



# Rannikkoprikaati

## Opas saapumiserän 2/2020 varusmiehelle

### HUOM!

Jos et kykene aloittamaan palvelusta terveydellisistä syistä, ole yhteydessä omaan aluetoimistoosi.

Katso palveluksenaloittamismääräyksestä, missä sinun on aloitettava palvelus!

- ↓ Rannikkoprikaati (RPR): Upinniemi, Kirkkonummi
- ↓ Rannikkolaivasto (RLAIV): Pansio, Turku

Muista vastata ennen palvelusta sähköiseen ennakkokyselyyn. Ohjeet löydät tämän oppaan liitteestä.







# Tervetuloa Rannikkoprikaatiin!



Rannikkoprikaati on rannikoltaisteluihin erikoistunut merivoimien valmiusjoukko-osasto. Rannikkoprikaati vastaa ympärivuorokautisesti alueellisen koskemattomuuden valvonnasta ja meritilannekuvan muodostamisesta Suomenlahdella sekä ylläpitää toimintaympäristöön suhteutettua valmiutta tehtäviensä toteuttamiseksi. Rannikkoprikaati kouluttaa suorituskykyisiä joukkoja meripuolustuksen normaali- ja poikkeusolojen tarpeisiin.

Toimimme tiiviissä yhteistyössä muiden joukko-osastojen ja viranomaisten kanssa. Tiivistämme edelliset tehtävät sanoiksi: Valvonta, valmius ja vaativa koulutus.

Maanantaina 6.7.2020 olet yksi noin tuhannesta uudesta Rannikkoprikaatin alokkaasta, joista suurin osa aloittaa palveluksen Kirkkonummen Upinniemessä ja osa Turun Pansiossa.

Tämän esitteen tarkoituksena on antaa sinulle perustiedot varusmiespalveluksen käytännön järjestelyistä ja koulutusvaihtoehdoista sekä Rannikkoprikaatin tehtävistä.

Alokasjakson (6 vko) jälkeen koulutushaarasi määrätään Rannikkoprikaatin joukkotuotantotehtävien ja valmiusvelvoitteiden sekä alokasjaksolla palveluksessa menestymisen ja henkilökohtaisen soveltuvuuden perusteella. Aliupseerikouluun ja sitä kautta reserviupseerikoulutukseen määrätään alokasjakson jälkeen toteutettavalta koulutushaarajaksolta (6 vko). Merivoimissa erilaisia palvelustehtäviä on varsin paljon. Lisätietoja koulutuksesta löydät tästä esitteestä ja merivoimat.fi-verkkosivuilta.

Palveluksen aloittaminen voi olla iso muutos nuoren aikuisen elämässä ja ensimmäisten viikkojen aikana varuskunnan rutiinit saattavat tuntua hieman vierailta. Haluan tuoda esille, että "talon tavat" tulevat kuitenkin nopeasti tutuksi kaikille.

Jokaisen varusmiehen fyysinen kunto ja henkinen vahvuus kehittyvät lähes poikkeuksetta palveluksen aikana. Suosittelen kuitenkin, että liikut säännöllisesti myös ennen palveluksen aloittamista. Sopeutumistasi helpottavat sosiaalinen ja reipas suhtautuminen tulevaan.

Turvallisuus, terveys ja hyvinvointi ovat etusijalla toiminnassamme tilanteesta riippumatta ja huolehdimme varusmiehistä niin normaalioloissa kuin koronavirusepidemian aikana.

Toivotan sinut tervetulleeksi Merivoimiin ja erityisesti Rannikkoprikaatiin.

Palvelukseen mars!

Kommodori Janne Huusko  
Rannikkoprikaatin komentaja



## Sisällys

Merivoimien esittely	4
Mitä varusmiespalvelus tuo tullessaan	5
Mitä mukaan	7
Kulkuyhteydet	8
Varusmiehen päivä	9
Varusmiehen tuki	10
Sotilaskoti	11
Liikunta ja varusmies	12
Sotilasvala ja -vakuutus	13
Rannikkoprikaati Facebookissa	14
Merivoimien arvomerkit	15
Huomioitavia asioita varusmiespalvelukseen	16



# Merivoimat

Merivoimien tehtävänä on Suomen merialueen valvonta, meriyhteyksien turvaaminen, rannikon ja saariston puolustaminen sekä mereltä tulevien hyökkäysten torjunta. Merivoimien tämän hetken hyvä suorituskyky ylläpidetään ja toimintakykyä kehitetään monipuolisesti sekä rannikko että laivastojoukkojen osalta.

## Merivoimien organisaatio

Merivoimat muodostuu esikunnasta ja neljästä joukko-osastosta: Rannikkoprikaati, Rannikkolaivasto, Merisotakoulu ja Uudenmaan prikaati.

## Rannikkoprikaati

Rannikkoprikaati on rannikkotaisteluihin erikoistunut valmiusjoukko-osasto, joka vastaa merivoimien suomenkielisestä rannikkojoukkokoulutuksesta, laivastojoukkojen alokaskoulutuksesta ja erikoisjoukkokoulutuksesta.

## Rannikkolaivasto

Rannikkolaivasto vastaa alueellisen koskemattomuuden turvaamisesta ja valvonnasta kaikilla merialueillamme.

## Uudenmaan prikaati

Uudenmaan prikaati vastaa merivoimien ruotsinkielisten rannikkojoukkojen kouluttamisesta.

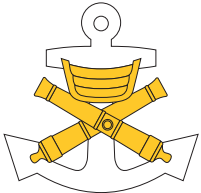


Lisää tietoa Merivoimista:

[www.merivoimat.fi/etusivu](http://www.merivoimat.fi/etusivu)

[www.merivoimat.fi/rannikkoprikaati](http://www.merivoimat.fi/rannikkoprikaati)

[www.merivoimat.fi/rannikkolaivasto](http://www.merivoimat.fi/rannikkolaivasto)



## Rannikkoprikaati

### Porkkalan rannikopataljoona

Huoltokoulutus, sotilaskuljettajat, veneenkuljettajat ja sotilaspoliisit

### Suomenlinnan rannikorykmentti

Merivalvonta, rannikopatteri, viesti ja aliupseerikoulutus

### Meritiedustelupataljoona

Meritiedustelu- ja sukeltajakoulutus

**Kaikki Merivoimien suomenkieliset alokkaat peruskoulutetaan Rannikkoprikaatissa Upinniemiessä.**



## Rannikkolaivasto

Rannikkolaivasto sijaitsee Turun Pansiossa. Osa laivaston aluksista on Upinniemiessä.

### 4.Miinantorjuntalaivue

Laivastojoukkokoulutus, miinantorjunta-alukset

### 6.Pintatorjuntalaivue

Laivastojoukkokoulutus, miinalaiva, -lautat ja Rauma-luokan ohjus-veneet

### 7.Pintatorjuntalaivue

Laivastojoukkokoulutus, miinalaiva, -lautat ja Hamina-luokan ohjus-veneet

### 8.Huoltolaivue

Laivastojoukkokoulutus, öljyntorjunta-alukset, kuljetus- ja apualukset



## Merisotakoulu

Merisotakoulu sijaitsee Suomenlinnassa Helsingissä. Varusmiehiä kouluttava joukkoyksikkö on reserviupseeriosasto. Merivoimien varusmiehistä noin 3 % valitaan reserviupseerikurssille. Pääosa Merivoimien reserviupseerikoulutukseen valittavista oppilaista siirtyy Merisotakouluun Suomenlinnaan ja osa menee Reserviupseerikouluun Haminaan.





# Mitä varusmiespalvelus tuo tullessaan?

## VARUSMIESPALVELUS

Varusmiespalvelus alkaa peruskoulutuskaudella. Peruskoulutuskauden pituus on 12 viikkoa, joka muodostuu alokasjaksosta (6vko) ja koulutushaarajaksosta (6vko).

Alokasjakson loppuvaiheessa tehdään valinta jatkokoulutukseen. Jatkokoulutuspaikat määrätään Rannikkoprikaatin ja Rannikkolaivaston joukkotuotantotehtävien ja valmiuden ylläpitovelvoitteiden, sekä henkilökohtaisen soveltuvuuden perusteella. Tehtävät joihin varusmiehiä valitaan tarkentuvat joukkotuotannon tarpeiden mukaan. Koulutushaarajakson lopuksi määrätään tehtävän ja siihen annettavan koulutuksen mukaan palvelusaika 347, 255 tai 165 vuorokauden pituiseksi. Suurin osa varusmiehistä määrätään 347 tai 255 vuorokauden palvelustehtävään.

Rannikkojoukkokoulutukseen valitaan Merivoimissa noin 80 % varusmiehistä ja laivastojoukkokoulutukseen Rannikkolaivastoon noin 20 %.

## JOHTAJAKOULUTUS

Johtajakoulutukseen valitaan saapumiserästä noin 35 % varusmiehistä. Peruskoulutuskaudella (alokasjaksolla ja koulutushaarajaksolla) parhaiten menestyneet ja soveltuvuustesteissä kyvykkyytensä osoittaneet varusmiehet jatkavat koulutustaan joko rannikko- tai laivastojoukkojen aliupseerikursilla.

Aliupseerikurssi (AUK) jakaantuu kahteen vaiheeseen. AUK I:n aikana opetetaan ryhmänjohtajan perustiedot ja -taidot. AUK I:n päätyttyä parhaiten menestyneet ja soveltuvuustesteissä kyvykkyytensä osoittaneet varusmiehet komennetaan reserviupseerikursille. Loput jatkavat AUK II-kursille saamaan oman alansa koulutusta. Reserviupseerikoulutusta järjestetään Merisotakoulussa Suomenlinnassa ja Reserviupseerikoulussa Haminassa.

AUK:n ja RUK:n jälkeen varusmiesjohtajat kouluttavat ja johtavat seuraavan saapumiserän varusmiehiä. Varusmiesjohtajan palvelusaika on 347 vuorokautta.

## LAIVASTOJOUKKOJEN PALVELUSTEHTÄVIÄ

### Johtaja 347 vrk:

- Laivastoupseeri ja -aliupseeri
- Laivaradioaliupseeri
- Sotilasveneenkuljettaja-aliupseeri
- Sukeltaja-aliupseeri (pääsykokeiden kautta)

### Miehistö 255 vrk:

- Konemies
- Laivakokki
- Kansimies

## RANNIKKOJOUKKOJEN PALVELUSTEHTÄVIÄ

### Johtaja 347 vrk:

- Aseseppäaliupseeri
- Huoltoaliupseeri ja -upseeri
- Lääkintäaliupseeri
- Pioneerialiupseeri
- Merivalvonta/tulenjohtoaliupseeri ja -upseeri
- Kuljetusaliupseeri
- Rannikkoviestialiupseeri ja -upseeri
- Rannikkotutka-aliupseeri ja -upseeri
- Sotilaspoliisialiupseeri ja -upseeri
- Tiedustelualiupseeri ja -upseeri
- Tuliasema-aliupseeri
- Merivartioaliupseeri

### Miehistö 347 vrk:

- Sotilaskuljettaja C ja E

### Miehistö 255 vrk:

- Graafikko
- Lääkintämies
- Merivalvoja (merivalvonta/ vedenalainen valvonta)
- Sotilaspoliisi
- Työkoneenkuljettaja

### Miehistö 165 vrk:

- Huoltopalvelumies
- Merivalvonta/tulenjohtomies
- Merivartiomies
- Pioneeri
- Rannikkotutkamies
- Rannikkoviestimies
- Kiväärimies
- Keittäjä
- Tiedustelija





### Rannikkojoukot

Rannikkojoukkojen koulutus alkaa alokasjakson jälkeen Suomenlinnan rannikkorykmentissä, Meritiedustelupataljoonassa ja Porkkalan rannikkopataljoonassa Upinniemessä. Rannikkojoukkojen miehistötason tehtävät jakautuvat 165, 255 ja 347 päivän (kuljettaja C ja E sekä ammattipätevyyskoulutus) palvelusaikoihin.

### Laivastojoukot

Laivastojoukkojen koulutus jatkuu alokasjakson jälkeen koulutushaarajaksolla Rannikkolaivastossa Turussa, jonka jälkeen laivapalvelus jatkuu joko Turussa tai Upinniemessä. Laivastojoukkojen miehistötason tehtävien palvelusaika on 255 päivää.

### Sukeltajakoulu

Osana Meritiedustelupataljoonaa toimii Sukeltajakoulu, jossa varusmiehistä koulutetaan vuorovuosin taistelu- ja raivaajasukeltajia.

Uudet sukeltajat valitaan ennen palveluksen alkua erillisillä pääsykokeilla ja koulutus alkaa vain kerran vuodessa, tammikuussa. Sukeltajien koulutus kestää aina 347 päivää.

Kyseessä on yksi Puolustusvoimien halutuimmista, arvostetuimmista ja tietysti vaativimmista varusmieskoulutuksista.

### Sukeltajaksi?

Vaikka sinut olisi jo määrätty palvelustehtävään voit silti hakea halutessasi 31.7.2020 mennessä sukeltajakoulutukseen. Prikaati järjestää valintakokeet viikolla 35. Lisätietoja koulutuksesta saat [varusmies.fi/erikoisjoukot](http://varusmies.fi/erikoisjoukot) ja sukeltajakoululta p. 0299325502

## OLETKO JO ALAN AMMATTILAINEN?

Varusmiespalveluksessa voit hyödyntää ammatillisen koulutuksesi, esimerkiksi:

- matruusi, perämies, merikapteeni tai vastaava
- laivasähkö- tai laivakonealan koulutus
- C-ajokortti (kokemusta esim. jakeluauton kuljettamisesta)
- kokki tai laivakokki
- graafinen ala (valokuvaus, viestintä)

Ilmoita kiinnostuksesta tehtävään netissä täytettävässä ennakkokyselyssä.

## ERITYISTEHTÄVÄT PUOLUSTUSVOIMISSA

Puolustusvoimissa on myös erityistehtäviä, mm. lakimiesopinnot jo aloittaneille, kirkolliseen koulutukseen pyrkiville tai vaikkapa Combat Camera -kuvaajille.

**Katso lisätietoja ja hakuohjeet:**  
[varusmies.fi/erityistehtavat](http://varusmies.fi/erityistehtavat)  
[varusmies.fi/erikoisjoukot](http://varusmies.fi/erikoisjoukot)





Kerro läheisillesi, kun olet päässyt perille palvelukseen. Huomauta myös läheisille, että puhelimesi tulee olemaan pääsääntöisesti kiinni palvelusaikana (kello 06-18).

## Mitä mukaan?

Ensimmäinen päivä on pitkä ja tositoimet alkavat jo seuraavana aamuna. Jotta lähtö olisi helpompaa ja olo mukavaa, suosittelemme ottamaan mukaan seuraavan listan mukaiset tavarat ja asiat:

### Pakolliset

- palveluksen aloittamismääräys (toimii samalla matkalippunasi, ei kuitenkaan kunnallisissa kulkuneuvoissa)
- ajokortti tai vastaava kuvallinen henkilöllisyystodistus (ja Kela-kortti)
- mahdolliset lääkkeet ja niiden reseptit
- rokotustodistus (säästyt ylimääräisiltä piikeiltä)
- tarvittaessa myös aikaisemmat sairauskertomuksesi/röntgenkuvasi
- suomalaisen pankkitilin numero (IBAN) päivärahojen maksamista varten
- tämä alokastiedote
- tervettä järkeä ja positiivista asennetta

### Tarpeelliset

- parranajovälineet
- hammastahna
- kynsisakset
- peseytymisvälineet
- deodorantti
- pankkikortti tai käteistä rahaa noin kolmen viikon tarpeeseen sotilaskodissa asiointia varten
- rannekello
- lenkkiosut, jos haluat käyttää liikuntakoulutuksessa omia lenkkareita, muitakin omia urheiluvarusteita voi tuoda, esim. uimalasit, jalkapallo- tai sisäpelikengät, urheiluvaatteita jne.
- vapaa-ajan tarvikkeita, joita voit säilyttää pienessä tilassa
- laastaria ja nenäliinoja
- kassi siviilivaatteille
- kännykkä ja laturi on hyvä muistaa. Niiden käyttämisestä palvelusaikana annetaan ohjeet.

### Älä ota mukaan

- muita kuin välttämättömiä lääkkeitä
- alkoholia tai muita päihteitä

Palvelukseen saapuessasi ota mukaasi mahdollisimman vähän tavaraa ja tuo myöhemmin lisää. Kaappi on pieni ja lomille pääset noin kolmen viikon kuluttua. Palvelukseen saapuvien naisten kannattaa ottaa mukaansa omia alusvaatteita ja henkilökohtaisia hygieniavälineitä.





#### Huom!

Katso palvelusenoittamismääräyksestä missä sinun on aloitettava palvelus.

- Rannikkoprikaati (RPR): Upinniemi, Kirkkonummi
- Rannikkolaivasto (RLAIV): Pansio, Turku

# Kulkuyhteydet palveluspaikkakunnalle

#### Postiosoitteesi Upinniemessä

Rannikkoprikaati  
Alokas Etunimi Sukunimi  
Oma komppania/vastaava  
PL 5  
02471 Upinniemi

#### Postiosoitteesi Pansiossa

Rannikkolaivasto  
Alokas Etunimi Sukunimi  
Oma komppania/vastaava  
PL 5  
20241 Turku

#### Upinniemi

Suosittellemme julkisten kulkuneuvojen käyttöä, kun saavut palvelukseen Upinniemeen. Paikoitustiloja pyritään järjestämään omaa autoa käyttäville myöhemmin.

#### Julkisia kulkuneuvoja käyttäen:

Länsimetrolla Matinkylän metroasemalle, Upinniemeen liikennöi bussi numero 173, joka lähtee Matinkylän metroaseman linja-autoterminaalilaiturilta 10. Bussimatka Upinniemeen kestää noin tunnin.

Paikallisjunilla Y, X, U ja L pääsee Kirkkonummelle. Kaukoliikenteen junilla matkustavien on vaihdettava paikallisjunaan esimerkiksi Leppävaarassa tai Pasilassa.

Kirkkonummen matkakeskuksesta Upinniemeen liikennöi bussi numero 173 tunnin välein, matka kestää puoli tuntia.

#### Omallalla autolla:

Helsingistä suunnataan kohti länttä Länsiväylää pitkin noin 40 kilometriä. Kirkkonummen liittymästä käännetään Upinniementielle. Matkaa Kirkkonummelta varuskunnan portille on noin 10 km. Sotilaspoliisit ohjaavat portilta eteenpäin.

#### Pansio

Varuskuntaan pääsee paikallisbussilla numero 32.

Linja 32 lähtee Turun keskustasta Aurakadulta T3 pysäkiltä (Fölin paikallistoimiston vierestä) ja ajaa rautatieaseman kautta Pansioon.

Tarkemmat aikataulut löydät: [www.foi.fi](http://www.foi.fi)



QR-koodilla pääset HSL:n reittioppaaseen, josta näet kätevästi bussiyhteydet





## Varusmiehen päivä

**Kello lyö kuusi. "Kompaniassa herätys! Aikaa olla päiväpunkka tehtynä 5 minuuttia."**

Tupamme selviyty päiväpunkan tekemisestä kunnialla. Muiden aamutoimien jälkeen siirrymme aamiaiselle.

Päivän koulutukseen voi kuulua mm. oppitunteja, marsseja, taistelukoulutusta, ase- ja ampumakoulutusta, sulkeisia ja liikuntaa.

Käymme syömässä päivän aikana lounaan ja myöhemmin päivällisen. Kenenkään ei tarvitse huolehtia etteikö ruokaa olisi tarpeeksi tarjolla.

Ennen vapaa-ajan alkua kompaniassa on siivouspalvelua. Vapaa-ajalla varusmiehet voivat mennä vaikka munkille sotilaskotiin, tai urheilemaan ja saunomaan kuntotalolle. Muitakin vaihtoehtoja varusmiehille löytyy. Myös iltapalaa on tarjolla, joten päivärahoja ei tarvitse sotilaskotiin käyttää, jos ei halua.

Vapaiden iltatoimien jälkeen kello lyö kymmenen ja tupien ovet sulkeutuvat ja valot sammuvat. Varusmiehillä on kahdeksan tuntia aikaa nukkua ennen seuraavaa päivää. Pian vain päivystäjä on hereillä.







## Henkilökohtainen tuki

### Sotilaspastori

Voit keskustella luottamuksellisesti sotilaspastorin kanssa mistä tahansa elämän asiasta. Pastorin kanssa ei ole pakko keskustella Jumalasta tai uskonnosta. Mikään asia ei ole outo, eikä mikään ongelma liian vaikea, että sitä ei kannattaisi yrittää ratkaista. Kirkollinen työ on myös oppitunteja, hartauksia, jumalanpalveluksia tai vaikka rippikoulun käymistä. Sotilaspastoria kannattaa lähestyä milloin ja missä vain - hän on täällä sinua varten.

Terveisin,  
sotilaspastori Henri Kivijärvi  
henri.kivijarvi@mil.fi, p. 0299 321 701

### Sosiaalikuraattorit

Asevelvollisuuslain perusteella asevelvollisella on oikeus saada tarvittaessa asepalveluksensa aikana asiantuntevaa sosiaaliturvaneuvontaa. Tätä varten jokaisesta joukko-osastosta löytyvät sosiaalikuraattorit.

Asepalveluksen aikana voi tapahtua jotain odottamatonta sekä palveluksessa että siviilielämän puolella. Esille saattaa nousta esimerkiksi opintoihin, asumiseen tai oman talouden hoitoon liittyviä kysymyksiä. Sosiaalikuraattorilta saat apua ja tukea esim. Kelan sotilasavustukseen liittyvissä asioissa tai muissa palveluksen aikana ilmenevissä raha-asioissa.

Myös asepalveluksen mukanaan tuoma elämänmuutos tai mahdolliset palveluksen aikana siviilielämässä tapahtuvat muutokset saattavat mietittyä.

Sosiaalikuraattorin luokse voi tulla juttelemaan kaikista mieltä painavista asioista palvelukseen tai siviilielämään liittyen. Sosiaalikuraattorilla on vaihtoehtoisuus, joten kaikesta uskaltaa tulla juttelemaan turvallisesti. Perusajatus on, että kaikesta saa puhua ja kysyä. Ota tarvittaessa rohkeasti yhteyttä!

Terveisin,  
sosiaalikuraattori Maria Kivijärvi  
maria.kivijarvi@mil.fi, p. 0299 321 702

sosiaalikuraattori Tero Nurmi  
tero.nurmi@mil.fi, p. 0299 321 703

### Oikeusupseeri

Kapteeniluutnantti Timo Kallioinen  
timo.kallioinen@mil.fi  
puh. 0299 321 102

### Merisotilastoimikunta

Rannikkoprikaatissa toimii varusmiehistä koostuva Merisotilastoimikunta (MSTK), jonka päämääränä on varusmiesten palvelusolosuhteiden kehittäminen.

MSTK vie eteenpäin varusmiehiä koskevia asioita ja aloitteita, jotka koskevat varusmiesten taloudellisia ja sosiaalisia etuja, oikeusturvaa, työsuojelua, opinto-, viihde- ja urheilutoimintaa sekä henkistä hyvinvointia ja viihtyvyyttä.

MSTK:n toimisto sijaitsee Upinniemen sosiaalikeskuksessa ja on avoinna vapaa-ajanviettoon päivittäin. Muina palveluina MSTK tarjoaa mm. ilmaisen internet-yhteyden perusyksiköihin ja bändikämpän.

email: vmtk.rpr@gmail.com puh. 0299 321 720  
whatsapp: 050 321 0704  
Some-agentti: Tykkimies Patrik Hiltunen







# Sotilaskoti

Upinniemen sotilaskoti eli sotku tai sode toimii Rannikkosotilaskotiyhdistyksen alaisena. Sotkussa varusmiehet ja henkilökunta voivat levähtää ja ottaa rennommin. Yhdistys tukee Merisotilastoimikunnan toimintaa varusmiesten viihtyvyyden lisäämiseksi, sekä hankkii mm. varusteita varusmiesten vapaa-ajan tiloihin.

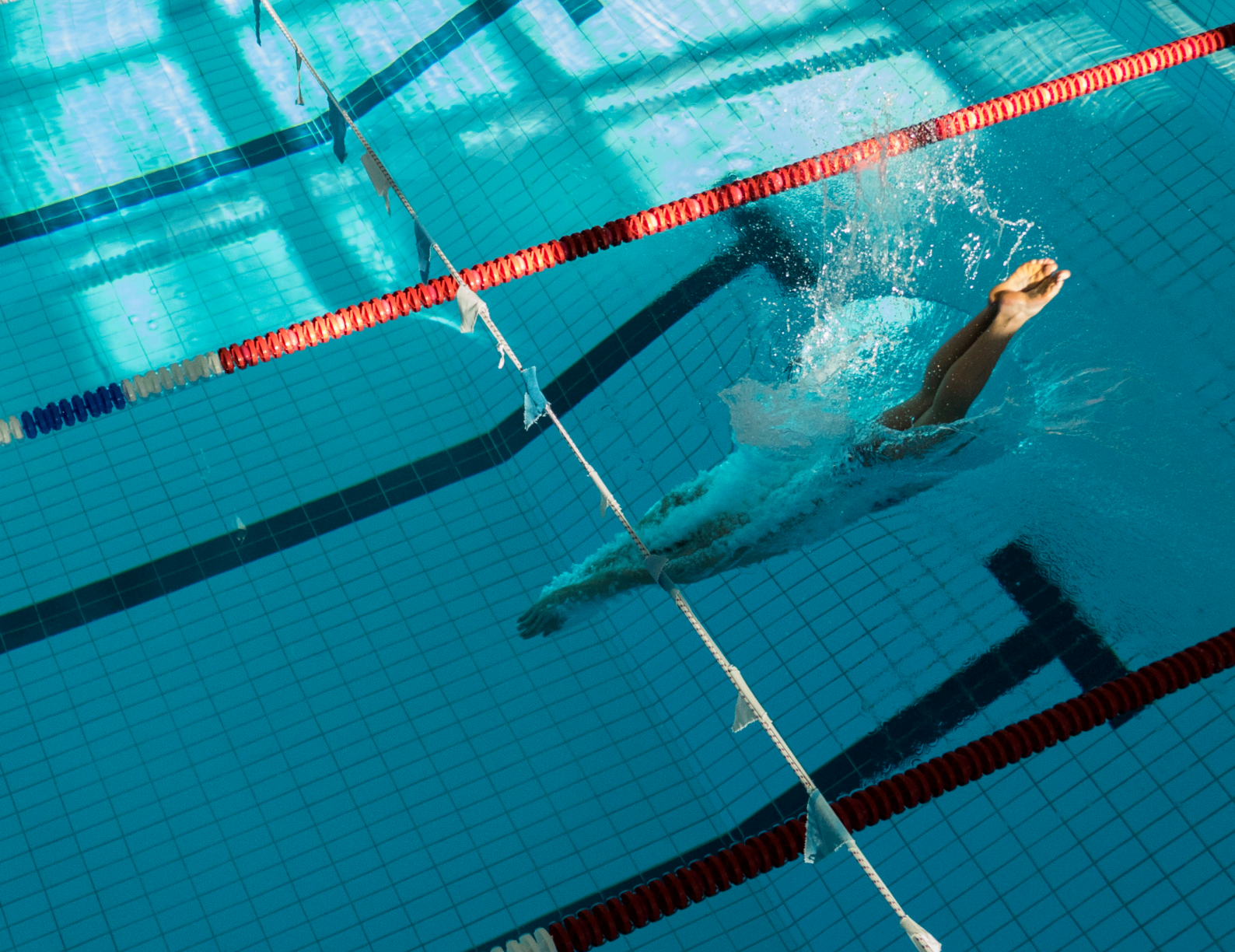


Päivisin, virka-aikana sotilaskoti on pääasiassa kantahenkilökunnan käytössä. Illalla kuitenkin varusmiehet saavat oman vuoronsa ja pääsevät nauttimaan erilaisista herkuista, kuten pitsoista ja niistä kuuluisista munkeista. Sotkussa voi myös lukea lehtiä, pelata pleikkaria tai biljardia, katsoa telkkaria tai muuten vaan hengaila. Se on myös paikka, jossa voit tavata esimerkiksi tyttö- tai poikaystävä ja muita läheisiä. Sotilaskodista löytyy myös kirjasto, josta voit lainata kirjoja ja vaikkapa opiskella. Kaikki sotilaskodin asiakkaat ovat samanarvoisia sotilasarvosta riippumatta, myös samat säännöt koskevat kaikkia. Rentoutua pitää, mutta kiroilla ei saa.

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







## Liikunta ja varusmies

Liikuntakoulutus muodostaa merkittävän osan varusmieskoulutuksesta. Liikunta on mukana varusmiehen arjessa päivittäin alusta loppuun saakka.

Hyvä fyysinen kunto on yksi sotilaan tärkeimmistä ominaisuuksista. Siksi varusmiespalveluksen aikana pyritään kohottamaan varusmiesten kuntoa, mutta myös antamaan liikunnallisia eväitä tulevaisuuteen. Palveluksessa liikuntakoulutus on nousujohteista, eli sen vaativuus kasvaa kunnan mukana.

Heti palveluksen aloittamisen ensimmäisillä viikoilla uusi alokas osallistuu kuntotesteihin. Kunto mitataan 12 minuutin juoksutestillä, eli tutummin Cooperin testillä, sekä lihaskuntotestillä. Tämä antaa varusmiehelle käsityksen omasta kunnostaan. Myöhempiä testejä vertaamalla saa tietoa oman kunnan kehittymisestä.

Puolustusvoimat tarjoaa varusmiehen käyttöön tarvittavat liikuntavarusteet. Omien liikuntavarusteiden käyttäminen palveluksessa on kuitenkin sallittua. Omat lenkkarit ja uimahousut ja -puvut kannattaa siis pakata mukaan. Varuskunnassa on monipuoliset mahdollisuudet liikunnan harrastamiseen, muun muassa uimahalli, kuntosali ja palloilusali joiden käytöstä ohjeistetaan paikan päällä.



Testaa oma kuntosi ja hanki henkilökohtainen treenisuunnitelma. Inttikuntoon osoitteessa

**MARSMARS.FI**







# Alokasjakso päättyy – sotilasvala- ja sotilasvakuutus

Sotilasvala tai sotilasvakuutus on lupaus, jonka varusmies antaa lakisääteisesti varusmiespalveluksen alkuvaiheessa. Ennen vannomista sotilaille annetaan tietoa sotilaan oikeuksista ja velvollisuuksista sekä kerrotaan valan merkitys. Vala vannotaan joukko-osaston komentajan edessä ja lipun läsnä ollessa.

Sotilas voi halutessaan antaa sotilasvalan sijasta sotilasvakuutuksen. Aiemmin vain kirkkoon kuulumattomat saivat valita, antavatko vakuutuksen, mutta nykyinen lainsäädäntö ei tee eroa kirkkoon kuuluvien ja kuulumattomien välillä.

Sotilasvalaan ja sotilasvakuutukseen liittyvistä järjestelyistä kerrotaan tarkemmin palveluksen alkamisen jälkeen.

Sotilasvalan vannomisen tai sotilasvakuutuksen antamisen jälkeen varusmiehet nimitetään matruuseiksi ja tykkimiehiksi. Sotilasvakuutus annetaan samana päivänä pienemmässä tilaisuudessa.

Kaikkien varusmiesten valatilaisuus järjestetään Upinniemessä 9.8.2020.

Lisätietoa tapahtumasta löytyy myöhemmin osoitteesta [www.merivoimat.fi](http://www.merivoimat.fi)

Tämän hetkisen tiedon mukaan sotilasvala- ja sotilasvakuutustilaisuus ei ole julkinen tapahtuma koronavirukseen liittyvien rajoitusten vuoksi.





Liity Rannikkoprikaatin saapumiserän 2/20  
Facebook-ryhmään!

Kysy, keskustele ja tutustu verkossa. Sosiaalisen median agentti, tykkimies Patrik Hiltunen edellisestä saapumiserästä vastaa kysymyksiin ja huolehtii osaltaan varusmiespalveluksesi onnistumisesta.  
[facebook.com/groups/RPR220](https://facebook.com/groups/RPR220)



## Usein kysytyjä kysymyksiä

### Miten päiväraha toimii, ja kuinka paljon sitä saa?

Päiväraha maksetaan kahden viikon välein tilillesi. Aluksi kaikki saavat päivältä 5,15 euroa; jos palveluksesi jatkuu yli 165 vuorokautta, päiväraha nousee 8,80 euroon ja 255 vuorokauden jälkeen päivältä maksetaan 12,00 euroa.

### Miten palvelukseen vaikuttaa jos lukio/ammattikoulu on jäänyt kesken?

Koulun keskeytyminen ei ole este varusmiespalveluksen suorittamiselle. Tarvittaessa sosiaalikirjuri neuvovat opintoasioissa.

### Saako oman auton käytöstä korvauksia?

Ei saa. Puolustusvoimat kustantaa julkisen liikenteen liput, mutta ei oman auton käyttöä.

### Pitääkö hiukset leikata ennen armeijaan tuloa ja kuinka lyhyet niiden pitää olla?

Hiukset voi leikata myös paikan päällä, mutta suosittelemme ehdottomasti, että siistit hiukset etukäteen. Se on kaikin puolin helpompaa. Miesten hiusten on oltava leikatut lyhyiksi ja siistiksi.

### Vaikuttaako vallitseva koronavirustilanne lomiin?

Varaudu palveluksen aluksi 2-3 viikon kiinnioloon varuskunnassa. Lisää tietoa lomista saat paikan päällä palveluksen aloittamisen jälkeen.

### Yhteishaku:

Alle 25-vuotiaan ammattikouluttamattoman nuoren, jolla ei ole opiskelupaikkaa, on haettava yhteishaussa vähintään kahta opiskelupaikkaa, joiden opiskelijaksi ottamisen perusteet hän täyttää. Haettavan koulutuksen ei tarvitse kuulua yhteishaun piiriin, vaan se voi olla myös muuta tutkintoon johtavaa, ammatillisia valmiuksia antavaa koulutusta.  
(lisätietoa osoitteesta [www.opintopolku.fi](http://www.opintopolku.fi))



@rannikkopr



@navyfi



Merivoimat

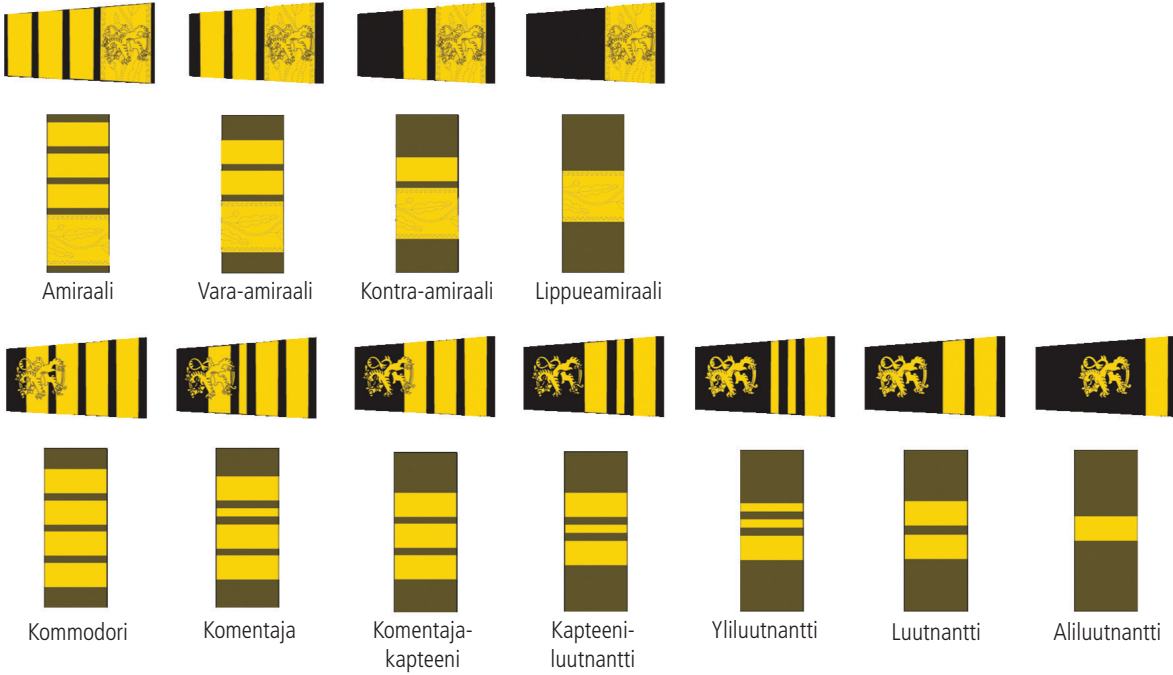
Päivitämme kuvia sekä videoita varuskunnan toiminnasta. Käy seuraamassa Rannikkoprikaatin toimintaa SOME-kanavillamme.



# Merivoimien arvomerkit

Sotilalaiseen käytökseen kuuluu puhutella ja tervehtiä vanhempia sotilaita heidän sotilasarvonsa mukaisesti.

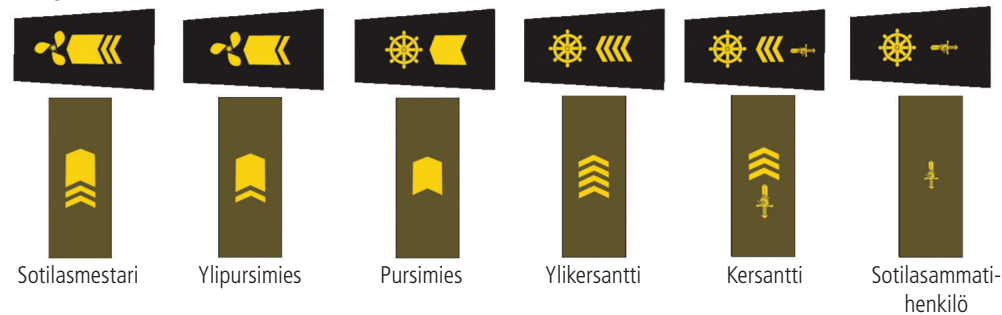
## Upseerit



## Kadetit



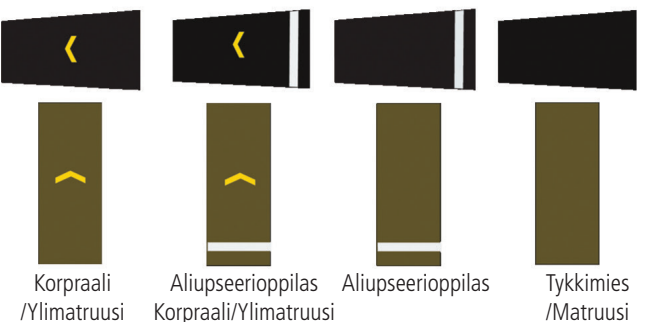
## Aliupseerit



## Varusmiesjohtajat



## Miehistö





# Terveys ja hyvinvointi ovat etusijalla toiminnassamme

Puolustusvoimat huolehtii varusmiesten ja henkilökunnan terveydestä kaikin keinoin ja kaikissa tilanteissa.

**Olemme sopeuttaneet toimintaamme vallitsevan koronatilanteen mukaisesti, jotta mahdollistamme turvallisen palveluksen ja menestyksekkään koulutuksen toteutumisen.**

Tällä hetkellä varusmiehet on jaettu kolmeen koulutusosastoon, jotka saavat koulutusta, majoittuvat ja viettävät vapaa-aikaansa erillään toisistaan. Pyrimme pitämään kahden metrin turvavälit kaikkien henkilöiden välillä aina kun mahdollista. Korostamme kaikille hyvää hygieniää ja olemme tehostaneet käsipesu- ja desinfiointikäytäntöjä.

Kaikki ylimääräiset vierailut varuskunnan alueelle on toistaiseksi kielletty, joten tänä kesänä emme järjestä alokaiden läheisille varuskuntaan tutustumispäivää ja sotilasvala- ja sotilasvakuutus toteutetaan ilman vieraita.

Varaudu palveluksen aluksi 2-3 viikon kiinnioloon varuskunnassa. Saat lisää tietoa toiminnastamme paikan päällä palveluksen aloittamisen jälkeen.

Jos olet altistunut koronavirukselle 14 vuorokautta ennen palveluksen aloitusta tai olet sairas palveluksen alkaessa, ota yhteyttä Rannikkoprikaatiin, kirjaamo.rpr@mil.fi, p. 0299 800.

## Muista ennen palveluksen alkua!

Tuo mukanasasi rokotuskortti tai todistus saamastasi rokotuksistasi, johon on kirjattu sinulle aikaisemmin annetut rokotteet.

Palveluksen aloittaminen on iso muutos elämässä. Pidä siis yhteyttä läheisiin palveluksen aikana. Viihtymisesi palveluksessa on kiinni asenteestasi. Mikäli sinulla on esteitä varusmiespalveluksen aloittamiseksi, soita ajoissa ennen palvelukseen astumista oman alueesi aluetoimistoon. Aluetoimistosi auttaa sinua kaikissa palvelukseesi liittyvissä asioissa.

Jos tarvitset sotilasavustusta toimita hakemus Kelaan viimeistään 1kk ennen palveluksen aloittamista. [www.kela.fi](http://www.kela.fi)

Ilmoita varusmiespalveluksestasi tarvittaessa: työnantajalle viimeistään 2kk ennen palveluksen aloittamista ammattiliiton työttömyyskassaan, työvoimatoimistoon, opiskelupaikkaasi, etuuskien maksajille, verottajille ja velkojille yms.

Älä irtisano työsuhdettasi. Laki suojaa palvelukseen astuneen oikeutta palata työhön.

Selvitä omat tulosi ja menosi ja hoida osamaksut kuntoon. Vältä tarpeettomia lainoja ja takauksia.

