

**Pelastussuunnitelma 1.9.2021**

**Vaasan Uimaseura – Vasa Simsällskap ry Uimakoulut**

**Hätänumero 112**

**Osoite:** Silveria, Ruutikellarintie 4, 65100

**Evakuointipaikka:**

**Tämä pelastussuunnitelma on voimassa kaikkina aikoina, jolloin Vaasan Uimaseura järjestää toimintaa Silverian allastiloissa.**

**Sisältö:**

- 1. Evakuointi/palohälytys**
- 2. Hukkuminen/vesipelastustilanne**
- 3. Elvytys**

# 1. EVAKUINTI/PALOHÄLYTYS

**Vastuuohjaajat** evakuoivat uimarinsa ja siirtyvät heidän kanssaan lähimmästä varauloskäynnistä evakuointipaikkaan.

**Apuohjaaja/apuohjaajat** evakuoivat pukuhuoneet ja allastilan vessan ja poistuu lähimmäisestä hätäpoistumistiestä evakuointipaikkaan evakuoitavien kanssa.

**Aulavastaava/apuohjaaja** tarkistaa sisääntulokäytävän ja ulkovaatteiden säilytyshuoneen.



## 2. HUKKUMINEN/VESIPELASTUSTILANNE

Kaikkien henkilökuntaan kuuluvien tulee tarkkailla uimareita altaassa sekä allasalueella.

**Pelastustilanteen sattuessa käytetään lähtökohtaisesti H-RAP-toimintamallia:**

**HÄLYTÄ** Huuda apua niin, että muukin henkilökunta huomaa sen. Käske joku soittamaan **hätänumeroon 112** ja tekemään hätäilmoitus.

**RAUHOITA** Jos pelastettava on pinnalla, kerro/huuda pelastettavalle, että apua on tulossa.

**APUVÄLINE** Pelastaminen on **aina mahdollisuuksien mukaan suoritettava apuvälinettä käyttäen** niin pelastettavan kuin myös pelastajan turvallisuuden takaamiseksi!

**PELASTA** Suorita pelastaminen parhaaksi katsomalla toimintatavalla tai anna kokeneemman suorittaa se. Lähesty pelastettavaa takaa.

Pelastamisen jälkeen pelastettava nostetaan välittömästi reunalle ja aloitetaan mahdolliset ensiapu- ja elvytystoimenpiteet.

Silverian allastiloista löytyy pelastusrengas.

Henkilökunnan tulee tietää hengenpelastusvälineiden sijainti ja osattava käyttää niitä

### 3. ELVYTYYS

#### PAINELU-PUHALLUSELVYTYS (PPE)

- Tarkista elottomuus (tarkista hengitys)
- Hälytä lisääpua. **Hätänumero 112**
- Avaa hengitystiet
- Paineluelvytys: painele 30 kertaa
  - 100-110 kertaa/min
  - Painelussyvyys 5-6cm (lapsella 3-4cm)
  - (Lapsen painelu yhdellä kädellä)
  - Painelukohta rintalastan keskeltä
  - Anna rintakehän nousta ennen uutta painallusta
  - Omat kyynärpäät suorana, voima ylävartalosta
- Puhalluselvytys: puhalla 2 kertaa
  - Puhalla niin, että rintakehä nousee
  - Puhalla n. 1,5-2 litraa (lapsella n. 1l)
  - Anna rintakehän laskea ennen kuin puhallat lisää
- Jatka rytmillä 30:2 (30 painallusta, 2 puhallusta)
  - Kunnes elvytettävä virkoo
  - Kunnes ammattiauttaja antaa luvan lopettaa

Painelijaa tulee vaihtaa riittävän usein, jolloin elvytyksen laatu pysyy riittävän korkeana.

**Silverialla ei ole käytössä defibrillaattoria.**

**Lapsen ja hukkuneen elvytys tulee aloittaa 5 puhalluksella!**