

Opeta lapsille korona-ajan reissun

Infektio-ylilääkäri Markku Broaksen mukaan myös lapset kannattaa opettaa käyttämään hengityssuojaimia julkisissa kulkuvälineissä.

Pienin riski sairastua matkalla on, kun välttelee väkijoukkoja ja viettää aikaa mieluummin ulkona kuin sisätiloissa.

Vinkkejä lapsiperheen koronaturvalliseen matkailuun



Jos matkustat junalla, varaa perheellesi käyttöön kokonainen hytti. Huom: VR:n päiväuniin hytin saa varattua vain VR:n sovelluksen kautta.

Ota mukaan käsidesiä ja desinfiointipyyhkeitä, joilla voit käydä läpi oman hyttisi pinnat, joita lapsesi mahdollisesti koskettaa. Huolehdi turvaväleistä ja käsienspesusta.

Jos et saa varattua omaa hyttiä, suosi hiljaisempia junavuoroja.



Ota mukaan myös omat eväät ja herkut tai hyödynnä junan ravintola-vaunun mahdollista tilauspalvelua.

Ota mukaan alusta, jonka päällä lapsesi voi leikkiä junassa omien lelujensa kanssa.

ARMU AUVINEN, TEKSTI
MIILA KANKAANRANTA, KUVITUS

Syysloimat painavat päälle, ja kotimaassa matkailu on periaatteessa sallittua.

Mutta miten matkustaa koronaturvallisesti yhdessä pienten lasten kanssa, jotka pyrkivät nuolemaan jokaista näkemäänsä ovenkahvaa?

Lapin sairaanhoitopiirin infektio-ylilääkäri **Markku Broaksen** mukaan lastenkin kanssa matkailu on turvallista, kunhan kiinnittää huomiota muutamaan asiaan.

Ensinnäkin kannattaa tietysti tarkkailla, mikä matkakohteen koronatilanne on. Se voi muuttua

hyvinkin nopeasti. Kannattaa ehkä matkustaa sinne missä tilanne on rauhallinen.

Broaksen mukaan koronatilanteessa on monin paikoin myös kotimaassa siirrytty kiihtymisvaiheeseen.

Vaikka lapset sairastavat taudin usein lievänä, voivat he tartuttaa tautia eteenpäin esimerkiksi isovanhempiin.

- Esimerkiksi pääkaupunkiseu-

dulla merkittävä osa tautitapauksista on sellaisia, joiden alkuperää ei tiedetä. Se tarkoittaa, että tautia liikkuu väestössä.

Aina matkan kohde tai ajankohta ei ole matkalaisten itsensä päätettävissä. Silloin hyvällä suunnittelulla on iso merkitys matkan onnistumisen kannalta.

Ongelmana on, etteivät pienet lapset välttämättä ymmärrä

sosiaalista eristäytymistä tai pandemia-tyylistä hygieniää. He haluavat tutkia ja kosketella kaikkea ja laittavat suuhunsa paljon muutakin kuin ruokaa.

Rovaniemäläiselle **Heli Kilvelle** asian pohtiminen tuli ajankohdaksi syyskuussa, kun perheen oli määrä osallistua lähiomaisen hautajaisiin Helsingissä.

- Ei tuntunut ihan rennolta lähteä Rovaniemeltä kahden

pienen lapsen (2,5 ja 8-vuotiaat) Helsinkiin, kun koronatilanne on täällä kuitenkin paljon rauhallisempi kuin Uudellamaalla, Kilpi kertoo.

Perhe päätti lähteä, mutta varovaisuus ohjenuorana.

Kilpi ei halunnut kulkea lasten kanssa julkisilla kulkuneuvoilla pääkaupunkiseudulla, joten he ottivat oman auton junaan. Neljä

JUURI NYT

Syysloima. Jos koululaisten kanssa ei tohdi lähteä kauemmas, mukavaa lomatekemistä löytyy myös läheltä kotimaan kohteista. Useissa kaupungeissa esimerkiksi museot ja huvipuistot saattavat järjestää erikoisohjelmaa syyslomaviikolle. Esimerkiksi Tampereella Särkänniemi järjestää 10.-17.10. **Karmiva karnevaali** -tapahtuman, jolloin huvipuiston laitteet ovat auki iltamyöhään ja puiston valtaa karnevaalitunnelma.



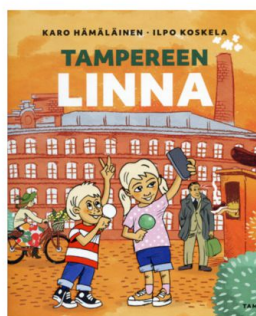
Sivistystä seikkailun lomassa

KAUPUNKIKIRJA

Karo Hämäläinen ja Ilpo Koskela:
Tampereen linna. Tammi 2020, 39 s.

Mikä: Matka- ja kulttuuriopas lapsiperheille Tampereen kaupunkiin ja sen lähiseutuun.

Kenelle: Perheille, jotka haluavat sivistää lapsiaan paikallishistorialla ja **Väinö Linnalla.**



Hyvää: Tampereen Linna ei ole puiseva kirjallisuushistorian katsoja vaan aivan oikea lastenkirja. Sitä voisi periaatteessa lukea

myös ilman siteitä Tampereelle, mutta enemmän kirja toki antaa jos sitä lukee paikan päällä. Kuvitus, tiedot ja tarina jaksavat kiinnostaa 3-8-vuotiaasta testilukijaa ainakin parin lukukerran ajan.

Kirjassa on mukana myös lyhyt noppapeli: kuka saakaan kirjoitettua *Tuntemattoman sotilaan* ensimmäisenä valmiiksi?

Muuta: Kirja on osa Tammen kaupunkikirjasarjaa. Sarjan muut kirjat ovat: *Hurraa Helsinki! Ikioma kaupunki*, *Hämeenlinnan Janne*, *Kuinka Jannesta tuli Jean Sibelius* sekä *Minna Canthista* kertova *Ihmeellinen Minna ja suomalaiset super naiset*.
ARMU AUVINEN

säännöt jo ennen matkaa

Etsi hanskoja ja suu-nenäsuojaimia, joita lapsesi pitää mielellään. Tarjolla on esimerkiksi erilaisia lapsille sopivia kuviollisia kangasmaskeja.

Harjoittele maskin käyttöä jo etukäteen, ja jos matka on pirkä, varaa useampi maski yhtä käyttäjää kohden.

Buffetruokailu majapaikassa tai ravintolassa on usein helppo vaihtoehto lapsiperheille, mutta hygienian kannalta on viisainta yrittää olla paikalla ensimmäisten joukossa.



Useimmat ravintolat myyvät ruokaa myös ulos, ja hotellin ravintoloissa voit usein syödä myös omissa huoneessasi.

Koonnut: Armi Auvinen, grafiikka: Miia Kankaanranta

makuupaikkaa ja auto maksoivat yhteensä 390 euroa yhteen suuntaan.

- Reissulle tuli hintaa aikamoi- sesti. Lentoliput olisivat maksa- neet myös todella paljon, eikä las- ten kanssa ole realistista käväistä Helsingissä "aamulla sinne ja il- laksi takaisin" -tyyliin.

Yöjunassa Kilpi puhdisti hy- tin suihkutettavalla desinfiointi- aineella ennen kuin päästi lapset

sinne sisään.

Helsingissä perhe majoittui hotellissa, mutta aamiaisbuffe- tiin Kilpi ei lapsiaan varmuuden vuoksi vienyt.

- Hain perheelle aamiaisen ja vein sen huoneeseen syötä- väksi.

- Toisaalta emme olisi edes eh- tineetkään ruokailla buffassa en- nen siunaustilaisuutta. Piti hauta- jaisvaatteenkin pukea kaikille.

Raidetöiden takia perheen oli pakko ajaa takaisin kotiin hauta- jaisten jälkeen, sillä autojunia ei kulkenut paluupäivänä.

- Ajoimme Kuopioon ja yövyim- me taas hotellissa. Siellä kävimme sitten aamiaisbuffassakin paikan päällä ja söimme rauhassa ennen kotimatkaa. Käsisidisiä meni ar- vioitua miljoona litraa koko reis- sulla.

Kilpi nauraa olevansa hyvinkin

varovainen.

- En pelkää koronaa mitenkään hysteerisesti - ennemminkin pel- kään sitä vaivaa, mikä sairastami- sesta lasten kanssa seuraisi.

Broaksen mukaan lasten kans- sa matkaillessa olisikin viisainta käydä läpi toimintamalleja jo en- nen matkaa.

Jos lapsille ei ole vielä tehty tu- tuksi, kuinka yskä turvallisesti tai

kuinka käyttää kasvosmaskeja, on ne taidot hyvä opetella viimeis- tään ennen matkaa. Vanhempien tehtävä on huolehtia lasten hyvästä käsihygieniasta.

Matkaa kannattaa suunnitel- la neljän pääpointin mukaan: ne ovat aika, paikka, tila ja ihmis- määrä.

- Sellaisilla alueilla, joilla koro- naa on, kannattaa välttää oleile- mista pitkiä aikoja sisätiloissa, joissa on paljon muitakin ihmi- siä. Tartunnat liittyvät usein juuri juhlatilanteisiin, joissa paljon vä- keä on tiiviisti yhdessä.

Toisin sanoen jos lomaa viettää pitkälti ulkosalla kaukana väen- tungoksesta, riski sairastua on todennäköisesti pienempi kuin ruuhkaisessa ostoskeskuksessa. Jos matkakohteella ei ole väliä, kannattaa suunnata ehdottomas- ti välttämättömille vesille.

Broaksen mukaan eri maissa suo- situkset ja määräykset suu-nenä- suojainten käytöstä vaihtelevat.

On myös erilaisia ikärajoja, minkä ikäisiltä suojainten käyt- töä voidaan vaatia.

Broas opastaisi myös lapset suu-nenäsuojainten käyttöön var- sinkin julkisissa liikennevälineis- sä. Mikäli suojainta ei malta olla koko ajan koskematta, käsihygie- nian merkitys korostuu.

- Voi sanoa, että maskin käytös- tä on joka tapauksessa enemmän hyötyä kuin haittaa myös lapsilla.

Broaksen mukaan on vaikea sa- noa, mikä on sopiva ikäraja sii- hen, milloin lapsi hallitsee mas- kin käytön.

Paikoissa, joissa turvavälillä on vaikea noudattaa, olisi maskin käyttö lapsilla suositeltavaa.

Suosituksia julkisten kulkuvä- lineiden välttämiseksi kokonaan ei ainakaan tämän hetken tauti- tilanteen takia ole syytä antaa. Matka kannattaa silti suunnitel- la harkiten.

- Ihmisten shokkivaihe koronatilanteesta on ohi, joten esi- merkiksi turvavälit ovat unohtu- neet monin paikoin. Esimerkiksi junassa on hyvä valita jokin hie- man syrjäisempi paikka, jos mah- dollista. ■

Ei enää vähään aikaan "lomalle", kiitos

KOLUMNI

ARMU AUVINEN
armi.auvinen@lannenmedia.fi



Sähköpostiin kilahtaa iloi- nen viesti: hääkutsu Hel- sinkiin. Onpa ihanaa! Mutta hetkinen: Uusi- maa, isot juhlat ja korona. Uskal- taako sinne varmasti lähteä las- ten kanssa?

Lentoliput maksavat maltaita, mutta kyllähän junallakin pääsee.

Vain ratatyöt mutkistavat mat- kaa: matka täytyy taittaa kuudel- la eri junalla. Kokonaisuus voi ol- la pieni logistinen haaste kolmen lapsen, koronan ja matkalaukku- jen kanssa.

No mutta kasvosmaskit kaikil- le päälle ja menoksi. Alku näyt- tää hyvältä. Ninjoin vierahtanut viisivuotias laittaa mielellään las- ten kangasmaskin päälle ja ryhtyy huitomaan samuraimiekkalla vas- taantulijoita. Kolmevuotiaaseen tehoaa pehmolelun antama esi- merkki: unikaverillekin annetaan yksi maski testikäyttöön.

Kun matka alkaa, olen onnel-

linen omasta junahytistä. Siel- lä maskejakaan ei tarvitse käyt- tää. Seuraavassa junassa arki-ilta- na matkustaminen osoittaa etun- sa. Hyttejä ei ole, mutta vaunussa ei ole muita matkustajia.

Paluumatkalla, kaksi päivää, yh- det hääjuhlat ja viisi junanvaihtoa onnistuneesti suoritettuna, istun loppu väsyneenä viimeisellä ju- naosuudella. Vaunu on täysi, eikä meillä ole omaa hyttiä.

Pidän suu-maskin visusti naama- ni päällä, samalla kun junan kuu- muuteen kyllästyneet lapset kis- kovat niitä pois yltään. Aikuis-

ten antama esimerkki ei riitä. Täy- dessä junavaunussa vain kahdella muulla on maski.

Viisivuotias kuikulee käytäväl- le. Junaseikkailu vaihtuu laukusta löytyvään tablettiin. Ylimääräinen

Aikuisten antama esimerkki ei riitä.

Junavaunussa vain kahdella muulla on maski.

ruutuauka lieenee pienempi paha kuin bakteeripöppö.

Kun kahdeksan tunnin junamat- kaa on jäljellä enää tunti, karmi- va kurkkukipu alkaa vaellella nie- luuni. Koronako siellä kurkussani kuplahtelee? Nytkö se iski?

Kun lähestymme pääteasemaa, ihmiset tungeksivat junan käy- tävälle. Turvaväli on kaventunut kahteen senttiin. Painun penkki- takimmaiseen nurkkaan ja yritän olla köhimättä ketään päin.

Aamulla menen koronatestiin. Se on onneksi negatiivinen. Seuraavaa "lomareissua" lasten kanssa harkit- semme kuitenkin tarkoin. ■