



Punainen Risti

Lounais-Espoon osasto

VALPURI 1/2020

SPR:n Lounais-Espoon osaston jäsentiedote



Tässä tiedotteessa mm:

- Nälkäpäivä-keräyksellä Lounais-Espoossa melkein 6000 €
- Ensiapukurssi toukokuussa Kivenlahdessa
- Terveyspisteen aikataulu
- Kutsu osaston kevätkokoukseen 24.3.

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, sosiaalipalvelutoiminnan yhteyshenkilö, huldinkati@gmail.com

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

Tuula Karttunen, sosiaalipalvelutoiminnan yhteyshenkilö, tuula.karttunen@saunalahti.fi

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

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

Muut yhteyshenkilöt:

Annika Kaarnalehto, ensiapuryhmän johtaja, terveystietotoiminnan yhteyshenkilö, annika@kaarnalehto.fi

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

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

Puheenjohtajan terveiset

Hyvät jäsenet!

Vuosi on vaihtunut ja toimintamme jatkuu. Uusi vuosikymmen on alkanut, mutta haasteet toiminnallemme eivät ole vähentyneet. Syyskuun alussa Bahamalla oli suuria tulvia ja auttamistyö siellä jatkuu edelleen. Myös Syyrian Al-Holin leirillä Punainen Risti on mukana auttamassa. Erityisesti vedenjakelu on ollut Punaisen Ristin vastuulla. Kreikasta Lesboksen saarelta kuulemme huolestuttavia uutisia ylitäytyneistä leireistä, joista osa aiotaan silti sulkea. Väli-merellä kuolee jatkuvasti ihmisiä ja Afrikassa ihmiset joutuvat valitsemaan yhä vaarallisempia reittejä paetessaan epätoivoisia oloja.

Suomessakin Punainen Risti auttaa. Toukokuun puolessa välissä Porissa oli kerrostalopalo, jossa evakuoitiin lähes 230 ihmistä. Punainen Risti oli mukana antamassa henkistä tukea sekä apua ruoanjakelussa ja hätämajoituksessa.

Tämä vuosi on yleiskokousvuosi, kokoonnumme Vaasaan ja mietimme toimintalinjausta. Toimintamme Helsingin ja Uudenmaan piirin alueella keskittyy jäsenhankintaan, markkinointiin ja myös jäsenemme tukemiseen. Järjestämme vuoden mittaan useita tilaisuuksia, joiden toivon kannustavan ihmisiä tulemaan mukaan toimintaan.

Tässä tiedotteessa kerrotaan eri toimintamuodoistamme. Olet tervehtunut mukaan ensiapuryhmään, Nälkäpäivä-kerääjäksi, ystävätoimintaan tai muuhun sinua kiinnostavaan toimintaan. Mikäli sinua kiinnostavaa toimintaa ei löydy Lounais-Espoon alueella, autamme sinua löytämään sitä muualta.

Hyvää alkanutta vuotta teille kaikille!

*Pekka Ahola
Puheenjohtaja*



Tapahtui 2019

Veteraanikerho sai uudet vetäjät

Soukan Veteraanitalon kerho sai syksyllä uudet vetäjät, Aila Osalan ja Inkeri Mäkelän.

Perinteitä jatkettiin joulujuhlassa. Vieraana oli kanttori Helena Yli-Jaskari, jonka säestyksellä laulettiin monia tuttuja ja hieman tunte-mattomampiakin lauluja.

Nanna Katavisto toi tälläkin kertaa juhlaan Betlehemin rauhantulen, jota partiolaiset jakavat eri puolilla maailmaa. Tuli on sytytetty Jeesuksen syntymäpaikalle rakennetussa kirkossa, jossa tuli on palanut yli tuhat vuotta.

Joulujuhlaan kuuluivat myös kahvi ja tortut, jotka virittivät joukon vilkkaaseen keskusteluun.

Vieraat poistuivat jouluisten karkkipussien kera.

Kerhon pitkäaikaiset vetäjät, Helka Ljungberg ja Helena Långström, ansaitsevat suuret kiitokset työstään.

Glögitunnelmaa

Osaston glögit ovat jo perinne. Ne nautittiin torttujen ja piparien kera joulukuun alussa. Arpajaisten myötä moni lähti kotiin voittojen kera. Parikymmentä vierasta nautti tunnelmasta ja keskustelusta.

Uutuutena loppiaiskahvila

Vuoden vaihteen jälkeen päätimme kokeilla loppiaiskahvilaa Punai-sen Ristin joulukahviloiden innoittamana. Kahvilat on tarkoitettu erityisesti niille, joilla ei ole seuraa juhlapyhinä.

Herkkupöytä tarjosi monenlaista. Vieraat viihtyivät myös pelien ääressä. Hauskaa yhdessä tekemistä oli palapeli, jonka ääressä moni piipahti.

Ensikokemus houkutteli viitisentoista vierasta. Kiitos kävijöille ja tekijöille!

Nanna Katavisto

Hallitus järjestäytyi

Saimme hallitukseen kaksi uutta jäsentä, Tuula Karttusen ja Thea Niemisen.

Hallitus järjestäytyi 13.1. Tämän lehden kakkosivulta löytyvät kaikki hallituksen jäsenet, muut vastuuhenkilöt ja heidän yhteystietonsa.

Osaston kehittämistä ideoitiin kehittämisillassa 16.1. Aivoriihen tuloksena syntyi monta mielenkiintoista ideaa. Niitä lähdetään nyt toteuttamaan.

Yleiskokous lähestyy - haluatko vaikuttaa päätöksiin?

Suomen Punaisen Ristin yleiskokous lähestyy. Se pidetään Vaasassa 6.–7.6.2020. Saamme helmikuussa toimintalinjausehdotuksen käsittelemme. Jos sinua kiinnostaa tulla mukaan, laita viesti sähköposti-osoitteella nanna.katavisto@kolumbus.fi, niin saat kutsun ehdotuksen käsittelyn.

Tule mukaan: ensiapuryhmässä opit uutta ja kertaat vanhaa



Ensiapuryhmämme kokoontuu jatkossakin parillisten viikkojen keskiviikkona kello 18–20 toimitilassamme Valpurissa, Kivenlahdessa. Ryhmätoiminta tarjoaa edullisen, hyödyllisen ja tärkeän harrastuksen juuri sinulle. Tervetuloa rohkeasti iloiseen joukkoomme, iltoihin ei tarvitse ilmoittautua ennakoon!

Kevään ryhmäiltojen aiheet löytyvät Rednetistä osoitteesta <https://rednet.punainenristi.fi/node/25646>.

Lisätietoja: ryhmänjohtaja Annika Kaarnalehto, puhelin 045 130 1519, sähköposti annika@kaarnalehto.fi.

Nälkäpäivä-keräyksellä Lounais-Espoossa melkein 6000 €

Kiitos kaikille, jotka tavalla tai toisella osallistuitte viime vuoden keräykseen. Saimme kerätyksi yhteensä 5912 €, josta lippaisiin kertyi 3836 € ja kouluissa kerättiin 2076 €. Hieno tulos, josta saamme kaikki olla ylpeitä!

Tänä vuonna on Nälkäpäivä-keräyksen juhlavuosi. Keräys järjestetään nyt 40. kerran. Tapahtuma-aika tänä vuonna on 24.–26.9.

Tarkoitus on tempaista entistä suuremmalla joukolla ja ideoida uusia keräysmuotoja. Toivottavasti tulet mukaan, jotta saavuttaisimme kaikkien aikojen parhaimman tuloksen.



Auttamisesta tulee hyvä mieli!

Ilmoittautua voit jo nyt Thea Niemiselle, puhelin 0400 838 681, sähköposti thea.nieminen@gmail.com.

Teksti Thea Nieminen, kuva SPR/Benjamin Suomela

Lounais-Espoon osaston kerhotoiminnat

Omaishoitajat: vertaistukitoimintaa muistisairaille ja heidän omaisilleen ja läheisilleen Soukan kappelissa Soukankuja 3 parillisten viikkojen perjantaina kello 10–12.30. Tiedustelut Pirjo Hagmark, puhelin 040 547 184.

Soukan veteraanitalon kerho kokoontuu osoitteessa Soukankuja 4 parillisten viikkojen torstaina kello 13.30–15. Tarjolla on hauskaa yhdessäoloa vaihtelevan ohjelman ja kahvin kera. Tiedustelut Aila Osala, puhelin 050 377 6321 tai Inkeri Mäkelä, puhelin 050 308 5274.

Ikivireät-seniorikerho kokoontuu Soukan elä ja asu -seniorikeskuksessa Soukankaari 7 parillisten viikkojen maanantaina kello 10.30–12.30. Kerhon tavoitteena on ikääntyneiden ryhmäläisten ystävystyminen ja mukavaa yhdessäoloa yksinäisyyden tunteen lievittämiseksi kahvin, retkien ja keskustelujen merkeissä. Tiedustelut Iris Koskinen, puhelin 040 538 5022 tai Maire Mattila, puhelin 050 302 1023.

Sosiaalipalvelussa on tilaa toimia: Ystävävälityksen kautta mukaan ystävätoimintaan



Oletko kiinnostunut ystävätoiminnasta? Haluatko jollekin ystäväksi tai tarvitsetko ystävää? Oletko jo mukana, mutta kaipaatte keskustelukumppania tai henkilöä, jolta kysyä neuvoa?

Ota yhteyttä Espoon ystävävälitykseen, puhelin 09 466 858, sähköposti vapaaehtoinen@spr-tapiola.org. Päivystysajat ovat maanantaisin ja keskiviikkoisin kello 11–15 ja torstaisin kello 13–17.

Kuva: SPR/Joonas Brandt

Ystävänpäivänä 2020

"Ystävä on lahja, jonka arvon voi mitata vain sydämellä." Tämän ajatuksen sain vuonna 1977, kun lähdin Amerikan perheestäni. Osallistuin eurooppalaisille opettajille järjestettyyn vaihto-ohjelmaan. Tuon ohjelman motto oli: Jumala teki maailmasta pallon, jotta sen voi ympäröidä ystävyydellä.

Kahdessa viikossa meistä tuli ikuisia ystäviä ja ero oli vaikea.

Olen palannut New Jerseyhyn monta kertaa, milloin ihaniin häihin, milloin vain aikaa viettämään. Paljon on koettu yhdessä.

Ystävien kirjo

Ystäviä on monenlaisia. Toiset tulevat ja menevät, toiset pysyvät.

Harrastustoiminnassa syntyy suhteita, joista osa ei kanna mihinkään, osasta syntyy ystävyys. Samoin on työpaikoilla. Toisia on kestettävä, mutta toisten kanssa juttu jatkuu työajan jälkeenkin.

Saattaa olla ystävä, jota et ole tavannut vuosiin. Sitten, kun koh-taatte, juttu jatkuu siitä, mihin viimeksi jäätiin. Joskus taas sanoja ei ole ja tilanne on kiusallinen.

Pahinta on ystävyysden hyödyntäminen. Jos aina vain annat etkä saa vastakaikua, kannattaa panna peli poikki. Ystävyys on aina kahden-suuntaista.

Olen onnekas ja onnellinen. Minun vanhimmat ystäväni ovat lapsuus-destani.

Minulla on myös onni omistaa paljon ystäviä ulkomailla. Vanhimman Itävallan ystäväni tapasin 1971 Itävallan nuorison Punaisen Ristin leirillä. Yhteydenpito on tiivistä.

Useimmat ystäväni maailmalla ovat partiolaisia. Maailmalla on monta kotia. Jos näin ei olisi, matkustaisin paljon vähemmän.

Ystävyys avaa myös ovia sinne, missä ei näy tavallisia turisteja - kuten kuuluisan Lemmenlaivan kekkereille sen ollessa Vancouverin satamassa tai Wienin filharmonikkojen Kulaiseen saliin, kun orkes-teri harjoitteli.

Australiassa ystäväni toivat minulle autonsa Melbournesta Sydneyhyn, "kun vuokra-autot ovat niin kalliita".

Toki pääosa ystävistäni on Suomessa. Monista työtovereista on jäänyt ystäviä, ja monet harrastukset ovat tuoneet heitä lisää.

Yksi ystävyysmitta on myös hiljaisuus, aina ei tarvita sanoja.

Monet osastomme jäsenet ovat ystäviäni, kiitos siitä.

Ystävänpäivää on vietetty Suomessa vuosikymmeniä, mutta viime vuosina siitä on tullut hyvin kaupallinen. Rekvisiittaa löytyy ystäville ja juhlaan. Punaisen Ristin kortit ovat olleet suosittuja, vaikka korttiposti onkin vähentynyt.

Osastomme on monena vuonna järjestänyt Ystävänpäivän kahvilan. Nyt yhdistämme sen laskiaiseen. Tervetuloa Punaisen Ristin infoon sekä kahville, tarjolla laskiaispullia, tiistaina 25.2. kello 17–19 Soukan elä ja asu –seniorikeskukseen.



Mukavia hetkiä ystävien seurassa – ja hyvää ystävänpäivää!

Teksti ja kuva: Nanna Katavisto

Ystävänpäivän nalle tarttui mukaan New Yorkista.

Terveyspiste: tule kyselemään terveyteen ja hyvinvointiin liittyvistä asioista

Lounais-Espoon osaston liikkuva terveyspiste jatkaa menestyksekkästä toimintaansa myös tänä vuonna Espoonlahden kirkolla ja Soukan elä ja asu -seniorikeskuksessa. Viime vuonna käyntejä oli yhteensä 166, 82 kirkolla ja 84 palvelutalossa.

Vastaanotolla on mahdollisuus keskustella sairaanhoitajan kanssa terveyteen ja hyvinvointiin liittyvistä asioista sekä mittauttaa verenpaineensa ja astua puntarille, jos paino askarruttaa. Toiminta on maksutonta ja luottamuksellista.

Espoonlahden kirkolla Kipparinkatu 8 on vastaanotto maanantaiaamuisin 13.1., 3.2., 2.3., 6.4., 4.5. ja 1.6. kello 8–10.

Soukan palvelukeskuksessa Soukankaari 7 on vastaanotto keskiviikkona 15.1., 12.2., 11.3., 15.4. ja 13.5. kello 10.30–12.

Meiltä voi myös tilata esityksen tai luennon vaikkapa ensiavusta, rintojen tarkkailusta, painon hallinnasta tai muusta vastaavasta terveyteen liittyvästä aiheesta. Ota yhteyttä Annika Kaarnalehtoon, puhelin 045 130 1519, sähköposti annika@kaarnalehto.fi.



Kuva: SPR/Jenna Lehtonen

Keväällä jälleen ensiapukurssi Kivenlahdessa

Osastomme järjestää jälleen keväällä kaikille avoimen ensiavun peruskurssin EA-1 (16h) kahdessa osassa: 9.5. ja 23.5. 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. Opettajana toimii ETK Annika Kaarnalehto.

Kurssin hinta on 105 €, Punaisen Ristin jäsenille 95 €. Hinta sisältää todistuksen. Todistus on voimassa kolme vuotta.

Sitovat ilmoittautumiset viimeistään 30.4. Annika Kaarnalehdolle: annika@kaarnalehto.fi, puhelin 045 130 1519.

Ystäväkurssi maaliskuussa, omaishoitajille tapaaminen maaliskuussa ja retki toukokuussa

Maaliskuun 28. päivänä kello 9.30–11.30 järjestetään **ystäväkurssi** EJY ry:n tiloissa Tapiolassa. Kurssille voi ilmoittautua sähköpostitse: vapaaehtoinen@spr-tapiola.org. Kurssi on jäsenille ilmainen, muille kurssimaksu on 20 €.

Omaishoitajat ja hoidettavat

Tervetuloa Valpuriin lauantaina 14.3. kello 13–15 virkistävän yhdessäolon merkeissä.

Tervetuloa myös kevätretkelle Hanikan virkistyskeskukseen 27.5. kello 14–17. Hanikassa on luvassa leikkimielisiä kilpailuja ja pientä syötävää. Nautitaan yhdessäolosta! Ilmoittautuminen Helena Långströmille, puhelin 040 552 3507.

Laskiaistiistaina kahvia ja laskiaispullia, kysymyksiä ja vastauksia Punaisesta Rististä

Punainen Risti tutuksi -teemalla houkuttelemme niin jäseniä kuin muitakin Punaisesta Rististä kiinnostuneita laskiaisiltana 25.2. kello 17–19 Soukan elä ja asu -seniorikeskukseen, Soukankaari 7. Tilaisuudessa esitetään tietoiskut kello 17.30 ja 18.15.

Tarjolla on kahvia ja laskiaispullia, kysymyksiä ja vastauksia. Miten Punainen Risti syntyi? Kuka saa käyttää merkkiä? Voiko jokainen osallistua toimintaan? Mitä voin tehdä, jos ei ole aikaa?

Liity samalla jäseneksi ja voita osaston järjestämä ensiapukurssi.

Lisätietoja: nanna.katavisto@kolumbus.fi.

Lämpimästi tervetuloa!



Kuva: Melissa Saravirta

PR-kahvila kutsuu Punaisen Ristin päivänä

Tervetuloa Punaisen Ristin kahvilaan Espoonlahden Pikkulaivaan perjantaina 8.5. kello 15–19.

Pikkulaivan pihalla on samaan aikaan myös Kontin kierrätysauto. Siihen otetaan vastaan ehjiä ja puhtaita vaatteita, joissa napit ja vetoketjut ovat paikoillaan, kirjoja, astioita, pientä kodintavaraa sekä pieniä huonekaluja. Tavarat pakataan suoraan autoon.

Kontti on Punaisen Ristin kierrätystavaratalo ja second-hand-myy-mäläketju, jossa myydään lahjoitettuja vaatteita, tavaroita ja huonekaluja.

Nyt on vielä hyvin aikaa koota kotoa ylimääräistä tavaraa ja antaa ne hyvään tarkoitukseen. Kiitos!

Lisätietoja tästä ja muista tapahtumistamme kotisivuiltamme <https://rednet.punainenristi.fi/Lounaisespoo> ja Omasta.



Kuva: SPR/Jussi Vierimaa

Joko meillä on sähköpostiosoitteesi?

Päivitämme jäsentemme yhteystietoja. Lähetämme ajankohtaisia tiedotteita ja kutsuja sähköpostiisi muutaman kerran vuodessa - ei kuitenkaan liian usein. Mikäli haluat postia Suomen Punaisen Ristin Lounais-Espoon osastolta sähköisesti, ilmoitathan sähköpostiosoitteesi meille: lounais-espoo@punainenristi.fi. Luonto kiittää!

Oma

Tule vapaaehtoiseksi, kiinnostu, innostu ja ilmoittaudu Punaisen Ristin toimintaan! Luo Omaan profiili ja etsi parhaiten sinulle sopivaa toimintaa. Tekemäsi profiiliin perusteella, niin halutessasi, me voimme myös tarjota sinulle vaihtoehtoja ja tiedottaa ajankohtaisista asioista ja tilaisuuksistamme. Omasta löytyvät kaikki Punaisen Ristin Lounais-Espoon osaston toiminnan kannalta oleelliset asiat.

Oma löytyy osoitteesta www.punainenristi.fi/oma. Vapaaehtoisia voimia ja osaajia tarvitaan. Jokaiseen tehtävään saat koulutusta ja tukea. Vapaaehtoistoimintaan käyttämäsi aika sovitaan aina oman elämäntilanteesi mukaan.

Osaston kevätkokouksessa saat halutessasi neuvoja Oman käytöstä.

Marju Pohjola



Punainen Risti

Beta

fi sv

Kirjaudu

Tule vapaaehtoiseksi!

Täältä löydät itsellesi sopivan tavan auttaa. Kiinnostu, innostu ja ilmoittaudu Punaisen Ristin toimintaan!

LUO PROFIILI



Kerro itsestäsi

Luo profiili ja löydä parhaiten sinulle sopivaa toimintaa.



Löydä tekemistä

Tekemäsi profiiliin perusteella tarjoamme sinulle vaihtoehtoja.



Kehitä toimintaa

Kehitämme toimintaa tarpeiden mukaan. Auta meitä paremmaksi.

Valpurista ostettavissa myös mainostilaa

Mainostamalla jäsentiedotteessamme Valpurissa saat näkyvyyttä ja tuet samalla hyvää asiaa. Valpuri jaetaan postitse Lounais-Espoon osaston yli viidellesadalle jäsenelle ja vuoden mittaan lisäksi erilaisissa osaston tapahtumissa. Lisäksi se on saatavissa sähköisesti.

Ilmoitushinnat:

Koko sivu 500 €

Puoli sivua 250 €

¼ sivu 120 €

Pikkuilmoitus (3 riviä) 50 €

Ilmoitus voi sisältää sekä tekstiä että kuvia ostetun tilan koon mukaan.

Ota yhteyttä tiedotteen toimittajaan:

Kari Kangas, kari.kangas@saunalahti.fi, 040 501 1031.

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 ”Espoon talvi”: Kari Kangas.

Valpuri on myös osaston toimitilan nimi. Tila on vuokrattavissa.

Osastolla on oma toimitila Kivenlahdessa, osoitteessa 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.



Punainen Risti

Lounais-Espoon osasto

KUTSU:

Osaston kevätkokous Valpurissa 24.3. kello 18

Osaston kevätkokous pidetään tiistaina 24.3. kello 18. Valpurissa, Merivalkama 8D, sisään kävelykatu Merenkäynnin puolelta.

Listalla ovat sääntömääräiset asiat.

Äänioikeus on jäsenmaksunsa maksaneilla jäsenillä, muutkin ovat tervetulleita.

Kahvitarjoilu alkaa kello 17.30.

Kokouksessa on vieraana Suomen Punaisen Ristin Helsingin ja Uudenmaan piirin puheenjohtaja Jouni Pousi. Hän kertoo ajankohtaisista asioista ja vapaaehtoistoiminnan tuesta. Nyt on loistava mahdollisuus kysyä piirin asioista.

Kaikki osastomme jäsenet ja toiminnasta kiinnostuneet ovat tervetulleita!

Lisätietoja: nanna.katavisto@kolumbus.fi.