A person wearing a striped shirt and dark pants is paddling a green canoe on a body of water. The person's hands are on a yellow paddle with a black shaft. The canoe is dark green and has a small logo on its side. The water is dark and shows ripples. The background is a light, textured surface, possibly a wall or a backdrop.

VASTUULLINEN VESIRETKEILY - OPAS

- Varusteet
- Retkisuunnittelu
- Turvallisuusohjeet
- Ympäristö

ORAVI.

Anna veden kuljettaa

Saimaa on melojan paratiisi. Vesistöissä retkeily ei kuluta arvokasta luontoamme ja meloen matka taittuu mukavasti.

Suuntasitpa lyhyelle päiväretkelle tai pidemmälle seikkailulle, tästä oppaasta löydät hyödyllisiä vinkkejä sekä turvallisuusohjeita ennen retken alkua.



Varusteet / Ennen retkeä

Ennen retkeä varusteiden tulee olla tarkoin valittu. Päätä ensin lähdetkö liikkeelle kajakilla vai kanootilla. Melontaretkelle ei kannata ottaa mitään ylimääräistä. Kaikista tärkeintä on säänmukaiset vaatteet, vaihtovaatteet ja riittävästi juomista.

Pakkaa kuivapussiin ainakin:

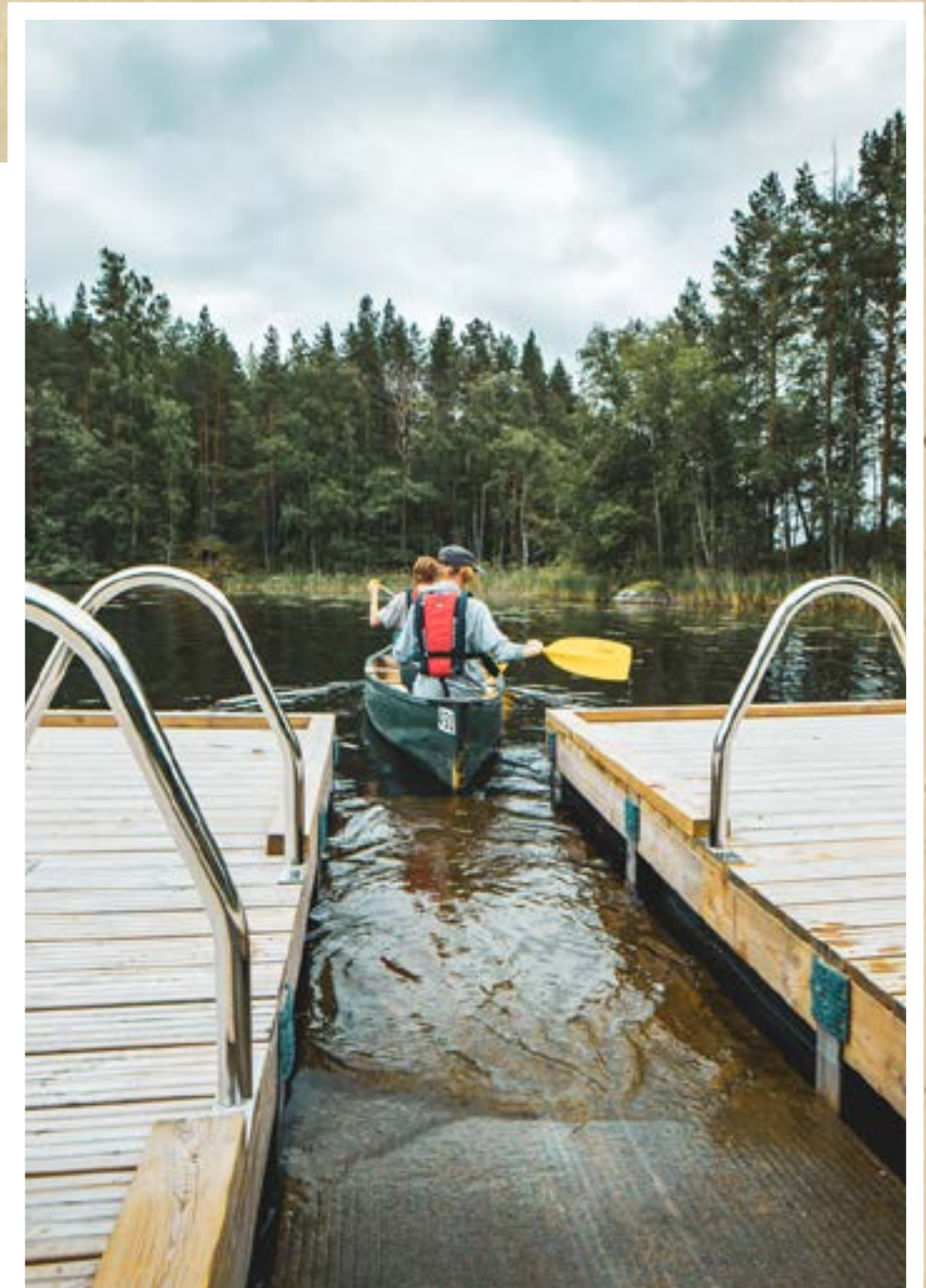
- Kartta ja kompassi
- Vesipullo
- Eväät
- Varavaatetus
- Aurinkolasit ja päähine
- Ensiapupakkaus
- Pelastusliivit

Kylmän veden aikaan, huomioi erityisesti:

- Lämpimät ja vettäpitävät käsineet
- Lämpimät vaihtovaatteet
- Tiedosta hypotermian riski ja ota selvää miten toimia vaaratilanteissa

HUOM!

Jos aiot kalastaa, huolehdi kalastuslupasi ajantasalle (eraluvat.fi).



Retkisuunnittelu / Ennen retkeä

Ennen melontaretkeä on syytä suunnitella reitti huolellisesti. Jos olet kokematon meloja, mieti kuinka pitkälle retkelle olet valmis lähtemään ja millainen ympäristö sopii ensimelojalle. Haluatko meloa lähellä rantoja vai oletko valmis ylittämään isompiakin selkiä?

Vesillä ollessa sääolosuhteet nousevat avainasemaan. Ota selvää lämpötilasta, sateista ja tuulesta. Tuulen suunnalla on merkittävä vaikutus melontanopeuteen ja sen fyysiseen kuormittavuuteen. Varaudu myös yllättäviin säänmuutoksiin.

Lähdetkö päiväreissulle vai haluaisitko viipyä vesillä useita päiviä? Pohdi myös haluaisitko ennemmin retkelle oppaan kera vai omalla porukalla. Mikäli haluat “päästä helpolla” kannattaa valita opastettu retki. Opas suunnittelee matkan sinulle ja pitää huolen että varusteet ja taidot ovat ajan tasalla.



Turvallisuusohjeet / Ennen retkeä

1. Hyvä **uimataito** on paras turvavaruste. Käytä meloessa aina myös kelluntaliivejä.
2. Melo mieluummin aina **ryhmässä**. Yhdessä meloen apu on lähellä.
3. Suunnittele melontaretki oman **taitosi, kuntosi ja kokemuksesi** mukaan.
4. **Ennakoi sääolot** mahdollisimman tarkkaan. Seuraa säätilan muutoksia ja muuta reitti- ja matkasuunnitelmaa tarvittaessa.
5. **Minimoi riskit**: Vältä tuulisia järvenselkiä ja pysytkä poissa laivaväyliltä. Kartoita eri reittivaihtoehdot etukäteen.
6. Opettele suunnistus **kartan ja kompassin** avulla, sillä reittejä ei ole merkitty maastoon. Älä melo pimeällä.
7. **Ilmoita retkisuunnitelmasi** vaihtoehtoiseen jollekulle kotona tai vaikkapa kanoottivuokraamoon.
8. Hypotermia on pahin melojaa uhkaavista vaaroista. **Varustaudu kylmää vastaan** sopivalla vaatetuksella ja pidä mukana energiapitoista ravintoa.
9. Tarkista kanoottien ja muiden **varusteiden kunto** ennen lähtöä.
10. Rantaudu **lepäämään ja jaloittelemaan** riittävän usein, noin tunnin välein. Onnettomuusriski kasvaa väsymyksen myötä.
11. **Suositus** on käyttää melontaan noin kuusi tuntia päivässä. Avokanootilla järviolosuhteissa melovalle aloittelijalle keskimäärin 13 - 16 km:n päivämatkat ovat sopivia.

Ympäristö / Retkellä

Luontoon lähtiessä jokaisen on hyvä muistella jokamiehenoikeuksia ja tiedostaa nämä luonnossa liikkuaan. Kansallispuistojen alueella jokamiehen oikeudet eivät kuitenkaan aina päde. Ota siis selvää millä alueella liikut ja mitkä säännöt siellä pätevät.



- Liiku ja leirydy **jälkiä jättämättä**. Suosi taukoihin ja yöpymiseen tarkoitettuja leirytympäisiä paikkoja.
- **Älä jätä jälkeesi roskaa**. Polta paperipakkaukset nuotiossa, biojätteen voi laittaa käymälän kompostoriin. Kuljeta muut jätteet mukana pois luonnosta. Älä pese ruokailuastioita rantavedessä.
- **Kunnioita luontoa ja sen asukkaita**. Jos kohtaat eläimen, pysytkä kaukana ja ole mahdollisimman hiljaa. Kunnioita pesintärauhaa äläkä rantaudu kielletyille saarille. Kunnioita myös muiden ihmisten omaisuutta, äläkä pyri autiolta vaikuttaviin mökkeihin tai saunoihin.
- Tee nuotioita **vain nuotiopaikoille** ja ota huomioon metsäpalovaroitus. Varoituksen ollessa voimassa saat käyttää ainoastaan retkikeitintä.

Tutustu jokamiehenoikeuksiin ja kansallispuistojen sääntöihin osoitteesta:
www.luontoon.fi/jokamiehenoikeudet

Ja eikun vesille!

Nauti kansallispuistojen vesistöjen tarjomasta rauhasta ja luonnon äänistä. Jokaisen niemenkärjen ja saaristosokkelon takana sinua odottaa uudet seikkailut ja muinaiset maisemat!



NÄILLÄ ALKUUN

Vesillä retkeilyn ABC / Luontoon.fi

<https://www.luontoon.fi/retkeilynabc/vesillaretkeily>

Melontareitti aloittelevalle melojalle

<https://www.outdooractive.com/fi/route/kajakkiretkeily/suomi/kahden-kanavan-melontareitti/64816733/>

Opastusta melontatekniikkaan

<https://www.melontaopas.fi/>

Video-ohjeistus melontatekniikkaan

<https://www.youtube.com/watch?v=vY83FpEa-co>