



**Punainen Risti**

Tykkää sivusta ja saat ajankohtaista informaatiota toiminnastamme!

[facebook.com/sprtapiola](https://facebook.com/sprtapiola)



## **TAPIOLAN OSASTON JÄSENKIRJE 2021**

**Ajankohtaista:  
Nälkäpäivä-keräys  
23.-25.9.2021!  
Katso sivu 6.**

**Punaisen Ristin  
ystävävapaaehtoisia  
on Espoossa lähes 300!  
Katso sivu 8.**

**Eläkeläisten  
maksuton  
Sirius-kerho!  
Katso sivu 9.**

# TAPIOLAN OSASTON JÄSENKIRJE 2021

## Sisällysluettelo

Tapiolan osaston kuulumisia .....	3	Ystävätoiminta .....	8
Autoimme koronarokotuksissa .....	4	Sirius-kerho .....	9
SuomiKamu on maahanmuuttajan ystävä .....	5	Hälytysryhmä ja ensiapuryhmä .....	10
Nälkäpäiväkeräys .....	6	Tapahtumia ja koulutusta .....	11

➔ Lisätietoa toimintaryhmistämme löydät [tapiola.punainenristi.fi](http://tapiola.punainenristi.fi)

➔ Seuraa uutisointiamme osoitteessa [facebook.com/sprtapiola](https://facebook.com/sprtapiola)

## Tapiolan osaston yhteys- henkilöt vuonna 2021

Tiedotusasiat ja  
yleiset yhteydenotot  
[tapiola@punainenristi.fi](mailto:tapiola@punainenristi.fi)



### Ensiapuryhmä

Ryhmänjohtaja Maija Kivimaa  
[majja.kivimaa@gmail.com](mailto:majja.kivimaa@gmail.com)

### Keräystoiminta

Keräysjohtaja Katri Van Wensen  
keraysjohtaja@spr-tapiola.org

### Siriuskerho

Sirkku Dölle, puh. 050 309 0245  
[sirkkudolle@luukku.com](mailto:sirkkudolle@luukku.com)

### Ystävä- ja vapaaehtoisvälitys

Marja Salovaara, puh. (09) 466 858  
[vapaaehtoinen@spr-tapiola.org](mailto:vapaaehtoinen@spr-tapiola.org)

### Ensiapupäivystykset

Minna Sarkonen  
[sprtapiola.eapavystys@gmail.com](mailto:sprtapiola.eapavystys@gmail.com)

### LäksyHelppi ja Osastomme puheenjohtaja

Miika Niissalo, puh. 040 501 1154  
[miika.niissalo@iki.fi](mailto:miika.niissalo@iki.fi)

# HEI TAPIOLAN OSASTON JÄSEN!

Minulta kysyttiin taannoin syitä tehdä vapaaehtoistyötä, ja seuraava lause on ehkä tärkein syy olla mukana toiminnassa: Punainen Risti on vapaaehtoisjärjestö, joka pyrkii vähentämään inhimillistä hätää puolueettomasti ja tasapuolisesti sekä puhumaan niiden puolesta, joilla ei ole välttämättä omaa ääntä. Tapiolan osaston syksyn teema onkin vapaaehtoiset, olitpa jo mukana toiminnassa tai harkitsemassa mukaan liittymistä.

Korona-aika on korostanut vapaaehtoisuuden tärkeyttä, vapaaehtoistemme toimiessa apuna auttavissa puhelimitse, lääke- ja ruoka-avussa ja samalla ottaen vastaan uudet vapaaehtoiset ja kouluttaen heidät tehtäviin. Tämä on meidän yksi perustehtävistämme ja toinen motivaation lähteenä onkin ollut Punaisen Ristin tarjoama koulutus, joka valmistaa poikkeusoloissa toimimiseen. Olemme pystyneet antamaan apua ja laajentamaan avun piiriä omalla panoksellamme ja siitä kiitos mukana olleille vapaaehtoisille.

Itselläni on takana opettavaisia koulutusviikonloppuja ja ensiapupäivystyksiä, joissa näitä opittuja taitoja on päässyt käyttämään. Espoossa toimimme useilla muilla osa-alueilla ja kaipaammekin lisää vapaaehtoisia mukaan. Kuten ensiapuun, koulutamme ystävävapaaehtoiset ja tarjolla on henkisen tuen kursseja. Mikäli monikulttuurisuustyö kiinnostaa on meillä Suomi-kamu toimintaa. Nuorisotyön osalta läksyhelppikerhot kaipaavat Tapiolan alueella

vetäjää. Ota yhteyttä, niin kerromme mielellämme lisää.

Näiden lisäksi meillä on aktiivinen hälytysryhmä, jos etsintä, ensihuolto ja mahdollinen metsässä liikkuminen kiinnostaa, tarjoaa Vapepa-toiminta (Vapaaehtoinen pelastuspalvelu) mukavan porukan ja peruskurssitukset. Ja mikäli intoa riittää voi jatkokursseille suunnata Kuopioon pelastusopistolle.

Jos haluat antaa muutaman tunnin tänä vuonna, niin tule mukaan Nälkäpäiväkeräykseen (23.-25.9.), tarjolla on työtehtäviä lippaidenjakopisteillä, järjestelyssä ja lippaan varressa, tervetuloa.

Miika Niissalo, miika.niissalo@iki.fi  
Tapiolan osaston puheenjohtaja



## Tiina antoi tärkeän panoksen- sa koronatalkoisiin

*"Minulle tuli Facebookissa vastaan maaliskuussa SPR:n juttu, jossa haettiin vapaaehtoisia avustamaan koronarokotuksissa. Tämä tuntui heti kiinnostavalta tavalta osallistua ja antaa oma panokseni koronatalkoisiin. Oli hienoa ja hyödyllistä saada lyhyessä ajassa paljon tietoa lyhyillä etäkursseilla ja päästä heti käytännössä toteuttamaan uusia taitoja mm. olemalla henkisenä tukena rokotuksiin tuleville, sekä jo rokotuksensa saaneille, välillä jopa rokottajillekin, kun sattui oikein kiireisiä päiviä. Tunsin oloni etuoikeutetuksi päästessäni osaksi monipuolista osaavaa ja toimivaa tiimiä. Muutaman kerran avustajana toimiessani sain hyödyntää ensi-  
aputaitojani, joita olen pitänyt yllä lukiosta lähtien epäsäännöllisen säännöllisesti. Toimin vapaa-aikana myös hiihdonopettajana ja hiihtävänä skipatrollina. Näissä tehtävissä hyvät ensi-  
aputaidot ovat tarpeen. Jatkossa ajattelinkin jatkaa SPR:n toiminnassa keskittyen erityisesti ensi-  
aputoimintaan sekä henkisen tuen sekä Vapaaehtoisen pelastuspalvelun toimintaan. Ennen kesälomiamia ehdinkin jo osallistua Tapiolan osaston iloissa porukassa näihin toimintoihin."*

Tiina, koronavapaaehtoinen



## Maija koulutti uusia vapaa- ehtoisia

*"Varsinaisen rokotuksissa auttamisen lisäksi myös toiminnan organisointi tapahtui vapaaehtoisvoimin.*

*Olen toiminut pitkään Tapiolan ensiapuryhmässä ja olen ammatiltani opettaja, joten minulle oli luontevaa olla mukana kouluttamassa uusia vapaaehtoisia heidän tehtäviinsä rokotuspisteillä. Koulutuksen lisäksi vapaaehtoiset hoitivat myös esimerkiksi toiminnasta tiedottamisen, uusien vapaaehtoisten rekrytoinnin ja haastattelut, vapaaehtoisvuorojen koordinoinnin sekä rokotusvapaaehtoisten muonituksen ja muun huollon rokotuspisteillä. Teimme tämän yhteistyönä Espoon eri osastojen kesken piiriorganisaation tukemana ja oli hienoa nähdä miten nopeasti ja hyvin saimme järjestymään tällaisen ihan uuden vapaaehtoistoiminnan."*

Maija, kouluttaja ja EA-ryhmänjohtaja

# SUOMIKAMU ON MAAHANMUUTTAJAN YSTÄVÄ



SPR, Espoon osastot ja Espoon kaupungin maahanmuuttajapalvelut kouluttavat yhdessä maahanmuuttajille ja/tai heidän perheilleen suomalaisia ystävä-vapaaehtoisia.

SuomiKamu toimii arjen taidoilla, mitään erityisosaamista ei tarvita. Kamuna tapaat ystäväsi pari kertaa kuukaudessa, oman aikataulusi mukaan. Yhdessä sovitte missä tapaatte ja mitä teette. Esimerkiksi kirjastossa käynti ja lähipalveluihin tutustuminen samoin kuin suomenkielinen oppiminen ovat tärkeitä asioita maahanmuuttajille.

SuomiKamu-toiminnan alussa suosittelemme kaikille kamu-kursssia, joita järjestämme muutaman kerran vuodessa. Kurssin jälkeen sovimme erikseen miten ja koska haluat aloittaa toiminnan.

Seuraava Kamu-kurssi on 15.9.2021 klo 17.00–20.00 ja se pidetään teamsissä verkossa. Kurssi on maksuton. Ilmoittaudu mukaan heti tästä linkistä: <https://vapaaehtoiset.punainenristi.fi/event/11326>.

Lisätietoja:  
[suomikamusprespoo@gmail.com](mailto:suomikamusprespoo@gmail.com).

# NÄLKÄPÄIVÄKERÄYS ALUEELLAMME



## Miksi haluan olla mukana järjestämässä Nälkääpäivää?

*"Olin ensimmäisiä kertoja keräämässä jo lapsena. Siitä lähtien on joka kerta tullut hyvä mieli siitä, että olen ollut mukana. Vuonna 2017 olin SPR:n nuorisodelegaattina Malawissa. Siellä kehitimme nuorisotoimintaa yhdessä paikallisten Punaisen Ristin vapaaehtoisten kanssa ja autoimme nuoria kehittämään omia yhteisöjään. Olen omin silmin nähnyt, mitä kaikkea Punainen Risti tekee ja tiedän, että osallistumalla Nälkääpäivään olen tukemassa jotain tärkeää. Tulen iloiseksi myös niiden ihmisten puolesta, jotka selvästi saavat hyvän mielen siitä, että lahjoittavat keräykseen."*

Keräysjohtaja Katri van Wensen,  
keraysjohtaja@spr-tapiola.org.

# NÄLKÄPÄIVÄKERÄYS ALUEELLAMME

## Punainen Risti auttaa Suomessa ja maailmalla

Kun apua tarvitaan, SPR:n vapaaehtoiset ovat ensimmäisten joukossa paikalla. Tämän toiminnan mahdollistaa esimerkiksi merkittävin keräyksemme Nälkpäivä, joka järjestetään tänä vuonna 41. kerran.

## Mitä keräysvaroilla tehdään?

- Toimimme yhdessä muiden maiden SPR-järjestöjen ja Puolikuiden kanssa auttaakseen tarvitsevia esimerkiksi luonnonkatastrofien tai konfliktien uhreja.
- Tuemme jälleenrakennus- ja kehitystyötä monessa maassa. Näin voidaan myös ehkäistä tulevia katastrofeja.
- Autamme hätätilanteissa kotimaassa esimerkiksi Vapaaehtoisen pelastuspalvelun kautta tai tarjoamalla henkistä tukea.

## Tule mukaan Nälkpäivään 23.–25.9.2021!

Tapiolan osaston keräyslippaiden jakopiste on Isossa Omenassa, Piispanilta 11, 2. kerros

- to 23.9. klo 10–18
- pe 24.9. klo 11–19
- la 25.9. klo 12–17

Voit myös tulla mukaan ilman ilmoittautumista! Ota mukaasi kuvallinen henkilötodistus.

**Auta meitä auttamaan!**



## Mitä keräysvaroilla saa?

Monessa maassa esimerkiksi:

- 1,20 €: saippuaa pakolaisleirillä elävälle perheelle koronavirukselta suojautumiseen
- 3,80 €: ruokaa kolmeksi päiväksi ruokapulasta kärsivälle perheelle
- 5 €: hedelmäpuu ruokapulasta kärsivälle perheelle omavaraisen ravinnonsaannin edistämiseen
- 35 €: kuivuudessa pärjäävä puutarha perheelle omavaraisen ravinnonsaannin edistämiseen.

Ja Suomessa vaikkapa:

- 1 €: nenä-suusuojain vapaaehtoiselle
- 50 €: henkisen tuen koulutus yhdelle vapaaehtoiselle
- 160 €: vaatteet tulipalon uhrille.



# YSTÄVÄ- JA VAPAAEHTOISTOIMINTA



## SPR:n ystävävapaaehtoisia on Espoossa lähes 300 ja lisää tarvitaan!

Ystävä- ja vapaaehtoistoimintamme kattaa koko Espoon. Ystävävapaaehtoiset koulutetaan mukaan toimintaan ja jokaiselle sovitaan oman aikataulun ja toiveiden mukainen SPR-asiakasystävä. Tapaamisia on yleensä 2–3 kuukaudessa. Yhdessä ulkoillaan, jutellaan, kahvitellaan, käydään ehkä kaupassa ja kirjastossa.

SPR:ssä ystävävapaaehtoisten toimintamuotoja ovat esimerkiksi:

- Ulkoilu- ja juttukaveri ikäihmisille, syrjäytyneelle tai muutoin ystävää tarvitsevalle henkilölle
- Hoivakodin tai palvelutalon vapaaehtoinen, joka on mukana vaikkapa ryhmätoiminnassa tai ulkoiluissa
- Soittoringin vetäjä, joka soittaa noin kerran viikossa 2–3 henkilölle
- Soittoystävä, joka soittaa omalle nimetylle SPR-ystävälleen noin kerran viikossa.
- SuomiKamu on maahanmuuttajan ystävä, jonka kanssa opitaan suomalaisen arjen asioita ja kieltä.
- Verkkoystävän kanssa keskustelut netissä.



Ystävävälitys yhdistää vapaaehtoisen ja ystävän. Me olemme vapaaehtoisten tukena. Ota yhteyttä, sovitaan mikä on sinulle paras vaihtoehto tulla mukaan: vapaaehtoinen@spr-tapiola.org tai soita (09) 466 858.



# SIRIUS-KERHO – ELÄKELÄISTEN OMA KERHO

## Eläkeläisten Sirius-kerhossa mieli piristyy

Tapiolan osastossa tunnistettiin jo 1980-luvulla, että eläkeikäisille ihmisille tarvitaan oma kerho. Tuumasta toimeen ja 1984 käynnistyi Sirius-niminen jäsenmaksuton kerho.

Kokoonnumme joka kuukauden toisena ja neljäntenä tiistaina klo 14.00 Tapiolan palvelukeskuksessa, Länsituuli 1 A 3. kerros.

Omakustanteisen kahvin, pikkuperkkujen ja alkuperän jälkeen ohjelmassa on esimerkiksi luento, runo-, laulu- ja/ tai soittoesitys, visailu, bingo jne.

Retki, teatteri- ja näyttelykäynti kuuluvat myös jokaisen kauden tavoitteisiin.

Kerhon kokoontumisista kerromme osaston verkkosivuilla, Länsiväylässä, tapahtumakalenterissa ja ilmoitustauluilla – ja jos on toivottu, niin tekstiviestilläkin.

Aiempiin kokoontumisiimme ja tulevaan ohjelmaan voit tutustua osoitteessa <https://rednet.punainenristi.fi/node/4868>

Jos sinulla on kysymyksiä tai ideoita ohjelmaan, ota yhteyttä Sirkku Dölléen osoitteella [sirkkudolle@gmail.com](mailto:sirkkudolle@gmail.com) tai tekstiviestillä numeroon 050 309 0245.

Tervetuloa mukaan!

## Syksyn 2021 ohjelmassa aiheitamme ovat:

ti 14.09. Kahvi rakas juomamme , J. Vuorela.

ti 28.09. Pyykkilaudasta pillereihin, naisten arki Suomessa 1950-1970-luvuilla, FM Maria Vanha-Similä.

ti 12.10. Seniorihotelli Ainola ja hoivakoti Villa Tapiola, tj. Tuula Laulaja.

ti 26.10. Sähköhoito.

ti 09.11. Migreeni, LL Yvonne Kraemer.

ti 23.11. Isän sota, kirjailija Elina Sana kertoo teoksensa taustoista.

ti 14.12. Kauden päättäjäiset, jouluiloa, Otsolahden päiväkodin lapset esiintyvät.



# HÄLYTYSRYHMÄ JA ENSIAPURYHMÄ

## Vapepa

Osa ensiapuryhmäläisistä on mukana Vapaaehtoisen Pelastuspalvelun toiminnassa. Vapaaehtoinen pelastuspalvelu (Vapepa) on Suomen Punaisen Ristin koordinoima 48:n järjestön yhteenliittymä. Vapepan tehtävänä on tukea viranomaisia erityisesti paljon pelastushenkilöstöä vaativissa tehtävissä. Tavallisin tilanne, jolloin viranomaiset hälyttävät Vapepan, on kadonneiden henkilöiden etsintä, mutta tehtävä voi koskea kaikkea majoituksesta ja liikenteen ohjauksesta henkiin tukeen.

Lisätietoja: [www.vapepa.fi](http://www.vapepa.fi)



Vapaaehtoinen  
pelastuspalvelu

Ensiapuryhmässämme opit, harjoittelet ja ylläpidät ensiaputaitoja. Et tarvitse aikaisempaa ensiapukoulutusta tai kokemusta. Harrastus on maksuton ja voit osallistua toimintaan oman aikataulusi mukaan.

Tapiolan ryhmällat ovat joka toinen tiistai. Käytännön taitoja harjoittelemme Tuulimäen väestönsuojassa Tapiolassa. Osa harjoituksista on pidetty ulkona tai etänä teamsissä epidemiarajoituksista johtuen.

Ensiapuryhmäläiset osallistuvat myös erilaisiin tapahtumiin. Käymme esittelemässä ensiaputoimintaa ja pitämässä ensiapuinfoja alueen kouluissa ja perhekerhoissa. Toimimme yhteistyössä muiden järjestöjen kanssa ja olemme tarvittaessa viranomaisten apuna.

Ensiapupäivystäjiksi kouluttautuneet ryhmäläiset hoitavat mm. yleisötulaisuuksien ja urheilutapahtumien ensiapupäivystyksiä. Halutessasi voit osallistua Vapaaehtoisen pelastuspalvelun toimintaan, kuten kadonneiden etsintään. Tähän toimintaan koulutamme erikseen.

Tapiolan ensiapuryhmä on aktiivinen ja avoin. Ryhmässämme on kolmisenkymmentä eri-ikäistä ja erilaisista taustoista tulevaa henkilöä.

Tule mukaan ryhmäämme, ota yhteyttä ryhmänjohtajaan p. 040 582 4411, [majja.kivimaa@gmail.com](mailto:majja.kivimaa@gmail.com)



Terveisiä Tapiolan  
EA-ryhmästä!

# TAPAHTUMIA JA KOULUTUSTA

## Syksy on tapahtumien ja koulutuksen aikaa!

### Syys/loka/marraskuu2021

Ystävätoiminnan koulutuksia. Valitse itsellesi paras ajankohta ja tule mukaan <https://vapaaehtoiset.punainenristi.fi/event/8914>

### 15.9.2021

Ystäväksi maahanmuuttajalle/ SuomiKamu-kurssi. Koulutuksessa saat tietoa SuomiKamu-toiminnasta, kotoutumisesta ja ystävän roolista. Lisätietoa <https://rednet.punainenristi.fi/node/62905>. Ilmoittaudu osoitteeseen [suomikamusprespoo@gmail.com](mailto:suomikamusprespoo@gmail.com)

### 27.–29.9.2021

Henkisen tuen kurssi verkossa. Lisätietoja ja ilmoittautuminen <https://vapaaehtoiset.punainenristi.fi/event/11257>

### 26.–27.10.2021

Ystävätoiminnan jatkokurssi peruskurssin käynneille <https://vapaaehtoiset.punainenristi.fi/event/11818>

### 28.10.2021

Tapiolan osaston syyskokous klo 18.30. Paikka on Tapiolassa, Tuulimäen väestönsuojassa oleva SPR Tapiolan osaston toimitila tai mahdolliset rajoitukset huomioiden kokous pidetään etänä. Lisätietoja [miika.niissalo@iki.fi](mailto:miika.niissalo@iki.fi)

## Kaikista kurseistamme saat parhaat ja ajantaiset tiedot vapaaehtoisten portaalista

<https://vapaaehtoiset.punainenristi.fi/>

Luo itsellesi profiili Oma Punainen Risti -portaaliin ja liity mukaan verkostoomme. Omassa voit itse päivittää ja hallinnoida tietojasi.

## Vapaaehtoisuus on palkitseva harrastus



Pohditko, miksi lähtisit mukaan vapaaehtoistoimintaan? Tässä muutama asia, joita vapaaehtoisemme kokevat ja arvostavat omissa toiminnassaan:

- Tutustuu monenlaisiin ihmisiin ja elämäntilanteisiin
- Ymmärtää paremmin ihmisten erilaisuutta
- Tukena on SPR:n laaja verkosto ja koulutusmahdollisuudet
- Oppii uusia taitoja
- Voi paremmin ja kokee miten vapaaehtoista panostani arvostetaan
- Ikä ei rajoita osallistumista, aikataulut sovitat oman elämäntilanteen mukaan.

## Seuraa toimintaamme somessa:



[facebook.com/sprtapiola](https://facebook.com/sprtapiola)

Tapiolan osaston omat facebook-sivut, joissa tiedotetaan osastomme asioista.

inhimillisuus

tasapuolisuus

PUNAINEN RISTI PYRKII KAIKISSA OLOISSA

puolueettomuus

LIEVITTÄMÄÄN IHMISTEN KÄRSIMYKSIÄ JA

riippumattomuus

SUOJELEMAAN ELÄMÄÄ JA IHMISARVOA.

vapaaehtoisuus ykseys

yleismaailmallisuus

[tapiola.punainenristi.fi](http://tapiola.punainenristi.fi)  
[facebook.com/sprtapiola](https://facebook.com/sprtapiola)