

**Valkeakoski Seniorit**

**16.3.2023**

**Kotivara 72 h**

# Kansalaisen varautuminen - kotivara

- ▶ Ei ole uusi asia, varautumiseen kiinnitetty huomiota toisen maailmansodan jälkeen
  - 1966 Kauppa ja TeollisuusMinisteriö: Kotivara käsite ( lanseerattiin esite)
    - aluksi ainoastaan elintarvikkeita
    - myöhemmin monia muutoksia ja lisäyksiä sisältöön
  - Varautuminen vahvistui
    - Koronan ja Ukrainan sodan takia
    - sähkökatkojen todennäköisyyden kasvu ???
- ▶ Päävastuu kotivaran kehitystyöstä ja siitä tiedottamisesta Suomen Pelastusalan Keskusjärjestöllä (SPEK)

# Varautumisen periaate: 72 h

- **Suomen varautuminen perustuu siihen, että kotitaloudet selviävät omin avuin 3 vrk eli 72 tuntia**

- \*elintarvikkeet

- \*puhdas vesi

- \*sähkö ja lämpö

- \*tiedonsaanti häiriötilanteessa

Tässä ajassa viranomaiset saavat tilanteen haltuun

Miten pystyisit auttamaan muita pitkittyneen (yli 72h) sähkökatkoksen aikana?

# Jos aamulla ei ole sähköjä, miten vaikuttaa:

## Kodin ulkopuolella:

- Hissit eivät toimi
- Useat kaupat sulkevat ovensa
- Korteilla ei voi maksaa, pankit ja käteisautomaatit sulkeutuvat
- Huoltoasemalta ei saa polttoainetta
- Joukkoliikenne häiriintyy nopeasti, ruuhkat

# Kotona:

- \* Tuleeko vettä
- \* Onko valoa
- \* Riittääkö ruokaa ja saako valmistettua
- \* Miten hygienia ja wc:n toiminta
- \* Ajanviete ja viihdyke
- \* Mitä muuta?
- \* Mistä tietoa?

# Kotitalouksien varautumisessa huomioitava

- Elintarvikkeet
- Puhdas vesi, juomavesi
- Hygienia
- Lämpö
- Valo
- Tiedonsaanti
- Mieliala

# Elintarvikkeiden kotivara

- ▶ Ei erillinen hätävarasto, vaan elintarvikkeita, joita käytetään päivittäin, tilalle hankitaan uutta, mieluisaa syötävää
  - säilyvyysaika pitkä
  - valmistuu nopeasti
  - kypsentämiseen tarvitaan vain vähän vettä
  - voidaan syödä kypsentämättä.
- Sähkökatkon aikana (maalaisjärkeä käyttäen) ensin nopeimmin pilaantuvat
- Pakastimessa ruoat säilyvät kylmänä pari vuorokautta

# Elintarvikkeiden kotivara

Muista huomioida erityisruokavaliot!

Ja muista varata ruokaa  
myös lemmikkieläimille!





# Kotivara (esimerkiksi):

## **Kotivaraan kuuluvat esimerkiksi seuraavat tuotteet**

- Pullovetä, mehuja ja mehukeittoja
- Tuoreita hedelmiä, kasviksia ja juureksia
- Leipää, näkkileipää, riisikakkuja ja korppuja
- Muroja, myslejä, hiutaleita, pähkinöitä, siemeniä
- Kuivattuja hedelmiä, kuten rusinoita, luumuja ja taateleita
- Hilloja, soseita
- Huoneenlämmössä säilyvää maitoa tai kasvijuomia
- Kala-, liha- ja papusäilykkeitä
- Välipalapatukoita, keksejä, suklaata, sipsejä

Lähde: 72tuntia.fi

# Vesikatko

- Voi johtua
  - sähkökatkosta
  - veden saastumisesta
- Sähkökatkon aikana vältä veden valuttamista viemäriin (viemärien tulvimisriski)
  - älä käy suihkussa
  - vessa kannattaa jättää vetämättä, miten toimitaan
  - kerää hanasta laskettu vesi ämpäriin
- Sähkökatkon aikana vedentulo voi jatkua jonkin aikaa tai loppua heti.
- Seuraa vesilaitoksen ja viranomaisten tiedotusta

# Varaa paljon vettä:

- Varaa paljon vettä!
- Aikuinen tarvitsee juomavettä keskimäärin 2l / vrk
- Kotivara: 2l juomavettä /asukas x 3 vrk
- = 6l vettä / asukas (MINIMI!) ja muita juomia
- Lisäksi ruoanlaittoon ja hygieniaan
- Kokonaisvedentarve on 1–2 ämpärillistä henkeä kohti vuorokaudessa.
- Vesilaitos aloittaa veden jakelun -> kotiin varattava kannellisia tai korkillisia puhtaita vesiastioita, veden säilyvyys astioissa!!

# Hygieniasta ja puhtaudesta huolehtiminen:

- Vessan voi vetää vain yhden kerran
- Ilman sähköä ja vettä jätevesi ja kiinteät jätteet voivat tukkia viemärit
- Varawc: viritä muovikassi wc-istuimeen, sankoon tai pottaan. Käytä reilusti vessa- tai sanomalehtipaperia, munakennoja kuivikkeina
- Tee tarpeesi ja vie pussi jätekatoksen sekajäteastiaan
- Ulosteita ei saa laittaa biojätteeseen edes biojätepussissa
- Taloyhtiön väestönsuojissa tulee olla väliaikaisia vessoja (tarkista!)
- Käsihygienia: kosteuspyyhkeet ja käsien desinfektio

# Hygieniasta ja puhtaudesta huolehtiminen:

- Kuivashampoo
- Virkistyspyyhkeet
- Vauvoille tarkoitettut puhdistuspyyhkeet
- Kosteat kodin puhdistusliinat pintojen puhdistamiseen
- Käsidesi
- Kertakäyttöastioita, roskapusseja ja jättesäkkejä

# Kotiapteekki:

- Ensiaputarvikkeet
- Lääkkeitä, sidetarpeita, desinfiointiaineita, pyyhkeitä
- Kipu- ja kuumelääkkeet
- Henkilökohtaiset lääkkeet ainakin 2 viikon ajaksi

# Sähkökatko:

Seuraa säätiedotusta

Käännä kodinkoneet pois päältä

- ▶ paloriski kun sähköt palaavat
- ▶ jätä yksi valaisin kertomaan milloin sähköt palaavat

Kun sähköt palaavat

- ▶ laita sähkölaitteita päälle puolen tunnin välein, ettei äkillinen virtapiikki katkaise sähköjä uudelleen
- ▶ valmista ruokaa mikroaaltouunilla
- ▶ veden tulon käynnistyminen voi olla hidasta. Juoksuta vettä

# Valo

- Taskulamppuja
- Otsalamppuja
- Ladattava lyhty
- Paristoja
- Kynttilöitä, tuikkuja ja tulitikkuja
- Varasulakkeita





# Lämpö:

## Näin eri rakennukset kylmenevät

Kun ulkona on  $-20$  astetta ja asunnossa on  $+20$  astetta, kun lämmitys lakkaa.



PUUTALO

**10 asteeseen** 18 h

**0 asteeseen** 30 h



KIVINEN  
PIENTALO

**30 h**

**2,5 vrk**



ELEMENTTI-  
KERROSTALO

**36 h**

**4,5 vrk**



PAKSUSEINÄINEN  
KIVIKERROSTALO

**4 vrk**

**1 vko**

HUOM: Mikäli raitisilmaventtiilit ovat auki, kylmeneminen nopeutuu 0,5–1 vrk.

HUOM: Luvut laskettu jo rakennetuista asunnoista. Uusissa rakennuksissa on parempi lämmöneristys.

# Lämpimänä pysyminen

## Jos kodin lämpötila on jo lähtenyt laskemaan:

- Sulje ikkunat ja pidä ulko-ovi kiinni
- Sulje väliovet käytäviin, tuulikaappeihin ja eteiseen, tuki raot
- Estä ilmanvaihto
- Tuki raitisilmaventtiilit (seinän pyöreät venttiilit ja ikkunan karmien venttiilit)
- Lämmitä takka. Ainakin osa asunnosta pysyy lämpimänä.



## Jos kodin lämpötila on laskenut + 15 C asteen:

- Yritä pitää yksi tila asunnosta lämpimänä
- Sulje ulompien huoneiden ja kulma- huoneiden ovet ja tuki kylmän ilman pääsy niistä matoilla tai pyyhkeillä
- Peitä ikkunat paksuilla verhoilla tai vilteillä
- Tuo lattialle lisää mattoja
- Pue päälle lämpimät (villaiset) vaatteet
- Lisää jalkaan sukkia tai kengät, vedä pipo päähän ja hanskat käteen

# Jos joudut nukkumaan kylmässä asunnossa

- Kanna sängyt asunnon lämpimimpään tilaan
- Kaiva esiin kaikki täkit ja viltit
- Hyvässä makuupussissa tarkenee hyvin.
- Nuku vierekkäin perheenjäsenten kanssa yhteisten peittojen alla.
  - Yksi ihminen tuottaa yhtä paljon lämpöä kuin 70-wattinen hehkulamppu
- Tee vilteistä telttia pöydän ympärille ja nuku siellä



# IT-kotivara

- Kirjaa tärkeimmät yhteystiedot paperille
- Hanki paristoilla toimiva radio ja muista varapatterit
- Joissakin puhelinmalleissa on radio, mutta sen käyttö edellyttää kuulokkeita
- Autossa on radio
- Älä luota pelkkään pilvipalveluun vaan talleta tiedot myös USB muistille
- Ota pankkitunnusten lisäksi toinen vaihtoehtoinen tunnistautumistapa, esim mobiilivarmenne
- Jos oma verkkopankkisi ei toimi, muista että toista verkkopankkia käyttävä omaisesi tai tuttavasi voi maksaa laskun puolestasi
- Häiriöt saattavat olla operaattorikohtaisia, pidä siis kotona usemman operaattorin SIM-kortteja (prepaid on helppo)

# Mieliala

- ▶ Kirjojen kotivara
- ▶ Lautapelejä
- ▶ Kännykän lataaminen
  - ▶ hanki varavirtalähde eli power bank
  - ▶ USB laitteita voi ladata myös autossa
- Lataa viihdettä valmiiksi, esim pelejä tai videoita
- ▶ Patteriradio + pattereita
- ▶ Käteistä rahaa
- Suomen varautuminen on hyvällä mallilla

## Mistä saa tietoa:

- Sähkökatkon aikana etsi Radio Suomen tai paikallisradion kanava
  - Millä kanavalla on Radio Suomi? 99,9 mHz (Tampere)
  - Huom! Autossa on radio
- Kännykän lataaminen
- tukiasemat eivät toimi pitkään
- Jos pääset internetiin, löydät tietoa uutissivuilta ja viranomaisten sivuilta
- Älä usko huhuihin. Älä levitä huhuja



# Lähteitä:

SPEK:n 72h sivustoon <https://72tuntia.fi/kotivara/>

- Marttaliiton kotivara\_x005F\_x0002\_sivustoon <https://www.martat.fi/marttakoulu/ruoka/kotivara/>

- Kun yhteiskunta lakkaa toimimasta

[https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161847/N%C3%A4in\\_varaudut\\_pitkiin\\_s%C3%A4hk%C3%B6katkoihin.pdf?sequence=1](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161847/N%C3%A4in_varaudut_pitkiin_s%C3%A4hk%C3%B6katkoihin.pdf?sequence=1)

KIITOS