



Wilma

Naisten Valmiusliiton NASTA-harjoitus

# WILMA 2011

Lappeenrannassa 15.-17.4.

*Herkkyys Voima  
Taito Tahto  
Tekemisen  
riemu*

– näillä turvaamme huomisen!



NAISTEN VALMIUSLIITTO

# KUTSU

**NASTA-harjoituksessa  
voit vahvistaa  
turvallisuus- ja  
varautumistaitojasi.**

**Tule mukaan!**

## Lisätietoja:

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

Harjoituksen johtaja  
Marja-Sisko Hartikka,  
[marja-sisko.hartikka@kolumbus.fi](mailto:marja-sisko.hartikka@kolumbus.fi)

Naisten Valmiusliiton pääsihteeri  
Lotta Mertsalmi, p. 040 561 1655,  
[lotta.mertsalmi@naistenvalmiusliitto.fi](mailto:lotta.mertsalmi@naistenvalmiusliitto.fi)



# WILMA 2011

Lappeenrannassa 15.-17.4.

Harjoitukseen voi osallistua kuka tahansa suomalainen nainen, joka haluaa vahvistaa turvallisuus- ja varautumistaitojaan. *Koulutus on peruskoulutusta eikä edellytä ennakkotietoja tai taitoja tai minkään järjestön jäsenyyttä.*

## Aika ja paikka

Wilma 2011 –harjoitus pidetään Lappeenrannassa 15.-17.4. Harjoitukseen saavutaan perjantaina klo 10 mennessä ja harjoitus päättyy sunnuntaina klo 15. Koulutus, majoitus ja ruokailut tapahtuvat Lappeenrannan varuskunnassa kaupungin keskustassa (lentokentän vieressä).

## Järjestäjät

Harjoituksen toteuttaa Naisten Valmiusliiton Kymen alue-neuvottelukunta Maanpuolustuskoulutusyhdistyksen (MPK) koulutuksena. Harjoitusta tukee Maasotakoulu.

## Osallistumismaksu

Osallistumismaksu on **45 euroa** sisältäen:

- opetuksen ja opetusmateriaalin
- majoituksen 2-3 hengen huoneissa (maastotaidot-kurssi yöpyy teltoissa)
- muonituksen
- tarvittaessa kuljetuksen Lappeenrannan matkakeskuksesta

## Ilmoittautuminen

Ilmoittautumisaika harjoitukseen on **1.1. – 18.3.2011**.

Harjoitus koostuu kuudesta kurssista, joista osallistuja valitsee yhden. Ilmoittautuminen tapahtuu internetissä:

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

Mikäli ilmoittautuminen internetin kautta ei ole mahdollista, voi harjoitukseen ilmoittautua oheista lomaketta käyttäen. Ilmoittauduthan vain yhdelle kurssille.

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

## Yleisiä ohjeita

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

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

Naisten Valmiusliiton alueneuvottelukunnat järjestävät yhteiskyütejä harjoitukseen eri puolilta Suomea, kysy lisää alueesi puheenjohtajalta. Yhteystiedot löydät osoitteesta [www.naistenvalmiusliitto.fi/alueneuvottelukunnat.php](http://www.naistenvalmiusliitto.fi/alueneuvottelukunnat.php).



## WILMA 2011 -harjoitus koostuu kuudesta kurssista, jotka ovat:

# 1.

### Maastotaidot

Päämääränä on kehittää osallistujan valmiutta liikkua maastossa ja selviytyä luonnon olosuhteissa. Kurssilla harjoitellaan jokamiestaitoja ja suunnistusta sekä yövytään teltassa.



# 2.

### Katuturvallisuus

Päämääränä on kehittää osallistujan valmiutta tunnistaa ja ennakoida henkilökohtaista turvallisuutta uhkaavia tekijöitä ja selviytyä niistä. Kurssilla tutustutaan katuturvallisuuden haasteisiin ja henkilökohtaisiin turvallisuusvälineisiin sekä harjoitellaan itsepuolustusta.



# 3.

### Tietoturvallisuus

Päämääränä on vahvistaa osallistujan valmiutta suojata tietoaan ja tietoliikennettään. Kurssilla tutustutaan tietoturvallisuutta lisääviin ja uhkaaviin tekijöihin sekä lasten ja nuorten nettimaailmaan.

# 4.

### Ikäntymisen haasteet turvallisuudelle

Päämääränä on lisätä perusturvallisuutta sekä ennalta ehkäistä onnettomuuksia ja kotitapaturmia. Kurssilla tutustutaan henkilökohtaiseen turvallisuuteen ja kodin turvallisuuteen liittyviin tekijöihin sekä terveyteen ja toimintakykyyn.



# 5.

### Selviytyminen sähköttä

Päämääränä on kehittää osallistujan valmiutta selviytyä ilman sähköä. Kurssilla tutustutaan varautumiseen sähkön näkökulmasta ja harjoitellaan toimintaa sähkökatkoksen aikana.

# 6.

### Toimintakyky kriisitilanteissa

Päämääränä on vahvistaa osallistujan valmiutta selviytyä kriisitilanteissa. Kurssilla tutustutaan tekijöihin, jotka vaikuttavat henkiseen tasapainoon, kriisinsietokykyyn ja maanpuolustustahtoon fyysisen, henkisen, sosiaalisen ja eettisen toimintakyvyn näkökulmasta.



Lisäksi harjoituksessa on Johdon kurssi, jolle Wilma 2011 -harjoituksen johto-organisaatio ilmoittautuu. Tällä kurssilla harjoitellaan ja johdetaan harjoituksen valmistelut ja toteutus.

**Terve-  
tuloa  
Wilmaan!**



# ILMOITTAUTUMISLOMAKE

VALITSE KURSSI JOLLE ILMOITTAUDUT (vain yksi)

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Maastotaidot      | <input type="checkbox"/> Ikääntymisen haasteet turvallisuudelle |
| <input type="checkbox"/> Katuturvallisuus  | <input type="checkbox"/> Selviytyminen sähköttä                 |
| <input type="checkbox"/> Tietoturvallisuus | <input type="checkbox"/> Toimintakyky kriisitilanteissa         |

Nimi

Henkilötunnus (myös loppuosa)

Kotikunta

Katuosoite

Postinumero ja -toimipaikka

Puhelin

Sähköpostiosoite

Olen tietoinen, että minut kirjataan MPK:n tietohallintojärjestelmään pysyväksi käyttäjäksi.

Olen tutustunut tiedonhallintajärjestelmän tietosuojaselosteeseen ja hyväksyn käyttöehdot. Seloste löytyy osoitteesta: [www.naistenvalmiusliitto.fi/wilma.php](http://www.naistenvalmiusliitto.fi/wilma.php) tai tilaamalla Naisten Valmiusliitosta, p. 09 – 4056 2090

Aika ja paikka

Allekirjoitus

**LÄHETÄ TÄYTETTY  
LOMAKE  
18.3. MENNESSÄ  
OSOITTEeseen:**

**Naisten Valmiusliitto ry  
Döbelninkatu 2  
00260 Helsinki**



**NAISTEN VALMIUSLIITTO**



**Maanpuolustuskoulutus**

Turvallisuutta yhdessä