



# Karjalan lennosto

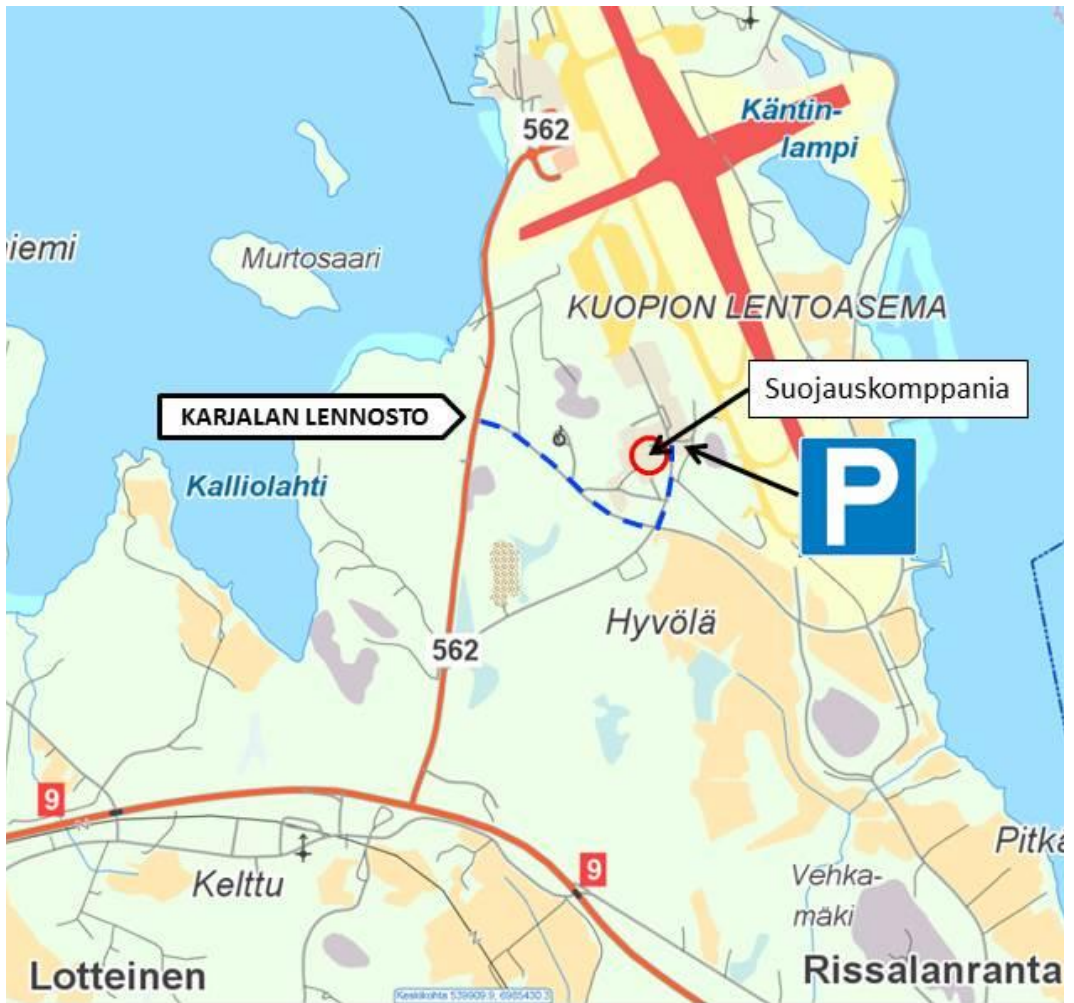


## Alokasopas 1/24



**Puolustusvoimat**

Försvarsmakten • The Finnish Defence Forces



## Saapuminen Karjalan lennoston

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 hyvä nuori, sinua odottaa tärkeä rooli Karjalan lennostossa ja Suomen ilmapuolustuksessa.

Ilmavoimien taistelukyky perustuu osaavaan henkilöstöön ja reserviin, jotka muodostavat suorituskykyisiä joukkoja. Yhdenkään hävittäjän suorituskykyä ei saada tehokkaasti käyttöön ilman laadukkaita tukikohtajoukkoja, eikä tilannekuvaa ja taistelunjohtamista tehdä ilman toimivaa tulenkäytön johtamisketjua. Varusmiespalveluksessa annettavalla koulutuksella luodaan perusta Ilmavoimien joukkojen osaamiselle. Vain osaava, motivoitunut ja yhteen hiileen puhaltava joukko voi tehokkaasti toimia nykyaikaisen taistelukentän olosuhteissa. Tämä pätee niin Ilmavoimien tukikohdassa kuin muualla. Olet astumassa varusmiespalvelukseen, jonka aikana sinusta tehdään suomalainen sotilas, osa toimivaa ja yhteen hitsautunutta joukkoa. Sinulla on tehtävä tämän joukon ytimessä, joukossa, joka osaa toimia kaikissa tilanteissa osana Suomen ilmapuolustusta.

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. Niistä tulee pitää huolta koko palveluksen ajan ja sen jälkeenkin.

Olemme ottaneet käyttöön monipuolisia virtuaalikoulutusympäristöjä ja simulaatioita tukemaan kentällä tapahtuvaa koulutusta. Kehitämme toimintaamme johdonmukaisesti saamamme palautteen perusteella, ja uskon että tulet yllättymään positiivisesti jatkuvasti kehittyvästä koulutuksen sisällöstä. Kaukana ovat ajat, jolloin koulutus oli pelkkää marssimista, sulkeisia ja pinkan sekä 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.

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 suosittelem voimaharjoittelua sekä aerobista liikuntaa, kuten juoksua, hökkää, 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 heikompaa. Jos sinulla on huolia ja murheita, niin käänny rohkeasti esimiesten tai sosiaalikuraattorin 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, ammatitilpeys ja perintö. Luotan siihen, että sitoudut niihin, niin kuin koko henkilökuntanikin.

Tervetuloa Karjalan lennostoon ja tsemppiä tulevaan palvelukseen.

Karjalan lennoston komentaja  
Eversti Johan Anttila



## Suojauskomppanian päällikön tervehdys

Tervetuloa suorittamaan varusmiespalvelusta Karjalan lennostoon, 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 lomiamia 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 sekä aluetoimiston kanssa ennen palveluksen aloittamista.



## Palvelus Karjalan lennoston Suojauskompaniassa

**Teidät alokkaat tullaan majoittamaan uuteen moderniin kasarmiin.** Ensimmäisen kuuden viikon aikana tulette suorittamaan kaikille varusmiehille yhteisen alokasjakson, jonka aikana teille koulutetaan perusteet yksittäiseltä taistelijalta vaadittavista tiedoista ja taidoista. Alokasjakson jälkeen seuraa koulutushaarajakso, jonka aikana taistelijan taitoja syvennetään ja osaamista laajennetaan partion- sekä ryhmän taistelun viitekehyksessä. Koulutushaarajakson päätteeksi teistä soveltuvimmat tullaan valitsemaan johtajakoulutukseen ja komentamaan aliupseerikursseille.

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 taakkaamaan sen, että koulutus on asiallista ja tarkoituksenmukaista.



Koulutus tulee pitämään sisällään muun muassa yleistä sotilas-koulutusta, 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 tuntumaan melko pitkiä, koska sinulle tullaan opettamaan paljon uusia asioita. Vapaa-aika sijoittuu pääasiassa iltoihin, jolloin voit rentoutua kasarmilla ollessasi esimerkiksi urheillen tai sotilaskodissa. Liikunnan osalta kannustan teitä kaikkia osallistumaan aktiivisesti varusmiesten liikuntakerhon tapahtumiin. Aktiiviset liikkujat palkitaan kuntoisuuslomalla.

Heti alusta alkaen muista pitää yhteyttä kotijoukkoihisi. Kerro heille palveluksestasi, lomistasi ja kiinnioloistasi, jotta hekin osaavat tukea sinua palveluksessasi. Palveluksen ensimmäisen viikon sunnuntaina sinun on mahdollista kutsua läheisiä ihmisiä vierailemaan varuskuntaan.

Jos kuitenkin palveluksesi jossakin vaiheessa sinulle tulee ongelmia siviiliasioiden suhteen, niin käänny rohkeasti henkilökunnan puoleen, jotta voimme tarvittaessa auttaa sinua. Komppanian 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 Teemu Teppola  
Suojauskomppanian päällikkö



## Sotilaspastorin tervehdys

Lämpimästi tervetuloa Karjalan lennoston 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 ilo- kuin suruviestejäkin, ja kaiken päälle armeija haastaa ajattelemaan aseeseen tarttumista, vastuuta ja vapautta. Palvelusaikana monessa asiassa asenteesi ratkaisee sen, kuinka hyvin pärjää 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



## 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.

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 vaatetuksen. Tarvittaessa voit kuitenkin saada perustoimeentulotukea muihin perusmenoihin (esim. kotivakuutusmaksuun). Toimeentulotukea haetaan Kelalta.

## **Opintolainojen korkoavustus**

Kela voi korvata asevelvolliselle opintolainojen korot sotilasavustuksena, jos ne erääntyvät maksettaviksi palvelusaikana tai palveluksen päättymiskuukauden aikana. Kela edellyttää, että et ole saanut opintotukea sen tai edeltävän lukukauden aikana, jolloin korko erääntyy maksettavaksi. Jos olet saanut opintotukea, lisääntään korko lainapäömaan.

## **Pankkilainat ja maksusopimukset**

Pankkilainojen ja kulutusluottojen lyhennyksiä ja korkoja ei makseta valtion varoista varusmiespalveluksen aikana, joten niiden hakemista on syytä välttää. Sovi pankkisi tai velkojasi kanssa lainajärjestelyistä 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 palveluaikanaasi 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 sellaista 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 lähentelyinä.

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

Epäasiallisesta käyttäytymisestä voit keskustella esimerkiksi päällikön, sosiaalikirjuriin, 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 määritelly palveluskelpoisuusluokkasi tarkistetaan. Tulotarkastuksessa näön ja kuulon tarkastuksen lisäksi saat myös rokotteet. 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.

## **Kiireelliset sairastapaukset, ja hätätapaukset**

Kiireellisissä sairastapauksissa voit ilmoittautua terveysasemalle milloin tahansa.

## **Sairastuminen lomalla**

Jos sairastut lomilla ollessasi niin pahasti, ettet kykene palaamaan varuskuntaan, soita virka-aikana varuskunnan terveysasemalle 0299 576 446, josta saat ohjeet hoitoon hakeutumiseen ja lomilta palaamisen suhteen. Virka-ajan ulkopuolella soita 0299 576 888. Voit hakeutua hoitoon lähimmän varuskunnan terveysasemalle tai lähimpään terveystakeskukseen. 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 sairauslomia, 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**

Sairaustapauksissa varusmiehille myönnetään palvelushelpotuksia, joilla pyritään edistämään parantumista sekä estää sairauden pahenemista. Palvelushelpotuksia määräävät ainoastaan Puolustusvoimien 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 leposastolle hoitoon esim. kuumeisen hengitystieinfektion tai maha-taudin vuoksi. Vakavien infektioiden (esim. keuhkokuume) vuoksi voidaan määrätä kotihoitoon.

Alokasjakson jälkeen on käytössä myös palvelusjousto. Lievän toimintakykyä haittaavan vaivan vuoksi voit sopia kouluttajan kanssa mitä kykenet tekemään ja mitä suoritat kevyemmin. Palvelusjousto voi saada enintään 3 päivää peräkkäin.

## **Palvelukseen tulo**

Sinun on saavuttava palvelukseenastumismääräyksessäsi mainittuna päivänä **(8.1.2024)** Karjalan lennoston **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**

## **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 lomat**

## **Viikkolepo normaaliolissa (VL)**

Viikkolepopäivät suunnitellaan pääsääntöisesti viikonlopuille, mutta niitä voidaan suunnitella myös arkipäiville.

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

## **Henkilökohtainen loma (HL)**

Henkilökohtaisia lomia on käytössä varusmiehillä palvelusajasta riippuen eri määrä. Henkilökohtaisia lomia tulee olemaan yksi kuu-kaudessa. 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 suoritukselta. 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 isyysvapaata 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 1,50€/vrk) 1.1.2023 alkaen

1-165 vrk	5,40 €/vrk
81-255 vrk	9,00 €/vrk
271-347 vrk	12,50 €/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 OMIÄ, HENKILÖKOHTAISIA TAVAROITASI  
MUKAAN PALVELUKSEEN, MUISTA PITÄÄ NIISTÄ HUOLTA.  
OLET NIISTÄ ITSE VASTUUSSA!!**

# Varusmiestoimikunta (VMTK)

Tervetuloa suorittamaan varusmiespalvelusta Karjalan lennostoon!

Varusmiespalveluksen aloitus on varmasti monelle kova paikka. Varusmiespalvelusta on kuitenkin turha pelätä, sillä palveluksesta tulee varmasti monelle ikimuistoinen kokemus. Ympäristö on uusi, mutta se tulee nopeasti tutuksi, kuten tulee uudet tupakaveritkin. Monista tupalaisista voi tulla hyviä ystäviä, jopa loppuelämäksi. Armeija tarjoaa ainutlaatuisia kokemuksia, joita et siviilimaailmassa ikinä saisi ja nämä kokemukset jäävät mieleen jopa ikuisiksi ajoiksi. Ensimmäiset viikot ja päivät voivat uuvuttaa, mutta sotilaan arkeen kyllä tottuu nopeasti. Tiukoissa aikatauluissa pysyminen voi välillä tuntua ärsyttävältä ja jopa mahdottomilta, mutta ne ovat täällä hyvästä syystä ja niihinkin tottuu. Palveluksessa tärkeimpiä asioita ovat asenne ja avoimuus. Uusia asioita armeijassa tulee vastaan valtava määrä, mutta ne on kohdattava avoimin mielin, näin teet myös omasta palveluksesta mieleisempää.

Karjalan lennostossa on paljon hyviä puolia, kuten mahtavat kouluttajat ja hyvä yhteishenki. Jokaista taistelijaa kohdellaan samalla tavalla, eikä ketään jätetä ulkopuolelle. Karjalan lennosto on varusmiehiin nähden pieni varuskunta, joten kaikki taistelijat tulevat varmasti tutuksi. Vähäisen varusmies määrään merkitys korostuu palvelukseen astuessa, kun tupakaverit saattavat olla ihan lähialueelta ja esimerkiksi ihan lapsuuden ystäviä. Karjalan lennostossa valtaosa uusista varusmiehistä ovat lähialueelta, mutta kauempaa tulleet ovat tottakai tervetulleita.



Varusmiestoimikunta eli yleisemmin VMTK on varusmiesten hyvinvointiin ja palveluksen viihtyvyyteen keskittynyt lakisääteinen toimikunta. Varusmiestoimikunta löytyy jokaisesta joukko-osastosta, myös Karjalan lennostosta vaikka Rissalan varuskunta ei mikään isoin olekkaan varusmiehiin nähden. VMTK toimii yhteistyössä paljon sotilaskodin kanssa. Yhteiset tapahtumat ja sponsorointi yleensä tulee sotilaskodin kautta, joka on todella hieno ja arvostettavaa vapaaehtoistoimintaa. Karjalan lennostossa pidetään huolta varusmiesten kunnosta, joten uusia liikuntavälineitä ja mahdollisuuksia liikkumiseen parannetaan teidän esittämien toiveiden mukaan. VMTK järjestää paljon yhteisiä tapahtumia VLK kanssa kuten futisturnauksia ja liikuntapäiviä, jotka ovat hyviä mahdollisuuksia tutustua palvelustovereihin, pitää hauskaa sekä ryhmäytyä tuvan, joukkueen sekä komppanian kanssa. VLK mahdollistaa teille palveluksen aikana tutustumisen monipuolisesti eri lajeihin, myöskin varuskunnan ulkopuolelle. VMTK:n ja VLK:n tapahtumissa tärkeintä on pitää hauskaa ja tutustua uusiin palveluskavereihin. 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 todella hieno ja ainutlaatuinen kokemus, josta kannattaa ottaa kaikki ilo irti.

VMTK:n Puheenjohtaja