

Kaupunki kuuluu kaikille -opetusmateriaali

Luokka-aste 3





© 2024 Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry
Kaupunki kuuluu kaikille -hanke
Tekijät: Heini Kärkkäinen ja Minna Lehtinen
Graafinen suunnittelu ja taitto: Linnéa Sjöholm
Kuvittaja: Hanna Siira

www.ehyt.fi/kaupunki-kuuluu-kaikille

Opetusmateriaali on tuotettu osana Kaupunki kuuluu kaikille -hanketta (2022–2024) EHYT ry:ssä. Hanke on saanut sosiaali- ja terveysministeriön myöntämää valtionavustusta terveyden edistämisen määrärahasta. Opetusmateriaalin pilotointiin on osallistunut alakouluja Kuopiossa, Järvenpäässä, Tampereella ja Hämeenkyrössä.

Klikkaamalla
otsikkoa pääset
suoraan halua-
mallesi sivulle.

Sisällysluettelo

Esipuhe	4
Opetusmateriaalin käyttö	5
Lasten pohdintoja päihteistä	7
Poliisin toimintasuositukset	10
Oppitunti 1	13
Aloitus ja aiheeseen virittäytyminen	14
Keskustelua päihteistä	16
Pohdintatehtävät ryhmissä	18
Toimintaohjeet turvattomiin tilanteisiin	22
Video: Mitä tehdä, jos kaupungilla liikkuesssa pelottaa	24
Rauhoittumisharjoitus	26
Oppitunti 2	27
Mitä riippuvuus on?	28
Lautapeli ryhmissä	30
Lisätehtävä: sanaristikko	32
Kotitehtävä ja itsearviointi	33
Tehtävämonisteet	34
Pohdintatehtävät	35
Lautapeli A3-koossa	41
Tehtävät ja vastaukset lautapeliin	42
Sanaristikko ja vastaukset	44
Kotitehtävä	46
Vaihtoehtoiset pohdintatehtävät	47
Kaupunkivärityskuva	53
Sinä osaat suojella itseäsi -juliste A3-koossa	54
Kiitokset	55
Lähteet	56

Hyvä opettaja!

Meiltä aikuisilta unohtuu helposti keskustella lasten kanssa päihtyneiden ihmisten kohtaamisesta, vaikka lapset näkevät näitä tilanteita ulkona liikkueissaan. Emme voi ajatella, etteivät pienet lapset näkisi tai ymmärtäisi ympäristössään tapahtuvia asioita. Ilman aikuisen tukea lapsi vain jää pohdintojensa ja tunteidensa kanssa yksin.

Päihteet ja päihteiden käyttö näkyvät lastenkin arjessa. Tyhjät tölkit ja pullot maassa, alkoholihihlyt kaupassa, ruiskut ja neulat leikkipaikoilla, päihtyneet ihmiset kaupungilla, päihteiden käyttö kotona, ravintoloissa ja terasseilla sekä uutisotsikot ja mainokset – ovat osa lasten todellisuutta. Päihdeilmiöstä on tärkeää keskustella jo varhain sekä koulussa että kotona, koska lapset oppivat turvallisuudesta vuorovaikutuksessa aikuisten kanssa.

Päihteistä voi puhua kaiken ikäisille! Avoin ja ikätasoinen keskustelu auttaa lasta tunnistamaan ja välttämään turvattomia tilanteita. Lapset, jotka tunnistavat, mikä ei ole hyväksyttävää, kykenevät puolustamaan itseään paremmin. Tarkoituksena ei ole pelotella lapsia, vaan antaa tietoa ja rohkaista sekä vahvistaa lasta suojaavia tekijöitä.

Edessäsi on EHYT ry:n Kaupunki kuuluu kaikille -hankkeessa luotu alakoulujen 3.-luokkalaisten oppitunneille suunnattu valmis opetusmateriaali, joka sisältää kaikki tarvittavat materiaalit. Tämä auttaa sinua opettamaan lapsille, miten he voivat pitää itsensä turvassa kohdatessaan päihtyneen tai sekavasti käyttäytyvän ihmisen, samalla lisäten ymmärrystä ihmisten erilaisia elämäntilanteita kohtaan. Oppitunnit sopivat osaksi tunne- ja turvataitokasvatusta ja pohjautuvat lapsen oikeuksiin. Sisällöt on laadittu opetussuunnitelman tavoitteiden mukaisesti vahvistaen lapsen laaja-alaista osaamista (POPS 2014).

Opetusmateriaali on kehitetty pilotointien ja niihin osallistuneiden opettajien palautteiden perusteella. Tunnneilla esiin nousseet lukuisat lasten kysymykset ja pohdinnat on otettu huomioon materiaalin sisällössä. Opettajilta saadussa palautteessa on kiitetty vaikealta tuntuvan teeman sanoittamista, selkeää ja monipuolista tuntirakennetta sekä ikätasoisista lähestymistapaa.

Tämän opettajan oppaan avulla haluamme tarjota sinulle selkeät ohjeet oppituntiin valmistautumiseen. Oppaassa on valmis diaesitys, tuntisuunnitelmat ja monisteet, joita voit hyödyntää opetuksessasi.

Toivon, että opas tarjoaa sinulle hyödyllistä tietoa ja työvälineitä lasten turva- ja tunteitaisten tukemiseen!

Helsingissä, 19.1.2024

Heini Kärkkäinen
Projektipäällikkö
Kaupunki kuuluu kaikille -hanke

Opetusmateriaalin käyttö:

Miten materiaalia käytetään?

- Opetusmateriaali koostuu kahdesta 45 minuutin oppitunnista, joihin löydät oppaasta valmiit tuntisuunnitelmat ja materiaalit. Oppituntien välillä kannattaa pitää välitunti tai muu tauko.
- Oppitunnit pohjautuvat PowerPoint-esitykseen. Oppaasta selviää tehtävät, jotka täytyy tulostaa oppilaille ennen tunnin alkua.
- Tuntisuunnitelmissa on otettu huomioon tehtävien alas- ja ylöspäin eriyttäminen, jotka tunnistat alas- tai ylöspäin osoittavasta nuolesta.

↑ Ylöspäin eriyttäminen

↓ Alaspäin eriyttäminen

↑↓ Ylös- tai alaspäin eriyttäminen

- Tuntisuunnitelmaan on merkitty arvio tehtävän kestosta. Aikaa kannattaa soveltaa tilanteen mukaan.
- Opetusmateriaali on suunniteltu omaksi yhtenäiseksi kokonaisuudekseen, mutta sen sisältöjä voidaan hyödyntää myös osana eri oppiaineiden oppitunteja tai monialaisia oppimiskokonaisuuksia. Sisältöjä voidaan hyödyntää myös silloin, kun oppituntien aiheet nousevat esiin oppilaiden toimesta ja on tarve vahvistaa oppilaiden turva- ja tunnetaitoja.

Mitä minun kannattaa huomioida?

- Vahvista oppilaiden turvallisuuden tunnetta luomalla luottamuksellinen ilmapiiri luokkaan. Anna lasten kysyä ja kertoa omista kokemuksistaan päihtyneiden tai sekavasti käyttäytyvien ihmisten kohtaamisesta kaupungilla.
- Huomioi, että aihe voi herättää erilaisia tunteita lapsissa. Jos oppilas kertoo oppitunnilla huolta herättävästä kotitilanteesta, voit sanoa lapselle: ”Hyvä, kun kerroit. Keskustellaan tästä kahdestaan lisää oppitunnin jälkeen.” Ohjaa keskustelu takaisin yleiselle tasolle. Keskustele mahdollisimman pian lapsen kanssa kahdestaan ja huolen herätessä konsultoi oppilashuoltoryhmää ja toimi koulun ohjeistuksen mukaisesti. Tarvittaessa tee lastensuojeluilmoitus.



- Jos lasten kokemukset nostavat huolen asuinalueen turvattomuudesta, koulun kannattaa olla yhteydessä kunnan turvallisuudesta vastaavaan henkilöön.
- Mikäli koulun lähellä on päihdyneitä ihmisiä ja tilanteeseen kaivataan tukea, voi koulujen yhteistyökumppaneina toimia etsivä lähityö, aikuissosiaalityö tai päihdetyöhön erikoistuneet järjestöt. Poliisi hoitaa akuutit tilanteet.

Miten huoltajia tiedotetaan?

- Oppitunneista kannattaa tiedottaa huoltajia jo etukäteen. Oppitunnilla annetaan kotitehtävä, joka lapsen on tarkoitus tehdä yhdessä kotiväen/huoltajan kanssa.
- Tässä mallipohja, jota voit hyödyntää tiedottaessasi huoltajia:

Lapsesi osallistuu koulussa järjestettävälle Kaupunki kuuluu kaikille -oppitunnille. Päihtyneen tai sekavasti käyttäytyvän ihmisen kohtaaminen kaupungilla voi tuntua lapsesta hämmäntävältä tai pelottavalta. Avoin keskustelu aikuisen kanssa sekä turvataitokasvatus takaavat, ettei lapsi jää pohdintojensa kanssa yksin ja osaa toimia pelottavalta tuntuissa tilanteissa.

Oppitunnilla keskustellaan turvallisuudesta ja pohditaan, miten lapsi voi toimia turvallisesti, esimerkiksi kohdatessaan päihtyneitä tai sekavasti käyttäytyviä henkilöitä. Lisäksi tunnilla keskustellaan erilaisista ihmisistä ja elämäntilanteista.

Kiitos, kun otat opetusmateriaalin käyttöösi! Annathan siitä vielä palautetta:

<https://q.surveypal.com/kaupunki-staden>

Lasten pohdintoja päihteistä

Vastaajana asiantuntija Inari Viskari.

Miksi aikuiset käyttävät päihteitä?

- Siihen on paljon eri syitä. Jotkut käyttävät rentoutuakseen, jotkut vaikkapa unohtaakseen murheensa. Ongelmana on se, että varsinkaan huolet ja murheet eivät päihteitä käyttämällä poistu, vaan pahentuvat.

Kaikki aikuiset eivät käytä päihteitä. Suuri osa aikuisista käyttää esimerkiksi alkoholia harvoin, silloin tällöin ja vain vähän kerrallaan, jolloin siitä ei ole haittaa muille.

Miksi jotkut aikuiset ovat kaupungilla humalassa?

- Osa käyttää alkoholia kerralla liikaa niin, että humalatilaa huomaa. Lisäksi on pieni joukko ihmisiä, jotka käyttävät haitallisesti laittomia päihteitä (huumeita). Joidenkin kohdalla päihtymystila aiheuttaa poikkeavaa käyttäytymistä.

Huumeista riippuvaisten ihmisten määrä on valitettavasti lisääntynyt, ja siksi heitä näkyy enemmän kaupungilla. Osalla näistä ihmisistä ei ole kotia, eikä mitään paikkaa, missä he voisivat viettää aikaansa.

Miksi aikuiset istuvat aina samassa paikassa?

- Päihtyneet ihmiset haluavat myös tavata toisiaan ja hengaila heille tutuissa paikoissa ihan niin kuin me muutkin. Heillä on tähän täysi oikeus, sillä kaupunki kuuluu kaikille.

Kiroilu ja huutaminen pelottavat.

- Kiroilu ja huutaminen pelottaa monia ihmisiä, myös minua. Sitä ei kuitenkaan tarvitse sietää. Päihtynyt ihminen ei aina ymmärrä, että hänen äänensävyensä voi olla kova tai että hän käyttäytyy ja puhuu eri tavalla kuin silloin, kun ei ole päihtynyt.

→

Kaupan edessä on aikuisia, jotka juovat alkoholia. Minua jännittää kulkea siitä ohi.

- Päihtynyt ihminen ei välttämättä ymmärrä, että hänen juomisensa voi tuntua lapsesta pelottavalta.

Alkoholin juominen kaupan edessä on kiellettyä. Jotkut ihmiset eivät kuitenkaan välitä säännöistä ja jotkut ihmiset eivät kykene noudattamaan niitä. Usein paikalle kutsutaan vartija ja he lähtevät pois.

Olisi hienoa, jos meillä olisi kaduilla enemmän ihmisiä, jotka kävisivät paikoissa, joissa päihtyneet viettävät aikaa. He voisivat keskustella ja ohjata päihteitä käyttäviä ystävällisesti siirtymään toiseen paikkaan tai palveluihin.

Mitä tapahtuu, jos käyttää liikaa päihteitä?

- Liikakäytöstä voi seurata monenlaisia ikäviä oireita ja haittoja. Se riippuu mitä päihdettä käytetään, kuinka usein, ja kuinka paljon kerralla. Kaikkein vaarallisinta on usean eri päihteen samanaikainen käyttö. Huumeiden käyttö ei ole koskaan täysin turvallista tai haitatonta.

Voiko päihderiippuvuudesta parantua?

- Kyllä. Toipumisessa voi kuitenkin mennä aikaa. Päihteiden pitkäaikainen käyttö aiheuttaa monenlaisia ongelmia. Käyttöä voi olla vaikea lopettaa, koska se aiheuttaa monenlaista huonoa oloa, esimerkiksi kipua, pahoinvointia ja ahdistuneisuutta.

Jos ihmisellä on vakava päihdeongelma, kyseessä on sairaus, jota voi, ja pitää hoitaa. Usein ihmiset tarvitsevat apua muihinkin asioihin, sillä monilla on myös mielenterveysongelmia.

Onko aikuisten hankala pyytää apua?

- Avun pyytäminen voi olla vaikeaa, koska osa ihmisistä kokee häpeää päihteiden käytöstään tai siihen liittyvistä ongelmista. Ihmisiä, joilla on päihderiippuvuus ei välttämättä kohdella samalla tavalla ystävällisesti kuin niitä ihmisiä, joilla on jokin muu sairaus, kuten vaikka diabetes. Jos kokee huonoa kohtelua ja ikävää puhetta, ei välttämättä halua hakea apua.

Päihteet eivät tee ihmisestä pahaa.

- Päihteet voivat joissakin ihmisissä, varsinkin liikaa käytettynä, aiheuttaa muutoksia käyttäytymisessä. Sanoisin, että päihteet eivät tee ihmisestä pahaa, mutta ihminen voi käyttäytyä huonosti päihteiden vaikutuksen alaisena.

Paha ihminen on mielestäni sellainen, joka haluaa vahingoittaa tahallaan muita ihmisiä. Jotkut päihteistä riippuvaiset ihmiset joutuvat varastamaan esimerkiksi kaupasta, että he saavat rahaa päihteisiin. Ajattelen, että heidän tekonsa ovat väärin, mutta siitä huolimatta he tarvitsisivat apua ja tukea niin, että heidän ei tarvitsisi varastaa. Pitää myös muistaa, että kaikki päihteitä käyttävät ihmiset eivät varasta tai aiheuta häiriöitä muille.

Toivottavasti kaikki menee hyvin.

- Samaa minäkin toivon! Vaikka kaikilla ihmisillä ei mene hyvin, on kaikista ihmisistä pidettävä huolta ja muistettava, että jokainen ihminen on tärkeä.

Lasten esittämiin kysymyksiin ja pohdintoihin vastaa Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen asiantuntija Inari Viskari. Hän on tehnyt pitkän uran kaupunkiturvallisuuden lisäämisen ja stigman poistamisen puolesta. Kaupunki kuuluu kaikille -toiminta sai alkunsa Inarin tekemästä naapurustotyöstä Sininauhasäätiön Ruusulankadun asumisyksiköstä Helsingissä vuonna 2013.

Lue lisää stigmasta [Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen verkkosivuilta](#).

Poliisin toimintasuositukset lapsille tilanteisiin, joissa lapsi kohtaa päihtyneen tai sekavasti käyttäytyvän henkilön

Päihteiden vaikutuksen vuoksi jotkut ihmiset saattavat käyttäytyä sekavasti. Päihtynyt tai sekavasti käyttäytyvä ihminen ei yleensä tee sivullisille pahaa, mutta tilanteet saattavat vaikuttaa joskus pelottavilta. Erityisesti lapset ja nuoret kokevat turvattomiksi paikat, joissa on julkista päihteiden käyttöä ja sekavasti käyttäytyviä ihmisiä. Tällaiset tilanteet ja paikat kannattaa kiertää. Suuri osa päihteitä käyttävistä ihmisistä käyttäytyy rauhallisesti, mutta valitettavasti eivät kaikki.

Aikuisilla on tärkeä tehtävä lasten turvallisuuden tunteen tukemisessa. Kun ympäristön ilmiöistä on lapsen kanssa etukäteen puhuttu, hän pystyy helpommin tunnistamaan ja ennakkoimaan turvattomat tilanteet.

Kerro lapselle, että ulkona voi tulla vastaan erilaisia ihmisiä ja yllättäviä tilanteita. Opetä hänelle, miten toimia, jos pelottaa. Kannusta lasta kertomaan kaikenlaisista kohtaamisista ja jännittävistä tilanteista turvalliselle aikuiselle, kuten vanhemmille tai opettajalle.

Poliisi on koonnut toimintasuositukset erilaisiin turvattomiin tilanteisiin. Hyödynnä suosituksia pohtiessasi lapsen kanssa, mitä turvallisia valintoja hänen kannattaa ulkona yksin liikkueessaan tehdä.

Toimi näin:

JOS NÄET SEKAVASTI KÄYTTÄYTYVÄN IHMISEN

- Kävele reippaasti pelottavalta tuntuvan ihmisen ohi, älä pysähdy, vaan jatka matkaa.
- Sinun ei tarvitse puhua vieraiden ihmisten kanssa tai vastata kysymyksiin.
- Jos näet tappelun tai sinua pelottaa, pidä etäisyyttä, esimerkiksi vaihtamalla tien puolta tai siirtymällä kauemmas.
- Kerro aina turvalliselle aikuiselle, kun jokin asia pelottaa.

JOS KOHTAAT PÄIHTYNEEN IHMISEN BUSSISSA TAI JUNASSA

- Jos viereesi tulee pelottava henkilö tai joku häiriköi, vaihda reippaasti paikkaa. Voit mennä istumaan jonkun turvallisen aikuisen viereen.
- Voit myös kertoa asiasta kuljettajalle tai lähellä olevalle aikuiselle, mitä on tapahtunut.
- Voit myös ennakoida tilannetta istumalla käytävän puoleiselle paikalle bussissa tai junassa, jolloin pääset vaihtamaan paikkaa helpommin. Valitse istumapaikka bussissa edestä, kuljettajan läheltä, jolloin saat apua aikuiselta helpommin tarvittaessa.

JOS JOKU ON ILKEÄ TAI HUUTAA SINULLE

- Poistu tilanteesta ja jätä kommentit huomioimatta.
- Älä koskaan väittele tai haasta riitaa sekavasti käyttäytyvän ihmisen kanssa.
- Kerro tapahtuneesta vanhemmille tai muulle luotettavalle aikuiselle, jotta et jää yksin murehtimaan tapahtunutta.

JOS JOKU PYYTÄÄ SINULTA JOTAIN

- Voit olla vastaamatta, kun sinulta pyydetään jotain. Jatka matkaasi tai mene kauemmaksi.
- Pidä etäisyyttä tilanteessa, jossa sekavalta vaikuttava ihminen puhuu sinulle.
- Jos vastaat henkilölle, niin puhu lyhyesti ja kohteliaasti sekä poistu paikalta.
- Jos joku pyytää puhelintasi lainaksi, voit sanoa: ”En saa lainata puhelintani kenellekään”.
- Jos joku tulee pyytämään sinulta jotain, esimerkiksi rahaa, voit vastata ystävällisesti: ”Anteeksi, minulla ei ole rahaa”.

JOS JOKU YRITTÄÄ VIEDÄ SINULTA JOTAIN

- Kiellä kovalla äänellä henkilöä ottamasta tavaraa, juokse karkuun ja huuda apua kovalla äänellä.
- Jos tämä ei auta, anna tavara pois, sillä olet tavaraa arvokkaampi. Oma turvallisuutesi on tärkeintä.
- Kerro asiasta heti vanhemmille tai jollekin aikuiselle, joka on lähettyvillä. Tarvittaessa soittakaa yhdessä hätänumeroon.

JOS JOKU LÄHTEE SEURAAMAAN SINUA

- Pyydä reippaasti apua lähellä olevalta aikuiselta.
- Mene sisälle esimerkiksi kauppaan, kirjastoon, kioskiin, kahvilaan tai paikkaan, jossa on muita ihmisiä. Kerro heti jollekin aikuiselle tapahtumasta.
- Juokse karkuun ja huuda apua kovalla äänellä.

Pelottavissa tilanteissa voit aina soittaa hätänumeroon 112, jolloin poliisi tulee avuksesi.

Toimintasuositukset on tehty yhteistyössä Helsingin poliisilaitoksen ennalta estävän toimintalinjan kanssa Kaupunki kuuluu kaikille -hankkeessa.

Oppitunti 1

Tunnin kulku (45 min):

1. Aloitus ja aiheeseen virittäytyminen
2. Keskustelua päihteistä
3. Pohdintatehtävät ryhmissä
4. Toimintaohjeet turvattomiin tilanteisiin
5. Video: Mitä tehdä, jos kaupungilla liikkua pelottaa
6. Rauhoittumisharjoitus

1. Aloitus ja aiheeseen virittäytyminen



Tehtävän tavoitteet:

- Virittäytyä aiheeseen ja tutustua oppitunnin sisältöihin.
- Oppilas ymmärtää, mitä tarkoittaa turvallinen ja turvaton sekä tunnistaa niihin liittyviä kehon reaktioita.
- Oppilas tunnistaa turvaa tai turvattomuutta aiheuttavia tekijöitä asuinympäristössään.

Tehtävän kesto:

10 minuuttia

Tehtävän ohjeet:

Oppilaille kerrotaan, että oppitunnilla keskustellaan turvallisuudesta, turvallisesta liikkumisesta sekä jännittävistä tilanteista, joita voi tulla vastaan esimerkiksi koulumatkalla tai kaupungilla. Tutustutaan kaupunkikuvaan ja pohditaan yhdessä, mitä tarkoittaa ”kaupunki kuuluu kaikille”?

Kysy oppilailta:

- **Mitä turvallinen tarkoittaa?**

- Turvallinen tarkoittaa sitä, että tunnet olevasi suojassa ja hyvässä paikassa, jossa sinun ei tarvitse olla huolissasi. Kun tunnet olosi turvalliseksi, sinulla ei ole vaaran tai pelon tunnetta, vaan sinulla on rauhallinen ja hyvä olla.

- **Mistä sinulle tulee turvallinen olo ulkona liikkuessasi?**

- Esimerkiksi kaverit, perhe, muut ihmiset, tutut reitit ja valot voivat tuoda turvaa.

- **Mitä turvaton tarkoittaa?**

- Turvaton tarkoittaa sitä, kun et tunne olevasi turvassa ja sinua pelottaa. Silloin sinun voi olla vaikea hymyillä ja olla rentoutunut. Pelko voi tuntua esimerkiksi vatsassa kipistelynä, puristavana tunteena rinnassa, kiihtyneenä hengityksenä, sydämen nopeampana hakkauksena, jalkojen tutinana tai äänen värinä.
- Jokainen pelkää joskus. Joskus pelko on hyvä asia. Se voi olla tärkeä hälytysmerkki jostakin vaarasta tai siitä, että on aika suojella itseään ja toimia.

- **Mistä sinulle voi tulla turvaton olo ulkona liikkuessasi?**

- Esimerkiksi yksin kulkeminen, tuntemattomat reitit, pimeät kujat ja metsät tai tuntemattomat henkilöt voivat aiheuttaa turvattoman olon.
- Yksi asia, joka voi tuntua lapsesta turvattomalta ovat päihteet, joista tänään puhutaan lisää.

2. Keskustelua päihteistä

Mitä ovat päihteet:

- Alkoholi
- Tupakka, nuuska ja muut
- Huumeet
- Päihteet voivat olla terveydelle haitallisia ja ne voivat muuttaa ihmisen käytöstä.



Oletko joskus ulkona liikkeessasi nähnyt ihmisen, joka käyttää päihteitä?



Tehtävän tavoitteet:

- Oppilas osaa nimetä päihteiksi alkoholin, tupakan ja huumeet.
- Oppilas ymmärtää, miten päihteet vaikuttavat ihmisen terveyteen ja toimintaan.

Tehtävän kesto:

5 minuuttia

Tehtävän ohjeet:

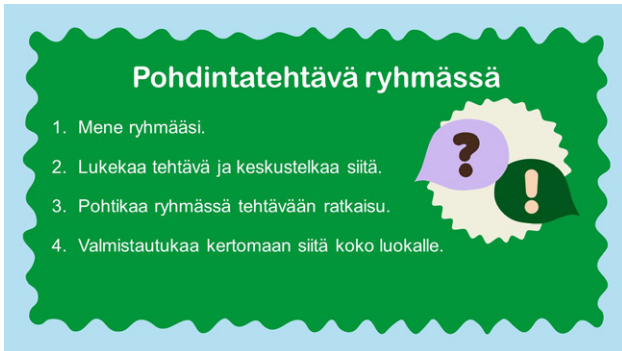
Käydään opettajajohtoisesti lyhyesti läpi eri päihteet ja niiden vaikutus ihmiseen.

Kysy oppilailta:

- **Mitä ovat päihteet?**
 - Alkoholi, nikotiinituotteet ja huumeet ovat päihteitä. Ne ovat kiellettyjä lapsilta. Alkoholi on aikuisten juoma, esimerkiksi olut tai viini. Nikotiinituotteita ovat esimerkiksi tupakka, nuuska ja vape (sähkötupakka). Huumeet ovat vaarallisia aineita, jotka ovat Suomessa laittomia. Päihteet voivat olla terveydelle haitallisia ja ne voivat muuttaa ihmisen käytöstä.
 - Päihteet voivat saada ihmisen käyttäytymään erilaisella tavalla, esimerkiksi hilpeästi, oudosti tai sekavasti. Tällöin ihminen voi puhua kovalla äänellä tai epäselvästi. Tai voi kävellä kömpelösti tai horjahdella. Tätä sanotaan humalaksi.
 - Monet eivät käytä päihteitä ollenkaan. Jotkut aikuiset voivat käyttää päihteitä joskus tai vähän, esimerkiksi juo saunajuoman niin, että se ei muuta hänen käytöstään tai vaikuta terveyteen. Jotkut taas käyttävät päihteitä paljon tai usein, jolloin se vaikuttaa heidän käytökseensä ja terveyteensä.
 - Kun päihteitä käytetään usein, voi niihin tulla riippuvaiseksi, eli jäädä koukkuun. Silloin ihminen ajattelee jatkuvasti päihdettä ja haluaa lisää sitä. Riippuvuuden vuoksi päihteiden käyttö jatkuu ja käyttöä voi olla vaikea lopettaa, vaikka haluaisi. Päihderiippuvuus on sairaus, mutta siitä on mahdollista toipua hoidon avulla.
- **Oletko joskus ulkona liikkuessasi nähnyt ihmisen, joka käyttää päihteitä?**
 - Anna lasten kertoa omista kokemuksistaan.

Oppilailta saattaa joskus tulla kommentteja läheisen päihteiden käytöstä, jolloin keskustelu tulee siirtää takaisin yleiselle tasolle. Huolen herätessä lapsen oman opettajan kannattaa jatkaa keskustelua lapsen kanssa kahdestaan oppitunnin jälkeen ja tarvittaessa tehdä toimenpiteitä koulun ohjeistuksen mukaisesti.

3. Pohdintatehtävät ryhmässä



Tehtävän tavoitteet:

- Oppilas oppii ennakoimaan ja tunnistamaan vaaratilanteita.
- Oppilas keksii tapoja toimia pelottavalta tuntuissa tilanteissa turvallisesti ja osaa hyödyntää niitä arjessaan.
- Oppilas kehittää ryhmässä toimimisen taitojaan.

Tehtävän kesto:

15 minuuttia sisältäen ryhmätyöskentelyn ja tehtävien purkukeskustelun

Tarvittavat välineet ja tulostusohjeet:

Tulostetut pohdintatehtävät. Tulosta jokaiselle ryhmälle oma pohdintatehtävänsä, joita on yhteensä viisi.

Tehtävän ohjeet:



Oppilaat jaetaan viiteen pienryhmään. Jokainen ryhmä saa eri pohdintatehtävän, joka heidän tulee ryhmässä ratkaista. Opettaja kiertää luokassa ja auttaa tarvittaessa. Lopuksi kukin ryhmä kertoo tehtävänsä ja ratkaisunsa koko luokalle. Opettaja täydentää vastauksia tarvittaessa valmiiden vastausten perusteella. Toimintasuositukset on tehty yhteistyössä Helsingin poliisilaitoksen ennalta estävän toimintalinjan kanssa.

Eriyttäminen:

- ↑↓ Valitse pohdintatehtävistä ryhmällesi sopivimmat. Loput pohdintatehtävät löydät PowerPoint-diojen lopusta, josta voit siirtää ne muiden pohdintatehtävien joukkoon.
- ↓ Voitte pohtia tehtäviä koko ryhmän kanssa, jolloin tehtäviä ei tarvitse tulostaa.
- ↑ Voitte ratkoa tehtäviä myös piste- tai rastityöskentelynä, jolloin aikaa on hyvä varata enemmän.


Oppitunnille valmiiksi valitut pohdintatehtävät:





Kuva tilanteesta	Pohdintatehtävä	Vastaus
	<p>Olet menossa kaverisi luo. Oven edessä istuu kaksi aikuista, jotka juovat alkoholia. Miten toimit?</p>	<p>Kierrä toista kautta sisälle, jos mahdollista. Jos se ei ole mahdollista, voit myös pyytää apua lähellä olevalta aikuiselta tai soittaa vanhemillesi. Jos tilanne tuntuu rauhalliselta, voit myös kohteliaasti pyytää heitä siirtymään, mutta sinun ei ole pakko sanoa mitään, jos et halua. Pyydä tällöin apua aikuiselta.</p>
	<p>Olet linja-autossa matkalla kaverisi luo. Viereesi tulee istumaan sekavalta vaikuttava aikuinen. Miten toimit?</p>	<p>Jos viereesi tulee pelottava henkilö tai joku häiriköi, vaihda reippaasti paikkaa. Voit mennä istumaan jonkun turvallisen aikuisen viereen. Kerro asiasta kuljettajalle tai lähellä olevalle aikuiselle, mitä on tapahtunut.</p> <p>Linja-autossa tai junassa kannattaa istua käytävän puoleisella paikalla, jolloin pääset vaihtamaan paikkaa helpommin ja pääset tarvittaessa pyytämään apua itsellesi.</p>
	<p>Olet matkalla kotiin. Näet kadulla aikuisten porukan, joka huutaa ja riitelee keskenään. Miten toimit?</p>	<p>Sinun ei tarvitse ratkaista tätä riitaa, vaan jatka reippaasti matkaasi vaihtamalla tien puolta ja kiertämällä riitelevä porukka. Kerro turvalliselle aikuiselle.</p>

Kuva tilanteesta	Pohdintatehtävä	Vastaus
	<p>Odotat ulkona kaveriasi. Huomaat sekavasti käyttäytyvän aikuisen, joka puhuu ihmeellisiä asioita itsekseen. Miten toimit?</p>	<p>Siirry lähemmäs muita ihmisiä tai kulje kauemmas henkilöstä. Voit myös mennä rakennuksen tai kaupan sisään odottamaan kaveriasi.</p> <p>Voi olla, että henkilö on käyttänyt päihteitä niin paljon, että hänen käytöksensä on sekavaa. Ihminen voi käyttäytyä sekavasti myös, vaikka ei olisi käyttänyt päihteitä. Hänellä voi olla esim. jokin mielenterveyden häiriö.</p>
	<p>Kävelet kaverisi kanssa kirjastoon. Tuntematon henkilö huutelee ikävästi teille. Miten toimitte?</p>	<p>Kulkekaa ohi, ei kannata jäädä paikalle kuuntelemaan huuteluita tai vastata. Joskus joku voi purkaa pahaa oloaan muihin, vaikka se ei ole oikein. Kerro aikuiselle tapahtuneesta, esimerkiksi kirjastonhoitajalle.</p>

Oppitunnin vaihtoehtoiset pohdintatehtävät:

Siirry pohdintatehtäviin.

Kuva tilanteesta	Pohdintatehtävä	Vastaus
	<p>Odotat linja-autoa. Tuntematon aikuinen pyytää viereensä istumaan. Miten toimit?</p>	<p>Tuntemattoman viereen ei tarvitse mennä istumaan, eikä vieraille tarvitse puhua, jos se tuntuu epämukavalta. Voit sanoa myös ei ja siirtyä kauemmas, jos tilanne tuntuu ahdistavalta. Kerro turvallisuudelle aikuiselle.</p>

Kuva tilanteesta	Pohdintatehtävä	Vastaus
	<p>Olet kaupan pihalla. Tuntematon henkilö pyytää sinulta rahaa. Miten toimit?</p>	<p>Sinun ei tarvitse antaa rahaa. Voit olla vastaamatta tai voit sanoa vain lyhyesti ”Anteeksi, minulla ei ole rahaa”. Pidä etäisyyttä tilanteessa, jossa sekavalta vaikuttava ihminen puhuu sinulle tai lähde pois tilanteesta.</p>
	<p>Odotat kaveriasi ulkona. Tuntematon henkilö yrittää ottaa reppusi. Miten toimit?</p>	<p>Kiellä kovalla äänellä henkilöä ottamasta reppua. Jos tämä ei auta, anna reppu pois. Juokse karkuun ja pyydä apua. Muista, että olet tavaraa arvokkaampi ja oma turvallisuutesi on tärkeintä.</p> <p>Kerro asiasta heti vanhemmille tai lähellä olevalle aikuiselle. Tarvittaessa soittakaa yhdessä hätänumeroon.</p>
	<p>Olet kaverisi kanssa leikkimässä ulkona. Tuntematon aikuinen lähtee seuraamaan teitä. Miten toimitte?</p>	<p>Pyydä reippaasti apua lähellä olevalta aikuiselta. Mene sisälle esimerkiksi kauppaan, kirjastoon, kioskiin tai paikkaan, jossa on muita ihmisiä. Kerro heti jollekin aikuiselle tapahtumasta. Tarvittaessa juokse karkuun ja huuda apua. Muista kertoa tilanteesta myöhemmin vanhemmillesi.</p>
	<p>Olet kaverisi kanssa metsässä. Löydätte maasta ruiskun ja rikkiäisen pullon. Miten toimitte?</p>	<p>Jos näet ruiskun tai rikkinäisen lasipullon - älä koske niihin, vaan kerro aikuiselle tällaisesta löydöstä. Voit satuttaa itseäsi koskemalla niihin. Siksi on turvallisinta kertoa näistä aikuiselle.</p> <p>Aikuinen voi kerätä ne hankojen tai paperin kanssa turvallisesti pois, jotta kukaan ei satuta itseään niihin.</p>

4. Toimintaohjeet turvattomiin tilanteisiin



Tehtävän tavoitteet:

- Oppilas oppii toimintaohjeet turvattomiin tilanteisiin ja osaa käyttää niitä arjessaan.
- Oppilas ymmärtää, että voi itse vaikuttaa toiminnallaan omaan hyvinvointiinsa ja turvallisuuteensa.
- Oppilas osaa kuvailla, millainen on turvallinen aikuinen ja nimetä ainakin yhden turvallisen aikuisen elämässään.
- Oppilas tietää, miten ja milloin hätänumeroon tulee soittaa.

Tehtävän kesto:

5 minuuttia

Tehtävän ohjeet:

Käydään läpi toimintaohjeet pelottaviin tilanteisiin: sano ei, lähde pois ja kerro turvalliselle aikuiselle. Pohditaan yhdessä, kuka voisi olla turvallinen aikuinen.

Voit halutessasi tulostaa luokkaasi toimintaohjeista julisteen A3-koossa.

Kysy oppilailta:

- **Mikä on Suomen hätänumero?**
 - 112
- **Miten soitetaan hätänumeroon?**
 - Kerro, mitä ja missä on tapahtunut.
 - Vastaa kysymyksiin ja kuuntele ohjeita.
 - Sulje puhelin, kun olet saanut luvan.
- **Milloin soitetaan hätänumeroon?**
 - Hätätilanteissa. Jos vanhempasi tai muita aikuisia on paikalla, kerro hätätilanteesta ensin heille.
 - Hätätilanne on silloin, kun tarvitset poliisin, ambulanssin tai palokunnan paikalle. Soita, jos et ole varma tilanteesta. Puhelimessa sinulta kysytään kaikki tarvittavat kysymykset.
 - Hätänumeroon soitetaan ainoastaan hätätilanteessa. Siksi on hyvä tunnistaa tilanteet, joissa kannattaa soittaa hätäkeskukseen, ja joissa voit selvittää aikuisen avun turvin.

Oppilaille on hyvä kertoa, että ikävät tilanteet ovat todella harvinaisia ja suurin osa ihmistä on ystävällisiä ja käyttäytyy rauhallisesti. Joskus kuitenkin esimerkiksi runsas päihteiden käyttö tai jokin sairaus saa toimimaan eri tavalla. Siksi lapsen on tärkeää tietää, miten tulisi toimia turvallisesti.

5. Video: Mitä tehdä, jos kaupungilla liikkuesssa pelottaa



Tehtävän tavoitteet:

- Oppilas tietää, miten tulee toimia turvallisesti erilaisissa tilanteissa.

Tehtävän kesto:

5–10 minuuttia

Tarvittavat välineet:

Video ja internet-yhteys

Tehtävän ohjeet:

Katsotaan yhdessä video YouTubesta ”Mitä tehdä, jos kaupungilla liikkuesssa pelottaa.” Keskustellaan videon katsomisen jälkeen videosta: <https://ehyt.fi/turvallisuusvideo>

Videon rahoittaja: Helsingin kaupunki. Video on julkaistu Helsingin kaupungin luvalla. Videon tekijä: Tussitaikurit Oy / Marker Wizards Ltd.

Eriyttäminen:

- ↑↓ Saat videoon suomenkieliset tai englanninkieliset tekstitykset klikkaamalla videosta Asetukset-painiketta.

Kysy oppilailta:

- Mitä sinulle jäi mieleen videosta?
- Millaisia reittejä kannattaa valita?
- Miten toimit, jos sinulta yritetään viedä jotain?
- Mistä voit hakea apua?

Videon toimintaohjeet:

1. Valitse reitti, jolla on muitakin kulkijoita. Vältä pimeitä metsä- teitä ja tunneleita. Jos näet tappelun tai sinua pelottaa, vaihda kadun puolta.
2. Kävele reippaasti pelottavan henkilön ohi. Vieraille ihmisille ei tarvitse puhua, eikä saa jäädä väittelemään. Kulkuneuvossa vaihda rohkeasti paikkaa.
3. Jos sinulta yritetään viedä jotain tai sinuun yritetään koskea, sano rohkeasti ei. Mutta muista, että sinä olet tavaroita arvokkaampi.
4. Pyydä reippaasti apua lähellä olevalta aikuiselta. Voit mennä esimerkiksi kauppaan, vaikket olisi ostamassa mitään.
5. Jos apua ei ole lähellä, soita 112 ja poliisi tulee avuksesi.
6. Keskustele pelottavista asioista luotettavan aikuisen kanssa.

6. Rauhoittumisharjoitus



Rauhoittumistassu
Tee näin, kun haluat rauhoittaa kehoa ja mieltä.

- Avaa kätesi.
- Piirrä etusormella toisen käden reunoja hengityksen tahtiin:
 - Sisäänhengityksellä sormea ylöspäin.
 - Uloshengityksellä sormea alaspäin.
- Käy läpi kaikki sormet.

Tehtävän tavoitteet:

- Oppilas oppii tunnistamaan ja käsittelemään erilaisia kehon reaktioita ja tunteita, kuten pelkoa, jännitystä ja levottomuutta.
- Oppilas osaa hyödyntää syvähengitystä itsensä rauhoittamiseen.

Tehtävän kesto:

5 minuuttia

Tehtävän ohjeet:

Tehdään yhtä aikaa rauhoittumisharjoitus, jonka opettaja mallintaa luokan edessä. Rauhoittumistassun ohjeet:

1. Avaa kätesi.
2. Piirrä etusormella toisen käden reunoja hengityksen tahtiin:
 - Sisäänhengityksellä sormea ylöspäin.
 - Uloshengityksellä sormea alaspäin.
3. Käy läpi kaikki sormet.

Oppitunti 2

Tunnin kulku (45 min):

1. Mitä riippuvuus on?
2. Lautapeli ryhmissä
3. Lisätehtävä: sanaristikko
4. Kotitehtävä ja itsearviointi

1. Mitä riippuvuus on?

Mitä riippuvuus tarkoittaa?



Tehtävän tavoitteet:

- Oppilas ymmärtää, mitä riippuvuus tarkoittaa ja miten se vaikuttaa ihmisen elämään.
- Vahvistetaan myötätuntoa ja ymmärrystä erilaisista ihmisistä ja elämäntilanteista.

Tehtävän kesto:

10 minuuttia

Tehtävän ohjeet:

Pohditaan yhdessä, mitä riippuvuus tarkoittaa. Tutustutaan valokuvaterveisten kautta erilaisiin elämäntilanteisiin. Kuvissa on ihmisiä, joilla on päihderiippuvuus sekä ihmisiä, jotka auttavat tai tukevat heitä työssään. Kerrotaan oppilaille päihderiippuvuuden olevan sairaus, joka voi vaikeuttaa elämää, mutta johon voi saada apua ja tukea.

Kysy oppilailta:

- Mitä riippuvuus tarkoittaa?
- Mitä ajatuksia kuvat ja terveiset herättivät?

2. Lautapeli ryhmissä



Tehtävän tavoitteet:

- Oppilas soveltaa aiemmin opittuaan turvallisuuteen liittyen.
- Oppilas tunnistaa turvaa tuovia asioita elämässään.
- Oppilas harjoittelee tunnistamaan, ilmaisemaan ja nimeämään erilaisia tunteita.
- Oppilas kehittää ryhmässä toimimisen taitoja.

Tehtävän kesto:

20–25 minuuttia

Tarvittavat välineet ja tulostusohjeet:

Pelinappulat, nopat, pelilaudat sekä kysymys- ja vastauspaperit tulostettuna. **HUOM!** Tulosta jokaiselle ryhmälle oma **pelilautansa A3-kokoisena**. Tulosta jokaiselle ryhmälle oma kysymys/vastauspaperi, joka kannattaa tulostaa A4-koossa kaksipuolisena.

Tehtävän ohjeet:

Kerrotaan yhteisesti pelin säännöt ja jaetaan oppilaat samoihin ryhmiin, jossa he tekivät edellisen tunnin pohdintatehtäviä. Jokainen ryhmä tarvitsee pelilaudan, tehtävä/vastauspaperin, nopan ja pelinappulat. Pelinappulat voivat olla mitä vain pieniä esineitä, esimerkiksi pyyhekumi. Ryhmään on hyvä valita yksi henkilö, joka on vastuussa tehtävien ja vastausten lukemisesta.

Pelisäännöt:

Heitä noppaa ja liiku pelilaudalla nopan antaman luvun mukaisesti. Ensimmäinen maaliin päässyt voittaa.

- Numeroidussa tehtäväruudussa pelaaja suorittaa numeroa vastaavan tehtävän, joka löytyy tehtäväpaperista. Tehtävän jälkeen vuoro siirtyy seuraavalle.
- Tunnepantomiiimi ruudussa pelaaja esittää jotain tunnetta ja muut arvaavat. Tehtävän jälkeen vuoro siirtyy seuraavalle.
- Jos pelaaja tulee portaiden kohdalle, pääsee hän tehtävään oikein vastattuaan portaita pitkin oikoreitille.
- Stop-ruudussa pelaaja joutuu odottamaan vuoroaan yhden kierroksen ajan.

Eriyttäminen:

- ↓ Voit antaa oppilaille mahdollisuuden pelata myös parin kanssa joukkueena helpottaaksesi peliä.
- ↑ Pelin vaikeustasoa voi nostaa lisäämällä säännön, jonka mukaan voittaja pääsee maaliin vain tasaluvulla.
- ↓ Voit käyttää tunnepantomiiimiin valmiita tunnekortteja, jotka auttavat tunnistamaan ja ilmaisemaan erilaisia tunteita helpommin.

3. Lisätehtävä: sanaristikko

**Lisätehtävä:
sanaristikko**

**Harjoitus
Käsitteitä**

Ratkaise ristikkö vihjeiden avulla.
Mikä sana muodostuu pystyviile?

1. Turveheinä eläinten heinäkentässä.
2. Pöytäpöytä on jalkojen keuhkot, eli jalkojen keuhkot.
3. Kiertää.
4. Valo.
5. Aikuinen.
6. Alkoholi.
7. Pelko.
8. Ei.
9. Ystävä.
10. Puhelin.
11. Häät numero.
12. Poliisi.

Vastaus: _____

**Vastaukset
sanaristikkoon**

**Harjoitus
Käsitteitä**

Ratkaise ristikkö vihjeiden avulla.
Mikä sana muodostuu pystyviile?

1. Opettaja.
2. Riippuvuus.
3. Kiertää.
4. VALLO.
5. A I K U I N E N.
6. A L K O H O L I.
7. P E L K O.
8. E I.
9. Y S T Ä V Ä.
10. P U H E L I N.
11. H Ä T Ä N U M E R O.
12. P O L I I S I.

Vastaus: TURVALLISUUS

Tehtävän tavoitteet:

- Oppilas osaa nimetä oppitunnilla opittuja käsitteitä.

Tehtävän kesto:

5–10 minuuttia

Tarvittavat välineet ja tulostusohjeet:

Sanaristikko tulostettuna jokaiselle oppilaalle.

Tehtävän ohjeet:

Sanaristikko toimii itsenäisenä lisätehtävänä niille, jotka ovat jo pelanneet pelin loppuun. Oppilaat ratkaisevat ristikon vihjeiden avulla. Pystyviile muodostuu sana turvallisuus. Käydään lopuksi läpi oikeat vastaukset, jotka ovat:

- | | |
|---------------|-----------------|
| 1. Opettaja | 7. Pelko |
| 2. Riippuvuus | 8. Ei |
| 3. Kiertää | 9. Ystävä |
| 4. Valo | 10. Puhelin |
| 5. Aikuinen | 11. Häät numero |
| 6. Alkoholi | 12. Poliisi |

Eriyttäminen:

- ↓ Ristikkoon voi lisätä apukirjaimia helpottaakseen tehtävää.

4. Kotitehtävä ja itsearviointi



Tehtävän tavoitteet:

- Oppilas palauttaa oppitunnilla opitut asiat mieleensä.
- Herättää lapsen ja huoltajan välistä keskustelua turvallisuudesta ja lapsen kokemuksista.
- Oppilas arvioi omaa oppimistaan.

Tehtävän kesto:

5 minuuttia

Tarvittavat välineet ja tulostusohjeet:

Moniste tulostettuna jokaiselle oppilaalle tai vaihtoehtoisesti viesti Wilman kautta kotiin.

Tehtävän ohjeet:

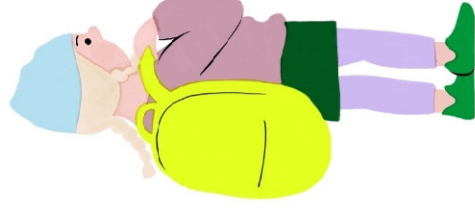
Opettaja kertoo oppilaille, että heidän kotitehtävänään on katsoa turvallisuusvideo. Kotitehtävän yhteydessä on viesti kotiin. Oppitunnin loppuksi opettaja kysyy oppilailta, oppivatko he jotain uutta. Oppilaat näyttävät peukaloon ylöspäin, jos he oppivat jotain uutta, ja peukaloon alaspäin, jos he eivät oppineet mitään uutta.

Tehtävämonisteet

Pohdintatehtävä

Olet menossa kaverisi luo.
Oven edessä istuvat kaksi
aikuisia, jotka juovat
alkoholia.

Miten toimit?



Pohdintatehtävä

Olet linja-autossa matkalla kaverisi luo. Viereesi tulee istumaan sekavalta vaikuttava aikuinen.

Miten toimit?



Pohdintatehtävä

Olet matkalla kotiin. Näet kadulla aikuisten porukan, joka huutaa ja riitelee keskenään.

Miten toimit?



Pohdintatehtävä

Odotat ulkona kaveriasi.

Huomaat sekavasti käyttäytyvän aikuisen, joka puhuu ihmeellisiä asioita itselleen.

Miten toimit?



Kaupunki
kuuluu
KAIKILLE

Pohdintatehtävä

Kävelet kaverisi kanssa kirjastoon. Tuntematon henkilö huutelee ikävästi teille.

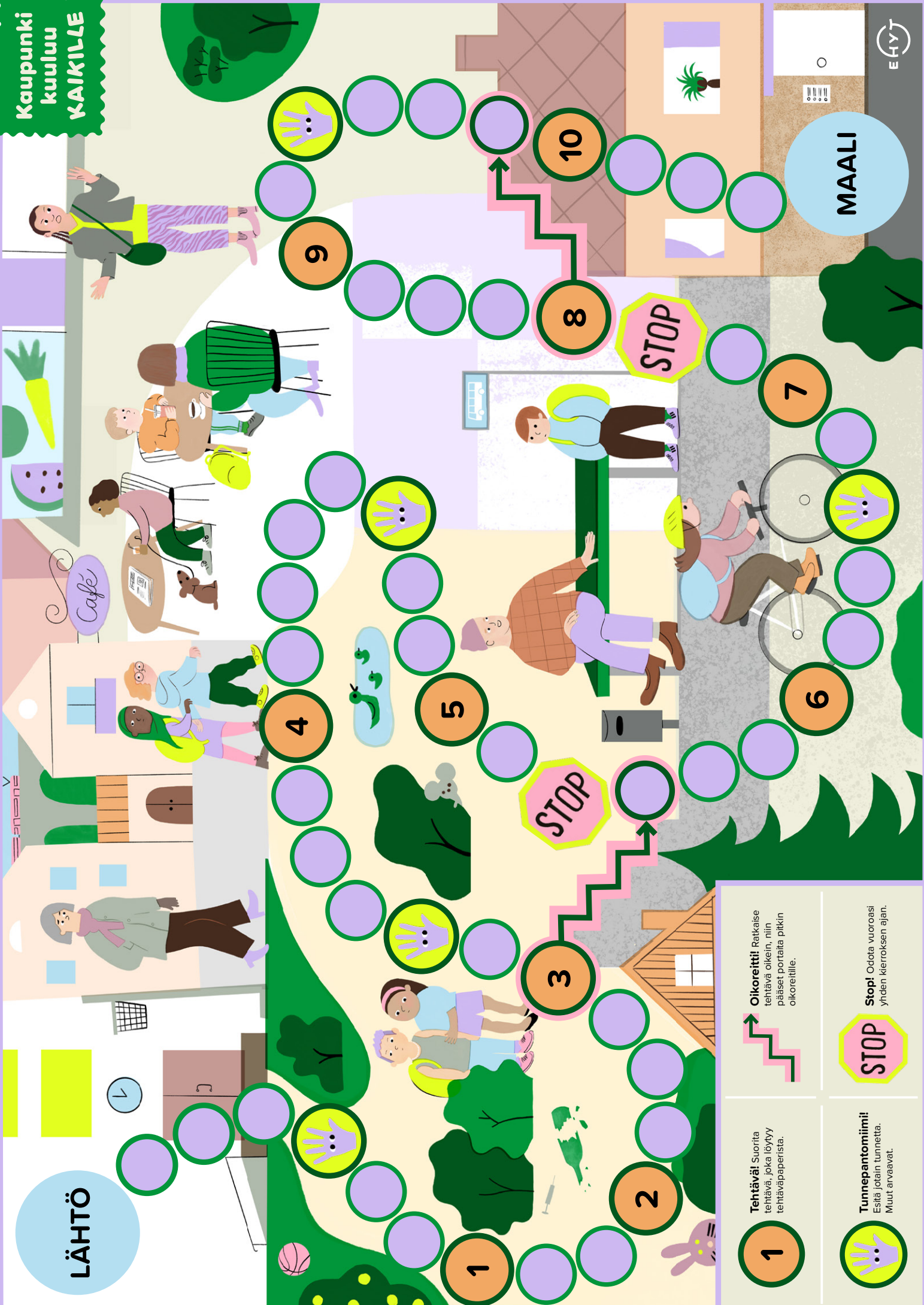
Miten toimitte?



Lautapeli ja sanaristikko

MAALI

LÄHTÖ



Oikoreitti! Ratkaise tehtävä oikein, niin pääset portaita pitkin oikoreitille.

1 **Tehtävä!** Suorita tehtävä, joka löytyy tehtäväpaperista.

STOP! Odota vuoroasi yhden kierroksen ajan.

Tunnepantomimi! Esiä jotain tunnetta. Muut arvaavat.

Tehtävät lautapeliin

- 1 Kenelle kertoisit pelottavasta tilanteesta?
- 2 Missä pelko tuntuu kehossasi?
- 3 Olet kaverisi kanssa metsässä. Löydätte maasta ruiskun ja rikkiäisen pullon. Miten toimitte?
- 4 Tuntematon aikuinen lähtee seuraamaan sinua ja kaveriasi. Miten toimitte?
 - a. Menette piiloon kiven taakse.
 - b. Menette reippaasti paikkaan, jossa on muitakin ihmisiä ja kerrotte tilanteesta jollekin aikuiselle.
 - c. Jatkatte matkaa normaalisti.
- 5 Kerro, miten rauhoitat itseäsi.
- 6 Kerro tilanteesta, kun sinua jännitti.
- 7 Kenelle voit koulussa jutella, jos sinulla on huolia?
- 8 Odotat linja-autoa. Tuntematon aikuinen pyytää viereensä istumaan. Miten toimit?
- 9 Näet sekavasti käyttäytyvän ihmisen, joka kiroilee sekä puhuu äänekkäästi ja vihaisesti. Mistä tällainen käytös voisi johtua?
 - a. Hän on käyttänyt paljon päihteitä.
 - b. Hänellä on jokin sairaus.
 - c. En voi tietää.
- 10 Kerro kolme asiaa, jotka tuovat sinulle turvaa.

Vastaukset lautapeliin

- 1 Pelottavasta tilanteesta kannattaa kertoa turvalliselle aikuiselle, esimerkiksi vanhemmille.
- 2 Pelko voi tuntua eri tavalla jokaisella. Esimerkiksi vatsassa kipistelynä, puristavana tunteena rinnassa, kiihtyneenä hengityksenä, sydämen nopeampana hakkauksena tai jalkojen tutinana.
- 3 Älkää koskeko niihin ja kertokaa aikuiselle.
- 4 B. Menkää reippaasti paikkaan, jossa on muitakin ihmisiä ja kertokaa tilanteesta jollekin aikuiselle.
- 5 Voit rauhoittaa itseäsi esimerkiksi syvään hengittämällä, ajattelemalla kivoja asioita tai kuuntelemalla rauhallista musiikkia.
- 6 Kerro, mitä tapahtui, missä olit ja miten toimit tilanteessa.
- 7 Koulussa on paljon turvallisia aikuisia, joille voi jutella. Esimerkiksi opettaja, terveydenhoitaja, kuraattori ja psykologi.
- 8 Tuntemattoman viereen ei tarvitse mennä istumaan. Voit sanoa ei ja siirtyä kauemmaksi. Jos tilanne tuntuu ikävältä, kerro turvalliselle aikuiselle.
- 9 Kaikki vaihtoehdot voivat olla oikein, sillä emme voi tietää, miksi joku käyttäytyy näin. Esimerkiksi päihteet tai jokin sairaus voivat muuttaa käytöstä.
- 10 Turvaa voivat tuoda monet asiat, kuten koti, koulu, perhe, kaverit, opettaja.

Ratkaise ristikko vihjeiden avulla. Mikä sana muodostuu pystyriville?

1. Turvallinen aikuinen koulussa.
2. Päihteisiin voi jäädä koukuun, eli silloin ihmisellä on...
3. Pelottavat tilanteet kannattaa...
4. Tuo turvaa pimeässä.
5. Kuka voi auttaa lasta vaikeissa tilanteissa?
6. Juoma, joka on päihde.
7. Tunne, kun jännittää.
8. Mitä sanoa, kun ei halua jotain?
9. Luotettava kaveri.
10. Tällä voit soittaa apua.
11. 112, eli...
12. Henkilö, joka huolehtii kaikkien turvallisuudesta.



1.							J	
2.	R	I						S
3.	K	I						
4.					L			
5.	A							N
6.								I
7.		E			K			
8.								
9.	Y							
10.	P				E			
11.		Ä						
12.		O			S			

Vastaus: _____

Ratkaise ristikko vihjeiden avulla. Mikä sana muodostuu pystyriville?

1. Turvallinen aikuinen koulussa.
2. Päihteisiin voi jäädä koukuun, eli silloin ihmisellä on...
3. Pelottavat tilanteet kannattaa...
4. Tuo turvaa pimeässä.
5. Kuka voi auttaa lasta vaikeissa tilanteissa?
6. Juoma, joka on päihde.
7. Tunne, kun jännittää.
8. Mitä sanoa, kun ei halua jotain?
9. Luotettava kaveri.
10. Tällä voit soittaa apua.
11. 112, eli...
12. Henkilö, joka huolehtii kaikkien turvallisuudesta.



1.	O	P	E	T	T	A	J	A			
2.	R	I	I	P	P	U	V	U	U	S	
3.	K	I	E	R	T	Ä	Ä				
4.				V	A	L	O				
5.				A	I	K	U	I	N	E	N
6.				A	L	K	O	H	O	L	I
7.				P	E	L	K	O			
8.				E	I						
9.				Y	S	T	Ä	V	Ä		
10.				P	U	H	E	L	I	N	
11.	H	Ä	T	Ä	N	U	M	E	R	O	
12.	P	O	L	I	I	S	I				

Vastaus: TURVALLISUUS

Hei kotiväki!

Lapsenne on osallistunut Kaupunki kuuluu kaikille -oppitunneille koulussa.

Oppitunneilla lapset pohtivat, miten toimia turvallisesti, esimerkiksi kohdatessaan päihtyneitä tai sekavasti käyttäytyviä ihmisiä. Lapset oppivat kiertämään pelottavalta tuntuvat tilanteet, puolustamaan itseään sekä pyytämään apua turvallisilta aikuisilta. Lisäksi lapset oppivat ymmärtämään erilaisia ihmisiä ja elämäntilanteita.

Jo pienet lapset kohtaavat päihteisiin liittyviä tilanteita ympäristössään, mikä voi tuntua hämmentävältä tai pelottavalta. Siksi päihdeilmiöstä ja turvallisuudesta on tärkeää keskustella jo varhain sekä koulussa että kotona. Kysy siis lapseltasi, mitä hänelle jäi oppitunnilta mieleen ja osoita, että sinun kanssasi voi keskustella mistä asiasta vain!

Kotitehtävä - katsokaa yhdessä lyhyt video:



“Mitä tehdä, jos kaupungilla liikkussa pelottaa”.

<https://ehyt.fi/turvallisuusvideo>

Keskustelkaa videosta:

- Oletko joskus nähnyt ihmistä, joka on tuntunut pelottavalta?
- Miten toimit, jos näkisit päihtyneen henkilön?
- Keneltä voit pyytää apua, jos pelottaa?

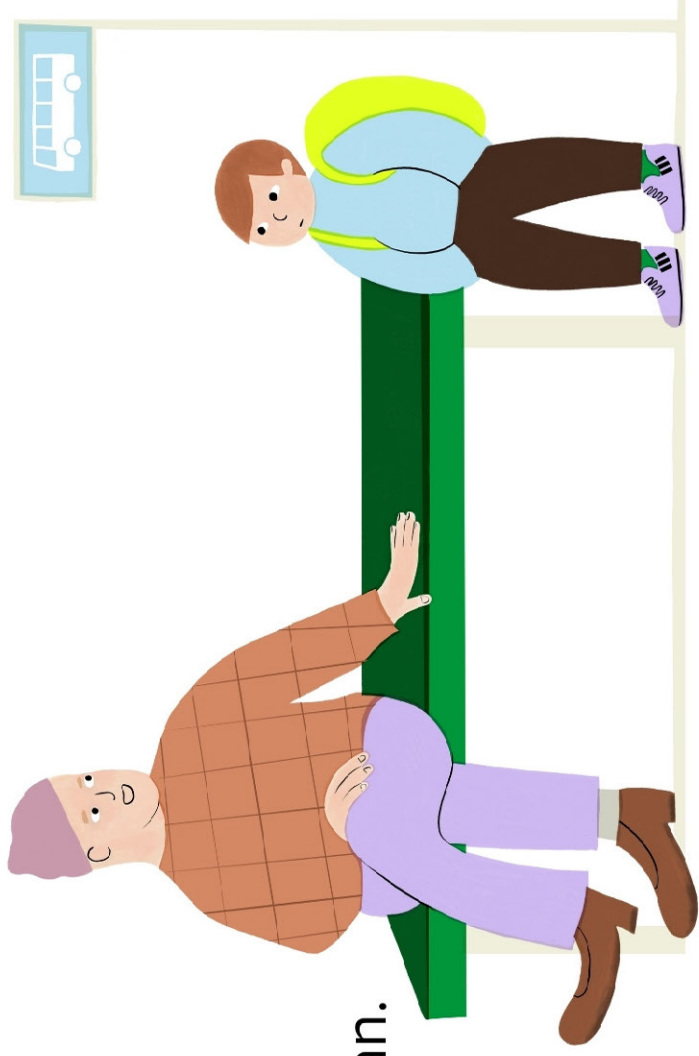
Kaupunki kuuluu kaikille on EHYT ry:n kehittämä toimintamalli lasten turva- ja tunnetaitojen vahvistamiseksi. www.ehyt.fi.



Vaihtoehtoiset pohdintatehtävät

Pohdintatehtävä

Odotat linja-autoa.
Tuntematon aikuinen
pyytää viereensä istumaan.



Miten toimit?

Kaupunki
kuuluu
KAIKILLE

Pohdintatehtävä

Olet kaupan pihalla.
Tuntematon henkilö
pyytää sinulta rahaa.

Miten toimit?



Pohdintatehtävä

Odotat kaveriasi ulkona.
Tuntematon henkilö yrittää
ottaa reppusi.

Miten toimit?

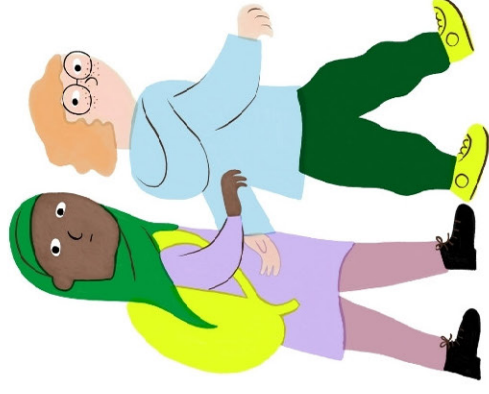
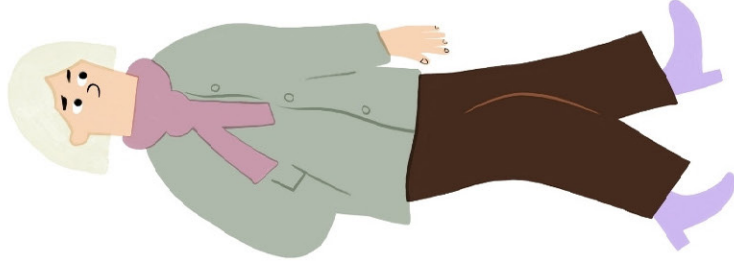


Pohdintatehtävä

Olet kaverisi kanssa
leikkimässä ulkona.

Tuntematon aikuinen
lähtee seuraamaan teitä.

Miten toimitte?



Kaupunki
kuuluu
KAIKILLE

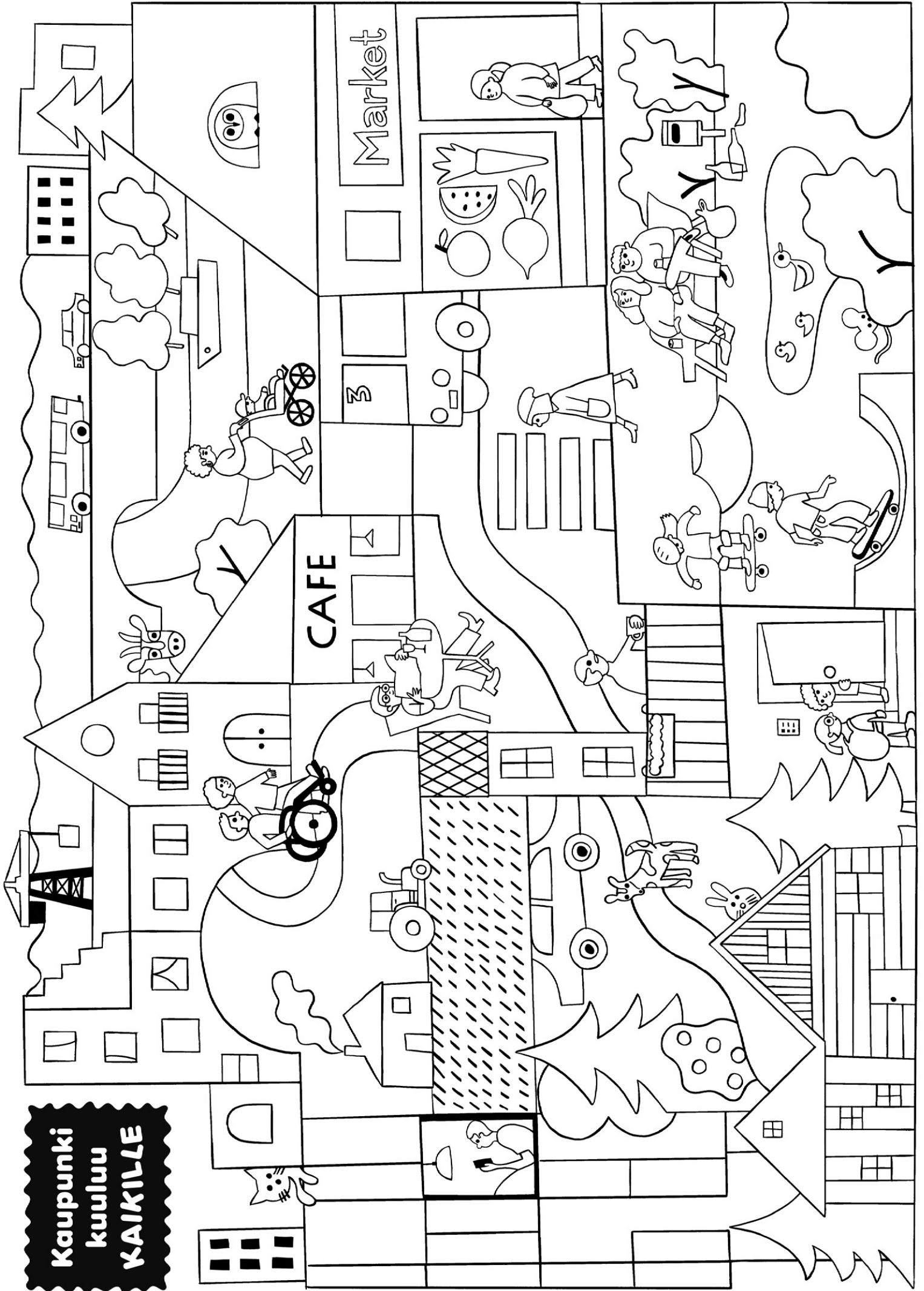
Pohdintatehtävä

Olet kaverisi kanssa
metsässä. Löydätte maasta
ruiskun ja rikkiäisen pullon.

Miten toimitte?



**Kaupunki
kuuluu
KAIKILLE**



Market

CAFE

**Kaupunki
kuuluu
KAIKILLE**

Sano EI!

**Hei kaveri!
Sinä osaat
suojella
itseäsi!**

Lähde pois.

**Kerro turvalliselle
aikuiselle.**

Kiitos!

Tämän opetusmateriaalin kehitystyön yhteydessä olen ilahtunut siitä, millaisen joukon ihmisiä olen saanut koottua tärkeän teeman ympärille. Turva- ja tunnetaitojen opettaminen tässä kontekstissa on sisältänyt niin epävarmuutta kuin upeita onnistumisia. Voiko pienemmille lapsille puhua päihteistä ja päihtyneistä ihmisistä? Tämä opas sen osoittaa – kyllä voi!

Erityisesti oppilailta saatu välitön palaute sekä heidän kokemuksensa vahvistavat sen, että aluksi hankalalta tuntuvasta teemasta kannattaa heille puhua. Kiitos pilotointeihin osallistuneille kouluille sekä asumisyksiköille ja päiväkeskuksille Kuopiossa, Järvenpäässä, Tampereella ja Hämeenkyrössä. Teidän avullanne olen saanut testata toimintamallia ja kehittää sitä eteenpäin. Kiitos myös oppimateriaalin valokuvissa esiintyneille henkilöille.

Lämmin kiitos ohjausryhmän jäsenille yhteistyöstä ja jaetusta asiantuntijuudesta. Kiitos myös yhteistyössä mukana olleille poliiseille toimintasuositusten luomisesta. Kiitos taitaville graafikoillemme Linnéa Sjöholmille ja Hanna Siiralle opetusmateriaalimme visuaalisesta ilmeestä ja kuvituksesta.

Kiitos sosiaali- ja terveysministeriö sekä Terveyden ja hyvinvoinnin laitos yhteistyöstä ja terveyden edistämisen määrärahasta myönnetystä valtionavustuksesta Kaupunki kuuluu kaikille -hankkeelle.

Kiitos Inari Viskarille ja Anna-Leena Soiniselle Sininauhasäätiössä, myöhemmin Helsingin kaupunginkanslian turvallisuus- ja valmiustiimissä ja Helsingin kaupungin kasvatuksen ja koulutuksen toimialan yhteistyössä kehitetystä alkuperäisestä Kaupunki kuuluu kaikille -toimintamallista, jota olemme päässeet jatkokehittämään EHYT ry:ssä valtakunnalliseksi toimintamalliksi. Kiitos Helsingin kaupungin leikkipuistotoiminnalle ja positiivisen diskriminaation sosiaaliohjaajille mahdollisuudesta tutustua leikkipuistoissa toteutettavaan alkuperäiseen toimintamalliin, josta olemme saaneet ideoita oman kehittämistyömme tueksi.

Lopuksi haluan kiittää erityisesti EHYT ry:tä, osastopäällikköämme Ilmo Jokista, Staden tillhör alla -sisarhankkeen työpariani Minna Lehtistä ja muita kollegojani yhteistyöstä, tuesta ja kannustuksesta.

Kiittäen,
Heini Kärkkäinen
Projektipäällikkö
Kaupunki kuuluu kaikille -hanke

Lähteet:

Lajunen, K., Andell, M., Ylenius-Lehtonen, M. & Ojanen, S. (2019). Tunne- ja turvataitoja lapsille: Tunne- ja turvataitokasvatuksen oppimateriaali. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

Merimaa, M. (2015). Kaverit keskiössä - Raportti nuorten havainnointi ja haastattelut (NuHa)-hankkeesta. Helsingin kaupungin nuorisoasiainkeskus, julkaisuja 1/2015. https://www.hel.fi/static/liitteet/nk/150330_NuHa_raportti_netiversio.pdf

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014. 4. painos. Opetushallitus: Helsinki.

Pöyhönen, J. & Livingston, H. (2020). Fanni ja levoton liikeri.

Soininen, A.-L. & Viskari, I. (2013). Alkuperäinen Kaupunki kuuluu kaikille -toimintamalli. Haastattelut Anna-Leena Soinisen ja Inari Viskarin kanssa sekä tutustuminen julkaisemattomaan materiaaliin. Helsingin kaupunginkanslian turvallisuus- ja valmiustiimi ja Helsingin kaupungin kasvatuksen ja koulutuksen toimiala.

Tuominen, M. & Laihin, E. (2013). ”Stadiin kuuluu pieni rosaisuus” - Helsingin turvallisuustutkimus 2012. Helsingin kaupunki tietokeskus. Tutkimuksia 2013:4. https://www.hel.fi/static/hel2/Tietokeskus/julkaisut/pdf/14_01_07_Tutkimuksia_4_13_Tuominen.pdf

Tuukkanen, T. (toim.) (2022). Lapsibarometri 2022 ”Jos joku on mun lähellä, silloin mä en pelkää” – lasten näkemyksiä turvallisuudesta. Lapsiasiavaltuutetun toimiston julkaisuja 2022:9.

**Kaupunki
kuuluu
KAIKILLE**



www.ehyt.fi/kaupunki-kuuluu-kaikille