



SIVIILIPALVELUSKESKUS
CIVILTJÄNSTCENTRALEN

Siviilipalveluksen peruskoulutusjakso: Opetussuunnitelma

Siviilipalveluskeskus,
päivitetty vastaamaan vuoden 2022–2023
toteutusta 09/2023

Sisällysluettelo

1. Yleistä.....	1
1.1 Peruskoulutuksen tavoite	1
1.2 Peruskoulutusjakson rakenne	1
1.3 Ruotsin- ja englanninkielinen koulutus	2
2. Koulutusjakson sisältö	2
2.1 Kaikille yhteiset aiheet.....	2
Siviilipalveluksen perusasiat	2
Palveluspaikkaa vailla oleville: Tehostettu palveluspaikan hakeminen.....	3
Terveys, hyvinvointi ja turvallisuus	3
2.2 Palo, pelastus ja väestönsuojelu - PP	4
Turvallisuus ja väestönsuojelu	4
Järjestyksenvalvojan peruskurssi	5
2.3 Ympäristö ja yhteiskunta - YKS.....	5
Ympäristö ja kehitys	6
Ympäristöturvallisuus.....	6
2.4 Kansalaisvaikuttaminen - KAVA	7
Poliittinen ja yhteiskunnallinen toiminta	7
Kestävä kehitys ja ihmisoikeudet.....	8
Aseelliset konfliktit ja konfliktinratkaisu	8
2.5 Väkivallan ennaltaehkäisy – VÄKE	8
Väkivaltatietous.....	9
Itsetuntemus.....	9
Mielenterveyden ensiapu 1 – mielenterveys elämäntaitona.....	9
2.6 Arjen turvallisuus – ATU	9
Yhteiskunnan ja yhteisöjen varautuminen.....	10
Yksilön varautuminen.....	10

1. Yleistä

Siviilipalvelukseen kuuluu peruskoulutusjakso, yhteiskunnalle hyödyllinen siviililuontoinen työpalvelu, ylimääräinen palvelus ja liikekannallepanon aikainen palvelus (Siviilipalveluslaki 3 §). Peruskoulutusjakso kestää 28 vrk ja se suoritetaan Siviilipalveluskeskuksessa. Koulutusjakson suorittavat kaikki siviilipalvelusvelvolliset palveluksen alussa. Peruskoulutusjakson tarkoituksena on tukea yleisiä kansalaisvalmiuksia, antaa väestönsuojeluun ja pelastustoimintaan liittyviä yleisiä valmiuksia sekä antaa perusteet työpalvelun suorittamiselle (Siviilipalveluslaki 2 §).

Peruskoulutusjakson ja työpalvelun yhteenlaskettu pituus on 347 vuorokautta.

Siviilipalvelukseen hakeutuu vuosittain noin 2 100 asevelvollista. Vuosittain koulutetaan noin 1 300 siviilipalvelusvelvollista. Koulutus toteutetaan yhdessätoista koulutuserässä.

Opetussuunnitelmaa kehitetään työ- ja elinkeinoministeriön ja siviilipalveluskeskuksen yhteistyönä. Koulutusjaksoa kehittää, ohjaa ja arvioi Siviilipalvelusasiain neuvottelukunnan alainen koulutusjaosto.

1.1 Peruskoulutuksen tavoite

Peruskoulutuksen tavoitteena on lisätä siviilipalvelusvelvollisten yleisiä kansalaisvalmiuksia, antaa väestön suojeluun ja pelastustoimintaan liittyviä yleisiä valmiuksia sekä antaa perusteet työpalvelun suorittamiselle siviilipalveluslain 2 §:n mukaan. Peruskoulutusjakson aikana siviilipalvelusvelvollinen saa tietoa työelämässä toimimisesta sekä työturvallisuudesta.

Koulutusjakso kokonaisuudessaan on yleishyödyllinen ja sen aikana siviilipalvelusvelvollisella on mahdollisuus hankkia työelämässä myöhemminkin tarvittavia tietoja ja taitoja. Koulutus on kohdennettu normaalioloissa hyödynnettäviin, osallisuutta ja arjen turvallisuutta parantaviin tietoihin, taitoihin ja valmiuksiin. Velvollisia rohkaistaan käyttämään saamiaan tietoja, taitoja ja valmiuksia myös siviilipalveluksen suorittamisen jälkeen omassa arjessaan sekä esim. vapaaehtoistyössä.

1.2 Peruskoulutusjakson rakenne

Peruskoulutusjakson pituus on 28 vuorokautta. Työaika koulutusjaksolla on 36 oppituntia viikossa. Koulutus on toteutettu 7/2020 alkaen etä- ja lähiopetuksen yhdistelmänä. Kaikilla ryhmillä on koulutusjakson aikana yksi lähiopetusjakso (5–9 vuorokautta) joka sijoittuu ryhmän sisältöjä parhaiten edesauttavaan ajankohtaan.

Koko koulutusjaksolla opetustuntien määrä on n. 144 oppituntia, joista n. 64–68 on kaikille yhteisiä aiheita ja n. 76–80 oman suuntautumisvaihtoehdon mukaisia aiheita. Etäopetus järjestetään pääosin päivisin. Lähiopetusjaksolla on myös ilta- ja viikonloppuopetusta.

Koulutusjakso toteutetaan pääsääntöisesti viidessä eri suuntautumisvaihtoehdossa. Velvolliset saavat valita ryhmän itse, mutta ryhmät pyritään saamaan suurin piirtein samankokoisiksi. Tavanomainen ryhmäkoko on noin 20–26 henkeä. Opetusmenetelminä käytetään mm. luennointia, ryhmäkeskusteluita, käytännön harjoituksia, tutustumiskäyntejä ja kirjallisia tehtäviä sekä yksin että ryhmässä.

Opetusta kehitetään jatkuvasti. Koulutusjaksolla reagoidaan ketterästi ajankohtaisiin aiheisiin, joten eri koulutusjaksojen sisällöt eivät ole keskenään täysin identtisiä, vaikka runko onkin sama. Tässä asiakirjassa esitetyt täsmälliset oppituntimäärät liittyvät konseptikursseihin, joiden tuntimäärä on kiinteä.

1.3 Ruotsin- ja englanninkielinen koulutus

Koulutusjakso toteutetaan ruotsiksi 3–4 kertaa vuodessa, englanniksi kerran vuodessa. Näiden ryhmien lukujärjestys on tarkoituksenmukainen yhdistelmä suomenkielisten suuntautumisvaihtoehtojen sisällöstä, joten tässä asiakirjassa ei tarkemmin kuvata näiden koulutusjaksojen sisältöä.

2. Koulutusjakson sisältö

2.1 Kaikille yhteiset aiheet

Kaikille yhteisten aiheiden tavoitteena on luoda perusta siviilipalveluksen suorittamiselle. Koulutusjakson suoritettuaan siviilipalvelusvelvollinen tuntee siviilipalveluslainsäädännön ja tietää siviilipalvelusvelvollisen oikeudet ja velvollisuudet. Hänellä on yleisnäkemys yleisen asevelvollisuuden, siviilipalveluksen ja aseistakieltäytymisen historiasta. Velvollinen hallitsee arjen turvallisuuden perustaidot ja hänellä on tietoa sekä yhteiskunnan että yksilön varautumisesta normaaliolojen häiriötilanteisiin ja poikkeusoloihin.

Siviilipalveluksen perusasiat

- Tutustuminen siviilipalvelukseen ja koulutusjaksoon
 - Johtajan tunti
 - Koulutusjakson toimintakäytänteet (lähijakso, terveydenhuolto, matkustaminen)
 - Tutustuminen omaan ryhmään ja ryhmäytyminen
 - Palautteen antaminen ja lähtöselvitykset
- Siviilipalveluslaki
 - Siviilipalveluslain sisältö
 - Siviilipalvelusvelvollisen ylläpito ja etuudet
 - Kela-asioista tiedottaminen ja neuvominen

- Yleisen asevelvollisuuden historia
 - Siviilipalveluslain kehittyminen nykyiseen muotoonsa
 - Aseistakieltäytymisen historia
 - Yleinen asevelvollisuus muissa maissa
 - Aseistakieltäytyjäliiton esittäytyminen

Palveluspaikkaa vailla oleville: Tehostettu palveluspaikan hakeminen

- Palveluspaikattomien ohjaustunti sekä yksilöhaastattelut
- Cv:n laatiminen, omien vahvuuksien tunnistaminen
- Itsetuntemus ja työhaastatteluun valmistautuminen
- Palveluspaikan hakusuunnitelman laatiminen ohjatusti

Terveys, hyvinvointi ja turvallisuus

- Ensiapu:
 - SPR EA1® (16 oppituntia)
- Informaatiovaikuttamisen tunnistaminen
 - Uutiset – totta vai tarua
- Kehonhuolto ja liikunta
 - Liikunnan merkitys yleiskuntoa ja terveyttä ylläpitävänä tekijänä
 - Kehonhuollon harjoitukset etä/lähiopetukseen räätälöitynä
- Hygieniapassikurssi
 - Teoriaosuus elintarvikehygieniasta
 - Ruokaviraston hygieniapassitesti
- Vapaaehtoisen pelastuspalvelun peruskurssi
 - Perusesitys Vapepan toiminnasta eri viranomaisten apuna
- Varautuminen/Omatoiminen varautuminen
 - Ryhmäkohtaisesti räätälöity opetuspaketti omatoimisesta varautumisesta
- Oman talouden hallinta
 - Säästäminen
 - Budjetti
 - ”Kallis raha” eli pikavipit ym.
 - Luottotietojen merkitys
 - Toimiminen ongelmatilanteissa
 - (Sijoittaminen)

2.2 Palo, pelastus ja väestönsuojelu - PP

PP-suuntautumismallin tavoitteena on valmentaa siviilipalvelusvelvollisia toimimaan pelastustoimintaan ja väestönsuojeluun liittyvissä avustavissa tehtävissä sekä lisätä valmiuksia toimia tapaturmia ehkäisevästi. Koulutuksen jälkeen siviilipalvelusvelvollinen ymmärtää erilaisiin tilanteisiin sisältyviä turvallisuusriskejä, osaa varautua niihin ennalta ja osaa toimia rauhallisesti onnettomuuden sattuessa.

PP-ryhmäläiset suorittavat koulutusjakson aikana järjestyksenvalvojan peruskurssin ja saavat siitä virallisen todistuksen. Kurssi sisältää teoriaopetusta, fyysisten voimakeinojen käytön harjoituksia sekä kokeen. Kurssin käytyään ja kokeen hyväksytysti suoritettuaan velvolliset voivat hakea poliisilta järjestyksenvalvojakorttia, joka on voimassa viisi vuotta. Järjestyksenvalvoja tarvitaan mm. yleisissä kokouksissa ja yleisötilaisuuksissa. Tapahtumaturvallisuutta käsitellään myös omana kokonaisuutenaan.

Koulutusjaksolla suoritetaan Tulityökurssi (SPEK). Kurssin hyväksytysti läpäisseet saavat tulityökortin. Paloturvallisuus- ja alkusammutustaitoja opitaan AS1-alkusammutuskurssilla. Useimmiten järjestetään myös Asuinkiinteistön turvallisuus –kurssi, jonka tavoitteena on oppia tunnistamaan ja ennaltaehkäisemään asumiseen liittyviä yleisimpiä vaaroja. Kurssilla tutustutaan myös pelastussuunnittelun perusteisiin.

PP-ryhmä tutustuu Vapaaehtoisen pelastuspalvelun (VAPEPA) toimintaan sekä teoriassa että käytännössä viestiharjoituksen merkeissä. Koulutuksessa käydään läpi radioliikenteen perusteita ja harjoitellaan PMR-puhelinten käyttöä.

Turvallisuus ja väestönsuojelu

- Väkivaltatietous
 - Väkivallan moninaisuus
 - Julkisella paikalla tapahtuvan ja lähisuhdeväkivallan ero
 - Piilorikollisuus
 - Tyypillisimmät väkivaltaluokat, syyt ja seuraukset

- Arjen turvallisuus
 - Asuinkiinteistön turvallisuus
 - Tapahtumaturvallisuus
 - Viesti/radiopuhelin tutuksi
 - Arjen ympäristöturvallisuus

- AS 1 – alkusammutusteoria ja –harjoitus (4 oppituntia *)
 - Paloriskien tunnistaminen
 - Paloturvallinen ympäristö
 - Poistumisturvallisuus
 - Sammutusvälineet ja alkusammutus

*virallinen AS1 on 2 oppituntia, olemme ottaneet mukaan paloturvallisuusosauuden

- Tulityökurssi (8 oppituntia)
 - Riskit
 - Vastuut ja velvollisuudet
 - Turvatoimet
 - Harjoitukset ja loppukoe

Järjestyksenvalvojan peruskurssi (32 oppituntia + AS1 ja 4 h ensiapua)

- Teoriaosuus Poliisihallituksen vahvistaman koulutusaineiston mukaisesti
- Voimakeinojen käytön harjoitukset Poliisihallituksen vahvistaman koulutusaineiston mukaisesti
- Loppukoe

2.3 Ympäristö ja yhteiskunta - YKS

Ympäristön ja yhteiskunta (YKS) -suuntautumisvaihtoehdon tavoitteena on rohkaista ihmisiä toimimaan luonnon ja ympäristön puolesta ja avata ihmisen ja ympäristön välistä vuorovaikutusta ja keskinäistä riippuvuutta.

Opetuksessa pohditaan ruokaturvaa ja vesihuoltoa osana kokonaisturvallisuutta, kestävän kehityksen eri ulottuvuuksia Suomessa ja maailmalla sekä omien kulutusvalintojen kuten ruuan, liikkumisen ja asumisen sekä kotona syntyvän jätteen ja sen kierrätyksen vaikutusta ympäristönmuutokseen. Oppitunteihin sisältyy kansalaistaitoja kuten uutisten ja sosiaalisen median lukutaitoa, vastuullisten valintojen ja ympäristömerkkien tunnistamista sekä materiaalien ja pakkausmerkintöjen lukutaitoa. Keskiöön nostetaan myös eläimet ja pohditaan yhdessä eläinten asemaa yhteiskunnassa ja ihmisen ja eläimen suhdetta. YKS-ryhmässä perehdytään jokaisenoikeuksiin, tutustutaan villiyrttien tunnistamiseen sekä opitaan retkeilyn perustaitoja. Ryhmä tekee retkiä lähiluontoon, kulttuurikohteisiin ja sekä kohteisiin, jotka avaavat eläimen ja ihmisen vuorovaikutusta tai yhteiskunnan ja ympäristön keskinäistä suhdetta. Opetuksessa tarkastellaan erilaisia yhteiskunnallisen vaikuttamisen keinoja - sekä muodollisia että epämuodollisia.

YKS-ryhmässä opitaan arjen ympäristöturvallisuutta sekä öljyntorjunnan perusteet käytännön ja teorian kautta. Öljyntorjunnassa tutustutaan vapaaehtoisten öljyntorjuntajoukkojen toimintaan viranomaisen apuna suurissa öljyonnettomuuksissa sekä kansallisen öljyntorjuntavalmiuden ylläpitoon. Rantatorjunnan osuus koulutetaan yhteensopivasti WWF:n öljyntorjuntajoukkojen saaman koulutuksen kanssa.

Kulttuuriomaisuuden suojelun luennoilla tutustutaan kulttuuriomaisuuteen kotimaassa ja ulkomailla. Tavoitteena on paitsi kulttuuriomaisuuden tunnistaminen ja arvostaminen myös ymmärrys sen suojelun tarpeesta rauhan aikana ja kriisitilanteissa. Kulttuuriperintöä pohditaan paitsi suomalaisia, eurooppalaisia sekä muita viiteryhmiä yhdistävänä asiana myös jokaisen identiteetin osana. Rakennettua ympäristöä ja luonnonympäristöä tarkastellaan myös yksilön hyvinvoinnin näkökulmasta.

Ympäristö ja kehitys

- Ympäristönsuojelu
 - Luonnon monimuotoisuus ja sen säilyttäminen
 - Luontosuhde ja hyvinvointi
 - Ekologinen jalanjälki ja siihen vaikuttaminen
 - Ilmastonmuutos ja sen torjuminen
 - Eläinten asema
 - Ruokaturva, vesivarat, kokonaisturvallisuus
 - Ekosysteemipalvelut ja luonnonvarojen kestävä käyttö
 - Ympäristönmuutos ml. ilmastonmuutos ja sen hillitseminen
 - Kierrätys ja kiertotalous

- Retkeilyn perustaidot
 - Jokaisenoikeudet
 - Turvallinen ja vastuullinen retkeily
 - Ympäristö- ja retkeilytieto, viranomaisten ja kansalaisten tuottamana
 - Villiyrtit
 - Luontoretki

- Kestävä kehitys, kuluttajuus ja kansalaisuus
 - Kestävä kehitys Suomessa ja maailmalla
 - Kauppa ja politiikka
 - Kansalaisen vaikuttamiskeinot, poliittinen kuluttaminen
 - Uutisten ja sosiaalisen median lukutaito

Ympäristöturvallisuus

- Arjen ympäristöturvallisuus
 - Kemikaalien turvallinen käyttö kotona
 - Jätteiden lajittelu, tuotepakkausten merkintöjen lukutaito
 - Ympäristömerkit, vastuullisuus ja viherpesu

- Öljyntorjunta
 - Kotona tapahtuvien öljyonnettomuuksien ehkäisy ja torjunta
 - Kansallinen öljyntorjuntavalmius, moniviranomaismalli
 - WWF:n vapaaehtoiset öljyntorjuntajoukot osana vapaaehtoisen pelastuspalvelun järjestöverkoston (Vapepa)
 - Öljyntorjunnan turvallisuus vapaaehtoistyössä
 - Öljyn vaikutukset ympäristössä ja öljyntyneen jätteen vastuullinen käsittely
 - Öljyntorjunnan kehitystyö ml. uusiutuvat polttonesteet
 - Kansainvälinen yhteistyö, toimintavalmius Itämerellä

- AS 1 – alkusammutusteoria ja –harjoitus
 - Paloriskien tunnistaminen
 - Paloturvallinen ympäristö
 - Poistumisturvallisuus
 - Sammutusvälineet ja alkusammutus

- Kulttuuriomaisuuden suojelu
 - Suomen kulttuuriomaisuus, mistä se muodostuu?
 - Haagin yleissopimus
 - Eri toimijat kulttuuriomaisuuden suojelussa
 - Kulttuuriomaisuuteen kohdistuvat uhat
 - Kansakunnan ja yksilön kulttuuri-identiteetti ja kulttuuriperintö
 - Oman lähiympäristön kulttuuriomaisuuden tunnistaminen
 - Rakennusperintö, perinnemaisema
 - Maailmanperintökohteet

2.4 Kansalaisvaikuttaminen - KAVA

Kava-suuntautumisvaihtoehdon tavoitteena on rohkaista siviilipalvelusvelvollisia aktiiviseen, osallistuvaan kansalaisuuteen. Oppitunneilla peilataan omaa arvomaailmaa sekä suomalaiseen yhteiskuntaan että kansainväliseen todellisuuteen. Velvolliset saavat tietoja, taitoja ja valmiuksia, jotka vahvistavat heidän haluaan ja kykyään osallistua yhteiskunnalliseen keskusteluun ja toimintaan niin kotimaan kuin muun maailman tilanteeseen vaikuttamiseksi. Opetuksessa käytetään luennoinnin ohella erilaisia osallistavia menetelmiä sekä itsenäistä kirjallista työskentelyä.

Poliittisen osallistumisen ja kansalaistoiminnan opetuksessa painottuu itselle tärkeiden yhteiskunnallisten ongelmien tarkasteleminen sekä ratkaisukeinojen etsiminen ja omien toimintavalmiuksien pohdinta. Tunneilla pohditaan yleisesti eri näkökulmia poliittiseen ja yhteiskunnalliseen ajatteluun ja sitä kautta ongelmien tarkasteluun.

Yhteiskunnallista toimintaa tarkastellaan monesta näkökulmasta – äänestämisestä ja puolue toiminnasta järjestötoiminnan ja vapaaehtoistyön kautta aina kulutusvalintoihin, mielenosoitukseen ym. aktivismiin sekä taiteen kautta vaikuttamiseen saakka. Tavoitteena on, että mahdollisimman moni törmäisi itselleen mieluisaan yhteiskunnallisen vaikuttamisen keinoon. Keskeistä poliittisen toiminnan opetuskokonaisuudessa ovat vaikutuskeinoihin tutustumisen ohella omista mielipiteistä kertomisen, toisten ehkä hyvinkin erilaisten mielipiteiden arvostavan kuuntelemisen sekä neuvottelun taidot ja valmiudet. Näitä dialogin taitoja harjoitetaan koko jakson ajan pari- ja pienryhmäkeskusteluihin sekä opetuskeskustelussa.

Kansainvälistä ympäristöä lähestytään mm. ihmisoikeuksien, globaalin kehittämisen ja aseellisten konfliktien näkökulmasta. Ihmisoikeuksien tunneilla käsitellään kotimaista ja maailmanlaajuisia ihmisoikeustilannetta sekä keinoja ihmisoikeuksien edistämiseksi. Globaalin kehittämisen tunneilla pohditaan eriarvoisuutta globaalin Etelän ja Pohjoisen välillä sekä mahdollisuuksia ja keinoja sen kaventamiseksi. Aseellisten konfliktien opintokokonaisuudessa perehdytään sotaan ilmiönä, aseellisten konfliktien muutostrendeihin, sodankäynnin sääntöihin, aseellisten konfliktien taustatekijöihin sekä rauhantyöhön.

Poliittinen ja yhteiskunnallinen toiminta

- Suomen puoluejärjestelmän peruspiirteet
- kansalaisen vaikutuskeinot – muodolliset ja epämuodolliset

- Dialogin taito
- Järjestötoiminta
- Poliittinen kuluttaminen
- Poliittinen mielikuvitus/ajattelu ja vaikuttaminen

Kestävä kehitys ja ihmisoikeudet

- Globaali kehitys
 - Mitä on kehitys, mitä on globaali pohjoinen ja etelä?
 - Kehitys ja politiikka
 - Kehitysyhteistyö ja kehityspolitiikan johdonmukaisuus
 - Kauppa ja kehitys
 - Sosiaalisesti kestävä kehitys
- Ihmisoikeudet
 - Mitä ihmisoikeudet ovat?
 - Ihmisoikeuksien historia
 - YK:n ihmisoikeuksien yleismaailmallinen julistus ja ihmisoikeussopimukset
 - Ihmisoikeuksien valvonta ja toteutuminen Suomessa ja maailmalla

Aseelliset konfliktit ja konfliktinratkaisu

- Aseellisten konfliktien taustatekijät, syyt ja selitykset
- Kansainvälisen humanitaarisen oikeuden peruseriaatteet (Geneven sopimukset) ja Punaisen Ristin toiminta
- Sotarikokset, niiden selvittäminen, niistä rankaiseminen ja yhteisön toipuminen
- Sodankäynnin psykologiaa
- Konfliktin jälkeinen jälleenrakennus, inhimillisen turvallisuuden rakentaminen
- Väkivallattomuuden filosofia ja periaatteet

2.5 Väkivallan ennaltaehkäisy – VÄKE

Väkivallan ennaltaehkäisyn suuntautumisvaihtoehdon tavoitteena on ohjata siviilipalvelusvelvollisia tunnistamaan ja ennaltaehkäisemään väkivaltaista käytöstä. Tarkoituksena on myös edistää hyvinvointia arjessa sekä yksilötasolla että ystävyys-, kumppanuus- ja kasvatussuhteissa. Koulutusjakso antaa velvolliselle valmiuksia toimia ammattilaisten tukena kasvatus- ja sosiaalialan töissä, esimerkiksi päiväkodeissa, kouluissa ja nuorisotoimissa. Suuntautumisvaihtoehdon oppisisältö koostuu kahdesta pääkokonaisuudesta: väkivaltatietous ja itsetuntemustaidot.

Yhteiskunnan väkivaltailmiöitä tarkastellaan laajasti perehtyen väkivallan syihin ja seurauksiin sekä väkivallan ennaltaehkäisyyn. Väkivaltatunneilla tarkastellaan väkivallan eri ilmentymiä ja pohditaan, mitkä tekijät voivat edesauttaa aggressiivista käytöstä ja väkivaltaa. Oppitunneilla pohditaan, miten eri tekijät, kuten mielenterveysongelmat, syrjäytyminen, sosiaalinen viiteryhmä,

alkoholi tai kulttuuri vaikuttavat väkivaltaan ilmiönä. Painotus on erityisen vahvasti väkivallan riskitekijöiden tunnistamisessa ja kumulatiivisen vaikutuksen ymmärtämisessä. Koulutusryhmän tavoitteena on pyrkiä väkivallan ennaltaehkäisyyn ja perehtyä väkivaltaa kohdanneen tukemiseen ja erilaisiin tukea antaviin tahoihin.

Ryhmässä pohditaan itsetuntemukseen, parisuhteeseen ja seksuaalisuuteen liittyviä kysymyksiä. Vuorovaikutustaidot, ihmisoikeudet ja päihdetuntemus sisältyvät myös ryhmän opetussisältöihin. Ihmisoikeustunneilla pohditaan moraalinormeja, ihmisoikeuksiin liittyvää lainsäädäntöä sekä pohditaan ihmisoikeuksien tavoitteita ja tarkastellaan esimerkiksi sananvapauten, yhdenvertaisuuteen ja yksityisyydensuojaan liittyviä ristiriitatilanteita.

Väkivaltatietous

- Väkivallan määrittely ja luokittelu
- Väkivallan ilmenemismuodot
- Väkivallan syyt ja seuraukset
- Lastensuojelu
- Päihteet
- Sovittelu
- Ihmisoikeudet, lasten oikeudet

Itsetuntemus

- Itsetuntemus ja itsetunto
- Tunnetaidot
- Vuorovaikutustaidot
- Parisuhde
- Seksuaalisuus
- Sukupuolistereotyyppiä

Mielenterveyden ensiapu 1 – mielenterveys elämäntaitona (14 oppituntia)

- Mielenterveys osana hyvinvointia ja terveyttä
- Tunnetaidot
- Elämän monet kriisit
- Ihmissuhteet ja vuorovaikutus
- Mielenterveys ja arjen taidot

2.6 Arjen turvallisuus – ATU

Suuntautumisvaihtoehdon tarkoituksena on tarjota velvolliselle tietoa yhteiskunnan ja yksilön varautumisesta eri poikkeustilanteisiin sekä valmentaa velvollisia toimimaan erilaisissa arjen turvallisuuden haasteissa. Oppitunneilla tarkastellaan erilaisia arkiturvallisuuteen liittyviä uhkia ja opetetaan velvollista toimimaan eri tilanteissa oma sekä toisten turvallisuus huomioiden. Ryhmässä pohditaan taiteen sekä kulttuurin merkitystä hyvinvoinnille sekä yksilön että yhteisön näkökulmasta.

Velvollinen perehtyy jakson aikana yhteiskunnan toimintaan normaaliolojen häiriöissä sekä poikkeustilanteiden aikana. Jaksolla harjoitellaan riskien kartoittamista, pelastussuunnitelman tekemistä, pohditaan erilaisiin kriiseihin varautumista sekä tutustutaan eri kriisi- ja pelastusorganisaatioihin.

Jakson aikana velvollinen suorittaa SPR:n EA2-kurssin, AS1-alkusammutuskurssin sekä Sosiaali- ja terveydenhuollon turvallisuusosaaja -koulutuksen. Lisäksi tutustutaan Vapaaehtoisen pelastuspalvelun toimintaan eri viranomaisia tukevissa tehtävissä sekä pohditaan omaa ja toisten käyttäytymistä ja tukemista kriiseissä. Vierailija tehdään sekä eri pelastusorganisaatioihin että kulttuurikohteisiin.

Tavoitteena on antaa velvolliselle tietoja ja taitoja, joita tarvitaan niin omassa kuin työelämässä erilaisten poikkeuksellisten tilanteiden ennaltaehkäisyssä, niiden aikana sekä niistä selviytymisessä. Koulutusjakso antaa velvolliselle valmiuksia toimia erilaisissa onnettomuus- ja vaaratilanteissa sekä tietoja toimia ennaltaehkäisevästi riskejä arvioiden ja vähentäen eri työtehtävissä ja kotona.

Yhteiskunnan ja yhteisöjen varautuminen

- Varautuminen yhteiskunnassa
 - yhteiskunnan turvallisuusstrategia
 - kokonaisturvallisuuden verkosto
 - yhteiskunnan elintärkeiden toimintojen turvaaminen
 - huoltovarmuus
 - turvallisuusviestintä
- Pelastussuunnitelma
 - vaarojen ja riskien tunnistaminen ja arviointi
 - onnettomuuksien ehkäisy
 - ohjeet vaaratilanteiden välttämiseksi sekä toimintaohjeet eri vaaratilanteisiin
 - asuinkiinteistön tai tapahtuman pelastussuunnitelman laatiminen
- Asuinkiinteistön turvallisuus -kurssi (4 oppituntia)
- VAPEPA: peruskurssi (4 oppituntia)
 - vapaaehtoisen pelastuspalvelun toimintaan tutustuminen

Yksilön varautuminen

- Omatoiminen varautuminen
- Arjen ympäristöturvallisuus
- Ensiavun jatkokurssi (8 oppituntia, SPR)
- Sosiaali- ja terveydenhuollon turvakorttikoulutus (8 oppituntia, SPEK)
- AS1-alkusammutuskurssi sekä paloturvallisuus (6 oppituntia, SPEK)
- Etsinnän peruskurssi/ensihuollon peruskurssi (8 oppituntia, Vapepa)

