ●
- Illuminating candles.
- Compressed trioxane fuel. ●
- Signaling mirror. ●
- Survival fishing kit.
- Plastic spoon. ●
- Survival manual (AFM 64-5). ●
- Poncho.
- Insect headnet. ●
- Ejector snap.
- Attaching strap.
- Kit, outer case.
- Kit, inner case.
- Shovel.
- Water bag. ●
- Kit, packing list. ●
- Sleeping bag.

Figure A-1. Cold Climate Kit

Henkiinjäämis-teema tensu@iki.fi

12.01.2021

198

Rautaisannospakkaus tiesi usein ikävyyksiä: partioreisua. Paketti panssarivanikkaa on otettu pois pakkauksesta. Sen takaa paljastuu kahdekan kappaleen pakkaus sokeritankoja, keskellä teerasia ja oikealla hernekeittotiivistettä.



rautaisannospakkaus (1937 avattuna)



**"Mikään varuste ei pärjää
terveelle järjelle ja
kokemukselle."**

**Paras pelastautumispakkaus on
jokaisella korviensa välissä.**

Viikonlopun
varusteet
eräällä HJ3-
kurssilla
marraskuussa.



Kun hätä on suurin

Jaska lähti viemään rekkalastia keskelle Kuolan erämaita. Pomo antoi mukaan pakkauksen, joka sisälsi hätäraketteja, radiopuhelimen ja korttipakan.

– Ja minkä takia tää korttipakka? Jaska ihmetteli.

Pomo selitti:

– No, elleivät hätäraketit syty ja jos radio on umpijäässä, rupeat pelaamaan pasianssia. Arvaat, ettei mene puoltakaan minuuttia kun jo joku koputtaa olkapäätäsi ja neuvoo: Hei, tuo herttaviitonen menee tuon ristikuutosen päälle.

Varustehankinnoista

- **Yksi vankka puukko on parempi kuin rimpula monitoimi-”survival”-veitsi.**
- Rihkamaa (”kertakäyttötauhkaa” = rikkoontuu ensimmäisellä käyttökerralla) myydään paljon. PALJON.
- Ulkomaiset BCB- ja Coghlands-tuotemerkit eivät ole kovinkaan hyviä... minä en ole niin kova naama että selviytyisin noiden firmojen tekemillä varusteilla.

Tärkeintähän on että puukko ja tulitikut ovat aina mukana...



UT-kurssilla 2002

Kaikilla kurssilaisilla järjestäjän kokoama yhte-neväinen hätäpakkaus:

tilavuudeltaan enintään ½ litran metallirasia tai säilykepurkki
puukko esim. edullinen rakentajan puukko
avaruuslakana tai vastaava muovi n. 1,5 x 2,5 metriä
siimaa 4 metriä, koukkuja ja painoja
rautalankaa 1 metri
kalastajanlankaa 4 metriä
tulitikkuja rasia
salpa/minigripp-pusseja ½ ja 2 L
50 g suolaa
ensiside ja laastaria
ns. kuivalla polttoaineella toimiva palakeitin ja polttoainepaloja (täydennetään, mikäli metsäpalovaroitusta ja/tai liikutaan alueilla jossa tulentekoon ei ole lupaa)



Viikon pituisen henkiinjäämis-kurssin tavarat; puukko ja ensiside sekä loput pikkutavarat alumiinisessa keittoastiassa.



Luutahilta



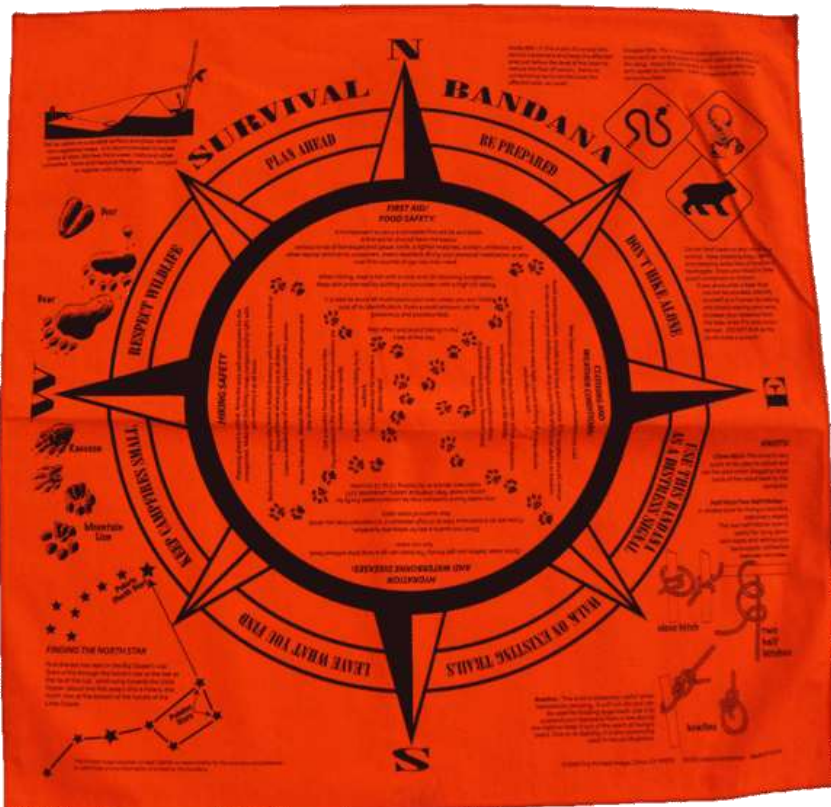
Luutahilta



Huiveja, 40x40 cm

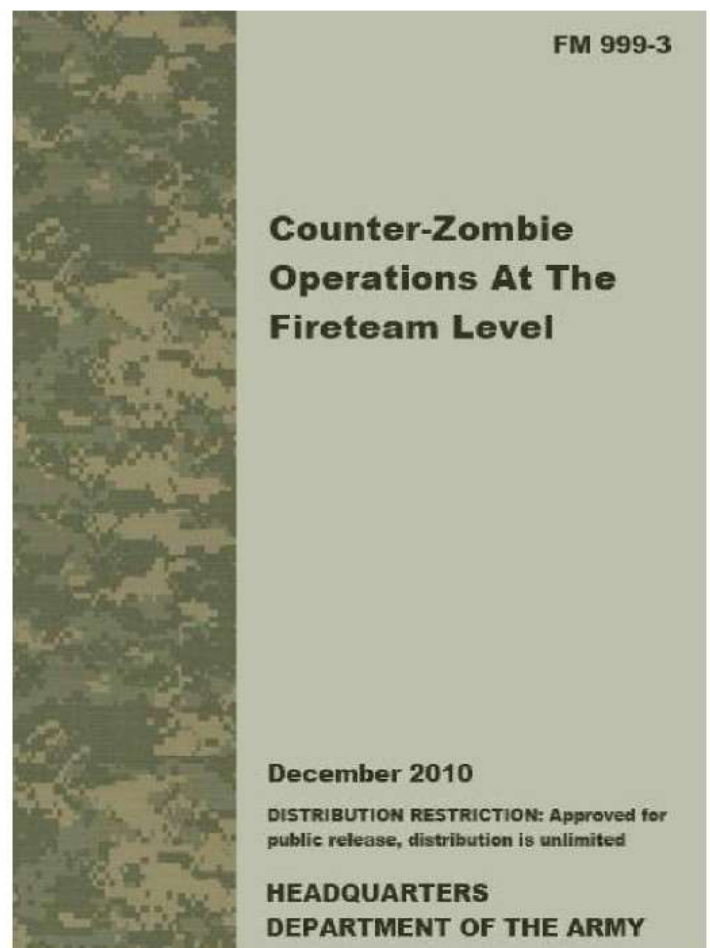
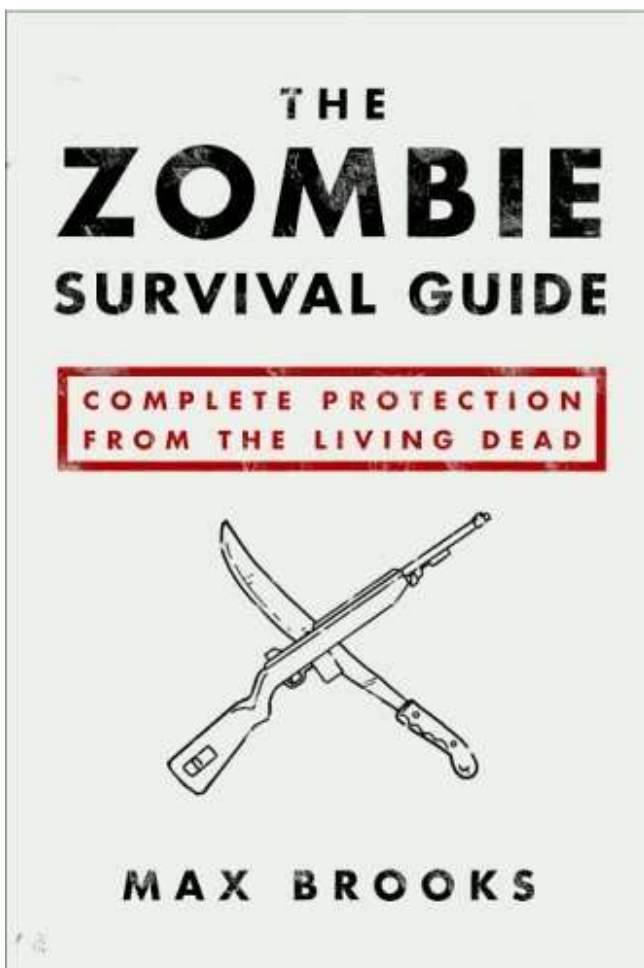


Huiveja, 40x40 cm



Vuosikausia on leikitelty ajatuksella painattaa TEE-paita. Siinä olisi edessä ylösalaisin (eli itsensä luonnontekasveja. Mutta eipä vaan ole tullut koskaan toteutettua.

Maailmalta löytyy selviytymisohjeita joka lähtöön...





HJ1 , yötehtävä

Olet lähdössä maastoreissulle. Mieti mitkä 10 varustetta ottaisit mukaasi. Ei muuta. Näiden 10 tavaran tulee mahtua yhteen M91 maastopuvun housujen sivu- eli reisitaskuun (yhtaikaa).

Eli tämä 10 esineen varustus on sinun oma pelastautumispakkauksesi.

Tämän mietintätehtävän ratkaisu palautetaan kirjallisena sunnuntaina viimeistään vahvennetun aamupalan aikana kouluttajille.

MAJOITTEET

Majoitteet, 1

- suoja säätä ja kylmyyttä (lämpötila, sade, tuuli) vastaan
- yksinkertainen ja pieni on hyvä majoite (lämpötalous)
- luonnossa maan muotojen hyväksikäyttö (tuulensuoja ja -suunta, auringonvalon suunta), mutta järkevästi (ei sateella kuoppaan,...)
- saisi olla samalla näkyvä, mikäli mahdollista (ööh... no siis sisseillä mahdollisimman huomaamaton suokuoppa...).

Majoitteet, 2

”Majoitteen tarkoitus on estää eksyneitä ihmisiä juoksentelemasta pitkin metsiä.” ;-)

Samalla majoite voi toimia huomiomerkkinä.

Avaruuslakana (avaruushuopa) on aivan hyvä ja käytössä kestävä majoitekangas, kunhan sitä ei puhko millään terävällä. Naruja saa kulmiin mm. ”käpykikalla” kiinni. Sopii myös muuhun käyttöön.

Märissä vaatteissa ei kannata mennä nukkumaan.

**LIVING IN
THE WILD
IS THE BEST
THING I KNOW.**



The Hemulen (Moominvalley in November)

"Avaruuslakana" on hyvä apu

Paketista avattua ja levitettyä avaruuslakanaa ei saa enää taiteltua takaisin pieneen tilaan.

Avaruuslakana kestää vetoa, muttei mitään terävää (esim. oksia).



hätämajoitteissa pieni on kaunista, eli lämpötaloudellista





Yhden hengen
avaruuslakanamajoitteita
kesällä



**Sadeviittalaavun liepeen voi avata ja
nauttia nuotion lämmöstä, yöksi lieve
alas, huomaa päädyn sulku jätesäkillä**



Luonnon muovaamia majoituspaikkoja, vain laavukangas puuttuu...



"Käpykikka"



Erään selviytyjän avaruuslakana- majoite marraskuussa



porukassa on voimaa.. jos jaksaa...



On kuiva
heinäkuinen päivä,
kauanko kestää 10
henkilöltä pystyttää
3 laskuvarjosta kota
koko porukalle ?

Entä silloin kun
takana on 4 päivää
vaellusta luonnon
antimilla ?

Esimerkiksi
tuollainen
laskuvarjokota.

Nyt jokainen on
miettinyt
tuntimääriä...



Nyt teiltä kestäisi
tuollaisen kodan
pystytys... vajaan
tunnin.

Entäs väsyneenä...?



Nyt teiltä kestäisi
tuollaisen kodan
pystytys... vajaan
tunnin.

Vajaa viikko kulkua
luonnon antimilla...
4 tuntia ei riitä... 6
tunnissa valmistuu
kyllä (hyvällä
säällä).





Vain yksi narusidos, muut rangat ovat nojallaan "kurkihirteen" tai pujoteltuina. Vaakasuuntaiset puut saavat olla ohuempia.



Majoite oli sopivasti luonnon muovaamassa "solassa" tuulensuojassa. Paita oli oviaukon yläosan peittona yöllä.

avaruuslakana = takaheijastin, tuulensuoja

järvivettä lämpiämässä juomaksi

kuusenoksia = kävelyalusta, sytykkeitä

kuusen rankoja = polttopuuta kuivumassa

kuusen rankoja = makuualusta

nouseva rinne = takaheijastin

Taas yksi vanha "kansanviisaus"

"Kannattaa majoittua 'kuusenpersiiseen'".

Eli keskikokoisen..ison kuusen juurelle.

- tuuhea kuusi, sadevesi ei valu maahan saakka
- isot alaoksat suojaavat tuuleltakin
- juurella on paljon vanhaa neulasmassaa, eli "kuiva ja pehmeä tasainen peti" on valmiina.

Niin no, ei kuitenkaan ukkosella sen ainoan lähitienoolla olevan korkean kuusen juurelle.

Tuulensuojaa lumilohkareista



Muista "maatuuli"

- maan pinnassa käy usein tuulenvire, joka tuntuu kylmältä
- majoitteen liepeiden alareunat kannattaa kylmällä ja/tai tuulisella ilmalla tiivistää jotenkin; talvella esim. lunta päälle, kesällä puuriuku liepeiden päälle
- makuupussin päällä voi pitää "kalvopussia" eli juuri tätä varten tehtyä vedenpitävää mutta hengittävää suojusta
- vastaava suojaus olisi paperinen pukupussi ja sen päällä muovinen jätessäkki.

Paperipussi on parempi makuupussi kuin muovinen. Toki molempi parempi.

HENGENVAAARALLINEN!

TAKAISINVETO

Pop-up teltha (37-314)

Pop-up teltha, tuotenumerolla 37-314, takaisinvedetään huonon ilmanvaihdon vuoksi. Jos olet ostanut tämän tuotteen, pyydämme välittömästi lopettamaan sen käytön ja palauttamaan sen lähimpään Bilteman tavarataloon. Biltema korvaa telthan ostohinnan, ostokuittia ei tarvitse esittää.

**BILTEMA**www.biltema.fi 09 427 05 830



lumikammi eli kintsi eli lumimaja

Valmistus kestää talvipäivän valoisan ajan, viimeinen hätävara majoitteeksi jos tulia ei saa tehtyä. Käytännössä kokeiltu valmistuslämpötila -5°C .. -30°C . Jos ulkona -30°C , niin sisällä -5°C , hiljaista ja tyyntä.



Kintsi on viimeinen hätävara majoitteeksi, jos ei saa tehtyä tulia eikä ole laavukangasta eikä saa puuriukuja mistään.



Lumikuoppa on nopea tehdä; riukukatto, sadeviitta päälle, lunta eristeeksi



Pohjalla 10-20 cm havuja olisi hyvä eriste.



Maaston muotoja hyödyntäen, ison kiven ja nousevan rinteeseen väliin, lunta tallataan pohjalle (10-20 cm) ja siihen havuja (10-20 cm) päälle, kattoon riukuja ja havuja, lunta niiden päälle, oviaukon peitoksi sadeviitta tai jätesäkki. Tässä makuualustana on lasku(vara)varjo.

Autossa kynttilä olisi parempi lattialla kartanlukijan jalkatilassa



MIKÄ ON TURVALLISIN PAIKKA PYSTYTTÄÄ TELTTA?

MATALIEN PENSAIDEN VIEREEN.

MIKSI? Leiriydyttäessä kaksi suurinta vaaraa ovat salamanisku ja putoavat oksat. Kun pystytät teltan matalien (enintään teltan korkuisten) pensaiden viereen, ne suojaavat tuulelta ja olet silti turvassa putoavilta esineiltä.

Hohhoijaa...

TULIEN TEKO

Tulien teko, 1

Tulenteon vaiheet:

1. Kipinä

2. Tuli.

Harmillisen usein vaihe 2 epäonnistuu.

Kerää ensin riittävästi sytykkeitä ja palavaa materiaalia, ennen kuin alat tehdä tulia.

Jos sinulla on housujen oikeassa sivutaskussa kaasusytytin, niin se tarkoittaa sitä että...
...housujen vasemmassa sivutaskussa on tulitikut.

Tulien teko, 2

Tuleen tarvitaan (jatkuvasti):

- lämpöä
- palavaa ainetta
- happea.



- Noin, nyt tämänkin nuotion polttaminen on säädösten mukaista.

Tulien teko, 3

Sytykkeitä luonnosta (häätätilanteessa ilman maanomistajan lupaa):

- **tuohi**
- **kuusen kuivat pienet alaokset**
- **pihka**
- **tervas (mänty)**
- **kiehinen (pitkiä ohuita lastuja)**
- **katajan kuori.**

Mikä tahansa puu palaa, kunhan sen pilkkoo tarpeeksi pieniksi tikuiksi. Myös pinnaltaan kostea tai tuorekin puu (muista oivitiilu).

Tulien teko, 4

Huomioi nuotiossa myös

- talvella pohja
- tuulinen ilma
- sateinen sää
- savun suunta
- näkyvyys
- kynsituli on hyvä, "etelän miehen" roihu on typerää tuhlausta, "pieni on kaunista, käytännöllistä ja riittävää"
- **aina takaheijastin (kivi, vaate, puukasa, lumivalli, ahkio, ...) !**



tulitikkuja on monenlaisia... raapaisupinnan suojaus on se ongelma



Raapaisupintana voi käydä hiekkapaperi... ??



Huomaa: irtonaiset raapaisupinnat ovat muovipusseissa.

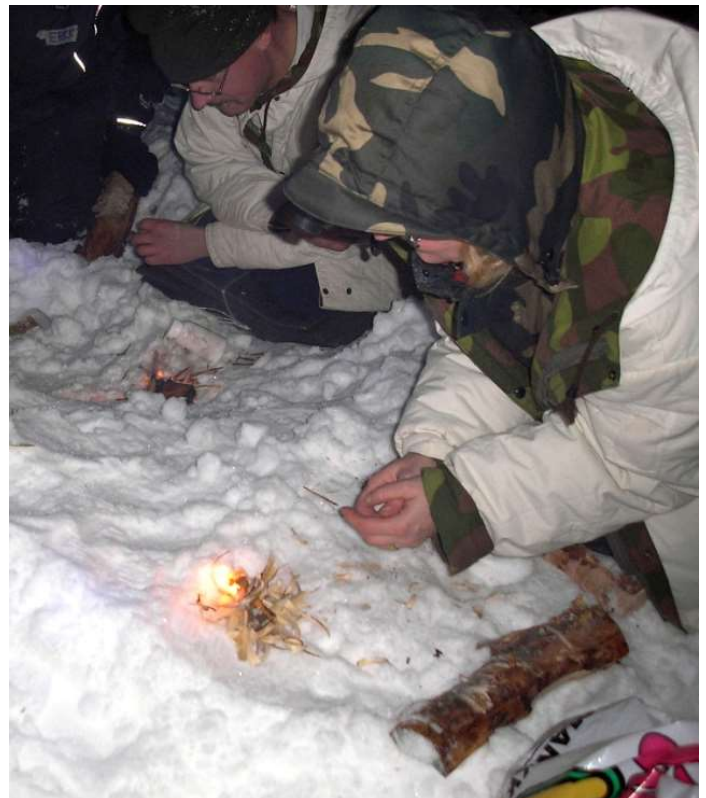
Purkeissa on "tiivisteenä" pumpulintapaista sytykettä, itse tehdyissä purkeissa wc-paperi on ihan hyvä "tuppo".



Ennen sytyttämistä täytyy käsillä olla riittävästi sytykettä ja polttopuuta



Sinulla ei ole mitään hätää, jos vain saat tulet tehtyä



**Tulesta täytyy
pitää hyvää
huolta, etenkin
alkuvaiheessa.**

Ei se tuli useinkaan
itsestään ala
palamaan, eikä
jatka palamista.



Kannattaa panostaa
yhteen kunnolliseen
tulentekoyritykseen,
eli tee reilusti
sytykkeitä käsille
ennen kuin alat
tehdä tulia.

Myös sitä pientä
polttopuutakin pitää
olla heti käsillä.





Oivitiilu eli koivutuli Lapissa



Reserviläisen perustuli, kolmen pöllin pinotuli



Sytykkeitä luonnosta



Tuolta ja pihkaa otetaan vain maanomistajan luvalla.

Kitkatulta voi tehdä monella tavalla, se on tekniikkalaji ei voimalaji

Tuliporalla tulien teko ei kyllä helposti onnistu, ainakaan ensimmäisillä kerroilla.



Kitkatuli rautalangalla, ruutia apuna



Kahden henkilön kitkatuli puu ja puu, ruutia apuna



Kitkatuli puu ja puu, ruutia apuna, ja sitten heti tuohi päälle jolla tuli siirretään sytykekasaan



Kitkatuli; metallilanka hinkataan hehkuvaksi ja sitten tökätään se ruuti-sytyke-kasaan...



Kitkatuli; puu – puu ja ruutia apuna lovessa



Puukko-Pekka Tuomisen tuluksia



[Kuvat: Puukko-Pekka Tuominen (www)]

kompassin suurennuslasilla

silmälaseilla



Äärimmäistä kikkailua... joskus sekin onnistuu... muttei sellaisen varaan kannata laskea



Tölkin hiotulla pohjalla heijastetaan auringonvalo sytykkeeseen.

Tilapäiskattila, -keitin ja -poltin





"Taas Higgsin hiukkanen! Eikö me koskaan saada näistä tulta?"



Kuoppatuli eli "preeriatuli", ei polta maanpinnan heinikkoa, ei näy viholliselle.



polttopuun lisäys
ilmanottoaukosta



pakkiorsi ja takaheijastin

fiksusti päin (poikittain)
lovettu ripustuskolo



Vinon tukipuun oksa on fiksusti jätetty lisävarmistukseksi, vaakapuut on sidottu vitsaksella. Aina ei siis kannata karsia kaikkia oksia (kokonaan) pois.

Myös pajun kuori (nauha) on hyvä sidosmateriaali.



Tulevia vepinaareja, arki-iltaisin klo 1700-19, Zoom.

- 14.10.2020 Kartat ja koordinaatit
- 10.11.2020 GPS
- 10.12.2020 talvitaidot

- 12.01.2021 henkiinjääminen
- 10.02.2021 maastoensiapu
- 20.02.2021 arjen viestivälineet (klo 1300-)
- 03.03.2021 viestiaselajin syntyvaiheet
- 15.04.2021 jotosvinkkejä
- 05.05.2021 maastotaidot.