

KEHÄ – ESPOON OSASTO



SPR KEHÄ-ESPOON OSASTON
JÄSENLEHTI 1/2024

Sisältö

Puheenjohtajan tervehdys	3
In Memoriam	4
Ensiapuryhmä	5
Espoon ensihuoltoyksikkö	6
Kieliryhmät	7
Ystävätoiminta	8
Keräykset	9
Seniorikerho	9
LäksyHelppi	10
Koulukummit	11
Raitin Pysäkki	12
Mietitkö uutta harrastusta?	13
Kontti, Veripalvelu, Nuorten turvatalo	14
Jäsenyys	15
Osaston yhteystiedot	16

Kokouskutsu

**SPR Kehä-Espoon osaston sääntömääräinen
kevätkokous pidetään maanantaina 25.3.2024 klo 18.00
Raitin Pysäkillä, Konstaapelinkatu 1, Espoo
Kokouksessa käsitellään sääntömääräiset asiat
sekä jaetaan huomionosoituksia.
Ilmoittaudu sähköpostilla keha-espoo@punainenristi.fi
viimeistään perjantaina 22.3.2024 klo 18.00 mennessä.
Kerro ilmoittautumisen yhteydessä yhteystietosi.**

Kahvitarjoilu!

**Kaikki osaston jäsenet, lämpimästi tervetuloa kevätko-
koukseen!**

Kehä-Espoon osaston hallitus

PUHEENJOHTAJAN TERVEHDYS

Hyvät Punaisen Ristin Kehä-Espoon osaston jäsenet. Syyskokouksessa osaston hallitukseen tuli pieniä muutoksia, kun pitkäaikaiselle varapuheenjohtajallemme Kukka Nuoralle, tuli toimikaudet täyteen ja hän lopetti hallituksessa. Kiitos Kukka yhteistyöstä ja panoksestasi osastomme hyväksi! Uudeksi varapuheenjohtajaksi valittiin pitkäaikainen ja kokenut hallituksenjäsen Marttiina Lahti, sekä kokonaan uudeksi hallituksen jäseneksi valittiin Emmi Ritvanen. Onnea molemmille!

Vuosi 2024 on uusien hyvinvointialueiden toinen toimintavuosi. Tämän vuoden järjestöavustuksia haettiin ensimmäistä kertaa hyvinvointialueelta. Kuten tiedämme, hyvinvointialueiden talous on erittäin tiukalla ja tämä näkyikin merkittävästi avustusten määrissä ja summissa. Meidän osastomme osalta tärkein avustus, eli Raitin Pysäkin toiminta-avustus, toteutui anotusti. Moni muu toimija joutui pettymään saatuaan merkittävästi pienemmän avustuksen tai jäämälle kokonaan ilman avustusta. Tämä tulee varmasti vaikuttamaan merkittävästi monen yhdistysten toimintaan. Eniten huolestuttaa kuitenkin ne toimijat, jotka toimivat vähävaraisten ja heikoimmassa asemassa olevien apuna, ja ovat jo nyt toimineet heikoilla resursseilla. Varmasti tämä tuo meille Punaisessa Ristissä lisää autettavia ja vapaaehtoistyön merkitys korostuu entisestään. Iso kiitos kaikille osastomme jäsenille ja vapaaehtoisille siitä merkittävästä työstä, jota teette!

Antti Terävä
puheenjohtaja



Kuva: Suvi Elo

IN MEMORIAM

PIRKKO LAINE

19.10.1930 – 17.10.2023

Pirkko Laine oli erittäin pidetty Raitin Pysäkin pitkäaikainen ja ahkera vapaaehtoinen, osastomme jäsen ja aktiivi vapaaehtoinen.

Liittyttyään jäseneksi 1994 Pirkko koki juuri perustetun Raitin Pysäkin toiminnan omakseen.

Hänestä tulikin paikan kantava voima ja emäntä, jona hän toimi aina vuoteen 2020 saakka.

Pysäkin vapaaehtoisena kylläkin aina kuolemaansa saakka.

Osaston hallituksen jäsen 1996–2000

Hallituksen varapuheenjohtaja 2001–2004

Osaston anomuksesta tasavallan presidentti myönsi Pirkko Laineelle kultaisen ansiomitalin v. 2021 ansioistaan Suomen Punaisen Ristin ja Kehä-Espoon osaston vapaaehtoisena.

Pirkko Laine kutsuttiin osaston kunniajäseneksi vuonna 2022.

Muistamme Pirkkoa suurella lämmöllä



ENSIAPURYHMÄ

Tervetuloa mukaan ensiapuryhmään!

Ryhmässä opit hyödyllisiä ensiaputaitoja, ja saat varmuutta tilanteissa toimimiseen. Harjoittelu on ilmaista, etkä sitoudu mihinkään. Harjoittelemme joka toinen torstai Raitin Pysäkillä klo 18–20. Ryhmämme on aktiivinen ja harjoituksissa on rento ja mukava henki.

Tule rohkeasti mukaan!

Lisätietoja: ea.spr.kehaespoo@gmail.com

tai <https://rednet.punainenristi.fi/node/3172>

Kevään ryhmäillat:

15.2. Pienvammat ja kirjaaminen

29.2. First Aid in english.

14.3. Välineisiin tutustuminen

11.4. Urheiluvammat

25.4. Elvytys ja sairaskohtaukset

23.5. Ulkoharjoitus

24.5. Kauden päätös



Kuva: Marjaana Malkamäki

ESPOON ENSIHUOLTOYKSIKKÖ

Joulukuussa kiitimme lämpimästi pitkään ensihuoltoyksikköämme luotsannutta Anders Blombergiä ja toivotimme tervetulleeksi uuden ryhmänjohtajamme Jessi Björkin. Jessi on kuullut ensihuoltoryhmäämme vuodesta 2017 ja on ollut aktiivinen erityisesti Vapepan Espoon paikallistoimikunnassa ja koko Uudellamaalla Vapepa-johdajana, valmiuspäivystäjänä sekä valmiuskouluttajana. Ennen ensihuoltoryhmään tuloon Jessi oli jo mukana Vapepan pelastuskoiratoiminnassa.



Kuva: Sera Kaksonen

Espoon Ensihuoltoyksikkö antaa aineellista apua ja henkistä tukea erilaisissa onnettomuus- ja kriisitilanteissa ja toimii hälytys- ja koulutusryhmänä koko Espoon alueella. Ryhmä toimii usein yhteistyössä esim. poliisin, pelastuslaitoksen, Espoon sosiaali- ja kriisipäivystyksen, maahanmuuttoviraston tai muun viranomaisen kanssa sekä Punaisen Ristin omien ensiapuryhmien ja Vapaaehtoisen Pelastuspalvelun eli Vapepan rinnalla.

Omissa ryhmätapaamisissamme meillä on aiheena joku toimintaamme liittyvä luento, koulutus tai harjoitus. Meillä on mainio yhteishenki, taitavat kouluttajat ja mielenkiintoista toimintaa. Ryhmäillat eivät maksa mitään eikä ryhmäämme mukaantuloon ole pohjakoulutus- tai osaamisvaadetta.

Ryhmäiltamme ovat Raitin Pysäkillä, Konstaapelinkatu 1, Leppävaara, Espoo. Uudet vapaaehtoiset ja ensihuoltotoiminnasta kiinnostuneet, ilmoittaudu rohkeasti sähköpostilla:

keha-espoo@punainenristi.fi

Lisätietoa: <https://rednet.punainenristi.fi/node/3173>

Nähdään!

KIELIRYHMÄT

Kieliryhmät maahanmuuttaneille aloittivat Raitin Pysäkillä 2.1.2024. Opetamme kielen alkeita Toisto-menetelmällä, joka ei edellytä ohjaajalta, kielioppaalta, mitään erityistaitoja. Toisto-menetelmän kielioppaat toimivat pareittain.

Kieliryhmät kokoontuvat:
Tiistaisin klo 18.00–19.00
Torstaisin klo 16.00–17.00

Punaisen Ristin periaatteiden mukaisesti opinhaluiset kansallisuudesta riippumatta ovat tervetulleita opiskelemaan suomen kielen alkeita. Ryhmiin ei tarvitse ilmoittautua etukäteen.

Toiminta on Punaisen Ristin Keski-Espoon ja Kehä-Espoon osastojen yhteistä toimintaa. Voit tutustua myös Keski-Espoon osaston sivuun:
<https://rednet.punainenristi.fi/node/65338>

Lisätietoja Toisto-menetelmästä:
<https://suomenkielisanootervetuloa.fi/>

Jos kiinnostuit ja haluat lisätietoa, ota yhteyttä sähköpostilla:
opisuomea.sprespoo@gmail.com



SUOMEN KIELEN OPETUSTA
-WELCOME TO STUDY FINNISH

ALOITAMME/STARTING
TIISTAINA/ON TUESDAY 2.1.2024

PAIKKA/ADDRESS
RAITIN PYSÄKKI, KONSTAAPELINKATU 1,
LEPPÄVAARA, ESPOO

AIKA/TIME
TIISTAISIN / ON TUESDAYS KLO/AT 18-19
TORSTAISIN/ON THURSDAYS KLO/AT 16-17

TOISTO

YSTÄVÄTOIMINTA

Antaisiko aikaasi Ystävänä?

♥ Pari tuntia silloin tällöin riittää ♥

Tule mukaan antoisaan ystävätoimintaan, koulutusta saat ystävätoiminnan kurssilta.

Katso seuraava ystäväkurssimme ja tule mukaan:

<https://oma.punainenristi.fi/event/14630>. Kurssi on maksuton.

Otathan yhteyttä Punaisen Ristin Espoon osastojen yhteiseen ystäväväilytykseen:

ESPOON YSTÄVÄ- JA VAPAAEHTOISVÄLITYS

Käyntiosoite: Kauppamiehentie 6, 2. krs, 02100 Espoo

Postiosoite: PL 46, 02101 Espoo

Puh. 09 466 858

Sähköposti: vapaaehtoinen@spr-tapiola.org

Päivystys: ma ja to klo 11.00–15.00

Lisätietoja: <https://rednet.punainenristi.fi/node/4867>

Jos jo toimit ystävänä, päivitä silloin tällöin oma tilanteesi Ystäväväilytykseen. Ystäväväilytys järjestää vapaaehtoisille ystäville tapaamisia ja koulutuksia, myös tänä keväänä.

Kehä-Espoon osasto etsii YSTÄVÄRYHMÄN VETÄJÄÄ

Jos sinulla on jo kokemusta ystävänä toimimisesta, olisitko halukas toimimaan osastomme ystäväryhmän vetäjänä? Järjestäisit muutama kerran vuodessa osastomme ystäville tapaamisen, jossa voisimme vaihtaa kuulumisia ja saada vertaistukea toisiltamme.

Ilmianna itsesi: keha-espoo@punainenristi.fi



KERÄYKSET

Lämmin kiitos kaikille viime syksyn Nälkäpäivä-keräykseen osallistuneille! Sinun avullasi Punaisen Ristin vapaaehtoiset auttavat nopeasti ja tehokkaasti siellä missä apua eniten tarvitaan: maailmalla luonnonmullistusten ja sotien uhreja tai Suomessa äkillisen onnettomuuden kohdanneita ihmisiä. Välittömän humanitaarisen avun lisäksi Punainen Risti parantaa ihmisten valmiutta varautua tuleviin katastrofeihin ja epidemioihin. Katastrofirahastoon voit lahjoittaa milloin vain seuraavilla tavoilla:

- MobilePay 63964
- Tilillepano Suomen Punainen Risti katastrofirahasto FI52 5000 0120 4156 73 - Viite 451021101773

Seuraava Nälkäpäiväkeräys toteutetaan 1.9.-30.10.2024 ja lipaskerääjät jalkautuvat myös Espoossa 26.-28.9.2024.

Lipaskerääjäksi voit ilmoittautua milloin vain osoitteessa: keraykset.kehaespoo.spr@gmail.com

Kiitos, että välität ❤️

Terveisin Kehä-Espoon osaston keräystiimi

SENIORIKERHO

Seniorikerho tarjoaa kahvihetken lisäksi yhdessäoloa ja virkistystä senioreille Viherlaakson kappelissa, Viherkalliontie 2, parillisten viikkojen maanantaisin klo 14 alkaen.

Kevään 2024 kerhopäivät ovat:

19.2., 4.3., 18.3., 15.4., 29.4., 13.5. ja 27.5.2024.

Yhteyshenkilö:

Pirjo Miettinen

puh. 040 5476950, pirjo-miettinen@hotmail.com

LÄKSYHELPPI

Tervetuloa ohjaajaksi LäksyHelppiin!

LäksyHelppi on vapaaehtoinen ja maksuton kerho lapsille, jossa aikuiset auttavat lapsia läksyjen teossa heti koulupäivän jälkeen. Lasten ei tarvitse ilmoittautua ennakoon.

Kehä-Espoossa LäksyHelppiä järjestetään kolmella eri koululla: Ruusutorpan koululla torstaisin klo 13.25–15.00, Postipuun koululla keskiviikkoisin klo 13.30–15.30 sekä Perkkään koululla keskiviikkoisin klo 13.05–15.05.

Ohjatakseen LäksyHelppissä ei tarvitse olla opettaja, sillä maalaisjärjellä ja innolla pärjää. Helypeissä on paikalla aina vähintään kaksi ohjaajaa eli yksin ei tarvitse ohjata. Lapsia voi tulla Helppiin monelta eri luokka-asteelta ja kaikki ovat tervetulleita juuri sellaisina, kuin ovat.

Olisitko sinä uusi LäksyHelppi-ohjaajamme? Jos kyllä, ota yhteyttä keha-espoo@punainenristi.fi
Nähdään LäksyHelppissä!

Kirjoittajana SPR Kehä-Espoon osaston LäksyHelppien vetäjä Elina Takala, joka on aloittanut LäksyHelppi-taipaleensa Tampereella vuonna 2018. Nykyisin hän perehdyttää uusia ohjaajia ja koordinoi toimintaa.



Kuva: Ulla

KOULUKUMMIT



Kuva: Susanna Kekkonen

Auroran, Rastaalan ja Ruusutorpan alakouluilla käy useita koulukummeja, mutta lisää näitä ns. luokkamummeja ja luokkavaareja toivottaisiin näille kouluille ja ehkä muillekin alueen kouluille. Opettajilta saatu palaute on oikein positiivista ja palaute koululaisilta on erityisen kannustavaa ja koulukummeista pidetään hyvin paljon.

Toivottavasti innostuit tästä vapaaehtoistehtävästä, aikuinen, ehkä juuri eläkkeelle jäävä, tästä voisi tulla mukava lisä esimerkiksi kerran viikossa tapahtuvaksi.

Soita minulle tai laita viestiä sähköpostiini

Ota yhteyttä:
Kaija Heikkilä
puh. 050 366 3948
kaija.heikkila24@gmail.com

RAITIN PYSÄKKI

Raitin Pysäkki on matalan kynnyksen kohtaamispaikka ja kansalaiskahvio kaiken ikäisille. Raitin Pysäkki on avoinna arkisin klo 9.00–13.00. Kahvia ja kahvileipää on tarjolla päivittäin, parina päivänä puuroa ja keskiviikkoisin lounas. Hävikkiruoaan jakelua on pari kertaa viikossa.

Myös erilaiset ryhmät kokoontuvat Pysäkillä iltapäivisin. Arki-iltaisin ja viikonloppuisin Pysäkin tiloissa kokoontuvat useat SPR Kehä-Espoon osaston toimintaryhmät ja hallitus sekä järjestetään Punaisen Ristin koulutuksia.

Pysäkki toimii täysin vapaaehtoisvoimin. Kehä-Espoon osasto on yksi Raitin Pysäkin taustayhteisöistä ja vastaa sen toiminnasta. Muita toimijoita ovat Leppävaaran seurakunta, Espoon Mielenterveysyhdistys EMY ry ja Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue sekä Espoon kaupunki.

Raitin Pysäkillä voit toimia myös vapaaehtoisena! Ota yhteyttä!

Lisätietoja: Eero Laasonen, puh. 09 510 2792

raitinpysakki@gmail.com tai keha-espoo@punainenristi.fi

Käyntiosoite Konstaapelinkatu 1



Kuva: Ulla

MIETITKÖ UUTTA HARRASTUSTA?

Mietitkö uutta harrastusta?

Kaipaatko merkityksellisyyttä ja uusia ystäviä? Tervetuloa mukaan vapaaehtoistoimintaan!

Vapaaehtoisena kuulut oman paikkakuntasi auttajaporukkaan ja samalla maailmanlaajuiseen auttajien verkostoon.

Voit esimerkiksi toimia lipaskerääjänä, olla ystävä yksinäiselle, toimia ensiapupäivystäjänä tapahtumassa tai opettaa suomea maahanmuuttajalle.

Autettujen ilo ja kiitollisuus on tuntunut valtavan hyvältä ja motivoinut jatkamaan auttamista. On mukavaa olla hyödyksi, sanoo eräs vapaaehtoisemme.

Tule sinäkin mukaan!

Ota yhteyttä keha-espoo@punainenristi.fi

tai kirjaudu Punainen Risti Omaan: <https://oma.punainenristi.fi/>



Hei jäsen, ovathan yhteystietosi ajan tasalla?

Jotta saat osaston tiedotteet ajallaan ja oikeaan osoitteeseen, on tärkeää, että yhteystiedot ovat ajan tasalla. Muistathan ilmoittaa ryhmäsi vetäjälle tai osaston sihteerille, jos yhteystietosi ovat muuttuneet: sihteeri.kehaespoo.spr@gmail.com

KONTTI

Espoon Kontti on muuttanut Kauppakeskus Merituuleen

Voit lahjoittaa tarpeetonta tavaraasi Espoon Kontti-kierrätystavarataloon. Kontti ottaa vastaan vain **puhtaita ja ehjiä** lahjoituksia.

Lisätietoja <https://sprkontti.fi/espoo-kontti>

VERIPALVELU

Ojenna kätesi 🩸🩸🩸

<https://www.veripalvelu.fi/>

Verenluovutuksia järjestetään myös Sellosalissa Leppävaarassa noin kerran kuussa. Voit varata ajan täältä <https://ajanvaraus.veripalvelu.fi/VP>



Kuva: Jari Härkönen

NUORTEN TURVATALO

<https://www.punainenristi.fi/hae-apua-ja-tukea/nuortenturvatalot/>

Jos olet nuori tai nuoren läheinen ja tarvitset tukea arjen sujumiseen, perheen ristiriitoihin tai muihin pulmiin, voit saada apua turvatalosta. Asiasi voi olla pieni tai iso, olemme täällä sinua varten.

Ota yhteyttä meihin verkon välityksellä, varaamalla aika verkosta, soittamalla milloin tahansa tai tulella suoraan Nuorten turvatalolle. Voit tulla turvataloille oma-aloitteisesti ja ilman ajanvarausta. Apu on maksutonta.

Miten pääsen vapaaehtoiseksi Nuorten turvataloon?

Mukaan tuleminen on helppoa. Ota yhteyttä sinua lähimpään turvataloon ja kerro, olet kiinnostunut vapaaehtoisuudesta. Yhdessä voimme miettiä, minkälainen toiminta sopisi juuri sinulle. Jokainen uusi vapaaehtoinen saa perehdytyskoulutuksen ja henkilökohtaisen opastuksen rooliinsa.

Länsi-Uudenmaan nuorten turvatalo
Läkkisepänkuja 2 A 14, 02650 Espoo
p. 09 8195 5360
turvatalo.espoo@punainenristi.fi

JÄSENYYS

Hei jäsen! Muistithan maksaa jäsenmaksusi!

Punaisen Ristin jäsenenä olet osa ainutlaatuista verkostoa. Maailman suurin humanitaarinen liike toimii lähes jokaisessa maassa. Monelle jäsenyys on kannanotto Punaisen Ristin arvojen ja periaatteiden puolesta. Toisille se liittyy vapaaehtoistyöhön.

Jäsenmaksun maksaminen on helppo tapa tukea vapaaehtoistyötä omalla paikkakunnalla.

Jäsenedut:

- Avun maailma -lehden (4 krt/vuosi), joka kertoo Punaisen Ristin toiminnasta Suomessa ja maailmalla.
Jäsenedut Punaisen Ristin verkkokaupassa
- 10 % alennus Stellan uusista turvapuhelinsopimuksista
- 30 % alennusta Otavamedian uusista laskuttamattomista lehtitilauksista kotimaahan
- 10 % alennus majoituksesta Suomen Hostellijärjestö ry:n hostelleissa
- Hostelling International -ketjun kansainvälinen hostellikortti alennettuun hintaan
- Alennusta Hertzin vuokra-autoista maailmanlaajuisesti



Kuva: Teemu Ullgren

OTA MEIHIN YHTEYTTÄ

Osaston sähköposti **keha-espoo@punainenristi.fi**

Antti Terävä
puheenjohtaja
puheenjohtaja.kehaespoo@gmail.com

Johanna Tanhuanpää
hallituksen jäsen
johanna.tanhuanpaa@gmail.com

Martiina Lahti
varapuheenjohtaja
varapj.kehaespoo@gmail.com

Eero Laasonen
hallituksen jäsen
eero.laasonen@gmail.com

Ulla Laukkanen
sihteeri
sihteeri.kehaespoo.spr@gmail.com

Emmi Ritvanen
hallituksen jäsen
emmi.ritvanen@gmail.com

Mirja Rasa
rahastonhoitaja
rahastonhoitaja.kehaespoo.spr@gmail.com

Nina Takala
hallituksen jäsen
nina.takala68@gmail.com

Osaston kotisivut **www.keha-espoo.punainenristi.fi**

Osaston fb-sivut **SPR Kehä-Espoo**

Instagram: **spr_espoo_osastot**

Vapaaehtoisten omat sivut **oma.punainenristi.fi**

Kiitos että olet jäsenemme!

Kerro myös ystävällesi, että jäsenyys on vaivaton tapa tukea vapaaehtoisten tekemää auttamistyötä ja ottaa kantaa inhimillisten arvojen ja tavoitteiden puolesta.
<https://www.punainenristi.fi/tyomme/liity-jaseneksi/>