



# Turvallisuussuunnitelma

M-Team – Turvallisessa seurassa

28.3.2018

M-Team

Päivi Wickström

## Sisältö

Yleistä turvallisuudesta.....	3
Miksi turvallisuussuunnitelma? .....	3
Vastuut ja velvollisuudet M-Teamissä.....	3
Hätätilanteet.....	3
Arena Center Ruskeasuo .....	3
Hätäilmoitus .....	3
Evakuointi .....	4
Sairastapaukset ja tapaturmat .....	4
Tapahtumat/turnaukset .....	5
Edustusjoukkueiden kotiottelut .....	5
Turnaukset.....	5
Harjoitukset .....	5
Vastuut ja velvollisuudet .....	6
Varusteet .....	6
Kouluttautuminen .....	6
Ulkomaan matkat .....	6
Yleiset toimintaperiaatteet.....	6
Yhteiset säännöt.....	7
Vastuut/velvollisuudet .....	7
Urheiluvammat.....	7
Ensiapu .....	7
Jatkohoitoon ohjaaminen.....	7

## Yleistä turvallisuudesta

### Miksi turvallisuussuunnitelma?

Turvallisuussuunnitelma kokoaa turvallisuutta edistävät toimintatavat päätöksenteossa eri toimintamuodoissa ja suorituspaikoissa. Siinä määritellään vastuuhenkilöiden tehtävät, taitotaso ja työnjako toimijoiden kesken. Lisäksi suunnitelma kattaa sisäisen tiedonvälityksen, sekä kriisiviestinnän ohjeet.

Turvallisuussuunnitelma on seuran toimihenkilöiden sekä muiden jäsenten luettavissa. Jokaisen tulee tutustua siihen, jotta toimintatavat turvallisuuden varmistamiseksi seuratoiminnassa saadaan yhtenäisiksi.

### Vastuut ja velvollisuudet M-Teamissa

Seurassa toiminnanjohtaja huolehtii, että seuran kotisivuilla on luettavissa ajantasainen turvallisuussuunnitelma. Päivitys on myös toiminnanjohtajan vastuulla, mutta jokaisen seuran jäsenen omalla vastuulla on tiedostaa ja tuntee omaa ja muiden turvallisuutta koskevat tekijät. Tapahtumiin tarvittavat luvat hankkii toiminnanjohtaja.

Turvallisuussuunnitelman toteutus huomioidaan vuosikertomuksessa.

Harjoituksissa ja turnauksissa valmentajat sekä nimetyt joukkueen toimihenkilöt ovat vastuussa pelaajien turvallisuudesta.

## Hätätilanteet

### Arena Center Ruskeasu

KOHTEEN YLEISTIEDOT (Liite 1)

### Hätäilmoitus

Hätäilmoitus tehdään hätätilanteiden sattuessa seuraavien ohjeiden mukaisesti:

- Soitetaan numeroon **112** ambulanssi, palokunta, poliisi
- Kerrotaan mitä on tapahtunut?
  - o Onnettomuus?
  - o Sairaskohtaus?
  - o Onko ihmisiä vaarassa?
- Missä tapahtunut?

**HKL Ruskeasuon varikko/Salibandyhalli (3.krs)**

**Nauvontie 3**

**00280 Helsinki**

- Vastataan esittelyihin kysymyksiin
- Noudatetaan saatuja ohjeita
- Puhelinta ei saa sulkea ennen kuin lupa on annettu

## Evakuointi

Evakuoinnista vastaa tarpeen tullen hätäkeskus. Hätäilmoituksen sattuessa yleisö ohjataan pihalle portaita pitkin. Kokoontumispaikka sijaitsee rakennuksen eteläpäädyssä, 1. kerroksessa, autokannen alla.

Bussivarikko järjestää tarvittavan määrän linja-autoja kokoontumispaikalle sääolosuhteiden niin vaatiessa.

Lähin pelastusasema, Haagan paloasema, sijaitsee noin 500 metrin päässä Ruskeasuon Arena Centeristä.

## Sairastapaukset ja tapaturmat

Sairaskohtausten ja tapaturmien osilta noudatetaan seuraavia ohjeita:

- Selvitetään mitä on tapahtunut?
  - o Sairaskohtaus
  - o Tapaturma
- Selvitetään onko potilas hereillä?
  - o Puhuttele, ravista varovasti
  - o Hengittääkö, toimiiko sydän?
- Avataan kiristävät vaatteet
- Käännetään päätä taaksepäin niin, että hengitystiet avautuvat
- Tunnustellaan syke kaulavaltimolta
- Hälytetään apua numerosta **112**

Myrkytystietokeskus HUS (09) 471 977

Ammattilaisia odotellessa sydänpysähdyksen ollessa kyseessä:

- Samalla kun tehdään hätäilmoitus, on lähetettävä joku hakemaan defibrillaattoria kahviosta

### Elvytä

- elvytys tulee aloittaa heti, jos potilas ei reagoi eikä hengitä normaalisti.
- Aloita painelupuhallus elvytys. Painelun ja puhallusten suhde on 30:2
- Potilaan tulee olla selällään vaakatasossa kovalla alustalla.
- Painelutaajuus on 100–120 painelua minuutissa
- Paineluelvytyksen tulee olla mahdollisimman keskeytyksetöntä.
- Paineluelvyttäjää on suositeltavaa vaihtaa 2 minuutin välein (defibrillaattoria käytettäessä rytmintarkastuksen yhteydessä).
- Jos auttaja on kykenevä puhallus elvytykseen, se kuuluu aina peruselvytykseen.

Erityisesti lapsipotilaat ja hapenpuutteesta elottomaksi menneet hyötyvät puhallus elvytyksestä.

- Puhallus elvytys aloitetaan 30 painalluksen jälkeen:
  - o Puhalla kaksi rauhallista, sekunnin kestävästä puhallusta elvytettävän keuhkoihin ja tarkista, että rintakehä nousee ja laskee puhallusten mukaan.

## Opasta

ammattiauttajat nopeasti potilaan luo.

## Kerro

- ammattiauttajille mitä on tapahtunut ja mitä on tehty Tapahtumat/turnaukset

## Edustusjoukkueiden kotiottelut

Turvallisuussuunnitelma Ruskeasuon salibandyhalli, Nauvontie 3 00280 Helsinki 3 kerros

- M-Team kotiottelut, peliaika 3x20 min tehokas peliaika. 12 min erätautot, jolloin joukkueet siirtyvät pukuhuoneisiin tai hallin klubitilaan (=kotijoukkue)
- jokaisella joukkueella nimetty yhteyshenkilö
- turvallisuushenkilöstö: turvallisuusvastaava Päivi Wickström
- pysäköintipaikat sijaitsevat hallin pysäköintitasolla 2,5 kerroksesta, pysäköinti on maksullinen
- kahden tunnin ilmaiset pysäköintipaikat sijaitsevat pysäköintitason alla pääsisäänkäynnin edessä
- tulipalon tai kaasuvuodon sattuessa, hallissa on automaattinen sammutusjärjestelmä, sekä ympäri hallia sijoitetut käsijauhesammuttimet
- vakavissa loukkaantumisissa, riippuen vamman laadusta pelaaja toimitetaan joko lähimpään sairaalaan tai Pohjola Terveyden sairaalaan (avoinna arkisin klo 22 saakka, viikonloppuisin klo 17 saakka), Munkkivuoren lääkärikeskus Pihlajalinnkaan (Dextra) (24 h).
- Lähin ambulanssin starttipiste on Haagan paloasema, joka sijaitsee hallista 500 m:n päässä
- Halli on otettu käyttöön syyskuussa 2007.

## Turnaukset

Seuran alaisten joukkueiden järjestämissä turnauksissa ja tapahtumissa noudatetaan seuran turvallisuussuunnitelmaa.

Turnauksissa tulee olla vastuujoukkueen toimesta paikalla riittävä ensiapukalusto (ensiapulaukku). Lisäksi joukkueen vastuuhenkilön olisi hyvä olla selvillä siitä, miten hätätilanteissa toimitaan sekä hätäuloskäyntien ja palosammuttimien sijainti.

Vastuuhenkilöllä olisi myös hyvä löytyä yhteystiedot lähimpään sairaalaan, poliisiin sekä hätäkeskukseen. Lisäksi on hyvä tiedostaa mihin ulkopaikkakuntalaiset pelaajat tulee tapaturmien sattuessa ohjata.

## Harjoitukset

Valmentaja on vastuussa pelaajien turvallisuudesta harjoituksissa. Harjoitukset alkavat silloin, kun valmentaja on ilmoittanut ne alkaviksi ja päättyvät siihen, kun pelaaja on poistunut harjoituspaikalta turvallisesti. Harjoitusaikaan ei kuulu pelaajan tulo- ja kotimatka, mutta varsinkin nuorempien junioreiden valmentajan tulee huolehtia, että kaikki pääsevät turvallisesti kotimatalleen. Jos mahdollisia onnettomuuksia tapahtuu harjoitusalueen puitteissa (Ruskeasuolla Arena Center välittömien lähiympäristöineen), tulee näihin kuitenkin puuttua joko valmentajan ja/tai seuran taholta.

## Vastuut ja velvollisuudet

Juniori-ikäisten joukkueiden harjoituksissa tulisi olla läsnä ainakin kaksi valmentajaa/vanhempaa. Lisäksi harjoituksissa tulee olla ensiapulaukku, jossa on kertakäyttöpussuja, tukiside, urheiluteippiä sekä laastaria. Särkylääkkeitä ei alaikäiselle saa antaa edes vanhempien suullisella suostumuksella, joten näitä ei välttämättä tarvitse. Ensiapulaukussa olisi myös hyvä olla pelaajien vanhempien yhteystiedot ja lähettyvillä puhelin mahdollisia yhteydenottotarpeita varten.

Valmentajan tulisi ennen jokaista harjoitusta tarkastaa ympäristö, sekä alkulämmön että sisätilojen suhteen. Varsinkin nuorempien junioreiden ulkolämpöjä tulee aikuisen valvoa. Parkkitasanteella juoksemista ei suositella.

Valmentajan tulisi ennen harjoitusta valvoa, että kaukalo on kunnossa (ei rikkinäisiä osia), että seinissä ei ole vaarallisia ulokkeita ja että harjoituksissa käytetyt pallot ovat ehjiä. Sinänsä Arena Centerin puitteet ovat kiinteistön osilta valvotut, mutta turvallisuudesta ei kannata tinkiä.

Valmentajan tulee ohjeistaa joukkuetta käyttämään turvallisia sisäänkäyntejä. Arena Centerissä jalankulkijoiden sisäänkäynti tapahtuu rakennuksen ensimmäisen kerroksen kautta. Hissiä ei tulisi turvallisuussyistä käyttää, sillä se jää usein jumiin. Parkkitasanteelle tuleva **ajoluiska EI** ole jalankulkijoita varten.

## Varusteet

Valmentajan tulisi valvoa, että pelaajilla on asianmukaiset varusteet harjoitustilanteissa. Tämä ei tarkoita, että joka harjoitusten alussa pelaajien varusteet synytään, vaan sitä, että mahdollisesti turvallisuutta vaarantaviin tai puutteellisiin varusteisiin puututaan.

Pelaajilla tulisi olla:

- Ehjät ja riittävät vaatteet
  - o Ulkolämpöä varten sään mukaiset vaatteet ja kengät (tuulipuku ja juoksukengät)
- Sisäkengät ehjät ja lajinmukaiset
- Maila ehjä ja säännösten mukainen (ei yhdistelmämailoja)
- Suojalasit (1999 ja myöhemmin syntyneillä pakolliset)
- Maalivahdeilla riittävät suojat
  - o Polvisuojat, kypärä, housut, paita

## Kouluttautuminen

Jokaisella joukkueella tulisi olla nimetty henkilö, joka vastaa huoltotoimenpiteistä esimerkiksi vammojen sattuessa. Tämän henkilön (tai useamman) olisi hyvä käydä joko seuran järjestämän huoltaja/ensiapukurssi, tai osallistua joko Suomen Punaisen Ristin tai ESLU:n järjestämään koulutukseen.

## Ulkomaan matkat

### Yleiset toimintaperiaatteet

Ennen ulkomaille suuntautuvaa turnausmatkaa, pelaajien sekä vanhempien tulisi keskustella sekä allekirjoittaa toimintatavat eli säännöt, joita matkalla noudatetaan. Yhteiset toimintasäännöt edesauttavat

sujuvaa turnausmatkaa ja auttavat mahdollisten ongelmatilanteiden sattuessa. Tärkeintä on, että kaikki myös toimivat sääntöjen mukaisesti. On myös hyvä sopia etukäteen, mitä tapahtuu, jos sääntöjä ei noudateta.

Salibandyliiton lisenssin yhteydessä tarjoama OP:n Sporttiturva kattaa myös ulkomailla sattuneet urheiluvammat, mutta ei esimerkiksi matkoja Suomeen. Muiden yhtiöiden tarjoamista vapaa-ajan vakuutuksista tulee tarkistaa vakuutuksen kattavuus. Tästä on joukkueenjohtajan hyvä tiedottaa pelaajien vanhempia.

## Yhteiset säännöt

Säännöt voivat koskea esimerkiksi:

- Aikataulut/nukkumaanmenoajat
- Nimenhuudot tietyin väliajoin
- Ravinto/lepo
- Varusteet
- Alkoholinkäyttö/tupakointi
- Joukkueena toimimista, jokaisen joukkueen jäsenen ottamista mukaan myös matkan vapaa-ajan toiminnassa (ketään ei jätetä yksin).
- jne.

## Vastuut/velvollisuudet

Matkaa edeltävän keskustelun yhteydessä on myös hyvä sopia kuka toimii matkanjohtajana sekä muut mahdolliset vastuualueet. Yhteystiedot tulee jakaa pelaajille etukäteen sekä ottaa pelaajien vanhempien yhteystiedot ylös. Nämä yhteystiedot on hyvä löytyä ainakin kahdelta henkilöltä matkaseurueen sisällä.

## Urheiluvammat

Joukkueessa tulisi olla vähintään yksi henkilö, joka osaa akuutin vammojen hoidon. Juniorijoukkueissa valmentajan tulisi olla selvillä ainakin neljän K:n periaatteesta, mutta joukkueella on hyvä olla myös nimetty huoltaja. Vanhemmissa junioreissa sekä aikuisjoukkueissa voivat myös pelaajat olla toimeliaita.

## Ensiapu

Akuuteissa urheiluvammoissa (kontaktitilanteet, venähdykset, nyrjähdykset, iskut, mustelmat) tulee noudattaa neljän K:n periaatetta; järjestyksessä *Kompressio* eli puristus – ei liian kireälle *Kylmä* – ei suoraan iholle --> paleltumavaara! *Kohoasento* – turvotus laskee. *Kevennys* – ei turhaa rasitusta. Nivelvammoissa ko. nivel tulee asettaa mahdollisen normaaliin asentoon.

## Jatkohoitoon ohjaaminen

Valmentajan/huoltajan olisi hyvä olla selvillä vammojen vakavuudesta, mutta tietystikään ei voi odottaa, että valmentaja tai huoltaja olisi kykeneväinen diagnosoimaan vammaa. Valmentajan tulee kuitenkin ohjeistaa pelaajaa vanhempineen jatkohoidosta, sekä ohjata lääkäriin, jos vamman vakavuus sitä vaatii.

Valmentaja ei saa päästää sairasta tai loukkaantunutta pelaajaa takaisin harjoituksiin ilman lääkärin suostumusta, pois lukien selkeät flunssatapaukset.

Mahdollisista vakuutuskäytännöistä on hyvä muistuttaa, tai mahdollisesti ohjata soittamaan vakuutusyhtiöön. Pelaajan vanhempi ei välttämättä ole aikaisemmin joutunut kohtaamaan urheiluvammojen mukanaan tuomaa vakuutuskäytäntöä. Yhdessä OP:n Sporttiturvavakuutuksen, joka on Salibandyliiton lisenssivakuutus, kanssa M-Teamille on suunniteltu oma hoitopolku. Myös vapaaehtoiset seuran toimijat kuuluvat OP-tuplaturvan piiriin, jolloin heidänkin hoitopaikkansa on Pohjola terveys, jos tapaturma sattuu. Hoitopolkuohjeet löytyvät seuran nettisivuilta Pohjola Terveiden alta <http://www.m-team.fi/33530>



Liite 1.

KOHTEEN YLEISTIEDOT

*Lyhyt kuvaus kohteesta ja sen toiminnasta*

<b>Kohteen nimi</b>	Helsingin Bussiliikenne Oy Ruskeasuon varikko	
<b>Kohteen osoite</b>	Nauvontie 3 00280 Helsinki	
<b>Koko kohteen turvallisuusjohtaja ja yhteystiedot</b>	Tj Mika Seppänen 0104774576, 0503648780 tekninen päällikkö Harri Alatyppö 0104774504, 0505992420	
<b>Osakohteiden turvallisuusjohtajat / -valvojat tai – vastaavat ja yhteystiedot</b>	Helsingin Bussiliikenne Oy Jani Laine / Arena Center Oy Päivi Wickström M-Team Halli Oy Jarno Lång/ Palmia Onnikka Hannu Villman / Scania Suomi Oy	
<b>Kohteen kortteli nro</b>	16740	
<b>Kohteen tontti nro</b>	5	
<b>Kohteen rakennusten kerrosala ja tilavuus</b>	17067 m <sup>2</sup>	115220m <sup>3</sup>
<b>Kohteen rakennusten kerrosluku</b>	4	
<b>Yleiskuvaus kohteen rakennuksista</b>	Bussivarikko ja salibandykeskus	

<b>Kohteen henkilömäärä yhteensä: oma henkilökunta / asiakkaat (tarvittaessa tarkempi erittely)</b>	641	
<b>Jatkaako kohde toimintaansa poikkeusoloissa</b>	X Kyllä	<input type="checkbox"/> Ei
<b>Mikäli ed. kohtaan vastaus on kyllä, onko kohde Puolustustaloudellisen suunnittelukunnan tärkeysluokittelu ja onko valmiussuunnitelma tehty erikseen</b>	kyllä	
<b>Kohteen vakuutusyhtiön yhteystiedot</b>	Ruskeasuon Varikkokiinteistö Oy / Fennia Helsingin Bussiliikenne Oy / IF M-Team Halli Oy Fennia / 050-4081501 Arena Center Oy / Fennia	
<b>Kohteen isännöinti</b>	Ruskeasuon Varikkokiinteistö Oy	
<b>Kohteen vartiointi</b>	TEKNO / HKL tekninen valvomo	
<b>Päivystysnumero</b>	0931035801	
<b>Kohteen kiinteistöhuolto</b>	TEKNO / HKL tekninen valvomo	
<b>Päivystysnumero</b>	0931035801	

Tätä sivua voi käyttää pelastuslaitokselle toimitettavana pelastussuunnitelman yhteenvetolomakkeena.