

Hätäilmoitus 112

Näin soitat hätänumeroon **112**

1. Soita hätäpuhelu itse, jos voit.
2. Kerro, mitä on tapahtunut.
3. Kerro tarkka osoite ja kunta.
4. Vastaa sinulle esitettyihin kysymyksiin.
5. Toimi annettujen ohjeiden mukaisesti.
6. Lopeta puhelu vasta saatuaasi siihen luvan.

Opasta auttajat paikalle. Soita uudestaan, mikäli tilanne muuttuu.

HUOM!

- Jos hätänumero on hetkellisesti ruuhkautunut - älä sulje puhelinta! Kuulet nauhoitteen, jossa kehoitetaan odottamaan hetki linjalla.
- Hätäpuheluihin vastataan mahdollisimman nopeasti ja aina soittamisjärjestyksessä.
 - Et tarvitse koskaan suuntanumeroa.
 - Hätäpuhelu on maksuton.

Ohjeet vaaratilanteessa: katso Yleisradion teksti-TV:n sivu 868

Kaupungin pelastus- ja terveystoimi

Virtain kaupunki kuuluu Pirkanmaan pelastuslaitoksen pelastusalueeseen. Onnettomuuksien ennaltaehkäisy, pelastustoiminta ja varautuminen poikkeusoloihin hoidetaan Pirkanmaan pelastuslaitoksen vakinaisen palohenkilöstön, Virtain VPK:n, sekä Killinkosken VPK:n toimesta. **Pirkanmaan pelastuslaitoksen päivystys 24 h puh. 03 565 612**

Virtain terveyskeskus

Sairaalantie 1, 34800 Virrat

Kiireellinen ajanvaraus lääkärin vastaanotolle arkisin ma-pe klo 8-17.30 ja la 9-15.30, sunnuntaisin ei vastaanottoa puh. **03 485 3600**
Arkipyhinä poliklinikka on pääsääntöisesti kiinni. Poikkeuksena tietyt arkipyhät, jolloin arvioidaan olevan tarvetta pitää poliklinikka avoinna klo 9-16.

Kiireetön ajanvaraus lääkärin vastaanotolle ma-pe klo 8–15 puh. **03 485 3200**

Poliklinikoiden ollessa suljettuna: **Päivystysapu Pirkanmaa puh. 116117**
tai soitetään hätänumeroon **112** asian kiireellisyydestä ja vakavuudesta riippuen.

Otteita Marttisen turvallisuus- ja pelastussuunnitelmasta 2021

Eläinlääkäripalvelut

Outi Mattsson
Sairaalantie 3, 34800 Virrat

Eläinlääkärin ajanvarausaika on arkisin klo 8-9.

Puh. 044 715 1351 (mahdolliset muutokset eläinlääkärijärjestelyissä selviävät numeroon soittamalla)

Eläinlääkäripäivystysaika arkisin klo 16-08 ja viikonloppuisin perjantaista klo 16 maanantaihin klo 08.

Tällöin eläinlääkäripäivystysnumerot ovat:

- suureläinpäivystys 0600 14 600 (2,02 € / min)
- pieneläinpäivystys 0600 19 222 (6,03 € / min)
- pieneläinpäivystys 0600 306 084 (1,98 € / min)

Vartiointi- ja turvallisuuspalvelut

Hätätilanteen sattuessa Marttisen vastaanoton ollessa suljettuna yhteyttä voi ottaa vartiointiliikkeeseen:

KMV Turvapalvelut Oy
Vaihe: **03 488 3900**
Hälytyskeskus: **029 0031 600**

MARTTISEN TURVALLISUUSTOIMINNAN LÄHTÖKOHDAT

Nuorisokeskus Marttisen asiakkaista 2/3 on nuorisoasiakkaita, joiden henkinen, fyysinen ja sosiaalinen turvallisuus on toiminnan jatkuvuuden kannalta kaikkein tärkein asia. Marttisen nuorisotoiminta perustuu nuorisolakiin (72/2006), ja se on opetus- ja kulttuuriministeriön tukemaa toimintaa. Valtioneuvoston asetus nuorisotyöstä ja –politiikasta (103/2006) edellyttää, että valtakunnallisella nuorisokeskuksella on turvallisuus- ja pelastussuunnitelma.

Marttisen tavoitteena on ehkäistä tapaturmat ja muut nuorisoon kohdistuvat haitalliset tapahtumat toiminnassaan sataprosenttisesti. Tämän tavoitteen saavuttamiseksi on laadittu riskianalysit ja turvallisuussuunnitelmat erityisesti korkean riskin opetus- ja ohjelmatoimintaan. Muilta osin ohjaustoiminnassa noudatetaan nuorisotyön parhaita käytäntöjä ja eettisiä periaatteita. Parhaiden käytäntöjen tuntemus varmistetaan valitsemalla opetus- ja ohjauspalveluitten suunnittelu- ja ohjaustehtäviin alan koulutuksen ja/tai kokemuksen omaavia henkilöitä.

Nuorison turvallisuuden ylläpitäminen edellyttää turvallisuuteen panostamista myös kaikissa muissakin nuorisokeskuksen toiminnoissa ja palveluissa, toimintavälineistössä, ympäristössä, rakennuksissa, koneissa ja laitteissa. Myös alihankkijoilta ostettavien palveluitten on täytettävä samat laatu- ja turvallisuuskriteerit sekä eettiset periaatteet kuin oman toiminnankin.

Toinen erityisen tärkeä asia on Marttisen *kulttuurihistoriallisesti arvokas ympäristö, jonka säilyminen on turvattava*. Alueen rakennettua ympäristöä tulee *suojata mahdollisimman hyvin palovaaralta, ilkvallalta sekä vesi- tms. vahingoilta*. Marttisen vanhan pappilan rakennuksien ohella Perinnekyän museorakennukset, muinaisjäännökset, sekä arvokas ympäristö kokonaisuudessaan ovat alueen arvokasta kulttuuriperintöä.

Tämän etukäteen saatavilla olevan ohjeen lisäksi nuorisoryhmille järjestetään ryhmän saavuttua infotilaisuus, jossa käsitellään turvallisuuteen liittyviä asioita.

PALOTURVALLISUUS

Automaattinen paloilmoitinlaitteisto

Nuorisokeskus Marttisen majoitustilat (nuorisohotellit ja hirsihuvilat) on varustettu automaattisella paloilmoitinlaitteistolla. Laitteisto on asennettu myös Marttisen vanhaan pappilaan.

Virrat kuuluu Porin hätäkeskuksen alueeseen. Automaattisista paloilmoittimista lähtee palohälytys hätäkeskukseen, josta se ohjataan pelastuslaitoksen hälytysjärjestelmään. Hätäkeskus ilmoittaa tilanteesta myös vartijalle, joka tulee paikalle välittömästi ilmoituksen saatuaan.

Marttinen sijaitsee noin 5 kilometrin päässä Virtain keskustasta. Palokunta on hälytyksen saatuaan pääsääntöisesti paikalla noin 6-10 minuutin kuluttua.

HUOM!

PALOILMOITINLAITTEISTON TUNNISTIMIIN KOSKEMINEN TAI ERHEELLISEN ILMOITUKSEN AIHEUTTAMINEN MUULLA TAVOIN ON EHDOTTOMASTI KIELLETTY!

Erheellinen paloilmoitus voi johtaa korvausvaatimukseen, sillä pelastuslaitos voi pelastuslain mukaan periä maksun erheellisestä ilmoituksesta (800 €) kohteen omistajalta, haltijalta tai toiminnanharjoittajalta. Marttinen puolestaan perii tahallisesti aiheutetusta tai huolimattomuudesta johtuvasta ilmoituksesta maksun sen aiheuttajalta.

Otteita Marttisen turvallisuus- ja pelastussuunnitelmasta 2021

Rakennusten poistumistiet

Poistumistiet on merkitty vihreillä, valaistuilla kulkusuuntaa osoittavilla suuntanuolilla ja kilvillä tai vihreillä poistumistievaloilla. Poistumisen turvallisuutta hätätilanteessa tehostaa turvavalistus, joka valaisee oman teholähteensä varassa sähkökatkoksenkin aikana.

HUOM! TUTUSTUKAA ENNAKOLTA KÄYTTÄMIENNE TILOJEN POISTUMISTEIHIN!

Uudessa päärakennuksessa on kahdeksan poistumistietä:

- pääovi
- ovi kahviosta terassille
- ovi ruokasalista terassille
- kabinetin ovi
- keittiön ovi
- alakerran käytävän ulko-ovi
- ovi liikuntasalista ulos (silloin, kun salissa on toimintaa)
- ovi kiinteistönhoitotilasta ulos (ei asiakaskäytössä)

Marttisen vanhasta pappilasta on pääoven lisäksi kolme muuta uloskäyntiä

- Tarjanne-salista
- Paunu-salista
- WC käytävän ovi
- yläkerrasta hätäpoistumismahdollisuus on ikkunan kautta paloportaille, pääsisäänkäynnin yläpuolella

Nuorisohotellin rakennuksissa (A-, B- ja C-talo) on kaksi ulosjohtavaa ovea;

- pääovi
- takaovi terassille

Väentuvassa (Kuukkelisali ja takkahuone) on vain yksi poistumisovi

- pääovi
- hätäpoistumismahdollisuus salin ja takkahuoneen ikkunoista

Lomasaaren huoneistoista (A-, B-, C-, D-, E-, F-, G-, H-, K-, L- ja M-huoneisto) on kaksi poistumistietä alakerrassa;

- ulko-ovi
- verannan ovi
- Yläkerrasta hätäpoistuminen on makuuhuoneiden ikkunoiden kautta

Työväentalosta on kaksi uloskäyntiä:

- pääovi
- keittiön ovi

Otteita Marttisen turvallisuus- ja pelastussuunnitelmasta 2021

Alkusammutuskalusto

HUOM! TUTUSTUKAA KÄYTTÄMIENNE TILOJEN ENSISAMMUTUSVÄLINEISTÖN SIJAINTEIHIN ENNAKOLTA!

Päärakennuksessa on sammuttimia ja pikapaloposteja seuraavissa paikoissa:

- pääoven tuulikaappi
- kahvio
- ruokasali
- kabinetti
- alakerran käytävä x 2
- kiinteistönhoitajien tila (ei pääsyä asiakkaille)
- keittiö

Vanha pappila:

- pikapaloposti (paloletku) alakerran wc-käytävällä sekä yläkerran wc-käytävällä
- sammuttimia ala- ja yläkerrassa
- sammutuspeite keittiössä

Nuorisohotellin majoitusrakennukset (A-, B- ja C-talo):

- sammutuspeite keittiössä
- sammutin käytävässä

Lomasaaren huoneistot:

- sammutuspeite keittiössä
- sammutin eteisessä ulko-oven vieressä
- sammutin sauna-osastolla

Väentupa:

- sammutuspeite keittiössä ja takkahuoneessa
- sammutin eteisessä takkahuoneen oven pielessä

Työväentalo:

- sammutuspeite ja sammutin keittiössä

Muita hyviä sammutteita ovat myös: matto, hiekka, lumi, puun oksat, sekä pelkkä vesi.

Ensiapuvälineistö

HUOM! TUTUSTUKAA ENSIAPUVÄLINEISTÖN SIJAINTIIN ETUKÄTEEN!

Uudessa päärakennuksessa

- Vastaanottopisteessä ea-välineet ja **defibrillaattori**
- Huom! Ea-kaappi on lukittu, pyydä apua henkilökunnalta
- Alakerran liikuntasalin pukuhuoneiden käytävällä ensiapukaappi

Marttisen vanhassa pappilassa

- Ensiapukaappi eteisaulassa

Nuorisohotellin rakennuksissa (A-, B- ja C-talo)

- Ensiapukaappi aulan seinällä

Väentuvassa

- Perusensiapuvälineet eteisessä

Työväentalossa

- Perusensiapupaketti keittiössä

Saunat

- Marttisen Vihtasaunan oleskelutilassa ja pukuhuoneissa ea-tarvikkeet
- Lomasaaren saunaosaston pukuhuonetilassa ea-tarvikkeet

Retket

- Ohjaajalla on mukana ensiapulaukku luonto- ym. ohjatuilla retkillä

Toimintaohje tulipalon sattuessa

Pelasta:

- pelasta itsesi ja vaarassa olevat
- varo hengittämästä savua (erittäin myrkyllistä)
- ohjaa ryhmäsi lähintä poistumistietä ulos sovitulle kokoontumispaikalle
- sovitulta kokoontumispaikalta ei saa poistua ennen lupaa, jotta voidaan tarkistaa, että kaikki ovat todella päässeet ulos

Ilmoita:

- soita yleiseen hätänumeroon **112**
- kerro kuka olet, missä palaa, mikä palaa ja onko ihmisiä vaarassa
- älä katkaise puhelua ilman lupaa
- ilmoita myös muille rakennuksessa oleville sekä henkilökunnalle

Sammuta:

- ota lähin sammutin ja aloita sammutustyö heti (älä vaaranna henkeäsi)
- ei vettä sähköjännitteisiin kohteisiin eikä nestepaloihin
- aloita liekkien edestä, jatka taakse, alhaalta ylös ja levitä aine edestakaisella liikkeellä liekkien juureen
- lopeta ruiskutus liekkien kadotessa

Ehkäise:

- rajoita palon leviäminen sulkemalla ovet ja ikkunat
- sammuta ilmanvaihto hätäkatkaisimesta
- poista lähellä olevat tulenarat esineet, syttyvät aineet
- suojaa arat ja tärkeät koneet ja laitteet vesi- yms. vaurioilta

Opasta:

- järjestä palokunnan opastus paikalle
- ole palokunnan apuna

Nuorisokeskus Marttisen majoitustilojen osoitteet ovat:

Nuorisohotellit, Nuorisokeskus Marttinen Herrasentie 16, 34800 VIRRAT

Hirsihuvilat, Palolammintie 363, 34800 VIRRAT

PELASTAUTUMISOHJE ASIAKKAILLE TULIPALOSSA

Tulipalon sattuessa:

1. Kuuntele annettavia ohjeita.
2. Kuuntele tarkoin, mitä tietä poistutaan.
3. Ota päällysvaatteet mukaan ja kiiruhda rauhallisesti, mutta ripeästi kokoontumispaikalle.
4. Kokoonnutaan ryhmittäin, jotta ryhmän vastuuhenkilö voi pitää nimenhuudon.
5. Pysy kokoontumispaikalla, älä mene häiritsemään palokunnan työskentelyä.
6. Odota jatko-ohjeita.

OPETTAJA/RYHMÄN VASTUUHENKILÖ:

Varsinkaan majoitustiloissa ei ole paikalla henkilökuntaa, jolloin ryhmän vastuuhenkilön on huolehdittava ohjeiden antamisesta ryhmälleen.

- Huolehdi siitä, että kaikki oppilaat/ryhmäsi jäsenet ovat poistuneet tiloista ennen kuin lähdet itse.
- Tarkista kokoontumispaikalla, että kaikki ryhmäsi jäsenet ovat paikalla.

POISTUMISTIET JA KOKOONTUMISPAIKAT

Nuorisohotelli: kaikissa nuorisohotellin rakennuksissa (A-, B- ja C-talo) on kaksi poistumisovea: pääovi ja aulan takaovi

KOKOONTUMISPAIKKA: pelikenttä.

Hirsihuvila: kaikissa huoneistoissa on kaksi poistumisovea:

pääovi sekä terassinovi

yläkerroista hätäuloskäynti makuuhuoneiden ikkunoista, paloportaita pitkin

KOKOONTUMISPAIKKA: Antintalon piha-alue

Päärakennus: Kahdeksan poistumisovea

- pääovi
- ovi kahviosta terassille
- ovi ruokasalista terassille
- kabinetin ovi
- keittiön ovi
- alakerran käytävän ulko-ovi
- ovi liikuntasalista ulos (ei asiakaskäytössä, ellei siellä ole toimintaa)
- ovi kiinteistönhoitotilasta ulos (ei asiakaskäytössä)

KOKOONTUMISPAIKKA: pelikenttä.

Marttisen vanha pappila: Neljä poistumisovea:

- pääovi
- Tarjannesalin sivuovi
- Paunusalin ovi
- WC käytävän ovi
- toisessa kerroksessa hätäuloskäynti yläaulan ikkunasta, katonkautta paloportaita pitkin

KOKOONTUMISPAIKKA: pelikenttä

Kokoontumispaikalta järjestetään ohjaus tilanteesta riippuen tarkoituksenmukaisimpaan evakuointipaikkaan, viranomaisten tai henkilökunnan toimesta.

Toimintaohje tapaturman tai sairaskohtauksen sattuessa

- Tee nopeasti tilannearvio:
 - selvitä mitä on tapahtunut
 - onko potilas hereillä > Jos ei reagoi, soita 112
 - hengittääkö
- Käynnistä potilaan ensiapu (SPR:n elvytysohjeet liitteenä)
- Pienet vammat voit hoitaa itse paikan päällä
- Käytä ensiapukaapin välineistöä ja tarvikkeita
- Pyydä apua ensiaputaitoisilta
- Suuremmissa vammoissa tai vakavissa sairastapauksissa tee hätäilmoitus

YLEINEN HÄTÄNUMERO 112

- Hätäilmoitusta tehdessä kerro:
 - mitä on tapahtunut (mahdollisimman tarkkaan)
 - osoite ja paikka
 - milloin
 - miten opastus tapahtuu
 - kuka olet
- Älä sulje puhelinta, ennen kuin saat siihen luvan
- Järjestä selkeä opastus paikalle
- Älä jätä potilasta yksin

Painelu-puhalluselvytys (PPE) on elottoman aikuisen ensiapu

Kun henkilö menettää äkillisesti tajuntansa, toimi näin:

1. Saatko henkilön hereille?

Herättele häntä puhuttelemalla ja ravistelemalla.
Henkilö ei herää.

2. Soita hätänumeroon 112.

Voit myös huutaa apua ja pyytää paikalla olevia tekemään hätäilmoitus numeroon 112.
Hätäkeskuksen antamia ohjeita tulee noudattaa.

Käännä tämän jälkeen autettava selälleen, ja selvitä hengittääkö hän normaalisti?

3. Avaa hengitystie.

Ojenna autettavan pää leuan kärjestä nostamalla ja toisella kädellä otsasta painamalla. Samalla **katso, kuuntele ja tunnustele hengitystä**. Liikkuuko rintakehä? Kuuluuko hengityksen ääni? Tuntuuko ilman virtaus poskellasi? Arvio onko hengitys normaalia, epänormaalia tai hengitys puuttuu. Mikäli epäröit, toimi kuin hengitys ei olisi normaalia.

Hengitys ei ole normaalia tai se puuttuu.

4. Aloita paineluelvytys.

Aseta kämmenesi tyviosa keskelle autettavan rintalastaa ja toinen kätesi rintalastalla olevan käden päälle. Sormet ovat limittäin. Paina suorin käsivarsin kohtisuoraan alaspäin 30 kertaa siten, että rintalasta painuu 5 - 6 cm. Anna rintakehän palautua paineluiden välissä. Keskimääräinen painelutiheys on 100 kertaa minuutissa, eikä ylitä 120 kertaa minuutissa. Laske painelut ääneen.

5. Puhalla 2 kertaa.

Avaa hengitystie. Aseta suusi tiiviisti autettavan suun päälle ja sulje sormillasi hänen sieraimensa. Puhalla rauhallisesti ilmaa autettavan keuhkoihin. Puhalluksen aikana katso, että autettavan rintakehä nousee (liikkuu).

Toista puhallus. Kahden puhalluksen kesto on 5 sekuntia.

6. Jatka elvytystä tauotta rytmillä 30:2,

kunnes autettava herää: liikkuu, avaa silmänsä ja hengittää normaalisti, ammattihenkilöt antavat luvan lopettaa tai voimasi loppuvat.

Painelu-puhalluselvytys (PPE) on elottoman lapsen ensiapu

Kun lapsi (alle murrosikäinen) menettää äkillisesti tajuntansa, toimi näin:

1. Saatko lapsen hereille?

Herättele lasta puhuttelemalla ja ravistelemalla.

Lapsi ei herää.

2. Soita hätänumeroon 112.

Hätänumeroon 112 soitetaan välittömästi, jos paikalla on muita tai itse voit soittaa muiden ensiaputoimenpiteiden ohessa. Muutoin yksin ollessasi elvytä lasta ensin 1 minuutti ja tee hätäilmoitus heti tämän jälkeen. Hätäkeskuksen antamia ohjeita tulee noudattaa.

Käännä tämän jälkeen lapsi selälleen, ja selvitä hengittääkö hän normaalisti?

3. Avaa hengitystie.

Ojenna varovasti lapsen pää leuan kärjestä nostamalla ja toisella kädellä otsasta painamalla.

Samalla **katso, kuuntele ja tunnustele hengitystä**. Liikkuuko rintakehä? Kuuluuko hengityksen ääni? Tuntuuko ilman virtaus poskellasi? Arvio onko hengitys normaalia, epänormaalia tai hengitys puuttuu. Mikäli epäröit, toimi kuin hengitys ei olisi normaalia.

Hengitys ei ole normaalia tai se puuttuu.

4. Puhalla 5 alkupuhallusta.

Avaa lapsen hengitystie. Aseta suusi tiukasti lapsen suun päälle ja sulje lapsen sieraimet sormillasi (peitä vauvan suu ja sieraimet omalla suullasi). Rauhallisesti puhalla ilmaa lapsen keuhkoihin sen verran, että lapsen rintakehä nousee (liikkuu).

Puhalla yhteensä viisi kertaa.

5. Paina 30 kertaa.

Aseta kämmenen tyviosa lapsen rintakehälle, rintalastan alaosalle. Paina käsivarsi suorana 30 kertaa siten, että rintalasta painuu selkeästi kohtisuoraan alaspäin ja palautuu. Ajallisesti painumis- ja palautumisvaiheet ovat yhtä pitkiä. Keskimääräinen painelutiheys on 100 kertaa minuutissa, eikä ylitä 120 kertaa minuutissa. Laske painelut ääneen.

6. Puhalla 2 kertaa.

Avaa lapsen hengitystie. Aseta suusi tiiviisti lapsen suun päälle, sulje sieraimet, ja puhalla rauhallisesti ilmaa lapsen keuhkoihin. Puhalluksen aikana katso rintakehän liikettä (nousee).

Toista puhallus. Kahden puhalluksen kesto on 5 sekuntia.

Jatka rytmillä 30:2.

7. Yksin toimiessasi, tee nyt hätäilmoitus soittamalla 112.

8. Jatka lapsen elvytystä tauotta rytmillä 30:2

kunnes lapsi herää: liikkuu, avaa silmänsä ja hengittää normaalisti, ammattihenkilöt antavat luvan lopettaa tai voimasi loppuvat.

Toimintaohje kaasuvaaratilanteessa

Pelastusviranomaiset antavat suojautumisohjeita radiossa sekä paikallisesti kaiuttimilla. Yleinen vaaramerkki voi tarkoittaa myös kaasuvaaraa. Väestö hälytetään yleisellä hälytysmerkillä, jonka lisäksi annetaan tietoja ja toimintaohjeita radion välityksellä.

YLEINEN VAARAMERKKI

- yleinen hälytysmerkki on nouseva ja laskeva äänimerkki tai viranomaisen kuuluttama varoitus

TOIMI NÄIN KUULTUASI YLEISEN VAARAMERKIN:

- Siirry sisälle ja kehoita muita henkilöitä tekemään samoin. Pysy sisällä.
- Sulje ovet, ikkunat, tuuletusaukot ja ilmastointilaitteet.
- Avaa radio ja odota rauhallisesti ohjeita.
- Vältä puhelimen käyttöä etteivät linjat tukkeudu.
- Älä poistu alueelta ilman viranomaisten kehotusta ettet joutuisi vaaraan matkalla.

Lisäksi:

Jos olet sisätiloissa:

- ja haistat kaasua, paina märkä vaate suun eteen ja hengitä sen läpi
- pysytele yläkerroksissa kunnes vaara on ohi
- kuuntele radiota

Jos olet ulkona, etkä pääse sisälle:

- kiirehdi kaasupilven alta sivutuuleen
- pyri mahdollisimman korkealle, esimerkiksi mäen päälle
- paina märkä vaate, ruoho, turve- tai sammaltuppo suun eteen ja hengitä sen läpi

Vaara ohi – merkki on yhtämittainen, tasainen äänimerkki. Se on ilmoitus siitä, että uhka tai vaara on ohi.

Toimintaohje säteilyvaaratilanteessa

Säteilytilannetta valvotaan jatkuvasti koko maassa mittareilla. Pienetkin muutokset huomataan heti ja niistä tiedotetaan viipymättä. Säteilyvaarasta annetaan yleinen vaaramerkki, joka on nouseva ja laskeva äänimerkki tai viranomaisen kuuluttama varoitus.

TOIMI NÄIN KUULTUASI YLEISEN VAARAMERKIN:

1. Siirry sisälle ja kehoita muita henkilöitä tekemään samoin. Pysy sisällä.
2. Sulje ovet, ikkunat, tuuletusaukot ja ilmastointilaitteet.
3. Avaa radio ja odota rauhallisesti ohjeita.
4. Vältä puhelimen käyttöä etteivät linjat tukkeudu.
5. Älä poistu alueelta ilman viranomaisten kehotusta ettet joutuisi vaaraan matkalla.
6. Lisäohjeita saa myös Yleisradion teksti-TV:n sivulta 867 sekä Säteilyturvakeskuksen internet – sivuilta www.stuk.fi.