



NAISTEN VALMIUSLIITTO

TIEDOTE 10.10.2011

## **Naiset varautuvat arjen kriisitilanteisiin Kirkkonummella tulevana viikonloppuna**

### **Ulappa 2011 -harjoitus kokoaa Upinniemen varuskuntaan yli 300 naista**

Miten pelastautua vedenvarasta? Kuinka toimia onnettomuustilanteessa tai tulipalon syttyessä? Miten selviytyä ilman sähköjä? Miten selviytyä maasto-olosuhteissa yön yli? Kuinka kriisitilanteessa tulee viestiä? Miten lähimmäistä voi tukea kriisitilanteessa?

Muun muassa edellä esitettyjä kysymyksiä pohditaan ja niihin harjoitellaan toimintamalleja Upinniemessä Suomenlahden Meripuolustusalueen varuskunnassa, Kirkkonummella 14.–16. lokakuuta pidettävässä naisten Ulappa 2011 -valmiusharjoituksessa. Mukaan Naisten Valmiusliitto ry:n järjestämään tapahtumaan on ilmoittautunut yli 300 naista.

Harjoitus on avoin kaikille suomalaisille naisille ja se koostuu yhdeksästä kurssista, joista osallistuja on valinnut yhden. Kunkin kurssin aihetta käsitellään sekä teorian että käytännön harjoittein. Tarkoituksena on antaa naisille perusvalmiuksia toimia arjen kriisitilanteissa. Maastopuvut, samanhenkinen porukka ja hyvä yhteishenki ovat Naisten Valmiusliiton järjestämien NASTA-harjoitusten tavaramerkit ja ne takaavat erinomaiset oppimistulokset.

### **Meripuolustus ja viestintä kriisitilanteissa suosituimmat**

Naisten Valmiusliitto seuraa ajan henkeä ja pyrkii kurssivalikoimallaan vastaamaan kulloinkin esiin tuleviin arjen turvallisuushaasteisiin. Merenläheisyytensä ansiosta Ulappa 2011 -harjoituksessa mukana on myös vesistöön liittyviä kursseja, jotka ovat osoittautuneet onnistuneeksi valinnaksi suuren kysynnän vuoksi. Suuren suosion on saavuttanut myös vahvasti ajan henkeen vastaava kurssi viestintä kriisitilanteissa, jossa esimerkiksi Norjan joukkosurmaa käsitellään median näkökulmasta.

Ulappa 2011 -harjoituksen koulutusaiheet ovat meripuolustus, turvallisesti vesillä, viestintä kriisitilanteissa, maastotaidot, katuturvallisuus, henkinen tuki, selviytyminen sähköttä ja kanttiinitoiminta maastossa. Ulappa 2011 -harjoitus toteutetaan Maanpuolustuskoulutusyhdistyksen kursseina Puolustusvoimien tukemana. Harjoituksen johtaa Kristiina Slotte. Naisten Valmiusliitto on järjestänyt NASTA-harjoituksia vuodesta 1998 lähtien.

Lisätietoja:

Naisten Valmiusliitto ry, pääsihteeri Lotta Mertsalmi, p. 040 561 1655,

[lotta.mertsalmi@naistenvalmiusliitto.fi](mailto:lotta.mertsalmi@naistenvalmiusliitto.fi)

Ulappa 2011 -harjoituksen www-sivu: [www.naistenvalmiusliitto.fi/ulappa.php](http://www.naistenvalmiusliitto.fi/ulappa.php)

**NAISTEN VALMIUSLIITTO RY**

Döbelninkatu 2, 00260 Helsinki

puh (09) 4056 2090

[www.naistenvalmiusliitto.fi](http://www.naistenvalmiusliitto.fi)