

# KANTAMA

Журнал #1

Общественной организации

Maahanmuuttajien Varautumis- ja  
Maanpuolustusyhdistys (MVM)ry



Текущие события  
и перспективы

Обращение  
исполнительного  
директора

Шахо Джафф



# СОДЕРЖАНИЕ

<b>ОБРАЩЕНИЕ ИСПОЛНИТЕЛЬНОГО ДИРЕКТОРА</b>	<b>03</b>
<b>РЕДАКЦИОННАЯ СТАТЬЯ</b>	<b>04</b>
<b>ТЕКУЩИЕ СОБЫТИЯ И ПЕРСПЕКТИВЫ</b>	<b>05</b>
<b>ГОТОВНОСТЬ В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ</b>	<b>06</b>
<b>ЖЕНЩИНЫ УЧАСТВУЮТ</b>	<b>07</b>
<b>ГОЛОС МОЛОДЁЖИ</b>	<b>08</b>
<b>ИНТЕРВЬЮ</b>	<b>09</b>
<b>УЧАСТВУЙТЕ И ВЛИЯЙТЕ</b>	<b>10</b>
<b>МЕРОПРИЯТИЯ</b>	<b>11</b>

# Три шага к новому началу

Переезд в новую страну — это большой жизненный шаг, требующий смелости. Но опыт показывает: человек удивительно способен адаптироваться к изменениям. Новую жизнь можно построить, если найти своё место в обществе. Дом — это не только стены, но и ощущение, что ты часть сообщества и можешь быть ему полезен. Как исполнительный директор, хочу поделиться тремя советами, которые помогут найти своё место в Финляндии:

### 1. Учите язык.

Язык — главный ключ к обществу. Каждое новое слово облегчает повседневную жизнь и открывает новые возможности. Не бойтесь использовать язык каждый день — это ваш мост к другим людям.

### 2. Ищите работу или другую форму занятости.

Работа придаёт жизни ритм и смысл, даёт возможность внести свой вклад в общество. Если сразу не удаётся найти работу, волонтерство и стажировки — отличный способ завести полезные контакты и начать свой путь.

### 3. Принимайте и разделяйте финские ценности.

Доверие, равенство и ответственность — основа общества. Одна из ключевых черт Финляндии — высокая готовность защищать страну, то есть желание заботиться о нашем общем доме.

*Дополнительный совет: присоединяйтесь к деятельности MVM. Участвуя в нашей работе, вы на практике увидите, как можно включиться в добровольную деятельность в сфере безопасности и готовности к кризисам. Это шаг от наблюдения со стороны к активному участию. Давайте вместе строить более безопасную Финляндию — для всех нас.*



Шахо Джафф

Исполнительный директор  
MVM

**С чего вы готовы  
начать свой путь в  
сфере добровольной  
безопасности?**



# Безопасность — общее дело

Давайте вместе укреплять Финляндию!

Финляндия уже девятый год подряд признана самой счастливой страной мира по версии World Happiness Report 2026. Но за этим званием стоит не только высокий уровень жизни. Его основа — доверие, устойчивость и чувство безопасности. Счастье невозможно без уверенности в том, что в трудный момент человек не останется один.

Вы читаете первый выпуск журнала KANTAMA. Его название происходит от финского слова, которое означает «дальность», «радиус действия» или «охват» — то есть то, как далеко может распространяться влияние. Для нас безопасность — это не только технические системы или работа государственных служб, это общее дело и своего рода универсальный язык, который объединяет людей независимо от их происхождения.

Почему безопасность — это язык? Потому что в основе лежат коммуникация, понимание и участие. Когда вы знаете, что делать при отключении электричества или где находится ближайшее убежище — вы уже «говорите» на языке готовности. Когда вы помогаете соседу или участвуете в волонтерской деятельности — вы используете язык солидарности.

Цель MVM — превратить информацию о безопасности из источника страха в практический навык. Мы стремимся устранить пробелы в знаниях и сделать так, чтобы языковые и культурные барьеры не мешали безопасной повседневной жизни. В этой газете жители Финляндии с миграционным прошлым не просто получают информацию, а выступают как активные эксперты и участники.

Присоединяйтесь! Безопасность становится крепче, когда каждый из нас чувствует, что Финляндия — это его дом, о котором стоит заботиться и который важно защищать. Давайте вместе строить более устойчивое и безопасное общество — день за днём, шаг за шагом.



**Добро пожаловать в это путешествие!**



## Кому доверять в кризисной ситуации?

Последние новости о дронах, случайно оказавшихся на территории Финляндии, вызвали много вопросов и тревоги. В марте 2026 года в Юго-Восточную Финляндию, в том числе в районы Коуволы и Луумаки, попали украинские дроны дальнего действия. Хотя причиной стала техническая ошибка из-за помех GPS, ситуация показала, как быстро могут распространяться слухи, догадки и даже неверная информация.

В кризисной ситуации главным и самым надёжным источником всегда являются официальные органы.

### **Kantama и MVM рядом с вами**

Газета Kantama и организация Maahanmuuttajien Varautumis- ja Maanpuolustusyhdistys ry стремятся преодолеть языковые барьеры и делать информацию о безопасности доступной каждому. Наша цель — превращать страх в навыки, предоставляя понятную и надёжную информацию на вашем языке.

### **Помните:**

власти постоянно следят за ситуацией. В неясных случаях сохраняйте спокойствие и проверяйте информацию напрямую из официальных источников. Финляндия — наш общий дом, который мы защищаем вместе с помощью знаний и готовности к разным ситуациям.

## **Официальная информация — ваша опора**

### **Следите за официальными каналами**

Доверяйте сообщениям полиции, Сил обороны Финляндии, Министерства внутренних дел и других органов власти.

### **Используйте приложение 112 Suomi**

Через него можно получать важные предупреждения об опасности прямо на телефон.

### **Не распространяйте слухи**

Не делитесь непроверенными фотографиями, видео или данными о местоположении в соцсетях. Это может помешать работе властей.

## Домашняя аптечка

В этой рубрике мы каждый месяц говорим о том, как подготовиться к разным неожиданным ситуациям в обычной жизни. Наша цель — превратить информацию о безопасности из источника страха в практические действия и дать понятные инструменты на случай сбоев и кризисов.

Весной самое время проверить, готов ли ваш дом к небольшим травмам и внезапным болезням. В кризисной ситуации помощь не всегда приходит сразу, поэтому важно уметь позаботиться о себе и близких. Домашняя аптечка — часть запаса, который рекомендуется иметь дома минимум на 72 часа.

### Что должно быть в домашней аптечке?

Убедитесь, что дома есть хотя бы на несколько дней:

#### Рецептурные лекарства:

необходимые лекарства для членов семьи

#### Обезболивающие и жаропонижающие:

средства от боли и температуры

#### Средства для самостоятельного ухода:

лекарства от аллергии и проблем с желудком

#### Первая помощь:

пластыри, бинт или марля, средство для очищения ран и термометр

#### Йодные таблетки:

принимать только по указанию властей, например при радиационной опасности.

**Храните лекарства в сухом месте, недоступном для детей. Регулярно проверяйте срок годности, а просроченные лекарства всегда относите в аптеку — их нельзя выбрасывать вместе с обычным мусором.**

## Женщины участвуют

### невидимый труд, который имеет значение

В Финляндии живут примерно 300 000 женщин с миграционным прошлым. У каждой из нас своя история и свой путь, но нас объединяет главное: Финляндия — наш дом. Мы являемся неотъемлемой частью финской повседневной жизни, будущего и, что особенно важно, безопасности.

Женщины выполняют в своих сообществах множество ролей: они матери, предпринимательницы, студентки, помощницы и те, кто соединяет людей между собой. Безопасность и защита страны часто воспринимаются как что-то исключительно военное. Но на самом деле устойчивость общества во многом держится на повседневных действиях. Безопасность — это забота, достоверная информация и умение действовать в неожиданных ситуациях. Женщины делают эту работу каждый день, укрепляя устойчивость своих семей и районов к кризисам. Цель этой рубрики — сделать этот важный, часто невидимый труд заметным. Мы хотим рассказывать о знаниях, опыте и мотивации женщин с миграционным прошлым. Готовность к кризисам — это не только подготовка к чрезвычайным ситуациям, но и практические навыки, спокойствие и уверенность, которые нужны каждому из нас

**Рубрика «Женщины участвуют» — это приглашение и площадка для разговора. Это место, где ваш голос может быть услышан, а ваш опыт — поддержать и вдохновить других. Безопасность — это не только дело властей. Она создаётся вкладом каждого из нас.**



**Присоединяйтесь:  
делитесь своей  
историей и стройте  
вместе с нами более  
безопасное завтра.  
Каждая женщина,  
каждый навык и  
каждое действие  
имеют значение.**

## МОЙ ПУТЬ ПРИВЁЛ МЕНЯ АРМИЮ «Я ХОТЕЛ УВИДЕТЬ, НА ЧТО СПОСОБЕН»

В новой рубрике Kantama молодые люди рассказывают о своём опыте, выборе и мыслях, связанных с обороной страны. В первом номере один молодой человек делится тем, почему решил пройти военную службу, чему научился за время службы и как «зелёная форма» изменила его взгляд на мир.



Rae Omid

### ПОЧЕМУ ТЫ ВЫБРАЛ АРМИЮ?

Сначала решение пойти на службу не было для меня очевидным. Я долго думал, а вокруг было много разных мнений: одни активно поддерживали, другие сомневались, есть ли в этом смысл. В какой-то момент я понял, что нельзя строить своё решение только на ожиданиях других людей. Я хотел бросить себе вызов, научиться дисциплине и увидеть, где проходят мои собственные границы. Если в жизни слушать только чужие сомнения и страхи, можно так и остаться на месте. Поэтому я решил воспользоваться возможностью и посмотреть, что служба может дать мне — и что я сам могу дать ей.

### ИЗМЕНИЛА ЛИ СЛУЖБА ТВОИ ВЗГЛЯДЫ НА ОБЩЕСТВО И ОТВЕТСТВЕННОСТЬ?

Безусловно. До службы я, наверное, больше смотрел на мир с точки зрения отдельного человека. Во время службы я глубже понял, что общество — это большой механизм, который работает только благодаря сотрудничеству и общей ответственности. У каждого есть своя роль. И если кто-то не выполняет свою часть, это отражается на других. Я стал по-новому ценить безопасность и порядок. Понял, что мир и стабильность не существуют сами по себе. За ними стоят люди, готовые работать ради общего блага.

### КАК ПРОШЛА СЛУЖБА И ЧТО ТЫ ВЗЯЛ С СОБОЙ В ГРАЖДАНСКУЮ ЖИЗНЬ?

В целом это был положительный опыт, хотя не всегда было легко. Ранние подъёмы, физически тяжёлые тренировки и строгие правила требовали привыкания, но именно в такие моменты и происходил главный рост. За полгода я стал дисциплинированнее, точнее и, главное, терпеливее. Я научился доводить дела до конца даже тогда, когда мотивации почти не оставалось. Но, пожалуй, самый важный урок — это командная работа: как действовать с разными людьми, отвечать не только за себя, но и за результат всей группы. Я понял, что в трудных ситуациях человек способен на гораздо большее, чем думает в привычной комфортной обстановке. Это по-новому укрепило мою уверенность в себе.

### ЧТО БЫ ТЫ СКАЗАЛ МОЛОДЫМ ЛЮДЯМ, КОТОРЫЕ ДУМАЮТ О СВОЁМ ОТНОШЕНИИ К АРМИИ ИЛИ О СВОЁМ МЕСТЕ В ОБЩЕСТВЕ?

Я бы сказал: остановись на минуту и прислушайся к себе — что кажется правильным именно тебе. Не стоит делать выбор только из-за давления со стороны или разговоров в компании. Армия может стать хорошим местом для роста, если у тебя есть желание учиться новому и проверить себя. Она даёт навыки, которые пригодятся в жизни в любом случае — в учёбе, на работе и в отношениях с людьми. Осмелюсь проверить свои границы — возможно, ты приятно удивишься.



**Ари Пакаринен:**

Мы побеседовали с исполнительным директором Маанпуолустускиелтоjen liitto ry Ари Пакариненом об истории МРКЛ, целях организации и её роли в добровольной оборонной деятельности. Он подчёркивает: безопасность, готовность к кризисам и желание защищать страну строятся через сотрудничество — независимо от происхождения человека.

“**Безопасность — общее дело**”

”

### Что такое МРКЛ: его структура, история и цель?

Маанпуолустускиелтоjen liitto ry, или МРКЛ ry, был основан в 1963 году как объединяющая организация и представитель интересов оборонных гильдий. С самого начала одним из принципов МРКЛ было то, что вступить в гильдии могут все граждане, заинтересованные в добровольной оборонной деятельности, независимо от воинского звания, пола и возраста. МРКЛ — это общенациональная гражданская организация в сфере добровольной обороны, объединяющая гильдии и другие членские объединения. Это одна из крупнейших оборонных организаций Финляндии.

Задача МРКЛ — создавать, поддерживать и развивать условия для деятельности своих членских организаций, то есть гильдий, а также предоставлять им услуги. Одна из главных задач союза — поддерживать и укреплять у граждан желание защищать страну, распространять знания о национальной обороне и участвовать в развитии добровольного оборонного обучения. В вопросах обучения партнёром МРКЛ является МРК, в создании которого союз участвовал в 1990-е годы.

В союз входит более 120 членских объединений — гильдий, а общее число индивидуальных членов превышает 12 000 человек. Среди гильдий есть объединения воинских частей, родов войск, историко-традиционные гильдии, региональные оборонные гильдии, гильдии курсов безопасности и гильдии региональных войск.

### Какое послание вы хотели бы передать иммигрантам?

Как исполнительный директор союза я надеюсь, что наше общее объединение сможет дать вашей ассоциации возможность стать частью сообщества гильдий — людей, интересующихся готовностью к кризисам, общей безопасностью и обороной страны, а также найти партнёров для сотрудничества в разных сферах.

Стройте свою ассоциацию такой, какой вы её видите сами, чтобы вместе с союзом и гильдиями вы могли воплощать свои цели в жизнь. МВМ и её членам не нужно пытаться быть кем-то другим — достаточно быть собой.

Я не люблю делить людей по разным категориям в зависимости от их происхождения. В сообществе МРКЛ мы равны и вместе стремимся повышать осведомлённость о готовности к кризисам и национальной обороне. Безопасность — это общее дело: и на уровне внутреннего отношения, и на уровне действий. В сотрудничестве — сила.

Участвуйте и влияйте

## придумайте настольный флажок для MVM!

Хотите оставить свой след в истории нашей ассоциации?

Мы проводим среди участников конкурс на дизайн настольного флажка, который отражает наши ценности: общность, безопасность и защиту страны.

**Приз:**



подарочная карта  
S-ryhtmä на 100 евро

**Кто может участвовать?**

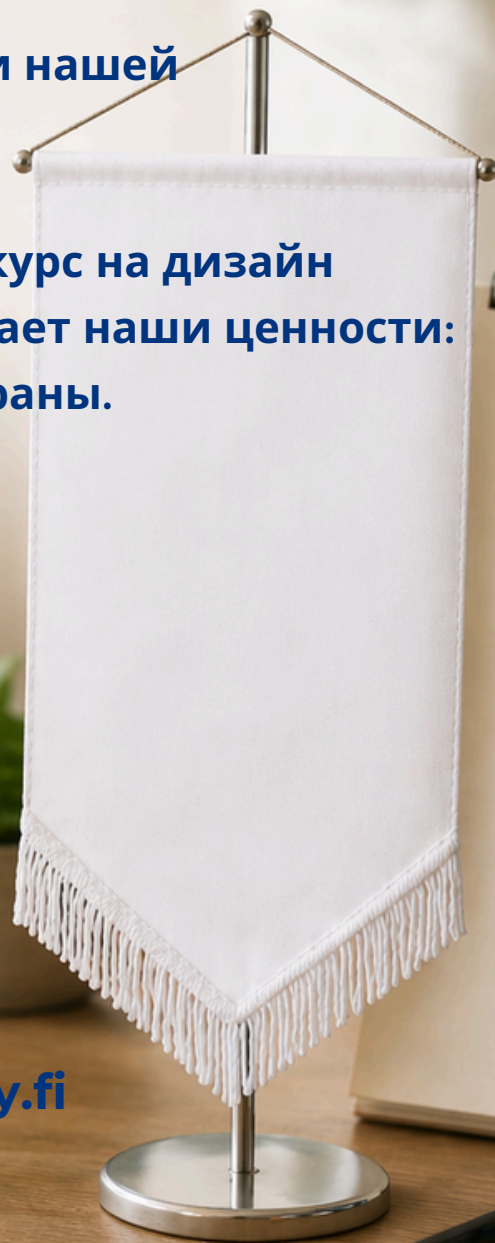


Члены MVM ry и их  
семьи

**Инструкции и сроки:**



подробнее на сайте [mvmry.fi](http://mvmry.fi)



**ВКЛЮЧАЙТЕ ФАНТАЗИЮ И ПОМОГИТЕ НАМ СТАТЬ  
ЗАМЕТНЕЕ!**






# PÄIVÄ PALOASEMALLA

## 9.5.2026

Добро пожаловать учиться навыкам безопасности!  
Päivä Paloasemalla — бесплатное мероприятие для всей семьи,  
которое проходит более чем на 350 пожарных станциях  
по всей Финляндии.

Вы узнаете:

-  как действовать при пожаре и как предотвращать опасные ситуации
-  познакомитесь с пожарными машинами и работой пожарной службы
-  возможно, найдёте для себя новое и полезное увлечение!



Найдите ближайшую станцию на сайте:

[paivapaloasemalla.fi](https://paivapaloasemalla.fi)

⇒ *turvallinen arki alkaa yhdessä* ⇐