



**NAISTEN
VALMIUSLIITTO**

NAISET TURVALLISUUDEN ETURIVISSÄ



FANNI 2019

PikkuNASTA -harjoitus

Ajankohta: 4. - 6.10.2019

**Harjoitus alkaa pe klo 17 ja
päättyy su klo 15.**

Paikka: Hiukkavaara, Oulu

KURSSIT

Selviytyminen maastossa:

Kurssilla opitaan, miten luonnon raaka-aineita ja vettä voidaan hyödyntää turvallisesti osana luonnossa selviytymistä. Harjoittelemme tulentekoa ilman tulitikkuja tai muita sytyttämiä. Lisäksi tehdään tilapäismajoitus ja kerrataan keskeisiä retkeilijän taitoja mm. suunnistus. Mahdollisuuksien mukaan harjoitellaan vesistön ylitystä. Koulutuksen jälkeen kurssilainen osaa keskeiset taidot selviytyäkseen maastossa muutaman vuorokauden ja tietää tärkeimmät mukaan otettavat varusteet.

Kurssin johtaja: Katariina Koskinen

Arjen turvallisuus:

Kurssin käytyään osallistuja tietää miten selviytyä yleisimmistä arjen häiriötilanteista ja osaa hyödyntää kotivaraa. Lisäksi hän osaa antaa hätäensiapua, tietää erilaisia alkusammutusvälineitä ja osaa käyttää niitä. Kurssin käytyään osallistuja tietää miten varautua etukäteen matkaan, ja tietää miten toimia poikkeustilanteissa matkoilla ollessa. Lisäksi osallistuja tietää miten käyttää kodin sähköisiä, verkkoon kytkettyjä laitteita turvallisesti.

Kurssin johtaja: Anu Keränen

Henkinen kriisinkestävyys:

Kurssilla saa teoretietoa erilaisista kriiseistä ja auttamismenetelmistä sekä eri toimijoiden rooleista auttamis- ja kriisitilanteissa. Aiheita käydään läpi myös harjoitteina esimerkkitapausten pohjalta ja samalla mietitään myös omaa käyttäytymistä ja jaksamista vapaaehtoisena auttajana. Koulutus on luentopainotteista.

Kurssin johtaja: Kaisu Palosaari

Ensihuollon peruskurssi (Vapepa):

Kurssilla saadaan tietopaketti ensihuollosta osana Vapaaehtoista Pelastuspalvelua. Kurssilla tutustutaan myös Vapepan ja ensihuollon yhteistyöhön eri viranomaistahojen kanssa. Kurssilla harjoitellaan case-tyyppisinä ryhmätöinä toimintaa ensihuollon tehtävissä erilaisissa onnettomuus- ja kriisitilanteissa. Koulutus antaa hyvät valmiudet lähteä mukaan toimintaan.

Kurssin johtaja: Marjo Törmikoski

Tietoja harjoituksesta:

Harjoituksen johtaja:

Sari Huotari, 040 673 6559 shuotari@gmail.com

Harjoituksen varajohtaja: Ilona Suppanen, 0400 196161 ilonasuppanen@gmail.com

Ilmoittautuminen kursseille alkaa maanantaina 5.8.2019:

MPK:n kulutuskalenterin kautta: MPK.fi/koulutuskalenteri/kurssin_nimi

Seuraa harjoituksen tiedotusta Facebook ja Instagram tileillä #Fanni2019