

KANTAMA

Журнал для учасників

Maahanmuuttajien Varautumis- ja
Maanpuolustusyhdistys (MVM)ry

#1



Актуальні новини
та перспективи

Промова генерального
директора

Шахо Джафф



ЗМІСТ

ПРОМОВА ГЕНЕРАЛЬНОГО ДИРЕКТОРА	03
РЕДАКЦІЙНА СТАТТЯ	04
АКТУАЛЬНІ НОВИНИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ	05
ГОТОВНІСТЬ У ПОВСЯКДЕННОМУ ЖИТТІ	06
ЖІНКИ В ДІЇ	07
ГОЛОС МОЛОДІ	08
ІНТЕРВ'Ю	09
ДОЛУЧАЇСЯ І ВПЛИВАЙ	10
ПОДІЯ	11

Три кроки до нового початку

Переїзд до нової країни - це велика життєва зміна, яка потребує смливості. Але історія показує: людина має неймовірну здатність адаптуватися. Нове життя можна побудувати, якщо знайти правильні ключі до залученості. Адже дім — це не лише стіни, а й відчуття приналежності до спільноти та усвідомлення власної цінності в ній.

Як генеральний директор, хочу поділитися трьома порадами, які допоможуть знайти своє місце у Фінляндії:

1. Вивчайте мову.

Мова - це головний ключ до суспільства. Кожне нове слово полегшує повсякденне життя та відкриває нові можливості. Використовуйте фінську сміливо щодня - це міст, який веде до людей.

2. Шукайте роботу або діяльність.

Робота надає життю ритм і зміст. Це спосіб зробити свій внесок у суспільство. Якщо оплачувану роботу не вдається знайти одразу, волонтерство або практика - чудові шляхи для створення контактів і професійних зв'язків.

3. Приймайте та поширюйте фінські цінності.

Довіра, рівність і відповідальність - це те, що тримає наше суспільство разом. Однією з ключових рис фінської ідентичності є висока готовність захищати свою країну - бажання піклуватися про наш спільний дім.

Бонус-порада:

Долучайтеся до діяльності MVM. Ставши частиною нашої організації, ви побачите на практиці, як можна брати участь у добровільній оборонній діяльності та підготовці до надзвичайних ситуацій. Це шлях від спостерігача до активного учасника. Разом ми можемо створити безпечнішу Фінляндію - для кожного з нас.



Шахо Джафф

Виконавчий директор
MVM

Як ми можемо допомогти вам зробити перший крок у сфері добровільної безпеки?



Безпека — це спільна мова

Запрошуємо долучитися до створення більш стійкої Фінляндії

Фінляндію вже дев'ятий рік поспіль визнано найщасливішою країною світу - про це свідчить найновіший World Happiness Report 2026. Цей результат не випадковий: він ґрунтується на глибокій довірі та стабільності. А зворотним боком щастя, його міцним фундаментом, є безпека - відчуття, що у критичній ситуації ми не залишимося сам на сам із проблемою.

Це - перша редакційна колонка нового журналу KANTAMA. Назва символізує вплив, який поширюється на кожен дім і кожену спільноту. Для нас безпека — це не лише технічні системи чи робота державних служб. Це спільна мова, яку ми всі розуміємо, незалежно від походження чи рідної мови.

Чому безпека — це мова? Тому що вона ґрунтується на комунікації, розумінні та турботі. Коли ви знаєте, як діяти під час відключення електрики або де розташоване найближче укриття, — ви дієте мовою готовності. Коли допомагаєте сусідові чи берете участь у волонтерстві — ви говорите мовою спільності.

Мета MVM — перетворити знання про безпеку з джерела страху на інструмент дії. Ми прагнемо подолати інформаційний розрив і зробити так, щоб мовний чи культурний бар'єр не став перешкодою для безпечного повсякденного життя. У цьому журналі люди з міграційним досвідом — не просто не просто споживачі інформації, а активні експерти та учасники процесів.

Ми запрошуємо вас долучитися. Безпека зміцнюється тоді, коли кожен із нас відчуває Фінляндію своїм домом, який варто захищати. Будуймо разом стійкіше й безпечніше суспільство — слово за словом, дія за дією.



Ласкаво просимо в цю подорож!



Кому довіряти у кризовій ситуації?

Останні новини про дрони, що випадково залетили до Фінляндії, та інформаційний шум навколо них викликали багато запитань і невпевненості. У березні 2026 року на Південно-Східну Фінляндію, зокрема до Коуволі та Луумаа, потрапили українські безпілотники великої дальності. Хоча це сталося через технічне відхилення, спричинене GPS-перешкодами, ситуація показала, як швидко можуть поширюватися припущення та навіть помилкові новини.

У кризових обставинах державні органи є першоджерелом і найнадійнішим джерелом інформації.

Кantama та MVM ry — поруч із вами

Журнал Kantama та організація Maahanmuuttajien Varautumis- ja Maanpuolustusyhdistys ry прагнуть долати мовні бар'єри та робити інформацію про безпеку доступною для кожного. Наш принцип - перетворювати страх на дію, надаючи чіткі та надійні відомості вашою мовою.

Пам'ятайте:

державні служби постійно відстежують ситуацію. У разі невизначеності зберігайте спокій і перевіряйте інформацію безпосередньо з офіційних джерел. Фінляндія - наш спільний дім, і ми захищаємо його разом - знанням та готовністю діяти.

Офіційна інформація - ваш якір безпеки

Стежте за офіційними каналами.

Довіряйте повідомленням поліції, Сил оборони Фінляндії та Міністерства внутрішніх справ.

Користуйтеся застосунком 112 Suomi

Він надсилає негайні сповіщення про можливі небезпечні ситуації безпосередньо на ваш телефон.

Уникайте поширення припущень

Не діліться неперевіреними фото чи даними про місцезнаходження у соцмережах - це може завадити роботі служб

Домашня аптечка

У цій рубриці ми щомісяця розглядаємо, як підготуватися до непередбачених ситуацій у повсякденному житті. Наша мета - перетворити знання про безпеку з джерела страху на практичні дії, пропонуючи зрозумілі інструменти для різних надзвичайних випадків. З настанням весни - чудовий час перевірити, чи готовий ваш дім впоратися з дрібними травмами та раптовими захворюваннями. У кризовій ситуації допомога може надійти не одразу, тому власна підготовленість набуває особливого значення. Домашня аптечка - важлива частина 72-годинного запасу.

Що має бути в домашній аптечці?

Переконайтеся, що вдома є все необхідне хоча б на кілька днів:

Рецептурні ліки:

Необхідні препарати для кожного члена сім'ї

Знеболювальні:

Ліки від болю та температури

Засоби для самодопомоги:

Засоби від алергії та проблем із травленням

Перша допомога:

Пластери, бинти, антисептик, термометр

Йодові таблетки:

Приймати лише за офіційними вказівками (у разі радіаційної небезпеки)

**Зберігайте ліки в сухому місці, недоступному для дітей.
Регулярно перевіряйте терміни придатності та здавайте прострочені препарати до аптеки - це небезпечні відходи.**



Розділ “Жінки в дії” — це запрошення і платформа. Це місце, де ваш голос буде почутий, а ваш досвід може надихнути інших. Безпека — це не лише завдання державних структур. Вона формується завдяки внеску кожної людини.



ЖІНКИ В ДІЇ

Робимо невидиму роботу видимою

У Фінляндії проживає майже 300 000 жінок із міграційним походженням. Хоча наші історії та шляхи до цієї країни різні, нас об'єднує важлива спільна риса: Фінляндія стала нашим домом. Ми є невід'ємною частиною фінського повсякдення, майбутнього і — що особливо важливо — безпеки.

Жінки відіграють у своїх громадах багато ролей: матерів, підприємниць, студенток, лідерок і тих, хто будує мости між культурами. Безпека та оборона часто сприймаються як щось суто військове, але насправді стійкість суспільства значною мірою тримається на щоденних діях. Безпека — це турбота, правильна інформація та вміння діяти у несподіваних ситуаціях. Жінки щодня виконують цю роботу, зміцнюючи стійкість своїх родин і районів. Мета цієї рубрики — зробити цю цінну, але часто непомітну працю видимою. Ми хочемо показати компетентність, досвід і мотивацію жінок із міграційним походженням. Підготовка — це не лише про надзвичайні ситуації. Це практичні навички, спокій і відповідальність, які належать кожному з нас.



Долучайтесь, діліться своїми історіями та допомагайте нам разом будувати безпечніше завтра. Кожна жінка, кожна навичка й кожна дія мають значення.



ВЛАСНИЙ ШЛЯХ ПРИВІВ ДО СЛУЖБИ «Я ХОТІВ ПОБАЧИТИ, НА ЩО ЗДАТНИЙ»

У новій серії матеріалів Kantama молоді люди розповідають про свій досвід, вибір і погляди, свій вибір і погляди щодо оборони країни. У першій частині молода людина ділиться тим, чому він вирішив піти на строкову службу, що дав йому цей досвід і як «зелена форма» змінили його бачення світу.

ЩО ЗРЕШТОЮ СПОНУКАЛО ТЕБЕ ОБРАТИ АРМІЮ?

Почати військову службу для мене не було очевидним рішенням. Я довго вагався, а навколо звучали суперечливі думки: одні гаряче підтримували, інші ж ставили під сумнів саму ідею. Зрештою я зрозумів, що не можна приймати рішення, орієнтуючись на очікування інших. Я хотів кинути собі виклик, навчитися дисципліни й перевірити свої межі. Якщо в житті слухати лише чужі страхи та сумніви, легко залишитися на місці. Тому я вирішив скористатися можливістю й дізнатися, що служба може дати мені — і що я можу дати їй.

ЧИ ЗМІНИЛА СЛУЖБА ТВОЄ БАЧЕННЯ СУСПІЛЬСТВА ТА ВІДПОВІДАЛЬНОСТІ?

Безумовно. До служби сприймав світ більше з позиції окремої людини. Під час служби я глибше усвідомив, що суспільство — це великий механізм, який працює лише завдяки співпраці та спільній відповідальності. У кожного є своя роль, і якщо хтось її не виконує, це впливає на всіх.

Я почав по-іншому цінувати безпеку та порядок. Зрозумів, що мир і стабільність не є даністю — вони існують завдяки людям, які готові працювати заради спільного блага.

ЯК МИНУЛА СЛУЖБА І ЩО ТИ ВИНІС ІЗ НЕЇ В ЦИВІЛЬНЕ ЖИТТЯ?

Загалом досвід був позитивним, хоча легким його точно не назвеш. Ранні підйоми, фізично важкі тренування та суворі правила вимагали адаптації, але саме в такі моменти відбувалося найбільше зростання.

За пів року я набув дисципліни, точності й, передусім, терпіння. Я навчився доводити справи до кінця навіть тоді, коли мотивації вже не вистачало. Але, мабуть, найважливішим уроком стала командна робота: як ефективно взаємодіяти з різними людьми та відповідати не лише за себе, а й за результат групи. Я зрозумів, що в складних ситуаціях людина здатна на значно більше, ніж уявляє, перебуваючи в зоні комфорту. Це дуже зміцнило мою впевненість у собі.

ЯКІ ПОРАДИ ТИ ДАВ БИ МОЛОДИМ ЛЮДЬМ, ЯКІ РОЗМІРКОВУЮТЬ ПРО АРМІЮ АБО СВОЄ МІСЦЕ В СУСПІЛЬСТВІ?

Я б сказав: зупинись на мить і прислухайся до себе. Не варто робити вибір під тиском чи через думку друзів.

Армія — чудове місце для зростання, якщо ти хочеш вчитися новому й випробувати себе. Вона дає інструменти, які знадобляться в житті незалежно від того, чи ти навчаєшся, чи працюєш. Дозволь собі вийти за межі звичного — можливо, результат тебе приємно здивує.



Ми поспілкувалися з виконавчим директором Союзу оборонних гільдій Фінляндії (Maanpuolustusklubien liitto ry, MPKL) Арі Пакаріненем про історію, цілі та роль MPKL у добровільній оборонній діяльності. Він наголошує: безпека, готовність і воля до оборони формуються через співпрацю незалежно від походження.

Арі Пакарінен:

“**Безпека - це спільна справа**”

Що таке MPKL - його структура, історія та мета?

Федерація оборонних гільдій Фінляндії (MPKL ry) була заснована у 1963 році як центральна організація та представницький орган для оборонних гільдій. Від самого початку Федерація дотримувалася принципу: членом будь-якої організації може стати кожен громадянин незалежно від військового звання, статі чи віку, якщо людина зацікавлена у сфері добровільної оборони.

MPKL - це загальнонаціональна громадська організація, яка об'єднує гільдії та інші членські об'єднання, що працюють у сфері добровільної оборони. Це одна з найбільших оборонних організацій у Фінляндії.

Федерація створює, підтримує та розвиває умови для діяльності своїх членських організацій - гільдій - і надає їм різні послуги. Основне завдання MPKL - підтримувати та зміцнювати волю громадян до оборони, поширювати знання про національну оборону та брати участь у розвитку добровільної оборонної підготовки. У сфері навчання нашим партнером є МРК, створенню якого ми сприяли ще у 1990-х роках.

До Федерації входить понад 120 членських організацій - гільдій, а загальна кількість індивідуальних членів перевищує 12 000. Серед них гільдії військових частин, родів військ, традиційні гільдії, регіональні оборонні гільдії, гільдії з безпекових курсів та гільдії територіальних підрозділів.

Що б Ви хотіли сказати людям людям мігрантського походження?

Як виконавчий директор асоціації, я сподіваюся, що наша спільна організація зможе надати вашому об'єднанню можливість стати частиною спільноти, яку формують гільдії, зацікавлені у готовності, комплексній безпеці та обороні. Ви також можете знайти партнерів серед гільдій у різних сферах діяльності.

-Створіть свою організацію такою, якою ви її бачите, і реалізуйте свої цілі у співпраці зі спілкою та гільдіями. MVM і його членам не потрібно намагатися бути кимось іншим, ніж вони є.

-Я не підтримую поділ людей за походженням чи іншими ознаками. У спільноті MPKL ми рівні, і наша мета - підвищувати обізнаність про готовність і оборону. Безпека - це спільна справа, як у мисленні, так і в діях. У співпраці наша сила.

Долучається і впливай

Створи настільний прапорець для MVM!

Хочеш залишити свій слід в історії нашої організації?

Ми оголошуємо конкурс на дизайн настільного прапорця, який відображає наші цінності: спільність, безпеку та оборону.

Приз:



подарункова картка
S-ryhtmä на 100 євро

Хто може брати участь?



Члени MVM та їхні родини.

Інструкції та графік:



Деталі на сайті mvmry.fi

**ДОЛУЧАЙ СВОЮ ТВОРЧІСТЬ І ДОПОМОЖИ НАМ СТАТИ
ВИДИМІШИМИ!**



PÄIVÄ PALOASEMALLA

9.5.2026

Запрошуємо вивчати навички безпеки! «День на пожежній станції» - це безкоштовний сімейний захід, який проводиться більш ніж на 350 станціях по всій Фінляндії.

Там ви:



• навчитеся діяти під час пожежі та запобігати небезпечним ситуаціям



• зможете оглянути пожежні машини та дізнатися про роботу рятувальників



• можливо, знайдете нове важливе хобі



Знайдіть найближчу локацію на сайті:

paivapaloasemalla.fi

⇒ *turvallinen arki alkaa yhdessä* ⇐