



Ohje melontaan tai koulutukseen osallistuvalle

- Melaveikot ry on vastuussa siitä, että melontatapahtuma tai -koulutus on turvallinen
- Ota mukaan kaikki ennakkotiedoissa pyydyt varusteet
- Muista, että kaikki toiminta on vapaaehtoista
- Ilmoita etukäteen mahdollisista rajoitteistasi osallistumiselle sekä ruoka-aineallergioista
- Käytä osoitettuja turvallisuus- ja suojavälineitä ja toimi ohjeiden mukaan
- Kysy, jos olet epävarma jostakin toimintaa liittyvästä asiasta
- Älä osallistu päihteiden vaikutuksen alaisena
- Voit kysyä toiminnan järjestäjältä vastuuvakuutuksista, ammattitaidosta ja hätätilanteisiin varautumisesta
- Asiantunteva ohjaaja tai opas ei laske leikkiä turvallisuusasioista. Turvallisuusasioissa ei ole tulkinnanvaraa.

Epäillessäsi palvelun turvallisuutta voit ilmoittaa asiasta kunnan terveystarkastajalle tai kuluttajavirastoon puh. (09) 77 261. Ilmoituksen voi tehdä myös kuluttajaviraston [www-sivuilla](http://www.sivuilla) sijaitsevilla lomakkeilla.

Hätäilmoitus 112

Myrkytyskeskys 09 471977 tai vaihde 09 4711

Terveystarkastaja tai Kuluttajavirasto 09 77261

Ennakkotiedote

- Koulutuspaikka on Melaveikkojen Vaja. Googleta: Ourit, Helsinki. Kulje Hietaniemen uimarannan vieritse Hiekkarannantietä loppuun asti. Saavut Lindgrenin telakka-alueelle. Kävele portista sisään telakka-alueen läpi ja näet keltaisen kanoottivajan Ouritluodolla.
- Osallistujan on osattava uida
- Tasapainoon, tajunnantasoon vaikuttavista sairauksista tai lääkityksestä on ilmoitettava vetäjälle
- Vaatteet ja varavaatteet varataan sään mukaan:
 - Lenkkarit / sandaalit
 - verkkarit / ulkoilupuku, päähine (tekniset tai villaiset alusasut ovat parhaita)
 - ainakin ensimmäisenä melontapäivänä joudut vedenvaraan kaatumis- ja pelastautumisharjoituksessa, joten ota varavaatteet mukaan
 - vaativimmissa melontatapahtumissa on erilliset varusteluettelot
- Tarvitset juomapullon, aurinkovoidetta ja lippalakin
- Silmä- ja aurinkolasit saa kiinni esim. kuminauhalla
- Alle 18-vuotiailla oltava huoltajan lupa ja vetäjälle jätettävä huoltajan puhelinnumero, jos huoltaja ei ole paikalla