Puolustusvoimat

# Kybervarusmieslomake

Tämä lomake liitetään Erikoisjoukkohakemukseen, jos haet kybervarusmieheksi. Erikoisjoukkoihin haetaan Puolustusvoimien asiointipalvelun kautta, joka löytyy Puolustusvoimien ja Rajavartiolaitoksen verkkosivuilta sekä Suomi.fi-palvelusta. Paperinen hakemus liitteineen lähetetään ainoastaan silloin, jos sähköinen hakeutuminen ei ole mahdollista.

## Henkilötiedot

| Sukunimi | Etunimet | Henkilötunnus | Äidinkieli |
|---|---|---|---|
| | | | |

| Lähiosoite | Postinumero | Postitoimipaikka | Puhelinnumero |
|---|---|---|---|
| | | | |

| Sähköposti | Syntymäpaikka |
|---|---|
| | |

| Ajokortti | Ajokorttiluokka | Jos ei ajokorttia, onko suorittaminen kesken? | Ajokortin viimeinen voimassaolopvm | Aluetoimisto | Ammatti |
|---|---|---|---|---|---|
| ☐ on ☐ ei | _____ | ☐ on ☐ ei | _____ | | |

## Perustiedot

Onko sinulla varusmiespalvelus käynnissä juuri nyt?

☐ Ei ole, enkä ole käynyt kutsunnoissa ☐ Ei ole, mutta olen käynyt kutsunnoissa ☐ Kyllä on

Palveluspaikka ja saapumiserä, jossa palvelet tai johon sinut on kutsunnoissa määrätty

Palveluskelpoisuusluokka

Oletko aiemmin hakenut tai haetko nyt muihin erikoisjoukkoihin tai -kursseille?

☐ en ☐ kyllä

Jos haet/hait, niin minne hait/haet ja minä vuonna? Jos kyse on aiemmasta hausta, mikä oli karsiutumisen syy?

Mihin seuraavista vapaa-ajan liikuntaryhmistä kuulut? Ajattele kolmea viime kuukautta ja ota huomioon kaikki sellainen vapaa-ajan fyysinen rasitus, joka on kestänyt kerrallaan vähintään 20 minuuttia. Liikunta on ripeää ja reipasta, kun se aiheuttaa ainakin jonkin verran hikoilua ja hengityksen kiihtymistä.

- ☐ Ei juuri mitään liikuntaa joka viikko
- ☐ Verkkaista tai rauhallista liikuntaa 1 tai useampana päivänä viikossa
- ☐ Ripeää ja reipasta liikuntaa noin kerran viikossa
- ☐ Ripeää ja reipasta liikuntaa kaksi kertaa viikossa
- ☐ Ripeää ja reipasta liikuntaa kolme kertaa viikossa
- ☐ Ripeää ja reipasta liikuntaa ainakin neljä kertaa viikossa

Kuinka pitkän matkan pystyt uimaan yhtäjaksoisesti ilman apuvälineitä ja välillä tukea ottamatta?

- ☐ Alle 25 m
- ☐ 25-200 m
- ☐ 200-499 m
- ☐ Yli 500 m

Arvioi kestävyyskuntosi

- ☐ Heikko
- ☐ Välttävä
- ☐ Tyydyttävä
- ☐ Hyvä
- ☐ Kiitettävä
- ☐ Erinomainen

Arvioi lihaskuntosi

- ☐ Heikko
- ☐ Välttävä
- ☐ Tyydyttävä
- ☐ Hyvä
- ☐ Kiitettävä
- ☐ Erinomainen

Kerro muista harrastuksistasi

Viimeksi suoritetun 12 min juoksutestin tulos metreinä

Testi suoritettiin vuonna

Mistä sait tietoa erikoisjoukkoihin hakeutumisesta?

☐ puolustusvoimat.fi ☐ Facebook ☐ Instagram ☐ Youtube ☐ Snapchat ☐ Kaverit ☐ Muu, mikä:

Mikä on korkein suorittamasi koulutustaso? Merkitse myös kesken oleva koulutus.

Korkeimman suorittamasi koulutuksen päättymispäivä. Merkitse myös kesken olevan koulutuksen päättymispäivä.

Korkeimman suorittamasi koulutuksen nimi, tutkintonimike, linja tai opintosuunta. Merkitse samat tiedot myös kesken olevasta koulutuksesta.

| | | |
|---|---|---|
| ☐ Peruskoulu | _____ | _____ |
| ☐ Lukio | _____ | _____ |
| ☐ Toisen asteen ammatillinen tutkinto | _____ | _____ |
| ☐ Kaksoistutkinto | _____ | _____ |
| ☐ Alempi korkeakoulututkinto | _____ | _____ |
| ☐ Ylempi korkeakoulututkinto | _____ | _____ |
| ☐ Jokin muu koulutus | _____ | _____ |

Kielitaito

| | Äidinkieli | Erinomainen | Hyvä | Tyydyttävä | En osaa |
|---|---|---|---|---|---|
| suomi | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| ruotsi | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| englanti | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| venäjä | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| saksa | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |

muu: _____

_____



Jatkuu seuraavalla sivulla.

## Kybervarusmieheksi hakemiseen liittyvät tiedot

Kerro lyhyesti itsestäsi, tulevaisuuden sunnitelmistasi ja miksi haet tehtäviin

Onko sinulla tehtävää tukeva koulutus tai tutkinto? Kerro koulutuksesta tai tutkimuksesta. Voit kertoa muodollisen koulutuksen lisäksi esimerkiksi erilaisista kursseista, sertifikaateista tai oma-aloitteisesta opiskelusta

Onko sinulla tehtävään liittyvää työkokemusta? Kerro työkokemuksesta, josta voi olla hyötyä hakemassasi tehtävässä. Myös vapaaehtoistyöt sekä erilaiset harrastusprojektit ja harrastuneisuus voivat olla merkittäviä.

Verkkoportfolion osoite tai muu verkkolinkki (esim. GitHub, Gitlab, Linkedin)

Mainitse hallitsemasi ohjelmointikielet, ohjelmistot ja käyttöjärjestelmät

Arvioi osaamistasi virtualisointi- ja automaatioteknologioista.

Arvioi osaamistasi verkkotekniikasta ja verkon aktiivilaitteista

Oletko kiinnostunut johtajakoulutuksesta (AUK/RUK)?
☐ kyllä ☐ en

Ensisijainen saapumiserätoive
☐ Saapumiserällä ei ole väliä

Toissijainen saapumiserätoive
☐ Minulle ei sovi kuin ensisijainen saapumiserätoive

## Terveyttä ja elämäntapoja koskevat tiedot

Kerro terveydentilastasi rehellisesti ja parhaan ymmärryksesi mukaan.

Tunnetko olevasi terve?
☐ kyllä ☐ en

Uskotko, että kykenet suorittamaan palveluksen loppuun asti?
☐ kyllä ☐ en osaa sanoa ☐ en

Minkälaisin ajatuksin tulet varusmiespalvelukseen?
☐ myönteisin ☐ osittain myönteisin, osittain kielteisin ☐ kielteisin

Käytätkö lääkkeitä?
☐ en ☐ säännöllisesti ☐ joskus

Jos käytät, niin mitä?

Selviän fyysisestä rasituksesta varusmiespalveluksen aikana
☐ kyllä ☐ melko varmasti ☐ en osaa sanoa ☐ en

Miten hyvin nukut?
☐ hyvin ☐ ajoittain ongelmia ☐ huonosti

Pituus cm

Paino kg

## Sairaudet ja oireet

**Jos kyllä, selvitys:** Kerro tarkemmin sairauden tai oireen nimi ja muita mahdollisia lisätietoja. Milloin sairaus tai oire ilmeni? Missä sinua hoidettiin, kauanko hoito kesti? Aiheuttaako sairaus tai oire toimintarajoituksia tällä hetkellä?

| Onko sinulla ollut seuraavia sairauksia ja oireita? | Ei | Kyllä | Jos kyllä, selvitys |
|---|---|---|---|
| Selässä tuki- ja liikuntaelinsairaus tai vamma (kuten toistuva/jatkuva kiputila, murtuma tms.) | ☐ | ☐ | |
| Polvessa tuki- ja liikuntaelinsairaus tai vamma (kuten toistuva/jatkuva kiputila, murtuma tms.) | ☐ | ☐ | |
| Nilkassa tuki- ja liikuntaelinsairaus tai vamma (kuten toistuva/jatkuva kiputila, murtuma tms.) | ☐ | ☐ | |
| Jokin muu tuki- ja liikuntaelinsairaus tai vamma (kuten toistuva/jatkuva kiputila, murtuma tms.) | ☐ | ☐ | |
| Toistuvia nivelten sijoiltaanmenoja (kuten olkapää, polvilumpio) | ☐ | ☐ | |
| Aivotärähdys, kallovamma tai kallonmurtuma | ☐ | ☐ | |
| Ilmarinta, kylkiluumurtumia tai muu keuhkon/rintakehän vamma | ☐ | ☐ | |
| Aineenvaihdunta-, umpieritys- ja ravitsemussairaus (esim. kilpirauhasen vajaatoiminta, diabetes) | ☐ | ☐ | |
| Sydän- ja verisuonisairaus (esim. sydänvika, kohonnut verenpaine, toistuvia rytmihäiriöitä) | ☐ | ☐ | |
| Valko-/kylmäsormisuus tai Raynaudin tauti | ☐ | ☐ | |
| Astma, lapsuuden astma tai muu astmalääkkeiden käyttöä edellyttävä sairaus | ☐ | ☐ | |
| Muu pitkäaikainen hengityselinsairaus | ☐ | ☐ | |
| Veren yskiminen | ☐ | ☐ | |

Jatkuu seuraavalla sivulla.

## Sairaudet ja oireet (jatkuu)

**Jos kyllä, selvitys:** Kerro tarkemmin sairauden tai oireen nimi ja muita mahdollisia lisätietoja. Milloin sairaus tai oire ilmeni? Missä sinua hoidettiin, kauanko hoito kesti? Aiheuttaako sairaus tai oire toimintarajoituksia tällä hetkellä?

| Onko sinulla ollut seuraavia sairauksia ja oireita? | Ei | Kyllä | Jos kyllä, selvitys |
|---|---|---|---|
| Allergia, ihosairaus, jokin muu yliherkkyys | ☐ | ☐ | |
| Hermoston sairaus (esim. päänsärkyä, migreeni tai epilepsia) | ☐ | ☐ | |
| Aivokalvontulehdus, aivotulehdus | ☐ | ☐ | |
| Huimausta, pyörtymisiä, tajunnantason häiriöitä | ☐ | ☐ | |
| Krooninen (pitkäaikainen) suolistosairaus (mm. tulehduksellinen suolistosairaus, ärtynyt suoli -oireyhtymä) | ☐ | ☐ | |
| Herkästi oireileva närästys | ☐ | ☐ | |
| Herkästi oireileva laktoosi-intoleranssi, ruoka-aineallergia, keliakia | ☐ | ☐ | |
| Tyrä (nivus, kives, napa, pallea, vatsanpeitteiden) | ☐ | ☐ | |
| Synnynnäinen vika tai puutos | ☐ | ☐ | |
| Alentunut näkökyky (silmälasit), värisokeus, hämäräsokeus, muu silmäsairaus | ☐ | ☐ | |
| Alentunut kuulo tai kuulovika | ☐ | ☐ | |
| Puhevika | ☐ | ☐ | |
| Toistuvia hengitystietulehduksia, nielutulehduksia, sairastettu poskiontelon tulehdus tai otsaontelon tulehdus | ☐ | ☐ | |
| Toistuvia nenäverenvuotoja (yli kerran kuukaudessa) | ☐ | ☐ | |
| Tarttuva, pitkäaikainen infektiosairaus (mm. hepatiitti, HIV-infektio, tuberkuloosi) | ☐ | ☐ | |
| Mielenterveyden häiriö (mm. masennus, ahdistuneisuus, paniikkihäiriö) | ☐ | ☐ | |
| Keskittymisvaikeuksia | ☐ | ☐ | |
| Tehty leikkaus tai muu sairaalahoitoa vaatinut sairaus tai vamma | ☐ | ☐ | |
| Lukihäiriö | ☐ | ☐ | |
| Korkean paikan kammo | ☐ | ☐ | |
| Ahtaan paikan kammo | ☐ | ☐ | |
| Herkästi oireileva merisairaus | ☐ | ☐ | |
| Herkästi oireileva matkapahoinvointi. | ☐ | ☐ | Kerro tarkemmin kuinka usein koet matkapahoinvointia? ☐ Toisinaan ☐ Runsaasti |

Näöntarkkuus. Nääntarkkuuden mittayksikkönä käytetään visus-arvoa. Selvitä tarkat arvosi lääkäriltä, optikolta tai terveydenhoitajalta. Visus-arvo ei ole sama asia kuin silmälasien voimakkuus.

Muita mahdollisia lisätietoja:

Potilastietojen hankkiminen: Annan Puolustusvoimille ja Rajavartiolaitokselle luvan hankkia potilastietojani muilta terveydenhuollon toimintayksiköiltä, Reseptikeskuksesta ja Kansallisesta terveysarkistosta tämän erikoisjoukkoihin hakeutumista koskevan hakemukseni käsittelyä ja siihen liittyen palveluskelpoisuuden määrittämistä varten. Minua tutkineet ja hoitaneet lääkärit, muut terveydenhuollon ammattihenkilöt, sairaalat, terveyskeskukset, neuvolat, mielenterveystoimistot, yksityiset sairaanhoitolaitokset ja muut terveydenhuollon toimintayksiköt saavat luovuttaa tämän hakemuksen käsittelemistä ja palveluskelpoisuuden määrittämistä varten tarpeelliset terveydentilaani koskevat tiedot Puolustusvoimille ja Rajavartiolaitokselle. Hakemukseni käsittelyä varten tarvittavien tietojen hankkimiseksi Puolustusvoimat ja Rajavartiolaitos voivat luovuttaa edellä mainituille tahoille terveydentilaani koskevia yksilöityjä tietoja.

| Paikka ja päiväys | Hakijan allekirjoitus ja nimenselvennös |
|---|---|
| | |