



Punainen Risti

Tuusulan Punaisen ristin osasto tarjoaa monenlaista toimintaa – herätä auttaja itsessäsi ja tule mukaan!

Suomessa Punaisen Ristin toiminnasta alueellaan vastaavat paikallisosastot joita on yli 400, niissä toimii yli 30.000 vapaaehtoista. Vapaaehtoistyö on antoisaa ja merkityksellistä. Jokainen on mukana omien voimavarojen ja mahdollisuuksien mukaan, vaikka tunnin silloin tällöin. Valitset itse millaiseen toimintaan haluat mukaan ja mikä verran haluat käyttää siihen aikaa.

Pääset mukaan toimintaan luomalla profiilin osoitteessa: oma.punainenristi.fi

Ystävätoiminnan vapaaehtoisryhmä

Me tuomme arkeen iloa yksinäisille. **Järjestämme mm. ryhmätoimintaa ja erilaisia tempauksia.** Näihin pääsee mukaan pienellä kynnyksellä. Mm. Riihikodon palveluyksikössä on ulkoilutusryhmä ja erilaisia teematunteja.

Ystävää tarvitsevia yksinäisiä on paljon, heille etsimme ja koulutamme henkilökohtaisia ystäviä. Ystävän kanssa keskustellaan tai vaikka ulkoillaan silloin kun vapaaehtoiselle sopii, on se sitten kerran viikossa tai harvemmin. **Voi alkaa myös verkkoystäväksi**– silloin olet ystävään yhteydessä sähköpostin välityksellä.

Maahanmuuttajaperheet kaipaavat henkilökohtaisia ystäviä ja lapsille järjestämme ryhmätoimintaa. Käynnistämme syksyllä 2025 Läksyhelppitoiminnan, se on suunnattu 3-6 luokalla oleville maahanmuuttajalapsille. Autamme läksyissä, pelaamme ja tarjoamme pienen välipalan kerran viikossa.

Kokoonnumme Ystävävapaaehtoisten kanssa säännöllisesti keskustelemaan, jakamaan kokemuksia sekä suunnittelemaan uutta toimintaa. Ystäväkoulutusta järjestetään säännöllisesti. Ota yhteyttä - kerron lisää: tuusula.ystavavalitys@punainenristi.fi tai soita +358 50 4144232

Omaishoitajien vertaistukiryhmä

Omaishoitajat saavat tukiryhmässä vertaistukea. Näihin tapaamisiin voi tulla, vaikka ei ole saanut virallista omaishoitajan statusta ja hoidettavan voi ottaa mukaan. Tapaamisilla voi olla joku teema, mutta aina on myös aikaa kahvittelun lomassa jakaa kokemuksia ja keskustella. Voi tulla ilmoittautumatta vaikka vain yhden kerran. Kokoonnumme Martta Augusta kodissa (Kievarinkaari 1) **Kysy lisää: tuusula.ystavavalitys@punainenristi.fi** tai soita Tiia Kylänpää 040 5961601

Ensiapuryhmä

Tuusulan osaston ensiapuryhmä harjoittelee ensiaputaitoja ja osallistuu päivystyksiin.

EA-ryhmän jäsenet voivat päivystää esimerkiksi paikallisissa tapahtumissa.

Harjoittelupaikkana on kirjastotalon alakerta, käynti päädyistä rappia alas (Autoasemankatu 2)

Kysy lisää: ensiapu.spr.tuusula@punainenristi.fi

Punaisen Ristin jäsenyys on kannanotto!

Jäsenyys on vaivaton tapa tukea järjestön humanitaarista työtä. Jsenmaksulla rahoitetaan osastojen toimintaa oman kunnan alueella ja osa käytetään valtakunnalliseen avustustyöhön:

Jäsenmaksu on pieni, yli 29 -vuotiailta 20 euroa ja alle 29 vuotiailla 10 euroa. Voit liittyä jäseneksi täytämällä lomakkeen netissä osoitteessa punainenristi.fi/jäsen

Haemme myös nälkäpäivän kerääjiä.

Nälkäpäivän keräys syksyllä 25.-27.9.2025. Haemme uusia kerääjiä – jos kiinnostuit ja haluat lisätietoja ota yhteyttä: mattijuhanikulmala@gmail.com tai soita Matti Kulmala 040 538 5515