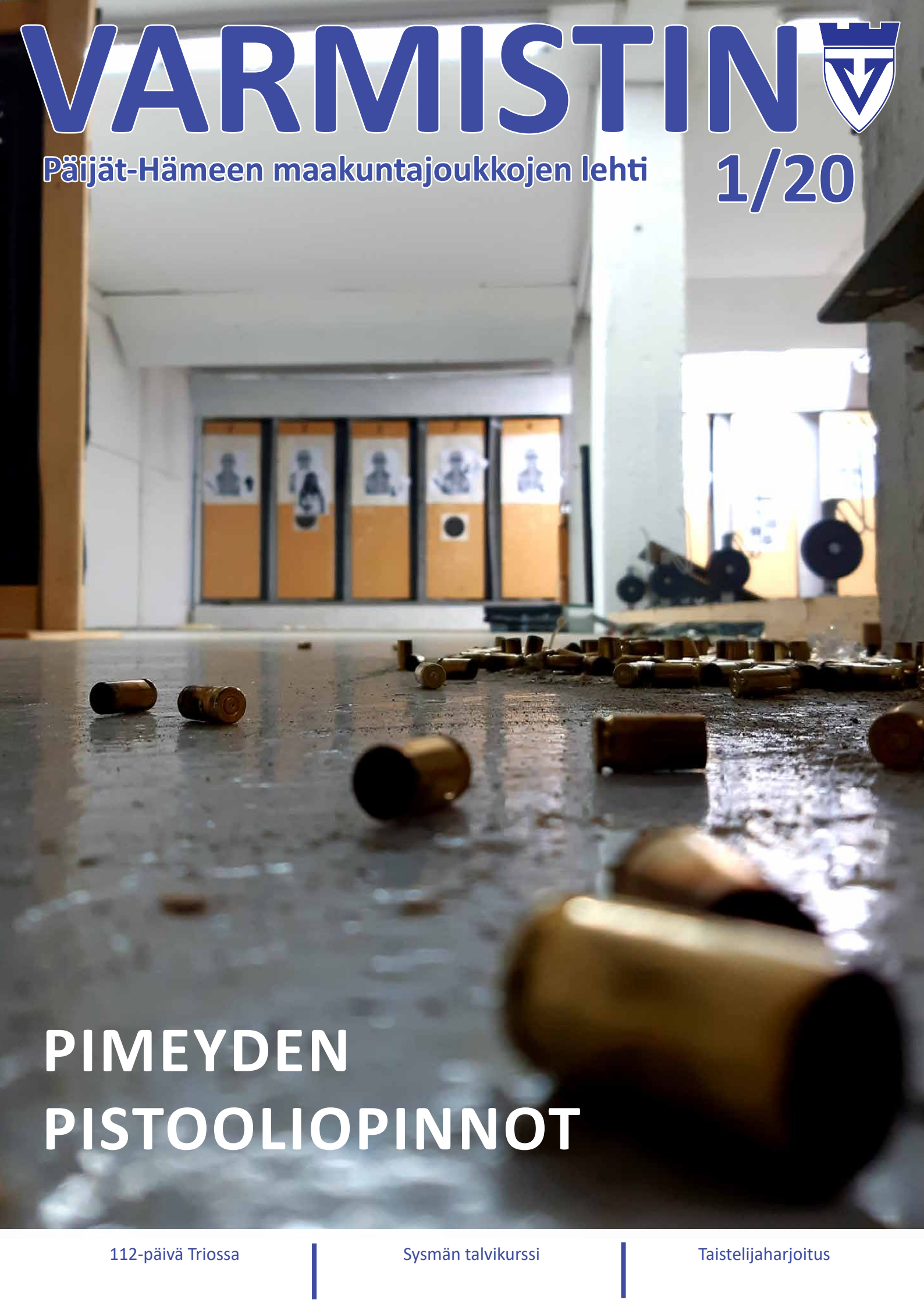


VARMISTIN

Päijät-Hämeen maakuntajoukkojen lehti

1/20



PIMEYDEN PISTOOLIOPINNOT



112-päivän vetonaulaksi osoittautui ekoaseammunta.

VARMISTIN

VARMISTIN on Päijät-Hämeen maakuntajoukkojen lehti, joka ilmestyy neljä kertaa vuodessa. Seuraava numero ilmestyy kesäkuussa 2020. Aineisto sitä varten on toimitettava 31.5.2020 mennessä.

ISSN-L 2242-4679
ISSN 2242-4679

Päätoimittaja

Jenni Paasio
jenni.paasio@maakuntakomppania.fi

Mainokset

Varmistin ry
Vapaaehtoisen maanpuolustuskoulutuksen tukiyhdistys
Päätoimittaja Jenni Paasio
jenni.paasio@maakuntakomppania.fi

Jäsenrekisteriasiat

Timo ja Margit Vento
jasenasiat@varmistin.fi

Yhdistyksen posti

Varmistin ry, PL 182, 15101 Lahti

Päijät-Hämeen Maakuntakomppania

PL 5, 15701 LAHTI
Käyntiosoite Hämeen aluetoimisto, Kirkkokatu 12
0299 484 133 (ma-pe virka-aikana)

Yksikön päällikkö

Tommi Tirkkonen
tommi.tirkkonen@maakuntakomppania.fi

Pääkouluttaja

yliluutnantti Timo Matilainen
0299 484 123
timo.matilainen@maakuntakomppania.fi

Päivystäjä

0299 484198
paivystaja@maakuntakomppania.fi

Painopaikka

Padasjoen kirjapaino



Kuvat kannessa ja infosivulla: Jenni Paasio,
sisällyssivulla: Heikki Helin

PÄIJÄT-HÄMEEN MAAKUNTAKOMPPANIA

ja VARMISTIN RY FACEBOOKISSA

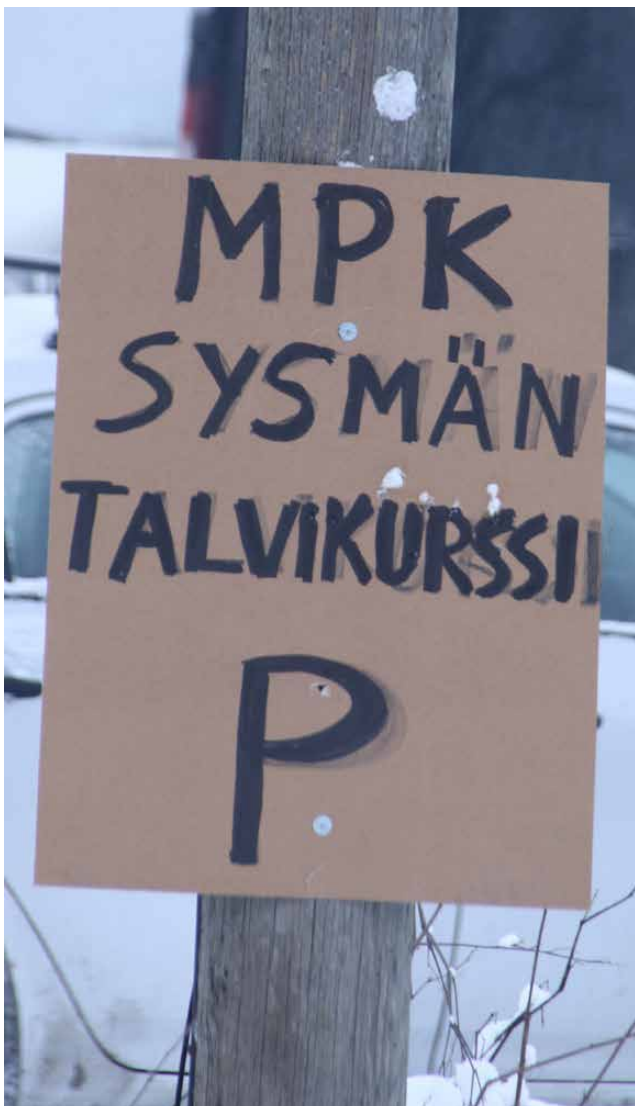
<https://www.facebook.com/phmaakk>

<https://www.facebook.com/varmistin>

SEKÄ TWITTERISSÄ

twitter.com/varmistin

@Varmistin #varmistin



*Sysmän talviharjoituksen ääreen voi parkkeerata
sivulta 16 alkaen.*

VARMISTIN NRO 1

6.3.2020

12. vuosikerta

TÄSSÄ NUMEROSSA:

Päätoimittaja 4

Aluetoimisto 6

MKJ 7

Pimeyden pistooliopinnot 8

Varmistin ry 10

112-päivä 11

Taistelijaharjoitus 12

Lisää suorituskyyä - osa 3 14

Sysmän talvikurssi 16

VeriRyhmähaaste 19

PÄÄTOIMITTAJA

Aluetoimistolle on palannut aika monelle lukijalle tuttu henkilö. Kapteeni Tommi Tenhu kertoo kuulumisensa sivulla 6. Tervetuloa takaisin!

Helmikuun alussa kävin pitkästä aikaa Parolassa Panssariseminaarissa. Vuosittain Parolannummella vanhassa sotilaskodissa järjestettävä seminaari käsittelee panssari- ja panssarintorjunta-alaa. Luennoitsijat ja aiheet toki vaihtuvat, mutta peruskonsepti on ollut viisi luentoa ja niihin liittyvä kaulustoesittely.



Samaan aikaan Sysmässä järjestettiin kymmenennen kerän Sysmän kansainvälinen talvikurssi. Varoituksen sana: luettua kertomuksen haluat melko varmasti osallistua kursseille ensi vuonna...

Kuntoasiat puhuttavat edelleen ja kenttäkelpoisuusprojekti jatkuu. Valmentajan vinkit löytyvät sivulta 15, ja seuraavalta sivulta löytyy tämän vuoden lihaskunto- ja Cooperin testien aikataulut. Ne kannattaa merkitä kalenteriin jo nyt, jotta pakolliset testit tulee varmasti suoritettua tänäkin vuonna.

Helmikuun lopulla pidettiin Varmistin ry:n vuosikokous, jossa allekirjoittanut yllättyi melkoisesti. Päijät-Hämeen Kiltapiiri ry:n Vuoden Kiltalaiseksi 2019 valittuna vastaanotin kiertopalkintona kulkevan kuvassakin näkyvän pokaalin. Maanpuolustustyö on usein hiljaista ja joskus salaistakin



Kuva: Marko Niskanen

työtä, mutta Varmistin-lehden avulla voimme tehdä ainakin osan siitä näkyväksi ja kuuluvaksi. Nöyrä kiitos tunnustuksesta. Tästä on hyvä jatkaa!

Kiittäen,
Jenni

P.S. Olethan tutustunut Varmistimen verkkokauppaan <https://holvi.com/shop/varmistin?> Tällä hetkellä valikoimasta löytyy mm. nimilaput ja emalimukit, mutta tulossa on ainakin kaksi erilaista paitaa. Pidä silmät ja korvat auki. Verkkokaupan kautta onnistuu myös ilmoitustilan ostaminen Varmistin-lehteen. Ilmoittaminen on hyvä tapa tukea paikallista turvallisuustyötä. Aineiston toimitus taittovalmiina osoitteeseen jenni.paasio@maakuntakomppania.fi



Kuvassa Panssariseminaarin kalustoesittelyssä olleita vaunuja. Kuvat seminaarista: Jenni Paasio

PHMAAKK:N JA MKJ:N LKT JA COOPERIN TESTIT 2020

Tammi-, helmi- ja maaliskuu vapaat

LKT sunnuntai 5.4. klo 17.00 PPE

LKT sunnuntai 3.5. klo 17.00 V-AJ/Käki

LKT sunnuntai 14.6. klo 17.00 1. joukkue, KRH

Heinä- ja elokuu vapaat

LKT sunnuntai 6.9. klo 17.00 Komento/Huolto

LKT sunnuntai 11.10. klo 17.00 MKJ

LKT sunnuntai 15.11. klo 17.00 MKJ

Joulukuu vapaa

COOPER lauantai 16.5. klo 11.00 PPE

COOPER lauantai 27.6. klo 11.00 V-AJ/Käki

COOPER lauantai 15.8. klo 11.00 1. joukkue, KRH

COOPER lauantai 12.9. klo 11.00 Komento/Huolto

COOPER lauantai 3.10. klo 11.00 MKJ

Lihaskuntotestit pidetään Kampinlajikeskuksella, Sammonkatu 6.

Cooperin testit pyritään pitämään Radiomäen kentällä.

Vaihtoehtoinen paikka on Pikku-Vesijärven ranta.

Kuntotestit ovat **pakolliset** kaikille maakuntajoukkojen sitoumuksen tehneille, ja johtajat huolehtivat oman joukkonsa paikalle.

Mikäli oman yksikön päivämäärä ei sovi, voi osallistua mihin tahansa muuhun testitapahtumaan. Päivystäjä lähettää muistutuksen lähestyvistä testeistä. Testit ovat avoimet myös muille reserviläisille kuin maakuntajoukkolaisille.

Ohjattuja marsseja järjestetään muutamia vuoden mittaan, ja niistä tiedotetaan erikseen päivystäjän kautta. Joukkueita kannustetaan pitämään myös omia marsseja.

Testauksiin liittyvissä kysymyksissä ota yhteys:

Erkki Vilja

erkki.vilja@maakuntakomppania.fi

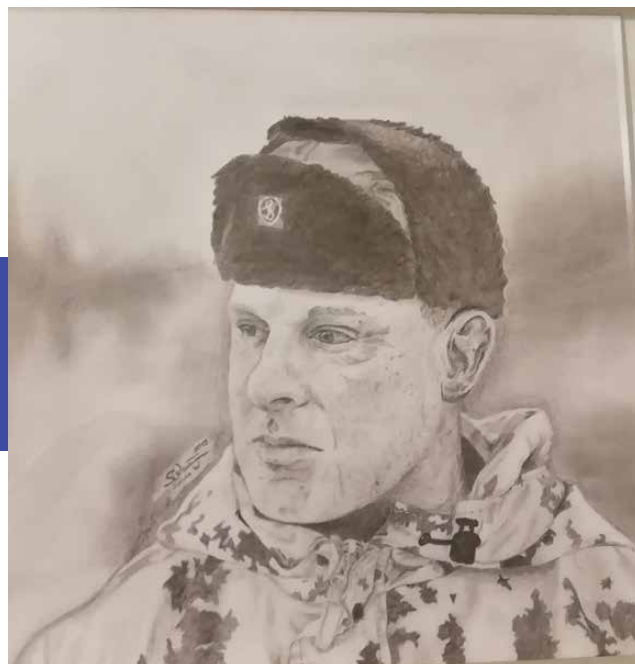
040-5002757

ALUETOIMISTO

Tervehdys soturit

Olen kapteeni Tommi Tenhu Lahdesta. Suoritin vuonna 1987 varusmiespalveluksen Lahdessa, Hämeen Rykmentissä urheilukoulussa. Vuonna 1988 aloitin työt ja sain olla kentällä varusmiesten kanssa eri tehtävissä vuoteen 2005 saakka, jolloin siirryin Hämeen Rykmentin esikuntaan alueupseeriksi ja myöhemmin kertausharjoitusupseeriksi. Monet teistä saattavat muistaakin minut noilta ajoilta. Rakensimme silloin Päijät-Hämeen maakuntakomppaniaa kovalla innolla. Vuonna 2011 siirryin Puolustusvoimien varusmiessoittokuntaan varapäällikön tehtävään, josta siirryin 1.1.2020 Hämeen aluetoimistoon Lahteen osastoupseeriksi.

Vuonna 2020 Puolustusvoimissa on tapahtunut isoja muutoksia, varusmiesten koulutus uudistui kokonaan ja sen vaikutukset näkyvät tulevaisuudessa myös reserviläisillä. Uudet reservin koulutusta koskevat lait tulivat käyttöön. Vanhoilla tavoilla emme voi kaikkea koulutusta enää toteuttaa. Reserviläisten oikeudet ja vastuu kasvavat harjoituksissa ja koulutuksissa. Tänä vuonna aloitamme koulutuksia, joilla lisätään reserviläisten eri oikeuksia. Tavoitteena on suurentaa osaajien määrää, jotta samat ihmiset eivät aina kuormittuisi



Kuva: Puolustusvoimat / Selina Winsten (lyijykynä)

harjoituksissa. Fyysiseen suorituskyykyyn on myös syytä kiinnittää harjoituksissa huomiota. Pyritään lisäämään liikuntaa sinne, mihin se soveltuu parhaiten. Omaehtoinen harjoittelu toimintakyvyn kehittämiseksi on edelleen kaikista tärkeintä. Harjoitusmahdollisuuksia on nyt merkittävästi enemmän mm. kamppailun, sulkapallon, kuntosalin ja säbäilyn merkeissä. Kaikki ovat tervetulleita mukaan hikoilemaan yhdessä liikuntavuoroille.

Kiitos teille kaikille, että otitte minut lämpimästi mukaan joukkoonne ja toimintaanne. On ollut ilo huomata, miten monet asiat ovat kehittyneet eteenpäin varsinkin paikallispataljoonan osalta. Olette tehneet hienoa työtä kotiseutumme turvallisuuden edistämiseksi.

Oikein hyvää kesän odotusta ja nähdään harjoituksissa!!

Tommi Tenhu

Vuoden 2020 harjoituksia

16.3. OEH harjoitusilta
21.3. VEH ampumapäivä PAIKP
27.-29.3. VEH PAPU
31.3.-2.4. KH PAIKPE
6.4. OEH harjoitusilta
18.4. VEH ampumapäivä MAAKK
24.-26.4. VEH Kevät-Hälvä
8.-10.5. VEH OPSU
15.-17.5. VEH MAAKK1
25.5. OEH harjoitusilta
8.6. OEH harjoitusilta
14.-16.8. VEH MAAKK2

24.8. OEH harjoitusilta
7.-11.9. KH PAPU2
21.9. OEH harjoitusilta
25.-27.9. VEH syksyn pääharjoitus
2.-4.10. VEH MKJ-harjoitus
2.11. OEH harjoitusilta
21.-22.11. OEH koulutussuunnittelu

Muutokset mahdollisia. Lisäksi voi olla muita yksikkökohtaisia harjoituksia.
Tarkkaile sähköpostiasi sekä koulutuskalenteria osoitteessasi mpk.fi.



MKJ

Maakuntajoukkojen suojauskomppania Päijät-Hämeessä

Suojauskomppanian tärkein tehtävä on luonnollisesti poikkeusolojen kohteen suojaus. Siihen liittyy monia erilaisia tehtäviä kuten esimerkiksi kulunvalvonta, vartiointi, alueen eristäminen, liikenteenohjaus, henkilösuojaus, henkilön tarkistaminen, järjestyksen ylläpito, yhteistyö viranomaisten kanssa jne. Näitä tehtäviä harjoitellaankin jatkuvasti, jotta suojauskomppanian toiminta olisi mahdollista. Yhteistointi suojattavan yksikön ja muiden alueella toimivien yksiköiden kanssa on tärkeää. Päijät-Hämeen maakuntajoukoissa yhteistyö on kattavaa ja sujuvaa. Monilla yksiköillä on samoja tai samantyyppisiä tehtäviä, ja siksi onkin luonnollista, että osaamista hyödynnetään yhteistyössä. Erityisesti yhteistyö muiden suojauskomppanioiden ja SPOLK:n kanssa mahdollistaa todella monipuolisen koulutuskalenterin.

Suojauskomppanian pääkoulutushaara on jalkaväki, jota koulutetaan suojaamaan poikkeusolojen taistelutukikohtia. Paikallisjoukkojen järjestelyissä hyödynnetään paljon vapaaehtoisuutta. Joukkoihin sijoitetaan toiminta-alueen hyvin tuntevia reserviläisiä alueellisista joukoista. Suuri osa suojauskomppanian miehistöstä on sotilaspoliiseja, joiden varusmieskoulutus antaa hyvän perustan toiminnalle. Sotilaspoliisikoulutuksen puuttuminen ei kuitenkaan ole este suojauskomppaniaan kuulumiselle, sillä kattavan koulutuksen avulla saadaan miehistölle koulutettua ajantasaiset tehtävät. Koulutusta tarvitaan joka tapauksessa muutenkin, sillä muuttuva toimintaympäristö vaatii jatkuvaa mukautumista, taitojen kehittämistä sekä ylläpitoa.

Yksikön päällikön näkökulmasta tehtävä on mielenkiintoinen ja haastava. Päällikkö vastaa siitä, että yksikkö suoriutuu sille annettavasta tehtävästä ja harjoittelee toimintaansa rauhan aikana. Muuttunut toimintaympäristö ja erilaiset lisääntyneet konfliktit maailmalla ja niiden uhat asettavat erilaisia haasteita toiminnan suunnittelussa. Erityisesti muuttu-

neet aikamääreet toiminnan aloittamisessa ja toimintakyvyn saavuttamisessa ovat asioita, joita erityisesti pitää huomioida suunnitelmien valmisteluissa. Haastavinta on kuitenkin motivoituneiden reserviläisten rekrytointi, sillä suojauskomppaniat toimivat pääosin reserviläisten voimin. Sitoutuminen toimintaan vaikuttaa tällä hetkellä haastavalta myös monille muillekin yksiköille, vaikka todellisuudessa jo muuttaman viikonlopun tai päivän sitoutuminen harjoitteluun olisi varmasti monelle kohtuullisen helppo toteuttaa. Tuollakin määrällä harjoituspäiviä saataisiin kuitenkin jo merkittäviä tuloksia taitojen kehittämiseen ja ylläpitämiseen.

Maakuntajoukoissa toiminta perustuu koulutettujen reserviläisten osaamiseen. Suojauskomppanian miehistön tehtävä on varsin fyysistä, joten omasta kunnosta huolehtiminen on tärkeää. Sotilaan perustaitojen harjoittelu, kuten esimerkiksi ammunta ja voimankäyttöharjoitukset, kuuluvat olennaisena osana aktiivisen reserviläisen harjoitteluun. Lisäksi MPK ja muut yksiköt järjestävät liikunnallista koulusta ja aktiviteetteja, jotka tukevat suojauskomppanian taistelijan suorituskykyä. Harjoitukset ovatkin viime vuosina kehittyneet huomattavasti toiminnallisempaan suuntaan. Erityisesti ampumapäivissä olemme päässeet harjoittelemaan monipuolisesti eri aseilla, ja harjoitukset ovat muuttuneet paljon perinteisistä 150 m:n kohdistusammunnoista.

Suojauskomppaniasta löytyy paljon mielenkiintoisia tehtäviä, joiden suorittamiseen tarvitaan aktiivisia reserviläisiä. Sotilasarvo ei ole este vastuullisempienkaan tehtävien hoitamiseksi, jos vain mielenkiintoa ja ennen kaikkea aktiivisuutta ja maanpuolustustahtoa löytyy. Suojauskomppanian tehtävä on tärkeä, sillä ilman sitä mitään yksikköä ei voida perustaa.

Sami Valtonen
Reservin kapteeni



Pimeyden pistooliopinnot

"The dark side is strong!"

Syksyllä haettiin osallistujia pimeälle puolelle. Vaatimuksena oli oma kalusto, joten omalla kohdalla homma jäi harmillisesti siihen. Pelkällä varustevyöllä ja epämääräisillä koteloilla ei vihollista tuhottaisi kovin helposti. Kuitenkin marraskuun loppupuolella minulle tarjottiin paikkaa kurssille, ja asekin löytyisi lainaan.

Seuraavaksi ongelmaksi osoittautui taskulampun löytäminen. Tiesin, että jonnekin päin asuntoani olin varastoinut painokytkimellä toimivan käsivalaisimen. Liukukytkimellisiä kyllä löytyi montakin, myös kavereilta. Koska ampuma-asetta käsitellessä helposti käytettävän valaisimen tärkeys korostuu, jouduin pitkän etsiskelyn jälkeen luovuttamaan ja siirtymään taskulamppuostoksille, ja varmuuden vuoksi ostin kaksi erilaista.

Joulukuun puolivälissä loputtomalta tuntuneen syksyisen kelin jälkeen ajoin oikein mainiossa lumimyräkässä kohti Sysmää ja Sysmän urheilutalon alakerrassa sijaitsevaa sisäämpumarataa. Turvallisuuspuhuttelun, radan ja taulujen rakentelun sekä teorian jälkeen pääsimme ensin ottamaan tuntumaa ihan peruspistooliampuntaan. Alusta asti harjoiteltiin yhdellä kädellä ampumista, koska tarkoitus oli lopulta ampua pimeässä niin, että pistooli on toisessa kädessä, ja toi-



sessä kädessä on valaisin, jonka avulla näkee kohteen. Tuhoaminen on helpompaa tai ainakin nopeampaa, jos saa näköyhteyden vihulaiseen.

Aamupäivä hujahti hetkessä, ja ravitsevan lounastauon jälkeen siirryimme valaisintekniikoiden äärelle. Lyhyen teoriaosuuden jälkeen kokeilimme eri tekniikoita aseiden kanssa, ja siirryimme melko pian varsinaiseen ampumiseen pimeässä. Käytettävät tekniikat olivat yleisimmät maailmalla käytössä olevat valaisintekniikat. Kukin taistelija pääsi kokeilemaan itselle sopivaa tapaa ja paikkaa valaisimelle, ottaen tietenkin huomioon myös ampumapaikan ja -suojan rajoitteet ja hyödyt. Valaisimen käyttö tai pikemminkin sen poisliitto lipaanvaihdon ajaksi tuli myös harjoiteltua.

Jotta koko iltapäivä ei menisi peläksi räiskimiseksi, tuli mukaan myös kohteen tunnistaminen valaisimen kanssa. Käännytyksissä tauluissa oli erilaisia kohteita, joista piti nopeasti tunnistaa uhkaavat ja tuhota ne jättäen viattomat ohikulkijat ampumatta.

Päivän lopulla ammuttiin myös pihvikisa, ja illan kruunasi sovellettu harjoite, jossa yhdistettiin päivän aikana opitut asiat. Adrenaliini nosti sykettä ja herkisti aistit. Täydessä pimeydessä radalla eteneminen. Suojan taakse asettuminen ja kohteen valaisu sekä tunnistaminen. Vaatiiko toimenpiteitä, vai onko radalla vain kännykkäänsä räpläävä harmiton, mutta selkeästi ärsyttävästi väärässä paikassa oleva henkilö? Liikkumattomien ja liikkuvien vihollisten lamauttaminen. Toisilla kädessään veitsi, toisilla ampuma-ase. Käskyttäminen ja käskyä noudattamattomien nopea tuhoaminen. Raakaa peliä "in the zone".

Kokonaisuutena päivä oli erittäin hyvä ja hyödyllinen. Lopurata oli mukaansatempaavan viihdyttävä ja hyvin rakennettu hyödyntäen koko tilaa. Ennen ja jälkeen oman suorituksen oli myös äärimmäisen mielenkiintoista seurata muiden kurssilaisten suorituksia.

Teksti: Jenni Paasio

Kuvat: Kim Aro ja Jenni Paasio



VARMISTIN



Varmistin-yhdistys on tukijoukko maakuntajoukon takana. Vuonna 2009 perustetun yhdistyksen tehtävänä on toimia jäsentensä yhdyssiteenä Päijät-Hämeen turvallisuutta edistävää toimintaa tukien. Yhdistys kohottaa ja ylläpitää maanpuolustustahtoa sekä vaikuttaa yleisten maanpuolustusedellytysten parantumiseen yhdistyksen toiminta-alueella. Se ylläpitää ja kehittää paikallista vapaaehtoista maanpuolustustoimintaa. Varmistin-yhdistyksen taloudellisella tuella on pystytty toteuttamaan kalusto- ja tarvikehankintoja sen lisäksi, että on voitu palkita harjoituksissa ja toiminnassa ansioituneita henkilöitä. Jäsenmaksu- ja varainhankintatuloilla on muun muassa hankittu koulutusmateriaalia, tuettu kouluttajakoulutusta sekä hankittu maakuntajoukoille virka-apu- ja poikkeusolojen toiminnassa tarpeellista materiaalia. Lahjoitukset ja kannatusjäsenmaksut käytetään suoraan tukemiseen.

Vuosikokouksessa 19.2.2020 valittiin uusi johtokunta:

Timo Wallenius (puheenjohtaja)
Kari Aulasmaa
Ari Kahrola
Harri Koponen
Pirkka Mellanen
Marko Niskanen
Jussi Ollikainen
Jenni Paasio
Valtteri Simola
Timo Vento

Osallistu turvallisuuden tekemiseen.

Liity henkilöjäseneksi.

Varmistimen henkilöjäsen saa kotiinsa tai sähköpostiinsa Varmistin-lehden, jossa tuettavan joukon toiminta tulee eläväksi. Varmistin on myös ampumaseura, jolla on ratavuoroja ja koulutusta. Jäsenmaksusta jäävä tuotto-osuus käytetään muiden varojen tapaan tukemiseen. Liity verkossa: varmistin.fi - Jäsenlomake.

Liitä yrityksesi tai yhteisösi kannatusjäseneksi.

Kannatusjäsenmaksu on 100 euroa tai vapaavalintainen suurempi summa. Se käytetään suoraan tukeen. Kannattajajäsenet saavat Varmistin-lehden ja halutessaan sähköisen tai painetun merkin osoitukseksi tuesta. Liity verkossa: varmistin.fi - Jäsenlomake. Kannatusjäsenmaksu laskutetaan antamaasi osoitteeseen.

Varmistin-yhdistyksen säännöt löytyvät verkosta, varmistin.fi. Voit varmistua että tukesi käytetään oikeaan tarkoitukseen. Lisätietoja toteutuneesta varojen käytöstä ja suunnitelmista antaa yhdistyksen puheenjohtaja Timo Wallenius, timo.wallenius@varmistin.fi.

Varmistin ry. - www.varmistin.fi - jasenasiat@varmistin.fi

112-päivä Triossa

Perinteeksi muodostunut 112-päivä järjestettiin Triossa 11.2. Joillekin saattoi tulla yllätyksenä, ettei sitä järjestetäkään 1.12. Tapahtumapaikaksi on vakiintumassa kauppakeskus Trio Lahden keskustassa. Tilaisuudessa ovat esillä arjen turvallisuuden sankarit, kuten pelastuslaitos, poliisi, sosiaalipäivystys, liikenneturva, PHHYKY sekä puolustusvoimat maakuntajoukkojen voimin, Hämeen aluetoimiston voimakaalla tuella. Kantahenkilökunnan johtama vahvistettu partio Varmistimen nykyisiä ja tulevia jäseniä ottivat vastuun maakuntajoukkojen näkyvästä osallistumisesta. Tukitoiveet panssarikalustosta sekä TRA-näytöksestä murtoräjäytyksellä ja köysilaskeutumisella eivät vielä tänä vuonna realisoituneet, mutta jatkamme harjoittelua ja toivomme jatkossa entistäkin kovemmin. Ständille saimme kuitenkin ekoaseamuntaa, Varmistimen kannatustuotteita sekä puolustusvoimien swägejä eli promootiomateriaaleja.

Muutaman tunnin ständipäivystyksellä sai hyvän läpileikkauksen lahtelaisuutta sekä Päijät-Hämeen maanpuolustusgeenien historiaa, nykytilaa ja tulevaisuutta. Tapahtuma-aika oli 111300HEL20 ja 111800HEL20 välillä, joten tapahtumassa ehtivät vierailla kansalaiset nuorista muoriin ja siltä väliltä. Ekoaseamunta oli selkeä vetonaula, ja toisinaan siihen muodostui mittava jono. Tulokset olivat odotetun vaihtelevia, kuten ampuma-asennotkin. 66KES88-asento seisaaltaan sallittiin vain ja ainoastaan ekoaseen rekyylinpuutteen vuoksi. Muutoinhan tuloksena olisi ollut laatikon kannen mojova pusu ampujan poskipäähän.

Ständillä kävi useampi muistelemassa omaa asepalvelustaan ja Hennalaa. Vaikka varuskunta onkin lakkautettu, on



puolustusvoimat maakunnassa vahvasti läsnä aluetoimiston ja maakuntajoukkojen kautta. Tästä kohderyhmästä ei uusia rekrytointeja maakuntajoukkoihin tehty, mutta monen mielestä lämmitti tieto aktiivisesta toiminnasta alueella. Nuorisoa kiinnosti erityisesti ekoaseamunta, ja samalla pystyi utelamaan kiinnostusta varusmiespalvelusta kohtaan. Ajanhahmotus on kuitenkin nuorilla sen verran lyhyt, että esimerkiksi suurin osa toukokuussa kutsuntoihin menijöistä ilmoitti asian olevan vielä kovin kaukainen. Kvartaali on vielä pitkä aika. Ehkäpä keväällä olisi hyvä pitää tilaisuus, jossa varuskunta, tehtäviä ja sisältöjä avattaisiin nuorille enemmän. Yksi mielenkiintoinen havainto oli, että naisten vapaaehtoinen palvelus kiinnosti nuoria naisia aika paljon. Tästä myös sai debatoita parin poteroon kaivautuneen kanssa, joiden varusmiespalveluksessa aamulenkki hiihdettiin järven ympäri myös kesällä. Jokunen nuorempi reserviläinen kävi myös ständillä. Suurimmalla osalla oli vielä inttikrapula. Mukana oli onneksi muutama innokas maanpuolustaja, joista saataneen tuoreita jalkoja maakuntajoukkoihin.

Ensi vuonna maakuntajoukkojen ständillä nähtäneen hämmästyttävä show.

Teksti: Timo Wallenius

Kuvat: Jenni Paasio



Varusmies- soittokunnan TAISTELIJA- HARJOITUS 2020



Vuosittainen PVVMSK:n taistelijantutkinto on pidetty helmikuussa. Niin nytkin, mutta harjoituksen luonne muuttunut aikaisemmasta, sillä nyt viikonlopun harjoitus oli nimetty taistelijaharjoitukseksi. Harjoitus oli tänä vuonna sisällöltään sama kuin monena aikaisempina vuonnakin. Ainoastaan polttotaistelurasti oli jätetty pois radalta.

Alokkaiden suoritukset pisteytettiin kuten aiemmin, mutta ne laskettiin mukaan ryhmäkohtaiseen kilpailuun. Taistelijakohtaiset arvioinnit ja palautteet suorittivat reserviläiset, niin maakuntajoukkoihin kuuluvat kuin varusmiessoittokunnan omat reserviläiset. Harjoitukseen oli saapunut kiitettävä määrä reserviläisiä, joiden tehtävänä oli myös toimia vastaosastona ja tehtävärastien pito. Myös MPK:lla oli oma tärkeä rooli harjoituksen onnistumisessa huollon piirissä.

Tänä vuonna oli myös huomioitu reserviläiset lauantaipäivän ohjelmassa. Reserviläisillä oli mahdollisuus osallistua mm. ammuntaan ja suunnistukseen. Näin ollen harjoitus sujui joustavasti eikä tullut pitkiä odotusjaksoja taistelutavetojen välillä. Sauna kruunasi päivän ohjelman – tyytyväisiä sotureiden ilmeitä oli niin varusmiesten kuin reserviläisten kasvoilla. Henkilökunta on ottanut reserviläisten työpanoksen kiitollisuudella vastaan. Heidän kanssaan on vuosittain toisensa perään ollut miellyttävä toimia.

Kuinka jatkossa tämän harjoituksen käy? Puolustusvoimien Koulutus 2020 osaltaan on muokannut taistelijantutkinnon tarvetta. Tuleeko tämänvuotinen taistelijanharjoitus pysymään koulutusohjelmassa jää nähtäväksi, mutta toivottavasti pysyy. Syksyn ohjelmassa on PVVMSK:n aliupseerioppilaiden JOHA-harjoitus. Se miten se toteutuu, ja tarvitaan-

ko maakuntajoukkoihin kuuluvia, selviää myöhemmin. Siitä tiedotetaan esimerkiksi päivystäjän kautta.

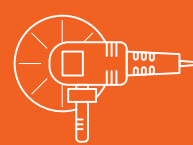
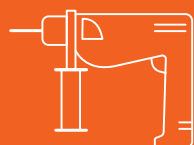
Teksti: Heikki Koskinen

Kuvat: Puolustusvoimat / Pauli Karels, Noora Niittymäki, Vili Sallinen ja Eric Telkkälä



renta

**VUOKRAA MEILTÄ AINA OIKEAT
KONEET, TILAT, TELINEET JA SÄÄSUOJAT
SEKÄ TYÖMAAPALVELUT!**



RENTA LAHTI

**KASAAJANKATU 26, 15150 LAHTI
040 161 1916 | LAHTI@RENTA.FI**



Lisää suorituskykyä - osa 3

Edellisissä lehdissä on kerrottu kuntoilu-urakan aloittamishaasteista. Vuoden projekti on edennyt yli puolenvälin. Mukana olevat taistelijat ovat sitoutuneet toimintaan eri tavoin. Omat lajit alkavat löytyä ja toivottavasti liikunnankipinä on syttynyt niin vahvana, että se kantaa myös pitkälle tulevaisuuteen.

Valmentajan terveisiä

Kenttäkelpoisuuden ja toimintakyvyn ylläpitäminen kannattaa, oli tehtävä sitten mikä tahansa. Ennen oltiin kunnossa siksi että oli pakko, ei niinkään siksi, että lenkkeily ja punttisalilla käynti oli suositumpaa kuin nyt. Mahdollisuuksia ja tapoja kehittää kuntoa on nykyään enemmän kuin koskaan ennen – niihin pitää vain tarttua.

Olen Markus Halonen ja ollut mukana Päijät-Hämeen maakuntajoukoissa noin kolmen vuoden ajan. Koulutukseltani olen liikunnanohjaaja AMK, ja kun minua kysyttiin mukaan tähän projektiin, niin olin heti innolla mukana. Mukaan saatiin motivoitunut porukka, ja vaikka ryhmän kokoontumiset ovat olleet epäsäännöllisiä, niin jäsenten omaa aktiivisuutta on ollut hienoa seurata. Oma motivaatio on tärkein tekijä, kun liikunnan lisäämisessä tavoitellaan pitkän aikavälin onnistumisia.

Tässä onkin ajattelemisen aihetta. Jos haluaa lisätä liikuntaa siksi, että tietää sen olevan tarpeellista tai haluaa parempaan kuntoon, ei se monesti kuitenkaan kanna kovin pitkälle. Lähes kaikki myöntävät, että liikunta on tarpeellista ja haluavat olla paremmassa kunnossa. Itse tekemisen pitäisi olla hauskaa, jolloin liikunnan hyödyt tulevat siinä sivussa. Sisäisesti motivoitunut yksilö osallistuu liikuntaan, koska hän kokee sen itsessään palkitsevana ja nautittavana. Sisäinen motivaatio vahvistaa sitoutumista liikuntaan ja lisää todennäköisyyttä pyrkiä pitkäjänteisesti tavoitteisiin. Se luo tilaa

myös spontaanille liikunta-aktiivisuudelle, eli voidaan puhua eräänlaisesta korkoa korolle ilmiöstä.

Kestävien muutosten tekeminen vaatii aikaa ja uusien tapojen kokeilemista. Kaikki kokeilut eivät innosta tai johda mihinkään, mutta ovat tärkeä osa prosessia. Fyysisen kenttäkelpoisuuden ylläpitäminen on nimenomaan prosessi, jota voi säätää tarpeen ja tilanteen mukaan, mutta joka on aina taustalla pyörimässä osana arkea. Projekteilla on alku ja loppu, ja ne käyvät hyvin osaksi myös kunnonkohottamista, mutta tärkeämpää on mitä projektin aikana oppii ja saa siirrettyä pysyviin tapoihin. Fyysistä kuntoa kun ei voi kovin tehokkaasti varastoida, kun energia sen sijaan varastoituu vyötärön seudulle varmasti, jos sitä onnistuu nauttimaan enemmän kuin kuluttaa.

Nykyinen ylipainon lisääntyminen on ihmiskehon luonnollinen reaktio epäluonnolliseen ympäristöön, jossa energiaa riittää aina ja liikunta tapahtuu omalla autolla kätevästi ilman turhaa itsensä rasittamista. Varusmiesten Cope-rin testin tulokset ovat tasaisin väliajoin tapetilla, ja tilanne on huolestuttava. On kuitenkin hyvä muistaa, että muutama vuosikymmen sitten ympäristö oli erilainen ja moni nuorukainen oli hyvässä kunnossa, koska arkinen elämä tarjosi fyysistä haastetta. Jos sukupolvet vaihtaisivat paikkaa, eivät tulokset olisi välttämättä sen parempia, koska arki on muuttunut niin helpoksi, ja tätä arkea elämme myös me reserviläiset. Ihminen on ohjelmoitu lepäämään aina, kun siihen on mahdollisuus.

Sohvan kutsu syleilyynsä ei tule koskaan katoamaan, mutta jokainen voi itse päättää, mitä arjessaan tekee. Tärkeimmät muutokset tapahtuvat omassa aivokopassa, ja tehty tree- ni on aina paras.

Vinkkejä:

- Älä muistele kuinka hyvässä kunnossa olit joskus, vaan keskity nykyhetkeen.

Itsekkyyttä vai vastuunkantoa?

Tätä kirjoittaa viittäkymmentä käyvä esikuntasetä. Mielikuva menneestä glooriasta, rinka selässä ylös tunturin rinnettä kepeästi hölkäten, on aivan oikea. Kakaran mieli papparaisten ruumiissa.

Ryhdyin järjestelemään tätä kenttäkelpoisuutta tietoisuuteen nostavaa projektia maanpuolustuksellinen näkökulma mielessäni. Vaikka osa harjoittelustamme tapahtuu lämmityksissä, valaistuissa sisätiloissa ja liikumme autoilla, on lopulta turha väistellä taistelijan toimintakyvyn – erityisesti fyysisen suorituskyvyn – merkitystä tehtävässä menestymisessä.

En toivottavasti koskaan tule taistelemaan jalkaväen taapaan. Silloin liian moni asia olisi mennyt synkästi pieleen. Silti, myös omassa poikkeusolojen tehtävässäni jaksamisen merkittävin ajuri on pohjakunto. Kuten harjoituksissamme huomaamme, viikonlopun jaksaa aina, mutta entä se kolmas, neljäs ja kymmenes päivä rasituksen alla?

Projektin aikana on luotu uusia mahdollisuuksia omasta kunnostaan huolehtimiseen ja iloiseen ressurporukassa liikumiseen. Sunnuntaisin on tarjolla Lahdessa sekä sulkapaloringin pelivuoro että monipuolista kamppailua. Monet hyvät hiet ja naurut on jo saatu. Jatkossa tarjontaa lisätään entisestään. Myös monissa kunnissa Lahden ulkopuolella on muodostunut yhdessä treenaavia porukoita, jo aikaa sitten.

Lopulta kyse on kuitenkin arjen rakenteesta. Itselläni suurin syypää eroon tavoitellun ja toteutuneen liikuntamäärän välillä on siellä missä aina – korvien välissä. Kun työpäivillä ja viikoilla ei ole rakennetta, ei tule luontevasti ankkuroitua treenejä arkeen. Nuo sunnuntai-iltojen säännölliset riennot ja muutamat yhdessä projektiryhmän kanssa tehdyt muut harjoitukset ovat palauttaneet hingun; sen jälkeen loppu on helppoa.

Tai helppoa... Olen rehellinen. Ollakseni näinkin tavoiteorientoitunut ja toisinaan jämäkkäkin ihminen, oman arjen muutos on ollut melkoista rimpuilua ja takapakkien sumaa. Rutiini on karski vastustaja. On niin helppo toistaa virhe, jämähtää tekemään vielä yksi työasia, valmistella vielä yksi koulutus, lukea vielä yksi artikkeli... Ja sitten onkin liian myöhä hikoilulle, liian vähän aikaa ennen seuraavaa, joku muu asia jo hoidettavana.

- Älä turhaan vertaile itseäsi muihin, vaan keskity omaan tekemiseesi.

- Lukitse viikolle ainakin kaksi hiki- tai lihaskuntotreeniä.

- Liiku heti työpäivän jälkeen, jos siihen on mahdollisuus.

- Jos olet jo valmiiksi stressaantunut ja väsynyt, liiku kevyemmin ja tee kovempi treeni palautuneena.

Teksti: Markus Halonen



Vaatii syvästi suomalaista mielenlaatua pakata kipuamista varten toistakymmentä kiloa "välttämättömiä" tarvikkeita reppuun. Mutta rispeä (tai ohimon koputtelua) nytyillä saa kanssakiipeäjiltä!

Onko sinulla omassa joukossasi kaveri, joka kipuilee saman kynnyksen kanssa? Olisiko sinusta pyytämään kaveri mukaan sählyyn, metsäpiipahdukselle, kuntosalille, sulkisvuorolle? Sinusta saattaisi tulla sankari aika pienellä panostuksella.

Minulle projektin onnistuminen näkyy kahdella tavalla. Kun ensi kesäkaudella kohtaan merkittävästi aiempia vuosia enemmän kanssataistelijoita liikuntatapahtumissa ja niissä paljon puhutuissa kuntotesteissä, tiedän, että tietoisuuden nosto ja asian tärkeyden painotus on tavoittanut oikeita ihmisiä.

Itselläni, ihan yksityisesti, tavoite on kuitenkin kauempana. Jos ja kun olen viisikymppisenä kovemmassa iskussa kuin nelikymppisenä, homma meni maaliin kuten piti. Se tarkoittaa myös hyviä vuosia ja vuosikymmeniä, toimintakykyisessä ja käyttökelpoisessa kropassa.

Joskus pieni itsekkyyks on parasta vastuunkantoa.

HKo



Sysmän kansainvälinen talvikurssi 2020

Telttoja suojeluskuntatalolla. Kuva: HH

Väli vuoden jälkeen toteutettu Sysmän talvikurssi järjestettiin jo kymmenennen kerran. Kurssin ajoituksessa oli jälleen kerran onnea ja lyhyt talvinen sääjakso osui juuri sopivasti niin, että kurssilla päästiin harjoittelemaan toimintaa lumisissa olosuhteissa. Kurssi järjestettiin kustannussyistä eri paikassa kuin missä se on totuttu järjestämään, mutta paikanvaihdos ei suinkaan vaikeuttanut kurssin järjestämistä, vaan pikemminkin päinvastoin tarjoaa jatkoa ajatellen tilaa kurssin kasvattamiselle. Kokonaisuutena erittäin onnistunut kurssi vakuutti arvioimassa olleet MPK:n, puolustusvoimien sekä Sysmän kunnan edustajat, ja kurssin jatko ja kehitys ovat jälleen varmallalla pohjalla.

Kurssipaikalla ympyrä sulkeutui

Uudistuneen hinnoittelurakenteen takia aiemmin kurssia erinomaisesti palvellut Naumin leirikeskus todettiin auttamattomasti liian kalliiksi ja harjoitukselle päätettiin etsiä uudet maastot. Koska maanpuolustustahtoisessa Sysmässä vaihtoehtoja oli tarjolla useampiakin vaihtoehtoja, ei uuden sijainnin löytäminen ollut ongelma. Harjoituspaikaksi valikoitui varsin nopeasti Liikolan seuraintalo, Vartioranta, ja sen lähimaasto. Koska kyseisen seuraintalon tontti oli alun perin luovutettu suojeluskunnalle ja rakennus oli paikallisten toimesta rakennettu suojeluskuntataloksi, voitiin todeta ympyrän sulkeutuneen, kun rakennus palveli alkuperäisessä tarkoituksessaan: sotilaallisen koulutuksen tukeutumis-

paikkana. Rakennus pihapiireineen ja lähiympäristöineen soveltuu kurssikäyttöön erinomaisesti ja harjoituksen jatkoon suunnittelussa Vartioranta on ensisijainen harjoituksen järjestämispaikka. Itse rakennuksesta löytyy mm. juokseva vesi, tilaa oppituntien pitämiseen ja harjoitustoimistolle. Lisäksi se mahdollistaa ainakin 150 hengen vahvuisten kurssin muonittamisen. Pihapiiri parkkipaikkoinen puolestaan sopii hyvin konteista tapahtuvaan perustamiseen ja ajoneuvoyhdistelmän hyödyntämiseen. Telttamajoitukseen ja koulutukseen sopivaa maastoa on rakennuksen välittömässä läheisyydessä, mikä tehostaa rastikoulutusvaihtetta, lyhentäen siirtymisiin tarvittavaa aikaa ja pienentäen ajoneuvotarvetta. Myös paikallisten asukkaiden tuki on Liikolassa erinomainen, kun yhteisellä isänmaan asialla ollaan.

Kansainvälinen yhteistyö

Tämän vuoden kurssille osallistui yhteensä 23 ulkomaalaista kurssilaista. Edustettuina olivat tällä kertaa Viron Kaitseliit, Tanskan Hjemmevärnet ja Tsekkien armeijan reservi. Talvikurssiin on useamman vuoden ajan kuulunut oleellisenä osana kansainvälisyys, ja kurssilla on ollut osallistujia jo kahdeksasta eri maasta. Ulkomaalaisten mukanaolo kurssilla on osa vastavuoroista yhteistyökulttuuria. Päijät-Hämeen reserviläiset ovat jo vuosia saaneet osallistua kansainvälisiin koulutuksiin ja harjoituksiin Euroopassa. Vastineeksi me jaamme ulkomaalaisille osaamistamme talvisessa ympäris-



Riistan käsittelyä.



Kaksi sukupolvea Schildtejä perehdytti tulen tekemisen nikseihin. Kuva: HH



Kylmyyden torjunnassa mentiin pintaa syvemmälle.

tössä toimimisesta. Tämän suoran koulutusvaihdon – mistä paras esimerkki edelleen on amerikkalaisilta jo vuosia Saksassa saamamme taisteluensiapukoulutus – lisäksi on ulkomaalaisten osallistumisella laajempaan vaikutusta oman osaamisemme ja suorituskykymme kehittämiseen. Tuttujen aiheiden kouluttaminen englanninkielellä monikansallisille ryhmille pakottaa kouluttajat käsittelemään koulutusaiheita ja itse koulutusrastien toteutusta uudella tavalla, mikä näkyy suoraan kouluttajiemme ammattitaidossa, joka on mihin tahansa verrattessa erinomaista. Lisäksi ulkomaalaisten mukanaolo ja mahdollisuus toimia erimaalaisten sotilaiden kanssa motivoi niin kouluttajia kuin kurssilaisiakin osallistumaan kurssille.

Ulkomaalaiset saapuivat keskiviikkona ja illalla heidät majoitettiin puolijoukkueittoihiin, koulutettiin telttärjestys, teltan lämmitys ja muut teltassa majoittumiseen liittyvät perusasiat. Torstai aloitettiin teoriakoulutuksella, joka käsitteli kylmän vaikutuksia henkilöstöön ja kalustoon sekä näiden vaikutusten ehkäisyä käytännössä. Loppupäivä käytettiin tutustumalla suksiin, hiihtämisen harjoitteluun ja päivän päätteeksi pelastautumiseen jäistä.

Perjantaina jatkettiin hiihtokoulutusta, opetettiin trangukeittimen käyttö sekä riistan käsittelyä suolistamalla ja nylkemällä vasta kaadettu kauris. Päivällisen aikaan Vahdon Seppo oli paikalla esittelemässä vanhoja sotilasaseita. Perjantai-illan päätteeksi ulkomaalaisista ja suomalaisista muodostettiin varsinaiset harjoitusryhmät, niin että kaikissa ryhmissä oli kaikkia edustettuja kansallisuuksia, ryhmien johtajat olivat ulkomaalaisia ja varajohtajat suomalaisia.

Koulutusta vaiheittain

Kurssin ohjelma oli tällä kertaa jaettu viiteen pääjaksoon: teoria, henkilökohtaiset selviytymistaidot, sotilaallinen koulutus, sovellettu vaihe ja huoltokoulutus. Perjantai-iltana harjoitus alkoi suomalaisille osallistujille pidetyillä teoriatunneilla, joilla opetettiin samat perusasiat, mitä ulkomaalaisille oli opetettu edellisenä aamuna. Teorioiden jälkeen seurasi jako ryhmiin ja majoittuminen telttoihin.

Lauantain aamupäivän rastikoulutus käsitteli selviytymiseen liittyviä perustaitoja: suojan rakentamista, hypotermiapotilaan hoitoa, tulentekoa ja veden hankintaa sekä ruuan hankintaa ja valmistusta, missä tällä kertaa käsittelyssä oli edellisenä päivänä kaadettu kauris.

Iltaapäivän koulutuksessa menttiin sotilaalliseen koulutukseen tiedustelun, ahkion pakkaamisen ja vetämisen, lämpönaamiointin ja tähytykseltä suojautumisen sekä taisteluensiavun muodossa. Lauantain ja sunnuntain välisenä yönä opetusten perille menoa testattiin soveltavalla tehtäväradalla, jossa ryhmien piti mm. sytyttää nuotioita, tiedustella kohde, hoitaa ja evakuoida haavoittunut ja lopuksi rakentaa itselleen tilapäismajoitteet ja yöpyä niissä.

Sunnuntain aamupäivän huoltokoulutuksessa perehdyttiin mm. lumiketjujen käyttöön autoissa ja ajoneuvojen talvi-



Suksimiehiä. Kuva: HH

käyttöön yleensä sekä taisteluvälineiden käyttöön ja erilaisten välineiden toimivuuteen talvella.

Oman huollon varassa

Kurssin ruokahuolto oli jälleen toteutettu itse, sponsoreiden lahjoituksiin ja paikallishankintoihin tukeutuen. Keittiön kolmihenkinen miehistö valmisti käytössään olleella 500 € budjetilla yli 500 maittavaa ruoka-annosta. Lisäksi kurssin väepelin koostamia muonapaketteja, joilla kurssilaisten muonitus toteutettiin, jaettiin kaksi/taistelija. Näissä taistelumuonapakkauksista vastaavissa muonapaketeissa oli tarkkaan laskettu ja mietitty sekä ravintosisällöt että valmistettavuus kenttäoloissa. Kuten harjoitusjoukkojen varustamisjärjestelyt ja käytännöt, myös nämä muonittamiskuviot ja muonapakettien koostaminen, hankinta ja käyttö parantavat suoraan maakuntajoukon suorituskykyä ja valmiuksia nopeaan ja tehokkaaseen toimintaan tarpeen vaatiessa.

Talvikurssi 2021

Harjoituksen jatkosta ja kehittämisestä oli puhetta paikalla vierailleen MPK:n toiminnanjohtajan ja Sysmän kunnanjohtajan kanssa, kuten myös aluetoimiston ja MPK:n Lah-



Juuri kaadetun kauriin nylkeminen.



Lyhyt, mutta riittävä talvi mahdollisti tälläkin kurssilla hiihtoharjoittelun. Kuva: HH



Sovelletun vaiheen yöpymisessä ei tällä kertaa tavoiteltu huomaamattomuutta. Kuva: HH

den koulutuspaikan edustajienkin kanssa. Kaikkien mielestä harjoitus on hyvä, tarpeellinen ja edelleen kehitettävissä. Valmistelut ensi vuoden kurssia varten aloitetaan nyt keväällä: kutsuprosessit ulkomaille käynnistetään ja tämän vuoden harjoitus ja siitä saatu palaute läpikäydään järjestäjien kesken. Harjoituksen sisältö tulee pysymään osin ennallaan, mutta muutoksiakin tulee. Jotain jätetään pois ja uutta

otetaan tilalle, kuten aina. Koska kurssin kokonaisvahvuutta on varaa kasvattaa, pyritään harjoitukseen saamaan entistä vahvempi ja laajempi edustus maakuntajoukoistamme.

-T

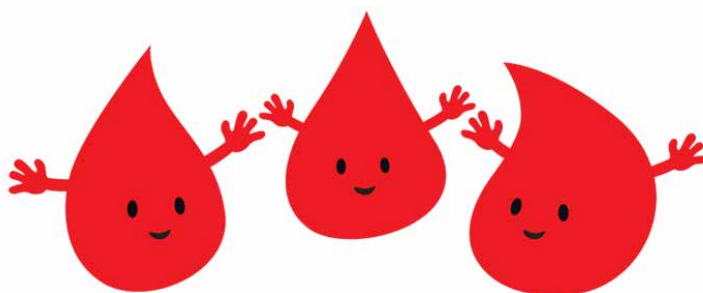
Kuvat: Heikki Helin ja -T

Vuoden 2019 verenluovutushaasteen tulokset

Päijät-Hämeen Maakuntakomppania on jälleen kerran osallistunut joukkueittain Suomen Punaisen Ristin Veripalvelun VeriRyhmähaasteeseen.

Luovutuskerrat vuoden 2019 aikana:

PHMAAKK/2J: 9 kpl
PHMAAKK/3J: 6 kpl
PHMAAKK/KÄKI: 7 kpl
PHMAAKK/Huolto: 7 kpl
PHMAAKK/KNTOJ: 3 kpl



Eniten käyntejä viime vuonna oli kakkosjoukkueella. Yhteensä kaikki joukkueemme luovuttivat verta huikeat 32 kertaa vuoden aikana! Tiedot välittänyt Hanna Heikkilä kiittää kaikkia luovuttajia Veripalvelun puolesta. Jokainen luovutus auttaa kolmea eri potilasta, joten 96 potilasta on saanut avun näiden kertojen ansiosta.

On tärkeää, että jokainen luovuttaja muistaa kertoa ilmoittautuessaan, mihin ryhmään kuuluu, jotta Veripalvelu osaa merkitä käynnit oikean joukkueen kohdalle. Oletko Sinä jo luovuttanut?

Teksti: Jenni Paasio

Kuva: Suomen Punaisen Ristin Veripalvelu



VARMISTIN 2020

© Päijät-Hämeen Maakuntakomppania