



TIEDOTE 19.9.2010

## Naiset harjoittivat turvallisuustaitojaan Mikkelin Karkialammella

Parisataapäinen naisjoukko päätti ylväänä rivistönä marssien viikonlopun yli kestäneen valtakunnallisen NASTA-suurharjoituksen Mikkelin Karkialammella. Naisten Valmiusliitto ry:n järjestämä turvallisuusharjoitus kokosi naiset yhteen kehittämään arjen turvallisuustaitojaan. Harjoitus koostui kahdeksasta kurssista, joista jokainen osallistuja oli valinnut yhden. Harjoitus toteutettiin varuskuntaolosuhteissa armeijan varustuksessa.

- Harjoituksen päämääränä oli lisätä arjen turvallisuutta sekä antaa yksilöllisiä valmiuksia erityistilanteista selviämiseen. Kurssilaisten mukaan Himottu 10 -harjoitus on näiltä osin onnistunut erinomaisesti, sanoo Naisten Valmiusliiton pääsihteeri **Lotta Mertsalmi**.
- Uusien taitojen lisäksi kurssilaiset saivat elämyksiä, uusia ystäviä ja verkottuivat, ja näistä tekijöistä syntyy rohkeutta toimia arkielämän häiriintyessä, Mertsalmi lisää.

### Turvallisuustaitoja ja –tietoa jokapäiväiseen arkeen

Harjoitukseen osallistui taustoiltaan hyvin erilaisia ja monia ammatteja edustavia naisia. Myös ikähaarukka oli suuri, nuorimmat kurssilaiset olivat alle parikymppisiä ja vanhimmat yli 80-vuotiaita. Yhteinen sävel kuitenkin löytyi nopeasti, sillä sosiaaliset taidot ja reippaus näkyivät kurssilaisissa.

NASTA-harjoituksessa kurssilaiset saivat taitoja, joita jokaisen kansalaisen tulisi hallita. Esimerkiksi kuntalaisen turvallisuuskurssi tarjosi kurssilaisille kattavan tietopaketin kuntien varautumisesta ja kansalaisen mahdollisuuksista osallistua varautumiseen. Teoriaopetuksen lisäksi ohjelmaan kuului ryhmätöitä sekä käytännön harjoitteita, joista yksi oli etsintäharjoitus.

- Kivaa on ollut. Olen oppinut paljon uutta kuntalaista koskevista asioista, sellaista yleistietoa, mitä jokaisen pitäisi tietää, sanoi turkulainen palokuntanainen **Anni Liimatainen**. Hän osallistui nyt kolmansiin harjoituksiinsa.



Mikkelistä kotoisin oleva **Veera Pitkänen** osallistui NASTA-harjoitukseen ensimmäistä kertaa. Luonto ja siellä toimiminen kiinnostaa häntä ja niinpä hän innostui lähtemään maastotaidot ja vesiturvallisuus –kurssille. Kurssi tarjosikin erätaitoja roppakaupalla, sillä kurssilaiset asuivat teltoissa ja valmistivat ruokansa luonnon helmassa. Kurssin opetustarjontaan kuului lisäksi vesiturvallisuusopetusta.

- Kurssilaiset olivat omatoimisia ja perusmaalaisjärjellä varustettuja. Uudenkin oli helppo tulla mukaan ja ryhtyä hommiin. Luonnossa liikkuminen kiinnostaa nyt entistä enemmän, kertoi nykyään Helsingissä asuva Pitkänen.

Kenttälääkintä ja ensiapu –kurssilla tavoitteena oli perehdyttää kurssilaiset hätäensiavun antamiseen. Yksi harjoitustilanne oli liikenneonnettomuus, kurssilaiset pääsivät opettelemaan toimimista tilanteessa, joka voi yllättää kenet tahansa.

- Monenlaista olen oppinut, erityisesti rohkeuteni tarttua tilanteisiin on lisääntynyt. Ennen olin hieman arka, mutta enää en epäröi, vaan lähdän heti auttamaan tilanteen niin vaatiessa, sanoi yli kymmenen harjoitusta käynyt Kouvolan seudulla asuva **Kaarina Rämä**.

Maastotaidot ja vesiturvallisuus, kenttälääkintä ja ensiapu sekä kuntalaisen turvallisuus –kurssien lisäksi ohjelmaan kuuluivat katuturvallisuus, paloturvallisuus, tietoturvallisuus, toimintakyky kriisitilanteissa sekä henkinen tuki. NASTA-harjoituksella tarkoitetaan Naisten Valmiusliiton valtakunnallista naisten valmiusharjoitusta. Himottu 10 oli Naisten Valmiusliitolle järjestyksessään 26. NASTA-harjoitus. Yhteensä liitto on vuosien aikana kouluttanut näissä harjoituksissa jo 5000 naista.