



# Karjalan lennosto



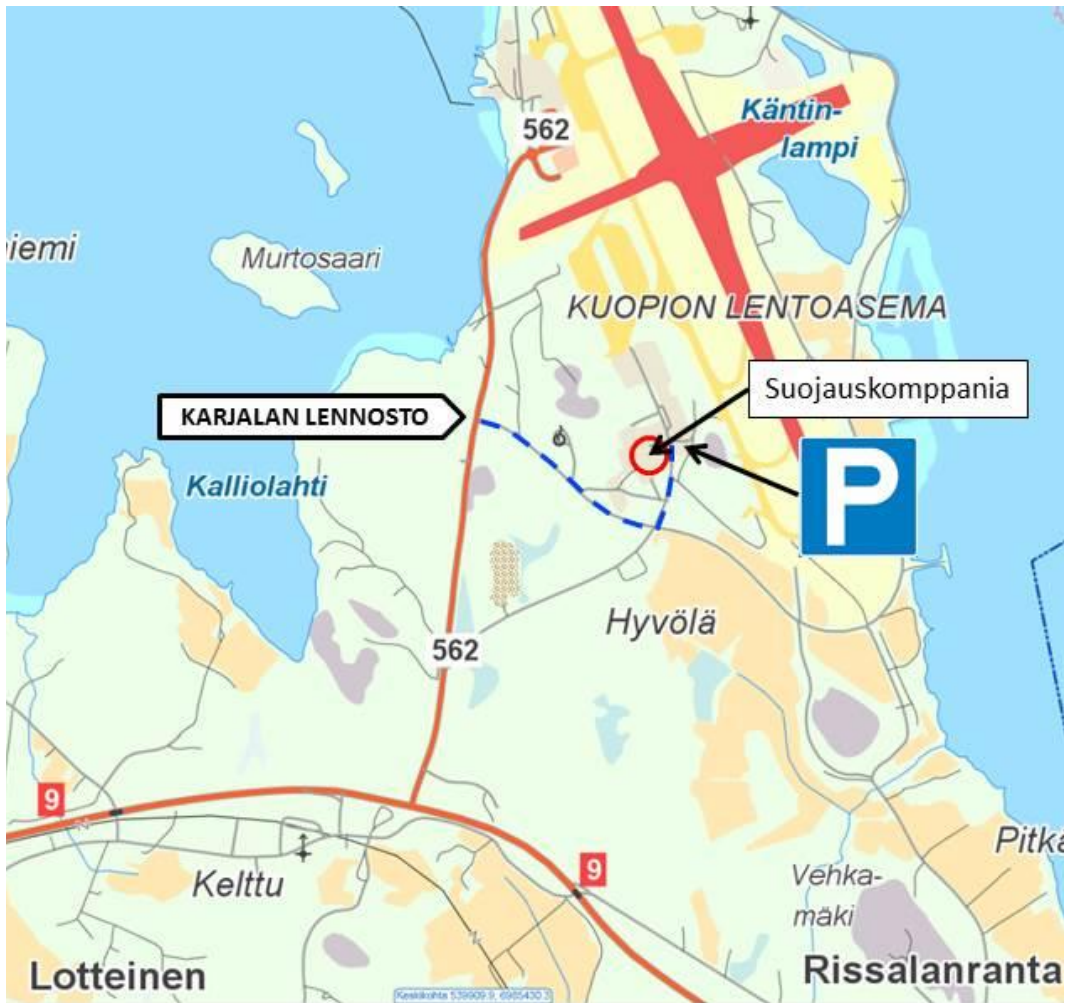
# Alokasopas

1/23



**Puolustusvoimat**

Försvarsmakten · The Finnish Defence Forces



## Saapuminen Karjalan lennostoon

Tällä navigointiosoitteella pääset lähelle:

Leppälammentie 110

70900 Siilinjärvi



# Karjalan lennoston alokasinfo

## Sisällysluettelo

Komentajan tervehdys .....	4
Suojauskomppanian päällikön tervehdys .....	7
Sotilaspapin tervehdys .....	12
Sosiaalikuraattori – Sinua varten.....	14
Varusmiehen sosiaalipalvelut.....	14
Terveydenhuolto .....	20
Palvelukseen tulo .....	23
Ensimmäisen illan ohjelma .....	23
Ensimmäinen aamu ja päivä.....	24
Varusmiehen vapaat.....	25
Varusmiehen lomat .....	25
Päivärahat.....	27
Hyvä tietää! .....	27
Aikataulut .....	28
Mitä kannattaa ottaa mukaan? .....	28
Varusmiestoimikunta .....	29

## Komentajan tervehdys

Tervehdys sinulle palvelukseen astuva nuori. Karjalan lennosto odottaa sinua.

Ilmavoimien taistelukyky perustuu osavaan henkilöstöön ja reserviin, jotka muodostavat suorituskykyisiä tukikohtajoukkoja. Yhdenkään hävittäjän suorituskykyä ei saada tehokkaasti käyttöön ilman laadukkaita tukikohtajoukkoja. Varusmiespalveluksessa annettavalla koulutuksella luodaan perusta Ilmavoimien joukkojen osaamiselle. Vain osaava, motivoitunut ja yhteen hiileen puhaltava joukko voi toimia tehokkaasti nykyaikaisen taistelukentän olosuhteissa. Tämä pätee niin Ilmavoimien tukikohdassa kuin rintamalla. Tämän kaiken ytimessä olet juuri sinä. Olet astumassa varusmiespalvelukseen, jonka aikana sinusta tehdään suomalainen sotilas, osa toimivaa ja yhteen hitsautunutta joukkoa, joka osaa toimia tilanteessa kuin tilanteessa. Sinulla on tärkeä rooli Suomen ilmapuolustuksessa.



Varusmiespalvelus alkaa sotilaallisen toiminnan perusasioiden opettelemisella ja koulutuksen edetessä siirrytään vaativampaan ja erikoistuvaan tehtävä- ja joukkokohtaiseen koulutukseen. Lopussa kaikki hiotaan yhteen joukkojen yhteisillä harjoituksilla. Koulutuksen jaksotusta ja sisältöä on kehitetty käynnissä olevan koulutus 2020-ohjelman myötä. Kaiken toiminnan taustalla on joukon tiivis yhteishenki ja taistelutahto. Ja niistä tulee pitää huolta koko palveluksen ajan ja sen jälkeenkin.

Olemme ottaneet käyttöön monipuolisia virtuaalikoulutusympäristöjä ja simulaatioita tukemaan kentällä tapahtuvaa koulutusta. Vaikka emme pelaa koulutuksessa viimeisimpiä pelimaailman pelejä, niin uskon, että tulet yllättymään positiivisesti koulutuksen sisällöstä. Sitä kehitetään jatkuvasti, jotta se olisi mielekästä, tehtäviä vastaavaa ja ajanmukaista. Seuraamme jatkuvasti edellisiltä ikäryhmiltä saamaamme palautetta ja kehitämme toimintaa sen perusteella. Kaukana ovat ajat, jolloin koulutus oli pelkkää sulkeisissa singahtelua ja pinkan ja punkan tekoa, vaikka nekin toki kuuluvat edelleen ohjelmaan. Sotilaallinen kuri ja järjestys ovat menestyvän joukon perusominaisuuksia, ja niistä pidetään edelleen kiinni.

Varusmiespalveluksen alku on suuri muutos elämääsi. Se on sitä ihan kaikille. Elämä varuskunnassa on säännöllistä ja sääntöjen mukaista. Ota muutos vastaan avoimin mielin. Henkilökuntani tekee parhaansa tarjotakseen sinulle haastavan ja mielekkään koulutuksen. Paljon riippuu kuitenkin omasta asenteestasi. Aktiivisella ja erityisesti palvelustoverit huomioivalla, positiivisella asenteella pääsee pitkälle. Palveluksen aikana on mahdollista päästä vastuullisiin tehtäviin ja saada johtamiskokemusta, kun palveluksen hoitaa kunnialla.

Pidä huolta fyysisestä kunnostasi niin palveluksen aikana kuin sen jälkeen, ja vielä ehdit tekemään jotain asialle ennen palvelustakin. Liikuntaan käytetty aika maksaa itsensä takaisin moninkertaisesti. Maasto-olosuhteissa hyvä kunto auttaa jaksamaan läpi palveluksen. Liikunnan on oltava säännöllistä ja nousujohteista, jotta se tuottaisi tulosta. Jo ennen palvelusta aloitettu liikuntaharrastus helpottaa palveluksen aloittamista huomattavasti. Erityisesti suosittelen voimaharjoittelua sekä aerobista liikuntaa, kuten juoksua, hölkkää, pyöräilyä tai hiihtoa. Jo muutama kerta viikossa auttaa alkuun palveluksessa. Mutta muista se, että jos taukoa liikunnasta on ollut, on syytä edetä rauhassa.

Meillä ei kiusata eikä simputeta. Meillä kaikki aloittavat palveluksen tasa-arvoisesta asemasta. Ja kaverista pidetään huolta. Kaveria ei jätetty ennen, eikä sitä jätetä nytkään. Yhdessä tekemisen henki on tärkeää ja ryhmä on niin vahva kuin sen heikoin lenkki. Siksi autamme aina heikompa. Jos sinulla on huolia ja murheita, niin käänny rohkeasti esimiesten tai sosiaalikäyttäjän puoleen. Me huolehdimme omistamme eikä ketään jätetä yksin.

Turvallisuus on meille tärkeä asia, mikä huomioidaan kaikessa meidän tekemisessä. Meillä on mm. parhaillaan menossa rakentamishankkeita ja niitä on alkamassa palveluksesi aikana lisää, mitkä huomioidaan palvelusturvallisuuden kokonaisuudessa. Karjalan Lennosto on valmiusorganisaatio, mikä tulee myös näkymään sinun palveluksesi aikana koulutuksessa ja toiminnassa. Pääset siis osaksi tätä mahtavaa joukkoa.

Lennostomme arvot ovat yhteistyö, pyrkimys parempaan, ammattitaituus ja perintö. Luotan siihen, että sitoudut niihin, niin kuin koko henkilökuntanikin.

Tervetuloa Karjalan lennostoon ja tsemppiä tulevaan palvelukseen.

Karjalan lennoston komentaja  
Eversti Aki Puustinen

## Suojauskomppanian päällikön tervehdys

Tervetuloa suorittamaan varusmiespalvelusta Karjalan lennoston, Suojauskomppaniaan. **Ensimmäiset kaksi viikkoa tulevat olemaan palvelusta, jonka jälkeen on ensimmäinen viikonloppuvapaa.** Edellisestä syystä johtuen hoida siis siviiliasiasi kuntoon ennen palveluksen aloittamista, sillä varuskunnasta käsin asioiden hoitaminen on vaikeampaa. Alokasjakson aikana koulutusrytmin ulkopuolisia lomia tullaan myöntämään vain poikkeustapauksissa.

Hyvä fyysinen kunto auttaa sinua palveluksen aloittamisessa. Jos kuitenkin on käynyt niin, että kuntosi on päässyt rapistumaan, **aloita fyysisen kunnan kohottaminen jo ennen palvelukseen astumista.** Hyvä fyysinen kunto ehkäisee mm. mahdollisten rasitusvammojen syntymistä ja auttaa jaksamaan läpi palveluksen haasteiden. Jos terveydentilassasi on tapahtunut merkittäviä muutoksia kutsuntojen jälkeen, niin ota yhteyttä aluetoimistoosi ja tarvittaessa lääkäriisi. Palveluksen voit aloittaa vasta, kun olet täysin terve. Vakavasta sairaudesta tai vammasta toipumiselle varusmiespalvelus ei tee välttämättä hyvää, joten huolehdi nämäkin asiat kuntoon lääkärin kanssa ennen palveluksen aloittamista.

## **Palvelus Karjalan lennoston Suojauskompaniassa**

Teidät alokkaat tullaan sijoittamaan kaikki samaan koulutusosastoon yhdessä teidän ryhmänjohtajienne sekä henkilökuntaan kuuluvien ammattisotilaiden kanssa. Koulutus alkaa palvelukseen astumisen jälkeen kuusi viikkoa kestävällä alokasjaksolla, jonka aikana teille koulutetaan perusteet yksitältä taistelijalta vaadittavista tiedoista ja taidoista. Alokasjakson jälkeen seuraa koulutushaarajakso, jonka aikana taistelijan taitoja syvennetään ja osaamista laajennetaan parition- sekä ryhmän taistelun viitekehyyksessä. Koulutushaarajakson päätteeksi teistä soveltuvimmat tullaan valitsemaan johtajakoulutukseen ja komentamaan aliupseerikurssille.

Ensimmäisten päivien aikana teille tullaan oppitunneilla kertomaan vaihtoehdot tarjolla olevista eri palvelustehtävistä, niiden erityispiirteistä sekä niihin liittyvistä osaamisvaatimuksista. Tarjolla oleviin palvelustehtäviin on olemassa kiintiöt, jotka perustuvat Puolustusvoimien tarpeeseen. Saapumiserään palveluksen aloittavista varusmiehistä palvelee reilu 30% joko 255 tai 347 vuorokautta.

Palvelustehtävän valintaan vaikuttavat muun muassa palveluksessa osoitetut kykyt, fyysinen kuntosi, koulutuksissa ja kokeissa menestyminen sekä henkilökohtainen halukkuutesi (jonka pääset ilmoittamaan haastatteluissa). Jokainen alokas aloittaa palveluksen samalta viivalta ja jokaisella on yhtäläiset mahdollisuudet palveluksessa menestymiseen taustasta, iästä ja sukupuolesta riippumatta.



## Koulutuksesta

Sinusta tullaan kouluttamaan taistelija Ilmavoimiemme reserviin (poikkeusolojen joukkoihin). Koulutus tulee varmasti olemaan ajoittain kovaa ja rankkaakin, mutta hyvällä asenteella ja “pilke silmäkulmassa” pitäen suoriudut siitä varmasti. Tulen kuitenkin takamaan sen, että koulutus on asiallista ja tarkoituksenmukaista.



Koulutus tulee pitämään sisällään muun muassa yleistä sotilaskoulutusta, ase- ja ampumakoulutusta, marssi-, taistelu- ja liikuntakoulutusta sekä yleistä kansalaiskasvatusta. Joukkueiden kouluttajina toimivat kantahenkilökuntaan kuuluvat ammattisotilaat, apunaan edellisessä saapumiserässä palvelukseen astuneet varusmiesesimiehet. Koulutus toteutetaan nousujohteisesti niin fyysisiltä vaatimuksiltaan kuin sotilastietojen ja -taitojen oppimisen osalta.

On aivan varmaa, että palvelusaika tulee jäämään mieleesi monelakin tavalla. Yhdessä suoritettavat fyysiset ja henkiset haasteet tulevat kasvattamaan ja antamaan valmiuksia monipuolisesti koko loppuelämäksi. Tulet tapaamaan palvelusta suorittaessasi paljon uusia ihmisiä, joista suuren osan kanssa ystävyysuhteet tulevat jatkumaan vielä reservissäkin.

Asenne ratkaisee paljon! Palvelukseen tullessasi unohda sinulle mahdollisesti kerrotut räikeillä värikynillä väritetyt tarinat varusmiespalveluksesta ja ota avoimesti vastaan sinulle annettava koulutus. Hyvään asenteeseen Karjalan lennoston Suojauskomppaniassa vastataan modernilla ja asiallisella sotilaskoulutuksella.

Suojauskomppaniassa vallitsee hyvä ja yritteliäs henki, minkä yhdeksi lenkiksi myös Sinä tulet kuulumaan. Kannattaa muistaa, että myönteisellä suhtautumisella ja positiivisella asenteella tulee olemaan ratkaiseva merkitys siihen, minkälainen palveluksesi tulee olemaan.

## **Lopuksi**

Ensimmäiset palveluspäiväsi tulevat olemaan melko pitkiä, koska Sinulle tullaan opettamaan paljon uusia asioita. Tämän johdosta vapaa-aikasi jää alkupäivinä vähiin, mutta palveluksen edetessä sitä varmasti tulee lisää. Vapaa-aika sijoittuu pääasiassa iltoihin, jolloin voit rentoutua kasarmilla ollessasi esimerkiksi urheillen tai sotilaskodissa.

Heti alusta alkaen muista pitää yhteyttä kotijoukkoihisi. Kerro heille palveluksestasi, lomistasi ja kiinnioloistasi, jotta hekin osaavat tukea Sinua palveluksessasi. Jos kuitenkin palveluksesi jossakin vaiheessa Sinulle tulee ongelmia siviiliasioiden suhteen, niin käänny rohkeasti henkilökunnan puoleen, jotta voimme tarvittaessa auttaa sinua. Yksikön henkilökunnan ohella varuskunnasta löytyvät myös sosiaalikuraattori, lääkäri ja sotilaspastori, jotka ovat Sinua varten mahdollisissa pulmatilanteissa. Muistat vain hyvissä ajoin kääntyä heidän puoleen ongelmien ilmettyä.

Tervetuloa!

Kapteeni Jere Vihavainen  
Suojauskomppanian päällikkö



## Sotilaspastorin tervehdys

Lämpimästi tervetuloa Karjalan lennostoon myös minun puolestani. Pääset palvelemaan isänmaatasi. Meidän mielestämme sinä olet tärkeä ja sinua tarvitaan. Ajattelen, että sinä myös saat palvelukseltasi paljon. Armeija tarjoaa elämäsi hyvin erilaisen kokemuksen ja tällaista kokemusta muualla ei ole tarjolla. Saat sotilaskoulutusta kiinnostavassa ympäristössä, saat uusia ystäviä, pääset tutustumaan armeijan elämään aitojen sisäpuolella. Tästä ajasta ja koulutuksesta täällä on usein hyötyä myös siviilipuolella. Tuleva palvelusaika tuo mukana hienoja elämyksiä, mutta varaudu kuitenkin jo nyt ottamaan vastaan myös palvelusajan tuomat haasteet.

Vaikka elämä armeijassa on säädeltyä, niin palveluksen aikana elämä siviilissä pyörii entiseen malliin. Ihmissuhteet muuttuvat, terveys voi heitellä ja laskutkin on maksettava. Kotoa voi kuulua niin ilokuin suruviestejäkin, ja kaiken päälle armeija haastaa ajattelemaan aseeseen tarttumista, vastuuta ja vapautta. Palvelusaikana monessa asiassa asenteesi ratkaisee sen, kuinka hyvin pärjät ja viihdyt täällä!

Palvelusaikana voi luottamukselliselle keskusteluseuralle tulla tarve. Älä jää yksin asioidesi kanssa. Lennostossa sinun tukenasi on esimerkiksi sotilaspastori, jota sitoo ehdoton vaitiolovelvollisuus. Pidä kynnyksesi matalana ottaa yhteyttä! Melkein asialle kuin asialle löytyy kyllä jokin ratkaisu. Jos jonkin asia painaa mieltä, niin sitä on hyvä purkaa juttelemalla. Hämmästyttävällä tavalla puhuminen toiselle auttaa. Kuorma on kevyempi kantaa toisen kanssa. Näin myös mielen kuorman kanssa.

Puolustusvoimissa sitoudumme positiiviseen uskonnonvapauteen, eli yksilön vapautta harjoittaa omaa uskontoaan tuetaan palveluksen sallimissa rajoissa. Vakaumus on voimavara - ei täällä ole tarvetta hävetä sitä mihin uskot. Se on normaali osa ihmisen elämää. Lennostossa tulee vastaan myös lyhyitä hartauksia ja messuja kenttäolosuhteissa, tulokirkko jne... Lennoston pappi on luonnollisesti käytettävissä myös kirkollisissa toimituksissa.

Täällä ei tarvitse selvittää yksin sinua autetaan ja tuetaan kyllä. Nähdään pian!

Sotilaspastori *Petteri Hämäläinen*

p. 0299 230 203

[petteri.hamalainen@mil.fi](mailto:petteri.hamalainen@mil.fi)



## Sosiaalikuraattori – Sinua varten

Varusmiespalvelusaika on merkittävä ajanjakso elämässäsi. Jotta voisit elää sitä täysillä, hoida raha- ja ihmissuhdeasiasi kuntoon jo ennen palvelukseen astumistasi.

Sosiaalikuraattorina tavoitteenani on tukea Sinua suorittamaan palveluksesi onnistuneesti loppuun. Tavoitat minut Terveysasemalta pääsääntöisesti maanantaista perjantaihin klo 8 - 16 ja / tai puhelimitse numerosta 0299 230 206 sekä sähköpostitse: [kaisa.kajo@mil.fi](mailto:kaisa.kajo@mil.fi).



Jos jokin asia jäi hoitamatta tai palveluksen aikana ilmenee uusia ongelmia tai haasteita, ratkon niitä kanssasi.

Voit kääntyä puoleeni mm.

- toimeentuloasioissa,
- työ- ja opintoasioissa,
- motivaatiovaikeuksissa,
- itsenäistymissuunnitelmissa (esim. asunnon hankkiminen),
- ihmissuhdeongelmissa jne.

Voit ottaa yhteyttä jo ennen palvelukseen astumistasi, mikäli Sinulle tulee kysyttävää liittyen esim. edellä mainittuihin asioihin.

Kaikki keskustelumme ovat luottamuksellisia!

**TERVETULOA!**

Kaisa Kajo  
Sosiaalikuraattori

## **Varusmiehen toimeentulo - ja sosiaaliasiat**

Varusmiespalveluksen suorittamista helpottaa tuntuvasti se, että siviiliasiat ovat kunnossa. Siksi on tärkeää, että luet tämän oppaan huolellisesti ja haet mahdollisia avustuksia hyvissä ajoin ennen palvelukseen tuloa!

### **Sotilasavustus**

Kela voi maksaa sotilasavustusta varusmiespalveluksessa olevalle asevelvolliselle sekä hänen omaiselleen (puoliso ja/tai lapset) palvelusajalta. Sotilasavustuksen tarkoituksena on turvata varusmiehen omaisten perustoimeentulo varusmiespalveluksen aikana, lisäksi myös naimaton, yksinasuva varusmies voi saada asumisavustusta asumiskustannuksiinsa. Sotilasavustushakemus kannattaa tehdä jo ennen palvelukseen astumista. Voit hakea avustusta kuukautta ennen palveluksen alkamista joko verkossa verkkopankkitunnuksilla / mobiilivarmenteella. Lisätietoja sivuilta [www.kela.fi](http://www.kela.fi) tai sosiaalikirjaattorilta.

Sotilasavustusta maksetaan sen kuukauden alusta, jona sitä on haettu. Aikaisintaan sitä maksetaan kuitenkin palvelukseen astumispäivästä lukien.

Sotilasavustuksessa on 300 euron suojaosa. Tämä tarkoittaa, että asevelvollinen voi ansaita palkka- tai yrittäjätuloja nettona 300 euroa kuukaudessa ilman, että se vaikuttaa sotilasavustuksen määrään. Suojaosa ei koske asevelvollisen omaisen tuloja.

### **Asumistuki**

Vaikka asevelvollinen tai hänen omaisensa eivät saisi Kelasta sotilasavustusta, heillä saattaa olla mahdollisuus asumistukeen, jota haetaan myös Kelasta.

## **Toimeentulotuki**

Asevelvollisen ensisijainen etuus on sotilasavustus. Sotilasavustuksen perus-, asumis- ja erityisavustus kattavat perustoimeentulotuen perusosaa vastaavan osuuden sekä osan muista perusmenoista

Lisäksi sinulle maksetaan päivärahaa (maksetaan tilillesi kahden viikon välein) ja sinulla on oikeus muun muassa maksuttomiin palvelus- ja lomamatkoihin ja terveydenhuoltoon.

Sinulla ei ole oikeutta perustoimeentulotuen perusosaan, koska saat palveluspaikassasi maksuttoman majoituksen, ruoan ja vaate-tuksen. Tarvittaessa voit kuitenkin saada perustoimeentulotukea muihin perusmenoihin (esim. kotivakuutusmaksuun). Toimeentulo-tukea haetaan Kelalta.

## **Opintolainojen korkoavustus**

Kela voi korvata asevelvolliselle opintolainojen korot sotilasavustuk-sena, jos ne erääntyvät maksettaviksi palvelusaikana tai palveluk-sen päättymiskuukauden aikana. Kela edellyttää, että et ole saanut opintotukea sen tai edeltävän lukukauden aikana, jolloin korko erääntyy maksettavaksi. Jos olet saanut opintotukea, lisätään korko lainapääomaan.

## **Pankkilainat ja maksusopimukset**

Pankkilainojen ja kulutusluottojen lyhennyksiä ja korkoja ei makseta valtion varoista varusmiespalveluksen aikana, joten niiden hakemis-ta on syytä välttää. Sovi pankkisi tai velkojasi kanssa lainajärjeste-lyistä hyvissä ajoin ennen palvelukseen tuloa.



## **Verotus**

Verotoimistosta ([www.vero.fi](http://www.vero.fi)) voit hakea tarvittaessa ennakonpidätysprosentin muutosta palveluksen aikaiseen tai sen jälkeiseen palkkatuloon.

## **Vakuutukset**

Olet vakuutettu siitä lähtien, kun palvelukseenastumispäivänäsi lähdet kotoasi siihen asti, kun kotiutumispäivänä palaat kotiisi.

Jos loukkaannut palveluaikanasi tapaturmaisesti tai sairastut palveluksen aiheuttamaan sairauteen, Puolustusvoimat huolehtii palvelusaikana hoidostasi.

Kun palveluksesi päättyy, Valtiokonttori vastaa vamman tai palvelussairauden hoitokustannuksista sekä muista lainmukaisista korvauksista. Sinulla on oikeus Valtiokonttorin maksamiin korvauksiin, jos tapauksesi täyttää sotilastapaturmalain määrittelemät ehdot. Lisätietoja sivuilta [www.valtiokonttori.fi/palvelu/palvelustapaturmien-ja-palvelussairauksien-korvaukset-varusmiehille-ja-siviilipalvelusmiehille/](http://www.valtiokonttori.fi/palvelu/palvelustapaturmien-ja-palvelussairauksien-korvaukset-varusmiehille-ja-siviilipalvelusmiehille/)

## **Työsuhdeturva**

Älä katkaise työsuhdettasi tullessasi palvelukseen! Mikäli työsuhteesi ei ole määräaikainen ja on kestänyt vähintään kolme kuukautta, ei työnantajalla ole oikeutta irtisanoa sinua kuin erikoistapauksissa (jos hän lopettaa kyseessä olevan työn teettämisen kokonaan tai vähentää työntekijöiden määrää vähintään puoleen).

Työnantajalle on ilmoitettava palvelukseen astumisesta riittävän ajoissa. Sinun on myös ilmoitettava työnantajalle palveluksen päättymisestä jo ennen kotiutumistasi. Tämä on tehtävä viimeistään 14 vuorokautta ennen ajateltua työhön menoasi.

## **Opintoneuvonta**

Sosiaalikuraattori avustaa sinua työ - ja opintoasioissa, lisäksi voit kääntyä varusmiestoimikunnan (VMTK) puoleen.

## **Varusmiehen oikeusturva**

Kannattaa kysyä neuvoa, jos ei tiedä miten toimia. Palvelussuhteeseen liittyvissä sekä sosiaaliturva-asioissa varusmiehillä on oikeus saada asiantuntevaa apua.

Neuvoa saat:

- komppanian päälliköltä
- varusmiestoimikunnalta
- työsuojeluvastaavalta
- oikeusaputoimistolta
- sosiaalikuraattorilta
- oikeusupseerilta
- sotilaslakimieheltä

Varusmiehet voivat saada maksuttoman oikeudenkäynnin, edellytyksenä on vähäinen varanto.

## **Epäasiallinen käyttäytyminen**

Puolustusvoimissa on nollatoleranssi epäasiallisen käyttäytymisen (simputus, kiusaaminen, häirintä) suhteen!

### **Simputusta on**

esimiesaseman väärinkäytön tunnusmerkistön täyttävää menettelyä, jossa alaiselle pyritään tietoisesti tai harkiten tuottamaan selaista henkistä tai ruumiillista kärsimystä, joka ei luonteeltaan liity tilanteen vaatimaan palvelukseen. Simputus on tarkoituksellista alaisen ihmisarvon ja lakisääteisten oikeuksien loukkaamista esimiesaseman mukanaan tuoman sotilaallisen käskyvallan avulla.

### **Kiusaamista on**

kiusaajan kohdehenkilöön tarkoituksellisesti suuntaamia, yleensä henkisiä toimenpiteitä, joiden tavoitteena on pahan olon tuottaminen kohteelle. Usein tavoitteena on myös kohteen eristäminen sosiaalisessa kanssakäymisessä tai hänen asemansa kyseenalaistaminen. Kiusaaminen voi ilmetä nimittelynä, pilkkaamisena, pilailuna toisen kustannuksella, yksin jättämisenä, panetteluna tai minä tahansa sellaisena toimintana, jolla pyritään vahingoittamaan tai loukkaamaan toista.

### **Häirintä**

Voi ilmetä mm. ulkonäköön tai seksuaalisuuteen liittyvinä ikävinä kommentteina, kaksimielisinä puheina tai lähentelynä.

**Mikäli havaitset olevasi epäasiallisen käyttäytymisen kohteena tai huomaat jonkun toisen olevan, niin ota asia rohkeasti esille.**

Epäasiallisesta käyttäytymisestä voit keskustella esimerkiksi päällikön, sosiaalikuraattorin, papin, terveydenhuoltohenkilöstön tai varusmiestoimikunnan kanssa. Salaaminen tai asian kieltäminen vain pahentaa asiaa. Avoin toiminta parantaa koko joukon toimintakykyä ja turvallinen palvelusaika on kaikkien oikeus.

## **Varusmiesten terveydenhuolto**

Palvelukseen tultuasi terveytesi tutkitaan ja kutsunnoissa määritelty palveluskelpoisuusluokkasi tarkistetaan. Tulotarkastuksessa myös näkösi ja kuulosi tarkistetaan, sekä sinut rokotetaan. Hammaslääkärille pääset, jos hammas oireilee. Ennen kotiutumistasi suoritetaan kotiutustarkastus. Kaikki varuskunnan terveysaseman lääkärin määräämä hoito ja lääkitys ovat maksuttomia.

## **Lääkärin ja sairaanhoitajan vastaanotto**

Palvelusaikanasi sinulla on oikeus päästä sairaanhoitajan ja lääkärin vastaanotolle. Jos tunnet itsesi sairaaksi, ilmoittaudu aamulla aamuvastaanotolle. Sinulle annetaan vastaanottoaika varuskunnan terveysasemalle.

## **Korona**

Suosittellemme koronarokotusten ottamista jo ennen asepalveluksen aloittamista, jotta suoja on voimassa asepalveluksen alkaessa. Rokote on mahdollista saada myös varuskunnan terveysasemalta THL:n ajantasaisten suositusten mukaisesti.

Mikäli saat hengitystieoireita varuskunnassa, sinulta otetaan koronatesti. Koronapositiiviset otetaan eristykseen ja altistuneet karanteeniin. Näillä toimenpiteillä pyritään välttämään taudin leviämistä.

## **Kiireelliset sairastapaukset, ja hätätapaukset**

Kiireellisissä sairastapauksissa terveysasemalle voi ilmoittautua milloin tahansa, josta ohjataan tarvittaessa hoitoon.

## Sairastuminen lomalla

Jos sairastut lomilla ollessasi, soita virka-aikana varuskunnan terveysasemalle 0299 576 446, josta saat ohjeet hoitoon hakeutumiseen ja lomilta palaamisen suhteen. Virka-ajan ulkopuolella soita 0299 576 888. Sairaana (hengitystieoireisena) ei saa palata varuskuntaan. Voit hakeutua hoitoon lähimmän varuskunnan terveysasemalle tai lähimpään terveyskeskukseen. Tällaisissa tapauksissa asiasta on ilmoitettava heti omaan yksikköösi. Siviililääkäri ei voi määrätä sinua jäämään kotihoitoon, vaan sinun on ilmoitauduttava lomasi päätyttyä omaan yksikköösi. Siviililääkäri ei voi määrätä sinulle palvelushelpotuksia tai sairauslomaa, tarvittavat palvelushelpotukset arvioidaan aina varuskunnan terveysasemalla.

Varusmiehillä on myös oikeus käydä siviililääkärissä omalla kustannuksellaan ja omalla ajallaan palvelusajan ulkopuolella tai lomalla. Muutoin käyntiin luvan myöntää joukko-osaston lääkäri. Siviililääkärin määräämät lääkkeet voi saada ilmaiseksi terveysasemalta joukko-osaston lääkärin arvion perusteella.

## Palvelushelpotukset

Sairastapauksissa varusmiehille myönnetään palvelushelpotuksia, joilla pyritään edistämään parantumista sekä estää sairauden pahe-  
nemista. Palvelushelpotuksia määräävät ainoastaan Puolustusvoi-  
mien terveydenhuollon ammattilaiset.

KP	Potilas kykenee normaaliin palvelukseen
VMTL	Vapaa marssi-, taistelu- ja liikuntakoulutuksesta
VPO	Vapaa palveluksesta, pois luettuna oppitunnit
VUP	Vapaa ulkopalveluksesta
VP	Vapautus palveluksesta
VL	Vuodelepo

Sairastapauksissa varusmies voidaan ottaa terveysaseman lepo-  
osastolle hoitoon esim. kuumeisen hengitystieinfektion tai mahatau-  
din vuoksi. Vakavien infektioiden (esim. keuhkokuume) vuoksi voi-  
daan määrätä kotihoitoon.

Alokasjakson jälkeen on käytössä myös palvelusjousto. Lievän toi-  
mintakykyä haittaavan vaivan vuoksi voit sopia kouluttajan  
kanssa mitä kykenet tekemään ja mitä suoritat kevyemmin. Palve-  
lusjousto voi saada enintään 3 päivää peräkkäin.

## **Palvelukseen tulo**

Sinun on saavuttava palvelukseenastumismääräyksessäsi mainittuna päivänä **(2.1.2023)** Karjalan lennostoon **klo 16** mennessä. Saapumispäiväsi lasketaan mukaan palvelukseen, koska ensimmäisenä iltana on ohjelmaa. Tule hyvissä ajoin, näin välttyä ruuhkalta. Alkoholia nauttineena ei palvelukseen kannata tulla, se antaa huonon ensivaikutelman ja voi vaikeuttaa palvelustasi.

## **Alkoholin ja huumausaineiden tuonti varuskunta-alueelle on kielletty!!**

Ennen palvelukseen tuloa kannattaa käydä parturissa. Miesten hiukset on oltava lyhyeksi ja siistiksi leikattuna. Parta ja viikset on oltava pois ajettuna. Naisten hiusten pituutta ei yleisesti rajoiteta. Palveluksessa naisten pitkät hiukset eivät saa kumminkaan olla vapaana.

## **Ensimmäisen illan ohjelma**

Sinut otetaan vastaan Suojauskomppanian tiloissa. Luovutettuasi palvelukseenastumismääräyksen ja henkilöllisyyden tarkastamisen jälkeen sinut ohjataan ensimmäiseen haastatteluun. Tässä haastattelussa sinua pyydetään arvioimaan sen hetkinen fyysinen kuntosi. Voit kertoa viimeisimmän COOPER- testin tuloksen tai arvioida kuntoasi sanallisesti.

Päivän aikana tulet hakemaan varusteita varusvarastolta. Varustamista nopeuttaa, kun osaat sanoa vaatekokosi ja kengännumerosi varustamisen yhteydessä.

Päivällisen, iltapalan ja maastopukuun totuttautumisen lomassa henkilökuntaan kuuluva joukkueenjohtaja haastattelee sinut. Ennen hiljaisuutta tuvan esimies (alikersantti) opettaa päiväpeitteen viikkauksen eli pinkan tekemisen. Ehditte varmasti tutustua vielä yleisesti yksikön tiloihin ennen klo 22 alkavaa hiljaisuutta.

## **Ensimmäinen aamu ja päivä**

Herätys on vähän ennen kuutta. Ohjattujen aamutoimien jälkeen menette joukkueittain aamupalalle. Tämän jälkeen sijaat vuoteesi ja valmistaudut ensimmäiselle komppanian päällikön pitämälle opitunnille. Päivän teemana tulee olemaan taistelumateriaalin (ml. ase) hakeminen varastolta sekä varusvarastolta edellisenä iltana noudettujen varusteiden pakkaaminen kaappiin. Välillä ehtii opetella myös armeijan käyttäytymissääntöjä. Päivän päätteeksi on edellisenä iltana opetetut iltatoimet ennen hiljaisuutta.



## **Varusmiehen vapaat**

### **Huomio, että korona aiheuttaa poikkeuksia näihin normaaleihin loma- ja vapaa-aikoihin**

#### **Vapaa-aika ja iltavapaat**

Varusmiehillä on palveluksen lisäksi myös vapaa-aikaa. Varaudu kuitenkin siihen, että vapaa-aikaa on aluksi vähän, mutta koulutuksen edetessä sitäkin tulee olemaan hieman enemmän.

#### **Iltavapaat normaaliolissa (IV)**

Iltavapaa on yleensä päivittäin klo 17–21. Alokasjaksolla on iltavapaat klo 18–21.

#### **Harjoitusvapaa (HV)**

**Varusmiehillä on mahdollisuus anoa harjoitusvapaata (urheilu) harrastuksiinsa. Harjoitusvapaat anotaan erillisellä anomuksella, johon liitetty harjoitusohjelma, harjoituksen aika ja paikka valmentajan (tai vast.) allekirjoittamana.**

## **Varusmiehen lomamat**

#### **Viikonloppuvapaa normaaliolissa (VLV)**

Viikonloppuvapaa alkaa perjantaina klo 14 (A-jaksolla klo 18) ja päättyy sunnuntaina klo 22.30.

#### **Henkilökohtainen loma (HL)**

Henkilökohtaisia lomiam on käytössä varusmiehillä palvelusajasta riippuen eri määrä. Henkilökohtaisia lomiam tulee olemaan yksi kuukaudessa. Osa henkilökohtaisista lomista varusmies voi käyttää omien henkilökohtaisten asioiden hoitoon. Yksiköllä on myös yhteisiä HL-päiviä, jolloin koko yksikkö on lomalla lukuun ottamatta valmiuosastoa.

## **Kuntoisuusloma (KL)**

Kuntoisuusloma voidaan myöntää kunnostautuneelle ja hyväksi sotilaaksi kehittyneelle varusmiehelle erinomaisesta suorituksesta. Kuntoisuuslomia myönnetään enintään 20 vuorokautta

## **Henkilökohtainen syyloma (HSL)**

Henkilökohtainen syyloma voidaan myöntää pakottavista syistä esim. opinto-, oikeus-, perhe- tai talousasioiden hoitoon, sekä urheilukilpailuja ja luottamustehtäviä varten enintään kuusi kuukautta. Anottaessa loman tarve on perusteltava. **Jokainen HSL-päivä siirtää kotiutumistasi vuorokauden tuonnemmaksi.**

## **Isyysvapaa**

Henkilökohtaisten lomien lisäksi avioliitossa tai pysyvässä avosuhteessa olevalle varusmiehelle, jolle syntyy oma lapsi, myönnetään isyysvapaa kaksitoista (12) vuorokautta. Isyysvapaa on yleensä aloitettava kuukauden kuluessa lapsen syntymästä.

## **VMP**

Vapautuksen palveluksesta voi saada lähiomaisen sairastumisen tai kuolemantapauksen vuoksi ilman, että täytyy käyttää henkilökohtaista syylomaa.

## Päivärahat

Päivärahat maksetaan tilillesi kahden viikon maksujaksoissa.

**Ota tilinumerosi mukaan, näin varmistat, että saat rahasi ajallaan! Tilinumero (IBAN) kysytään sinulta ensimmäisenä palveluspäivänä.**

Varusmiesten päivärahat (lisäksi naisilla erillinen varusraha 0,50€/vrk) 1.1.2021 alkaen

1-165 vrk	5,20 €/vrk
81-255 vrk	8,70 €/vrk
271-347 vrk	12,10 €/vrk

## Hyvä tietää!

Sinun yhteystietosi Karjalan lennostossa

### Osoite:

Oma nimesi  
Suojauskomppania  
Karjalan lennosto  
PL5  
70901 Toivala

### Puhelinnumerot:

Puhelin, johon omaisesi voivat sinulle soittaa, mikäli on **pakottava** tarve saada kiinni kesken päivän, on 0299 800. Numero on vaihteen numero, josta pyydetään yhdistämään Karjalan lennoston Suojauskomppanian päivystäjälle.

## Aikataulut

Julkiset kulkuyhteydet toimivat melko heikosti Suojauskomppani-  
aan. Rissalaan saapuvien linja-autojen aikataulut löytyvät osoit-  
teesta [www.matkahuolto.fi](http://www.matkahuolto.fi) Kuopioon saapuvien junien aikataulut  
ovat osoitteesta [www.vr.fi](http://www.vr.fi).

Aikatauluja voit tiedustella myös Suojauskomppanian toimistosih-  
teeriltä puh. 0299 235 001.

## Mitä kannattaa ottaa mukaan?

Tullessasi palvelukseen mukana pitää olla:

- palvelukseenastumismääräys, joka toimii matkalippuna (ei kuitenkaan kuntien paikallisliikenteessä)
- henkilöllisyystodistus, esim. ajokortti tai passi
- rokotuskortti
- Kela-kortti
- tilinumero, jotta saat päivärahat suoraan tilillesi (IBAN)
- hammasharja
- henkilökohtaiset lääkkeet ja niiden reseptit sekä palveluskelpoisuutesi vaikuttavat lääkärinlausunnot

Lisäksi mukaan kannatta ottaa:

- muistiinpanovälineet
- shampoo/suihkusaippua
- kynsisakset
- laastareita ja päänsärkylääkkeitä
- siviililaatikkoon mahtuvia henkilökohtaisia tavaroita, (laatikko ei ole kovin suuri!!)
- taskurahaa pariksi viikoksi
- omia alusvaatteita ja sukkia, talvella kannattaa ottaa jotain läm-  
mintä. Omat vaatteet eivät kuitenkaan saa näkyä!
- kassi siviilivaatteita varten

**KUN OTAT OMIA, HENKILÖKOHTAISIA TAVAROITASI  
MUKAAN PALVELUKSEEN, MUISTA PITÄÄ NIISTÄ HUOLTA.  
OLET NIISTÄ ITSE VASTUUSSA!!**

# Varusmiestoimikunta

Tervetuloa suorittamaan varusmiespalvelusta Karjalan lennostoon!

Varusmiespalveluksen alkaminen jännittää varmasti monia. Siviilielämä jää hetkeksi taka-alalle, tutut toimintamallit vaihtuvat uusiin sekä kaikki on uutta ja tuntematonta. Ympärillä on paljon tuntemattomia ihmisiä, paljon aikamääreitä sekä paljon asioita mitä pitäisi oppia ja muistaa. Olet varmasti kuullut erilaisia tarinoita siitä, millainen paikka armeija on, mutta hyvä muistaa, että suurin osa tarinoista on liioiteltuja tai kokonaan keksittyjä.

Alussa asiat voivat tuntua epäselviltä jopa hieman oudoilta mutta muutamassa päivässä pääset jo rytmiin sekä arjen perusasioihin kiinni. Ensimmäiset viikot voivat olla raskaita ja uuvuttavia uusien toimintamallien sekä tapojen vuoksi mutta vapaa-ajan lisääntyessä sekä asioihin tottuessa alkaa helpottaa. On myös hyvä muistaa pitää yhteyttä siviilielämän puolelle sekä keskustella uusien kavereiden kanssa siitä, miltä arki on tuntunut ja miten palvelus muutti kunkin elämää.

Palveluksessa kaverisuhteiden merkitys korostuu. Alussa lähes kaikki ovat tuntemattomia toisilleen, mutta mene rohkeasti tutustumaan tupakavereihin, sillä niiden avulla palveluksen alku on huomattavasti helpompaa. Alussa kaikki ovat samalla viivalla ja on helppo tukeutua uusiin kavereihin vaikeissakin asioissa. Kavereiden tuella on suuri merkitys palveluksessa myös myöhemmin, sillä hyvä ryhmähenki auttaa jaksamaan myös raskaammatkin harjoitukset ja vastoinkäymiset. Palvelukseen astuessa hyvä asenne ja oma avoimuus palvelevat pitkälle sekä usein tarttuu myös palveluskavereihin, joka näkyy ryhmähengessä. Pyri siis suhtautumaan palvelukseen positiivisesti heti alusta alkaen, sillä negatiivinen asenne tarttuu helposti muihin.

Palvelukseen astuessa herää varmasti paljon kysymyksiä erilaisista asioista. Kysymykset kannattaa esittää rohkeasti varusmiesjohtajille, sillä he ovat olleet vastikään samassa tilanteessa ja vastaavat mielellään kysymyksiin. Esitä siis näitä kysymyksiä, sillä yksin asioiden pohtiminen ja hiljaa oleminen ei yleensä anna vastauksia. Varusmiestoimikunnan jäsenten tehtävä on auttaa ja tukea palvelusta, joten meidän puoleen voi myös kääntyä, sillä olemme palveluksessa aivan niin kuin sinäkin. Kysy siis rohkeasti asiasta kuin asiasta, me olemme täällä teitä varten.

## **Varusmiestoimikunta**

Varusmiestoimikunta eli yleisimmin VMTK on varusmiesten hyvinvointiin ja palveluksen viihtyvyyteen keskittynyt virallinen toimikunta. Varusmiestoimikunta löytyy jokaisesta joukko-osastosta, myös Karjalan lennostosta. Varusmiestoimikunnan tärkein tehtävä on parantaa palvelusolosuhteita ja innostaa varusmiehiä liikkumaan. Lisäksi VMTK tekee erilaisia hankintoja mm. liikuntavälineisiin liittyen sekä järjestää tapahtumia vapaa-ajalle. VMTK järjestää myös paljon vapaa-ajan liikuntaa, tutummin VLK-kerhoja joissa on tarkoituksen irtaantua hetkeksi arjesta, pitää hauskaa sekä tutustua uusiin palveluskavereihin.

Varusmiestoimikunnalle saa ja pitää antaa hankinta sekä tapahtuma ehdotuksia, sillä sen avulla voimme parantaa viihtyvyyttä palveluksessa. Varusmiestoimikunta toimii täysin varusmiesten hyväksi, joten kaikki ehdotukset ja ideat ovat tervetulleita. Varusmiestoimikunnalla on myös sosiaalisen median kanavia, minne päivitetään armeijan rennommasta puolesta sekä tiedotetaan erilaisista tapahtumista. Karjalan Lennoston VMTK tili löytyy instagramista nimellä @karlsto\_vmtk, suosittelen laittamaan tilin seurantaan.

Tule palvelukseen hyvällä asenteella sekä ole avoin uusille kokemuksille ja toimintatavoille. Kannattaa tutustua erilaisiin palvelustehtäviin etukäteen, niistä löydät tietoa puolustusvoimien sivuilta. Varusmiespalvelus on kokemus josta kaikki kannattaa ottaa irti, sillä muualta et tämmöistä kokemusta saa.

*VMTK:n Puheenjohtaja Alikersantti Ihalainen*

Toivon että jokainen tulee palvelukseen hyvällä asenteella ja innokkuudella. Ole avoin uusille kokemuksille ja toimintatavoille, sekä suosittelen tutustumaan palvelustehtäviin jo etukäteen. Puolustusvoimien sivuilta saa lisätietoa erityistehtävistä, joihin kannattaa ehdottomasti myös tutustua. Varusmiespalvelus on todellakin erilainen kokemus, jota ei tahdo muualta saada, joten suosittelen ottamaan siitä kaiken irti ja vetämään hyvällä sykkeellä loppuun asti.

Karjalan lennoston Varusmiestoimikunta toivottaa kaikille erittäin mieluista sekä kokemusrikasta palvelusta!

*VMTK:n puheenjohtaja alikersantti Vuorisalo*