



Punainen Risti

Lounais-Espoon osasto

VALPURI 2/2019

SPR:n Lounais-Espoon osaston jäsentiedote



Tässä tiedotteessa mm:

- Tule mukaan Nälkäpäivän keräykseen, Pisara-valmiusharjoitukseen, ensiapuryhmään...
- Sosiaalitoimintaan ja monikulttuurisuustoimintaan tarvitaan vetäjiä
- Kutsu osaston syyskokoukseen 26.11.

Valpuri on Suomen Punaisen Ristin Lounais-Espoon osaston kaksi kertaa vuodessa ilmestyvä jäsentiedote.

Otamme mielellämme vastaan tiedotteeseen tarkoitettuja artikkeleita ja kuvia. Materiaalit voi toimittaa sähköpostitse osoitteella kari.kangas@saunalahti.fi.

Tiedotteen toimittaja ja kannen kuva: Kari Kangas.

Osaston hallitus ja muut yhteyshenkilöt

Hallitus:

Pekka Ahola, puheenjohtaja, valmiustoiminnan ja kotimaan avun yhteyshenkilö *pekka.ahola@iki.fi*

Marju Pohjola, varapuheenjohtaja, jäsenmestari, kirjanpitäjä *marju.pohjola@outlook.com*

Kati Huldin, rahastonhoitaja, sosiaalipalveluiden yhteyshenkilö *huldinkati@gmail.com*

Kari Kangas, tiedottaja *kari.kangas@saunalahti.fi*

Nanna Katavisto, sihteeri, monikulttuurisuustoiminnan yhteyshenkilö *nanna.katavisto@kolumbus.fi*

Mirja Lehtokangas, terveysterveystoiminnan yhteyshenkilö *m.lehtokangas@gmail.com*

Ulla Rantanen, kouluyhteistyön, läksyhelin ja nuorisotoiminnan yhteyshenkilö *ulla.rantanen@reumaliitto.fi*

Muut yhteyshenkilöt:

Annika Kaarnalehto, ensiapuryhmän johtaja, terveystoiminnan yhteyshenkilö *annika@kaarnalehto.fi*

Thea Nieminen, keräysjohtaja *thea.nieminen@gmail.com*

Satu Nuojua, ensiapupäivystysyhteyshenkilö *s.nuojua@gmail.com*

Meidät tavoittaa myös sähköpostiosoitteella *lounais-espoo@punainenristi.fi*.

Osaston toimitila Valpuri

Kivenlahti, Merivalkama 8 D, 02320 ESPOO. Sisäänkäynti on kävelykatu Merenkäynnin puolella.

Tilaa, jossa pieni keittiö ja WC voi vuokrata edullisesti kokouksiin ja tapahtumiin. Tiedustelut: *marju.pohjola@outlook.com*.

Puheenjohtajan terveiset

Hyvät jäsenet!

Osaston toiminta on alkanut kesätauon jälkeen. Toimintaryhmistämme näet lisää tässä jäsentiedotteessa. Tärkein ja näkyvin syksyn tapahtumista on tietenkin Nälkäpäivä syyskuun loppupuolella. Valmiuteen on kiinnitetty piirin alueella paljon huomiota. Osaston jäsenille se näkyy lokakuussa järjestettävän Pisara-harjoituksen muodossa.

Ensi vuosi on Punaisen Ristin yleiskokousvuosi, siihen valmistautuminen alkaa jo nyt. Tällä kertaa yleiskokous on Vaasassa. Toimintalinjaus on tärkeimpiä kokouksen asioita. Henkilövalinnat ovat aina mielenkiintoa herättäviä.

Useampikin toimintamuodoistamme kaipaa lisää aktiivisia ihmisiä. Aktiivisia toimijoita on muuttanut tai muuttamassa muualle osaston alueelta ja ikääntyminenkin vie osan. Erityisesti Läksyhelfpi, monikulttuurisuustoiminta ja maahanmuuttajien tuki tarvitsevat apuasi. Voit myös tulla tekemään sellaistaikin auttamistoimintaa mitä meillä ei vielä ole, mikäli tunnet jotain puuttuvan. Yhteyttä voit ottaa kehen tahansa hallituksen jäsenistä tai toimintaryhmien vetäjistä.

Kaunista syksyä jäsenillemme, nähdään syksyn toiminnoissa ja syyskokouksessa ja tietenkin Nälkäpäivä-keräyksessä!

Pekka Ahola

puheenjohtaja

Tule mukaan operaatio Nälkäpäivään

Suomen Punaisen Ristin tärkein keräystapahtuma, Nälkäpäivä, toteutetaan tänä vuonna hieman totuttua ajankohdasta myöhemmin eli 26.–28.9. Varoja kerätään jälleen katastrofirahastoon, josta Punainen Risti antaa apua sekä kotimaassa että ulkomaille.

Yhä useammin törmäämme tilanteeseen, missä lahjoittajalla ei ole mukanaan käteistä. Silloin voi turvautua muihin keräysmuotoihin, lahjoittaa voi esimerkiksi tekstiviestillä tai MobilePay-sovelluksen avulla. Lipaskeräys on kuitenkin tunnetuin lahjoitusmuoto, joten vapaaehtoisten kerääjien panosta tarvitaan tänäkin vuonna.

Keräyspiste on paikka, jossa voit ilmoittautua kerääjäksi, hakea keräyslippaan ja vapaaehtoisliivin sekä palauttaa tarvikkeet lopetettuasi keräämisen. Keräyspiste sijaitsee kauppakeskus Pikkulaivassa, Ulappakatu 2, ja on auki torstaina 26.9. ja perjantaina 27.9. kello 14–20, lauantaina kello 10–18. Keräyspiste on avoinna tarvittaessa myös muina aikoina. Muista ottaa kuvallinen henkilökortti mukaan!

Ilmoittaudu mukaan kerääjäksi: Thea Nieminen, 0400 838681, tai thea.nieminen@gmail.com.

Auttamisesta tulee hyvä mieli!

Pisara-valmiusharjoitus kutsuu mukaan

Lokakuussa on hieno mahdollisuus tulla tutustumaan siihen, mitä valmius on, ja myös tulla valmiutta harjoitteluun.

Punainen Risti järjestää lauantaina 26.10. valtakunnallisen valmiusharjoituksen. Teemana on esimerkiksi sähkökatkon aiheuttama vedenpuute ja siihen liittyvät toimenpiteet. Osastomme osallistuu harjoitukseen. Osastolla on valmiussuunnitelma, joka antaa perustan auttaa viranomaisia heidän pyytäessään vapaaehtoisten apua. Suunnitelmassa

on osaston aktiiveille annettuja vastuita esimerkiksi ensiavun järjestämisessä, onnettomuustilanteissa auttamisessa tai kotiavun antamisessa tilanteen ja omien mahdollisuuksien mukaan. Harjoituksessa tarkistetaan ja harjoittelaan osaston valmiuksia mahdollisiin vedenjakelun ongelmiin liittyen. Auttamistapoja voisivat olla tiedottaminen alueen väestölle rajoituksista vesijohtoveden käytössä ja riskiryhmien (esimerkiksi liikuntarajoitteisten) avustaminen vedensaannissa.

Harjoitus on valtakunnallinen, samoin siitä tiedottaminen. Suomen Punaisen Ristin Helsingin ja Uudenmaan piirin alueella suurin operatiivinen harjoittelu tulee tapahtumaan muualla kuin osastomme alueella, mutta mekin osallistumme harjoitukseen osaltamme. Jokainen meistä voi miettiä, onko valmistautunut siihen, mitä tehdä, kun vesijohtovettä ei yhtäkkiä voikaan käyttää. Jos olet kiinnostunut ja haluat auttaa, olet tervetullut mukaan harjoitukseen ja vaikka laajemminkin osastomme toimintaan. Omat taidot riittävät ja jokaiselle löytyy tehtävää.

Tapaamisiin lauantaina 26.10. kello 9.30 Valpurissa, osastomme toimitilassa, Merivalkama 8 D. Harjoituksen kesto on noin kolme tuntia. Aluksi pidetään pieni perehdytys aiheeseen ja sitten aloitetaan itse harjoitus.

Lisätietoja ja ilmoittautumiset: Pekka Ahola, osastomme puheenjohtaja, 050 5223810, pekka.ahola@iki.fi.

Lounais-Espoossakin vietettiin Punaisen Ristin päivää 8.5.

Lounais-Espoon osasto järjesti Punaisen Ristin päivän 8.5. iltana Soukan palvelutalossa tilaisuuden, jossa oli tarjolla erilaisia tietoisuutta lisääviä osaston toimintamuodoista kuin auttamisesta yleensäkin, lasten arkisten vammojen hoidosta sekä syksyn valtakunnallisesta Pisara-valmiusharjoituksesta. Tarjolla oli myös pullakahvit ja arpajaisiinkin oli mahdollisuus osallistua.



Nanna Katavisto ja Pekka Ahola valmistelemassa iltaa



Nanna Katavisto esitteli Punaisen Ristin toimintaa

Punaisen Ristin päivä on sijoitettu järjestön perustajan, Henri (Henry) Dunantin syntymäpäivälle. Dunant syntyi 1828. Koko viikko, jolle tuo päivä osuu, on Punaisen Ristin viikko.

Teksti ja kuvat: Kari Kangas

Lounais-Espoossa aktiivinen ensiapuryhmä – tule mukaan!

Lounais-Espoon osaston ensiapuryhmä on avoin kaikille. Mukaan voit tulla yhtä hyvin vain kerran tai joka kerta. Kokoonnumme pääsääntöisesti Valpurissa joka toinen keskiviikko (parilliset viikot) kello 18–20. Aiempaa kokemusta tai osaamista ei tarvita, kiinnostus aiheeseen riittää.

Syksyn ohjelma löytyy ensiapuryhmän (Ensiapu- ja valmiustoiminta) verkkosivuilta osoitteessa www.lounais-espoo.punainenristi.fi. Halutessasi voit kouluttautua esimerkiksi ensiapupäivystäjäksi, viranomaisen avuksi etsintöihin tai ensihuoltotehtäviin, osallistua kursseille, leireille, kilpailuihin omien mahdollisuuksiesi ja kiinnostuksesi mukaan. Uudet ryhmäläiset saavat myös oman "tutor-ryhmäläisen" joka opastaa alkuun.

Tervetuloa mukaan osaston ensiapuryhmään! Kysy lisätietoja ryhmänjohtajalta: annika@kaarnalehto.fi, puhelin 045 1301519.



Ensiapuharjoittelua (kuva: Kari Kangas)

Ensiavun peruskurssi Kivenlahdessa

Osastomme järjestää syksyllä kaikille avoimen ensiavun peruskurssin EA-1 (16h) kahdessa osassa lauantaina 23.11. ja lauantaina 7.12. kello 10–17.

Paikkana on Valpuri, Merivalkama 8 D, Kivenlahti (sisäänkäynti kävelykatu Merenkäynnin puolelta).

Aiheina ovat mm tapaturmat, toiminta tapahtumapaikalla, sairaskohtaukset, elvytys, verenvuodot ja shokki, haavat, murtumat, myrkytykset ja palovammat. Kurssi sisältää runsaasti käytännön harjoittelua. Todistus on voimassa kolme vuotta.

Opettajana toimii ETK Annika Kaarnalehto.

Kurssin hinta on 100 €, SPR:n jäsenille 90 €. Hinta sisältää todistuksen.

Sitovat ilmoittautumiset viimeistään 10.11. Annika Kaarnalehdolle: annika@kaarnalehto.fi / puhelin 045 1301519.



Kuva: Miisa Kaartinen / SPR

Terveyspiste jatkaa toimintaansa

Lounais-Espoon liikkuva terveyspiste jatkaa keväällä menestykseksi osoittautunutta toimintaansa sekä Espoonlahden kirkolla että Soukan asu ja elä -palvelukeskuksessa. Terveyspisteessä voit keskustella sairaanhoitajan kanssa terveyteen ja hyvinvointiin liittyvistä asioista ja mittauttaa verenpaineesi.

Toiminta on täysin maksutonta ja luottamuksellista.

Espoonlahden kirkolla olemme kerran kuussa maanantai-aamuisin kello 8–10. Tulevat päivämäärät ovat 7.10., 4.11. ja 2.12.

Soukan palvelukeskuksessa päivystämme kerran kuussa keskiviikkoisin kello 10.30–12 seuraavina päivinä: 18.9., 9.10., 13.11. ja 11.12.

Tarvitsetko ohjelmaa tilaisuuteesi?

Voit tilata liikkuvan terveyspisteen pitämään esityksen tai luennon ensiavusta, painon hallinnasta, mielenterveydestä, rintojen omatarkkailusta tai jostain muusta vastaavasta aiheesta.

Ota yhteyttä Annika Kaarnalehtoon, puhelin 045 1301519, sähköposti annika@kaarnalehto.fi.

Sosiaalipalveluissa on tilaa toimia

Ystävävälityksen kautta mukaan ystävätoimintaan

Oletko kiinnostunut ystävätoiminnasta? Haluatko jollekin ystäväksi tai tarvitsetko ystävän? Oletko jo mukana, mutta kaipaat henkilöä, jolta kysyä neuvoa tai keskustelua?

Ota yhteyttä Espoon ystävävälitykseen, puhelin 09 466858, sähköposti vapaaehtoinen@spr-tapiola.org.

Päivystysajat ovat maanantaisin ja keskiviikkoisin kello 11–15 ja torstaisin kello 13–17.

Lounais-Espoon osaston kerhotoiminta

Omaishoitajat: vertaistukitoimintaa muistisairaille ja heidän omaisilleen ja läheisilleen Soukan kappelissa parillisten viikkojen perjantaina kello 10–12.30. Tiedustelut Pirjo Hagmark, puhelin 040 547184.

Soukan veteraanitalon kerho kokoontuu osoitteessa Soukankuja 4 parillisten viikkojen torstaina kello 13.30–15.00. Tarjolla on vaihtelevaa ohjelmaa ja kahvia. Tiedustelut Aila Osala, puhelin 050 3776321 tai Inkeri Mäkelä, puhelin 050 3085274.

Ikivireä-seniorikerho kokoontuu Soukan Elä ja Asu-palvelukeskuksessa Soukankaari 7 parillisten viikkojen maanantaina kello 10–12. Tiedustelut Maire Mattila, puhelin 050 3021023.

Haluaisitko kerhonvetäjäksi?

Soukan kappelilla toimiva vertaistukiryhmä etsii vetäjää. Nyt on oiva paikka tulla tutustumaan toimintaan!

Kerhot tarjoavat mukavaa yhdessäoloa ja pientä ohjelmaa kahvin äärellä. Lisätietoja kaikista sosiaalipalveluista saa Kati Huldinilta, huldinkati@gmail.com.



Kuva: Kati Huldin

Omaishoitajat virkistäytyivät Hanikassa

Lounais-Espoon osaston omaishoitajat viettivät keväällä tukitoiminnan virkistyspäivää Hanikassa. Nautittiin hyvät kahvit ja paistettiin makkarat. Mukavaa yhdessäoloa kauniissa kevätsäässä. Leikkimieliset kilpailut lisäsivät päivän onnistumisista. Ensi vuonna uudestaan!



Teksti ja kuvat Kati Huldin

Sosiaalitoimintaan ja monikulttuurisuus- toimintaan tarvitaan vetäjiä

Osastossa monikulttuurisuustoiminta ja sosiaalipalvelut kaipaavat uusia yhteyshenkilöitä. Jos olet kiinnostunut sosiaalitoiminnasta, ihmisten auttamisesta ja organisoinnista, tule toiminnan vastuuhenkilöksi! Saat tehtävään perehdytyksen ja tarjolla on monenlaista Punaisen Ristin koulutusta.

Monikulttuurisuustoiminnasta antaa lisätietoja Nanna Katavisto, nanna.katavisto@kolumbus.fi. Sosiaalitoiminnasta antaa lisätietoja Kati Huldin, huldinkati@gmail.com.

Anna panoksesi ja tietotaitosi Punaisen Ristin työhön Espoonlahdessa ja lähialueilla. Kiitos!

Olethan jo Omassa?

Vapaaehtoisten uusi sähköinen tietojärjestelmä *Oma Punainen Risti* on nyt kaikkien käytettävissä. Uusille ja vähemmän uusille vapaaehtoisille Oma on selkeä ja helppo tapa löytää mukaan. Oma on kokonaisuus, josta löytyvät myös kaikki Punaisen Ristin Lounais-Espoon osaston toiminnan kannalta oleelliset asiat.

Oma löytyy osoitteesta **www.punainenristi.fi/oma**.

Ellet jo ole tehnyt profiiliasi Omaan, luo se nyt! Tekemäsi profiilin perusteella tarjoamme sinulle sopivia vaihtoehtoja.

Syksyn aikataulua

- 20.8. Hallitus kokoontui, syksyn suunnitelmat
- 26.–28.9. Nälkäpäivä, järjestön suurin vuosittainen ponnistus.
- 17.9. Hallituksen kokous
- 22.10. Hallituksen kokous
- 26.10. Valtakunnallinen Pisara-valmiusharjoitus
- 19.11. Hallituksen kokous
- 26.11. Osaston syyskokous
- 10.12. Jouluglögit

SPR:n yleiskokous kokoontuu seuraavan kerran Vaasassa 6.–7.6.2020. Osastot osallistuvat myös ennakotyöskentelyyn, jossa valmistellaan muun muassa toimintalinjausta 2020–2022.

Tervetuloa glögille joulun alla

Osastomme tarjoaa glögit tiistaina 10.12. kello 17–19 Valpurissa, Merivalkama 8 D.

Jäsenet, kerääjät, ystävät, lämpimästi tervetuloa viettämään joulusta hetkeä ja tapaamaan toisiamme.

Lämpimästi tervetuloa!



Punainen Risti

Lounais-Espoon osasto

KUTSU:

Osaston syyskokous Valpurissa 26.11. kello 18

Suomen Punaisen Ristin Lounais-Espoon syyskokous pidetään tiistaina 26.11. kello 18 alkaen Valpurissa, Merivalkama 8D (sisään kävelykatu Merenkäynnin puolelta portaiden vierestä). Kahvitarjoilu alkaa kello 17.30.

Listalla ovat sääntömääräiset asiat: toimintasuunnitelma, talousarvio sekä hallituksen jäsenten valinta erovuoroisten tilalle.

Tervetuloa kokoukseen ja vaikuttamaan osaston tulevaisuuteen!

Äänioikeus on jäsenmaksunsa maksaneilla jäsenillä, kaikki muutkin ovat tervetulleita.

Kokouksen jälkeen voit luoda oman Punaisen Ristin profiilisi Oma-järjestelmään.

Lisätietoja: nanna.katavisto@kolumbus.fi.



Hyvää syksyä kaikille! (Kuva: Kari Kangas)