



NAISTEN VALMIUSLIITTO

NAISTEN VALMIUSLIITON **NASTA** HARJOITUS

20.–22.4.2018

UUDENMAAN PRIKAATI

Dragsvik



Tule mukaan NASTA-harjoitukseen oppimaan arjen turvallisuustaitoja!

Harjoitus on avoin kaikille suomalaisille naisille. Siihen voi osallistua ilman ennakkotaitoja eikä osallistuminen edellytä minkään järjestön jäsenyyttä. Harjoituksen tavoitevahvuus on noin 350 naista. Toiminta ei ole sotilaallista.



Harjoitus koostuu kymmenestä kurssista, joista osallistuja valitsee yhden. Kurssit ovat:

1. Informaatiovaikuttaminen
2. Maasto- ja luonnonmuonakurssi
3. Liikenneturvallisuus ja puolustusvoimien B-ajolupa
4. Tosielämän ensiapu
5. Katuturvallisuus
6. Suomalainen nainen maanpuolustajana
7. Turvallisesti vesillä
8. Bemötande av kris
9. Kouluttaja- ja kurssinjohtajakoulutus
10. Verksamheten på soldathemmet och i terrängen



Lisätietoja:

www.naistenvalmiusliitto.fi



Turvallisuustaidot kuuluvat kaikille naisille!

20.–22.4.2018

UUDENMAAN PRIKAATI

Dragsvik



NASTA-harjoitukset ovat valtakunnallisia naisille kohdennettuja valmiusharjoituksia, jotka järjestetään vapaaehtoisten naisten voimin. Osallistuminen ei edellytä aikaisempaa kurssikokemusta eikä ennakkotietoja tai -taitoja valitun kurssin aiheesta. Harjoitukseen osallistuminen edellyttää normaalia terveyttä ja kuntoa. Koulutus on luonteeltaan kaikille naisille soveltuvaa peruskoulutusta. Katarina 2018 -harjoitus järjestetään 20.–22.4.2018 Dragsvikissä. Uudenmaan prikaatissa pidettävän harjoituksen käytännön järjestelyistä vastaa Naisten Valmiusliiton Uudenmaan alueneuvottelukunta johtajanaan Sirkka Orre. Harjoitus toteutetaan Maanpuolustuskoulutusyhdistyksen (MPK) Meripuolustuspiirin kursseina. **Harjoitus alkaa perjantaina 20.4.2018 klo 12.00 ja päättyy sunnuntaina 22.4.2018 klo 15.00.** Harjoitusalueen ilmoittautumispiste avataan 20.4.2018 klo 9.30.

Harjoituksen tavoitteet

- Vahvistaa osallistujien turvallisuustaitoja ja toimintakykyä sekä arjessa että poikkeusoloissa
- Harjoittaa naisia toimimaan johto-, organisointi-, huolto- ja kouluttajatehtävissä

Ilmoittautumisohteet

Ilmoittautumisaika alkaa to 1.2.2018 klo 9.00 ja päättyy to 15.3.2018 klo 15.
Ilmoittautuminen tapahtuu internetissä:
<http://naistervalmiusliitto.fi/koulutukset/nasta-harjoitukset/kevaan-nasta-harjoitus-katarina/>

Harjoitukseen voi ilmoittautua puhelimitse vain, jos sähköpostia ei ole käytettävissä ja ilmoittautuminen internetin kautta ei ole mahdollista: MPK:n Meripuolustuspiirin koulutussihteerin Kristiina Slotte puh. 050 525 0022

Voit ilmoittautua vain yhdelle kurssille.

Osallistumismaksu on 75 euroa sisältäen:

- Opetuksen ja opetusmateriaalin
- Muonituksen
- Majoituksen kasarmin tuvissa ja/tai teltoissa
- Varusteet

Yleisiä ohjeita

Ajankohtaiset tiedot harjoituksen valmisteluista löydät osoitteesta
<http://naistervalmiusliitto.fi/koulutukset/nasta-harjoitukset/kevaan-nasta-harjoitus-katarina/>

Harjoitukseen hyväksytyille lähetetään noin kuukautta ennen harjoitusta kirje, jossa kerrotaan tarkemmin jaettavista varusteista, aikataulusta ja ajo-ohjeesta.

Maksuohjeet lähetetään osallistumismaksun suorittamista varten aikaisintaan 21 päivää ennen harjoitusta sähköpostitse tai e-kirjeenä. Osallistumisen peruuttaminen tätä ennen ei aiheuta kustannuksia.

Naisten Valmiusliiton alueneuvottelukunnat järjestävät yhteiskyntejä harjoitukseen eri puolelta Suomea, kysy lisää alueesi puheenjohtajalta. Yhteystiedot löydät:
<http://naistervalmiusliitto.fi/aluetoimijat/>

Lisätietoja

- www.naistervalmiusliitto.fi
- Harjoituksen johtaja
Sirkka Orre, p. 040 7264776
sirkka.orre@msoy.net
- Naisten Valmiusliiton pääsihteerin p. 040 561 1655

>>>> KATSO KURSSIT SEURAAVALTA SIVULTA >>>>



NAISTEN VALMIUSLIITTO



MAANPUOLUSTUSKOULUTUSYHDISTYS
FÖRSVARSUTBILDNINGSFÖRENINGEN



KATARINA 2018 -harjoitus koostuu kymmenestä kurssista, jotka ovat



Informaatio-sodassa huhut, trollit ja resonaattorit hämmentävät.

Informaatiovaikuttaminen

Kurssin tavoitteena on lisätä osallistujien ymmärrystä informaatiovaikuttamisesta ja antaa valmiuksia suojautua vaikuttamispyrkimyksiltä sekä torjua disinformaation levittämistä ja vaikuttavuutta. Kurssin jälkeen osallistujan medialukutaito on kehittynyt ja hän tunnistaa erilaisia vaikuttamisen keinoja.



On tärkeää osata valmistaa ruokaa myös ääriolosuhteissa.

Maasto- ja luonnonmuonakurssi

Kurssin tavoitteena on kehittää osallistujan valmiutta liikkua turvallisesti maastossa ja selviytyä luonnon olosuhteissa. Kurssilla opetellaan perusretkeilytaitoja ja maastoensiapua, sekä tutustutaan luonnossa syötäväksi kelpaaviin raaka-aineisiin ja retkimuonaan.



Liikenneturvallisuuden vaikuttavat mm. rakennettu liikenneympäristö, ajoneuvot, olosuhteet, lainsäädäntö sekä kuljettajat ja muut tienkäyttäjät.

Liikenneturvallisuus ja puolustusvoimien B-ajolupa

Kurssin tavoitteena on kehittää osallistujien valmiutta tunnistaa ja ennakoida liikenteen riskilanteita ja vastuullista toimintaa liikenteessä. Kurssin jälkeen osallistujalla on tarvittavat tiedot ja taidot puolustusvoimien B-ajoluvallisista ajoneuvoista. Kurssilaisille voidaan myöntää puolustusvoimien B-ajolupa.

Tosielämän ensiapu

Kurssin tavoitteena on kehittää ja vahvistaa osallistujien käytännön ensiaputaitoja. Koulutuksen jälkeen osallistuja tietää yleiset periaatteet auttamistoiminnassa, osaa antaa hätäensiapua ja tehdä hätäilmoituksen. Kurssilainen osaa myös käyttää tilapäisvälineitä ensiaputilanteissa ja tunnistaa tavallimmat sairauskohtaukset.



Hätäpuhelinsoittaminen 112 Suomi-sovelluksesta välittää soittajan tarkan sijaintitiedon hätäkeskukseen automaattisesti.

Katurvallisuus

Kurssin tavoitteena on kehittää osallistujien valmiutta tunnistaa ja ennakoida henkilökohtaista turvallisuutta uhkaavia tekijöitä, puolustaa itseään ja tunnistaa ihmisen käyttäytyminen pelon hetkellä sekä kriisin jälkeen. Osallistuja tuntee katurvallisuuden liittyvän lainsäädännön perusteet.



Katurvallisuusindeksi on yksi valtakunnallisista mittareista, joka kuvaa julkisten paikkojen yleistä turvallisuustilannetta.



Rauhanturvaajat parantavat kriisialueiden oloja ja auttavat rauhan saavuttamista. Rauhanturvaajaksi voi hakea kuka tahansa varusmiespalveluksen suorittanut mies tai nainen.

Suomalainen nainen maanpuolustajana
Kurssin tavoitteena on tutustua sotiemme ajan naisten kriisinkestokykyyn vaikuttaneisiin tekijöihin ja siirtää heidän henkistä perintöään nuoremmille sukupolville. Tämän lisäksi perehdytään suomalaisen naisen toimintaan maanpuolustus-tehtävissä itsenäisyyden aikana, sekä siihen mitä mahdollisuuksia naisilla on nykypäivänä osallistua kokonaismaanpuolustukseen.



Selvitä sääennuste ennen vesille lähtöä.

Turvallisesti vesillä

Kurssin tavoitteena on kehittää osallistujan tietoutta, valmiutta ja asennetta liikkua vesillä eri vuodenaikoina. Kurssin jälkeen osallistuja osaa liikkua turvallisesti vesillä ja tuntee hypotermian ensiavun ja tietää veneilyturvallisuuteen liittyvät periaatteet ja meripelastuksen perusteet.



Till traumatisk kris hör chockfas, reaktionsfas, bearbetningsfas och nyorienteringsfas.

Bemötande av kris

Syftet med kursen är att öka förståelsen av de individuella sätten att bemöta olika kriser och utveckla deltagarens förmåga att möta en person i kris, att ge information om sätt att klara sig ur kris och att fundera på olika sätt i växelverkan som kan fungera som hjälpmetod. Efter avslutad kurs vet deltagaren

hur agera i vardagens olika slag av krissituationer, kan agera på olycksplatser och känner till grunderna i hjälpanDET.

Kouluttaja- ja kurssinjohtajakoulutus

Kurssin tavoitteena on kouluttaa kurssinjohtajia ja kouluttajia tuleviin NASTA-harjoituksiin ja alueellisiin koulutuksiin. Kurssin jälkeen osallistuja tietää kouluttajan ja kurssinjohtajan tehtävät, keskeiset käsitteet ja tuntee NASTA-harjoitusten toimintaympäristön sekä osaa soveltaa oppimia tietoja ja taitoja käytännössä.



Kurssinjohtaja vastaa kurssin valmistelusta ja toteutuksesta.

Verksamheten på soldathemmet och i terrängen

Syftet med kursen är att deltagaren skall veta hurdana uppgifter det finns i en kantingrupp och vilka övriga verksamhetsformer soldathemmet erbjuder. Efter avslutad kurs har deltagaren kännedom om hur man kommer med i soldathemsverksamheten verksamheten och – utbildningen. Hon känner till soldathemmets verksamhetsprinciper och kan fungera i en kantingrupp.



Den ambulerande soldathemsverksamheten började år 1928, då Soldathemsförbundet för första gången deltog i arméns stora krigsövningar i Kymmenedalen.

Tervetuloa Katarina 2018 -harjoitukseen!



*Herkkyyks Voima
Taito Tahto
Tekemisen riemu*

– näillä turvaamme huomisen!

SEURAA NAISTEN VALMIUSLIITTOA SOSIAALISESSA MEDIASSA:



www.facebook.com/naistenvalmiusliitto



www.instagram.com/naistenvalmiusliitto



twitter.com/Valmiusliitto



NAISTEN VALMIUSLIITTO RY

www.naistenvalmiusliitto.fi

p. 040 519 0162

toimisto@naistenvalmiusliitto.fi