

KEHÄ – ESPOON OSASTO



SPR KEHÄ-ESPOON OSASTON
JÄSENLEHTI 2/2024

Sisältö

Tervehdys Kehä-Espoon osastosta	3
Nälkäpäivä	4
LäksyHelppi	6
Koulukummit	7
Senioirikerho	7
Ensiapuryhmä	8
Espoon ensihuoltoyksikkö	9
Raitin Pysäkki	10
Kontti Tavaratalo	11
Ystävätoiminta	12
Mietitkö uutta harrastusta?	13
Veripalvelu, Nuorten turvatalo	14
Jäsenyys	15
Osaston yhteystiedot	16

Kokouskutsu

**SPR Kehä-Espoon osaston sääntömääräinen
syyskokous pidetään maanantaina 25.11.2024 klo 18.00
Raitin Pysäkillä, Konstaapelinkatu 1, Espoo
Kokouksessa käsitellään sääntömääräiset asiat
sekä jaetaan huomionosoituksia.
Ilmoittaudu sähköpostilla keha-espoo@punainenristi.fi
viimeistään perjantaina 22.11.2024 klo 18.00 mennessä.
Kerro ilmoittautumisen yhteydessä yhteystietosi.**

Kahvitarjoilu!

**Kaikki osaston jäsenet,
lämpimästi tervetuloa syyskokoukseen!**

Kehä-Espoon osaston hallitus

TERVEHDYS KEHÄ-ESPOON OSASTOSTA

Syksy on saapunut ja osastomme toimintaryhmät starttaavat kautensa taas hiljalleen. Syksyn myötä ajankohtaiseksi tulee myös Nälkäpäivä keräys, joka tänä vuonna järjestetään valtakunnallisesti 26-28.9. Tästä jäsenlehestä löydät tarkemmat tiedot siitä, miten pääset osallistumaan Nälkäpäivä keräykseen, olisi hienoa nähdä useampi osaston jäsen esimerkiksi lipaskerääjänä, joten haastan juuri Sinut mukaan! Viime vuonna osastomme teki Nälkäpäivä keräyksessä huikean tuloksen upean keräystiimimme ja kaikkien Nälkäpäivään osallistuneiden ansiosta. Toivonkin, että tänä vuonna pääsemme yhtä upeaan tulokseen. Muun muassa tuon hienon tuloksen ansiosta osastomme valittiin kevään vuosikokouksessa Vuoden osastoksi, joka oli meille huikea saavutus. Muita perusteluita valintaan oli pitkäaikainen ja aktiivinen vapaaehtoistyö, Raitin Pysäkin toiminta sekä aktiivinen ensiapu- ja valmiustoiminta. Osastostamme tehtiin juttu myös Helsingin ja Uudenmaan piirin Tässä ja Nyt lehteen 3/24 jonka voit lukea Punaisen Ristin verkkosivuilta. Kiitos siis jokaiselle vapaaehtoiselle, ilman teitä emme olisi tuota kunniaa saaneet! Yhdessä meissä on auttamisen halua ja voimaa niin paljon enemmän!

Tärkeää vapaaehtoistehtävissä on huolehtia myös omasta jaksamisesta. Vaikka auttaminen onkin antoisaa, se vie myös voimia. Muistathan siis huolehtia vapaaehtoisena myös itsestäsi, näin autat parhaiten myös muita. Tänä syksynä saamme myös tehtäväksemme pohtia millainen Punainen Risti olisi, jos se perustettaisiin nyt? Tämä on mielestäni pohtimisen arvoinen asia, ja yhtä oikeaa vastausta ei varmasti ole. Mielenkiinnolla odotan yhteisiä työpajoja ja keskustelua aiheeseen liittyen. Mitä sinä pidät tärkeänä tämän päivän Punaisen Ristin arvoissa tai toiminnassa?



Martiina
Varapuheenjohtaja

NÄLKÄPÄIVÄ

Tule Sinäkin Nälkäpäivän Lipaskerääjäksi!

Kerääminen on antoisa ja mieltä lämmittävä kokemus ♥

Punaisen Ristin suurin valtakunnallinen tempaus on

Nälkäpäivän lipaskeräys, joka järjestetään tänä vuonna 26.-28.9.2024

Osastomme järjestää lipaskeräyksiä eri puolilla osastomme aluetta. Voisit kerätä omalla asuinalueellasi esimerkiksi lähikaupan pihassa tai työpaikkasi läheisyydessä. Voit itse päättää, minä noista päivistä ja kuinka kauan haluat kerätä. Lipaskerääminen on antoisaa ja ilahduttavaa myös kerääjälle. Kerro myös ystävälle, kaverille, työkaverille, sukulaiselle - tulkaa porukalla!

Ilmoittaudu lipaskerääjäksi etukäteen

sähköpostilla: keraykset.kehaespoo.spr@gmail.com tai

Oma Punaisen Risti: <https://oma.punainenristi.fi/event/15500>

Kerrothan itsellesi sopivimmat keräyspäivät, -ajat ja -paikat. Keräystiimi ottaa sinuun yhteyttä ja sovitaan tarkemmin jatkosta!

Lippaiden jakopisteemme lipaskeräyksen aikana

sijaitsee kauppakeskus Sellon ns. suutarinaulassa, parkkipaikkatallissa ja on avoinna seuraavasti: to ja pe 26.–27.9. klo 10.00–18.00 la 28.9. klo 10.00–16.00

Voit lahjoittaa Nälkäpäiväkeräykseen myös seuraavilla tavoilla:

MobilePay 63964

Tilillepano Punaisen Ristin katastrofirahasto

FI52 5000 0120 4156 73 - Viite 451021548145

Kehä-Espoon osaston Nälkäpäivän nettikeräyksen löydät täältä

<https://lahjoita.punainenristi.fi/fundraisers/keha-espoon-osasto-spr>

Netissä voit kerätä ja lahjoittaa Nälkäpäiväkeräykseen koko kampanjan ajan 12.9.-10.10.2024

Osallistu keräykseen tavalla tai toisella - kiitos, että välität

Lämpimin terveisin

Kehä-Espoon osaston keräystiimi; Pirkko, Ulla-Maija, Johanna ja Ulla



NÄLKÄPÄIVÄ-KERÄYS

Osallistumalla Nälkäpäivään sinä autat heitä, joilla hätä on suurin: maailmalla luonnonmullistusten ja konfliktien keskelle jääneitä, Suomessa äkilliseen onnettomuuteen joutuneita.

MIKÄ ON NÄLKÄPÄIVÄ?

Nälkäpäivä on Suomen Punaisen Ristin valtakunnallinen keräys, joka järjestetään vuosittain syyskuussa vapaaehtoisten voimin. Lipaskeräys jalkautuu ympäri Suomen 26.-28.9.2024.

MIHIN RAHAA KERÄTÄÄN?

Nälkäpäivänä kerätään rahaa Punaisen Ristin katastrofirahastoon. Lahjoituksia ei sidota etukäteen tiettyyn kohteeseen. Siksi niitä voidaan käyttää nopeasti siellä, missä avun tarve on suurin – sekä ulkomailla että kotimaassa.

MITEN OSALLISTUN?

Voit lahjoittaa milloin tahansa helposti esimerkiksi MobilePaylla. Käyttämällä viereistä QR-koodia tai lyhytnumeroa osallistut keräykseen SPR Kehä-Espoon osaston kautta.

TÄSTÄ SPR KEHÄ-ESPOON
**NÄLKÄPÄIVÄ-
KERÄYKSEEN**



Politiikan ja hallituksen keräysluupa RA/2020/1407/9.11.2020 on voimassa toistaiseksi, koko maassa lukuun ottamatta Ahvenanmaata.

LÄKSYHELPPI

Koulut alkoivat taas ja niin myös LäksyHelpit

LäksyHelpit ovat käynnistyneet nyt Perkkaan ja Postipuun kouluilla. Mukavaa päästä taas pariksi iltapäivätunniksi viikossa auttamaan lapsia läksyjenteossa. Toimimme nyt kahdella koululla, mutta tavoitteena on palata jossain vaiheessa Ruusutorpan koululle ja aloittaa toimintaa joillain muillakin kouluilla. Mahdollisuudet ovat ennen kaikkea kiinni vapaaehtoistyötä tekevistä ohjaajista, joita täytyy aina olla paikalla vähintään kaksi. Ohjaajia on erilaisista taustoista ja monenikäisiä. Tärkeää on, että

Kuva: Susanna Kekkonen

pääsevät iltapäivällä koululle. Mukana on eläkeläisiä, opiskelijoita ja iältään siltä väliltäkin. Jotkut pääsevät paikalle melkein joka viikko, jotkut harvemmin.



Joka kerta on mielenkiintoista nähdä, minkä luokkien koululaisia tulee paikalle ja mitä heillä on sillä kertaa läksynä. Yleensä apuamme tarvitaan ihan perusasioissa: lukemisessa, sanojen merkityksen ymmärtämisessä, kirjoittamisessa ja peruslaskutoimituksissa. Muitakin perusasioita pääsee neuvomaan, kuten miksi läksyjä on tehtävä. Hyvä vinkki usein on myös, että kirjan kappaleesta (esim. biologiassa ja historiassa) yleensä löytyy vastaukset siihen liittyviin tehtäviin. LäksyHelpissä tulee siis pääosin vastaan ihan perusasioita, joista selviää maalaisjärjellä ja omien kouluaikojen opeilla. Ei haittaa, vaikka ne omat koulumuistot ovat monilla meistä ohjaajista kansakouluajoilta. Hyvän pohjan saimme alaluokilta itse ja nyt voimme auttaa nykylapsia saamaan hekin hyvän pohjan koulunkäyntiin! Vaihtelevaa ja hauskaa puuhaa siis, jossa palkitsevinta on, kun saa jonkun lapsen oivaltamaan jonkin oleellisen asian

Jos kiinnostuit, otathan yhteyttä keha-espoo@punainenristi.fi

KOULUKUMMIT

MINÄKÖ KOULUKUMMIKSI?

Alakouluissa tarvitaan aikuisia auttamaan lapsia kouluarjessa. Päivä viikossa tai kahdessa, tai vaikka osa päivästä kerran viikossa aikuisia mukaan koululuokkiin tunnille auttamaan. Kiinnostaisiko tällainen vapaaehtoinen auttaminen?

Ota yhteyttä, niin kerron enemmän.

Kaija Heikkilä puh. 050 3663948 sp. kaija.heikkila24@gmail.com

SENIORIKERHO

Seniorikerho tarjoaa kahvihetken lisäksi yhdessäoloa ja virkistystä senioreille. Seniorikerhossa saadaan vertaistukea, lauletaan, jumpataan ja jutellaan. Kerhoon kutsutaan asiantuntijoita kertomaan hyvinvointiin ja terveyteen liittyvistä aiheista.

Kerho kokoontuu joka toinen maanantai klo 14.00 Viherlaakson kapelissa, Viherkalliontie 2.

Syksyn kerhopäivät ovat: 16.9., 30.9., 14.10., 28.10., 11.11., 25.11. ja 9.12.2024.

Tule sinäkin mukaan!

Yhteyshenkilö:

Pirjo Miettinen

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



Kuva: Joonas Brandt

ENSIAPURYHMÄ

Aloitin ensiapuryhmässä noin 10 vuotta sitten kun minua pyydettiin mukaan. Enpä arvannut kuinka pitkä ja hyödyllinen harrastus tästä tulisi. Aluksi kaikki oli hieman sekavaa, mutta pääsin nopeasti mukaan. Kouluttauduin ensiapupäivystäjäksi, ja sen myötä olen päässyt mukaan muumuassa sellaisiin tapahtumiin joiden olemassa olosta en ollut ikinä kuullutkaan, kuten Maalipallon MM kisat, tai päässyt paikoihin joista en tiennyt ennen niiden aukeamista yleisölle, esim. Pentalan saari, jossa päivystimme useampana kesänä saaristopäivällä. On ollut upeaa että olen saanut mahdollisuuden näin huikeisiin juttuihin, muista tapahtumista puhumattakaan. Mutta kaikkien parasta tässä kuitenkin on meidän ensiapuryhmä, jossa olen saanut tutustua taitaviin vapaaehtoisiiin ja rentoihin tyyppeihin, joita ilman tämä harrastus olisi ollut vain yksi muiden joukossa. Harjoituksissa teemme kaiken rennolla fiiliksellä, mutta kuitenkin täysillä. Kaikki tekevät parhaansa, ja jokainen saa osallistua omalla osaamisellaan. Aina oppii uutta ja päivääkään en vaihtaisi pois. Myös se ilon tunne kun olet saanut auttaa jotakuta ja tiedät tehneesi hyvää, sitä ei korvaa mikään!

Martiina, Ensiapuryhmäläinen

Tuu säkin mukaan!

Lisätietoja: ea.spr.kehaespoo@gmail.com

tai <https://rednet.punainen-risti.fi/node/3172>

SYKSYN RYHMÄILLAT

12.9. Pakuhuone elvytysteemalla

26.9. Hypotermia

10.10. Ensiarvio ja tarkennettu tilanarvio

24.10. Sairauskohtaukset ja
parityöskentely

7.11. Elvytys ja vierasesine hengitystiessä

21.11. Lasten ensiapu



Kuva: Martiina Lahti

ESPOON ENSIHUOLTOYKSIKKÖ

Ensihuolto on tärkeä osa Punaisen Ristin valmiutta. Espoossa toimii viisi SPR-osastoa ja useimmista näistä kuuluu jäseniä myös Espoon yhteiseen Ensihuoltoyksikköön, joka toimii hälytysryhmänä koko Espoon alueella. Ensihuollon toimintakenttä on hyvin laaja ja äärimmäisen tärkeä tukitoimi viranomaisille. Ensihuolto nähdäänkin tärkeänä osana varautumista, sillä pääosa kaikista hälytyksistä sisältää nimenomaan ensihuollollisen avun tarpeita.

Pitääkseen yllä Espoon ensihuollollista valmiutta yksikkömme kouluttaa aktiivisesti jäsenistöämme ja kokoontuu noin kerran kuussa Leppävaarassa. Illat ovat maksuttomia ja koulutuspolullaan voi edetä omaan tahtiinsa. Ryhmäämme mukaan tuloon ei ole pohjakoulutus- tai osaamisvaadetta.

Seuraavat ryhmäilltamme ovat:

Ma 9.9.2024 klo 18-20 Raitin pysäkillä, Konstaapelinkatu 1, Leppävaara. Päihtyneen henkilön tai mielenterveysasiakkaan kohtaaminen / Kari Kuitunen. Jo kauan päihde- ja mielenterveystyön parissa töitä tehnyt, SPR:n kouluttajanakin toimiva Kari Kuitunen pitää keskustele- van ryhmäillan päihtyneen henkilön tai mielenterveysasiakkaan kohtaamisesta ja kokemuksista ensihuollon näkökulmasta.

Ke 2.10.2024 klo 18-20 Helsingin ja Uudenmaan piirin tilat, Pitäjänmäentie 14, 00380 Helsinki. Materiaalisen tuen jakaminen ja kansainvälisen tuen vastaanotto / Pääkaupunkiseudun EHYjen yhteisiltä, aiheena piirin valmiusharjoitus 9.11.2024.

Ma 4.11.2024 klo 18-20 Raitin pysäkillä, Konstaapelinkatu 1, Leppävaara, Vapepa-tehtävän tilanneorganisaatio ja toiminnot karttajarjoituksena / Heini Björk.

Ke 4.12.2024 klo 18-20 Raitin pysäkillä, Konstaapelinkatu 1, Leppävaara, Piirin valmiusharjoituksen jälkitunnelmat + OHTO, Hupsis-järjestelmä ja Vapepan lomakkeet / Jessi Björk. Keskustelemme piirin valmiusharjoituksesta. Lisäksi tutustumme Vapepan lomakkeisiin, hälytysjärjestelmä OHTOon sekä ilmoittautumisjärjestelmäämme

Hupsikseen. Keskustellaan myös muista sinua askarruttavista asioista ensihuoltotoiminnassa.

Tule mukaan ♥ Sinua tarvitaan ♥

Jessi, Heini, Sera ja Ulla

Ota yhteyttä keha-espoo@punainenristi.fi

Ensihuoltoyksikön kotisivu: <https://rednet.punainenristi.fi/node/3173>

EHY Facebookissa: <https://www.facebook.com/sprespoonensihuolto>

Seuraa myös Vapepa Uusimaata: <https://www.facebook.com/vapepauusimaa>

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, kahtena päivänä puuroa ja keskiviikkoisin lounas. Ruokajakelua 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 Espoon kaupunki/Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue.

Lisätietoja: Eero Laasonen

puh. 09 510 2792

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

Käyntiosoite Konstaapelinkatu 1

KONTTI TAVARATALO

PUNAISEN RISTIN KONTTI ESPOON GALLERIASSA

Punaisen Ristin Kontti-ketjun uusi secondhand-myymäälä avautui 6.9. Leppävaarassa kauppakeskus Gallerian 2. kerroksessa, Konstaapelinkatu 4, 02650 Espoo.

Konttien tulos ohjataan kokonaan Punaisen Ristin auttamistyöhön Suomessa ja maailmalla. Ostamalla Kontista ja, kun lahjoitat Konttiin, olet siis osa avun ketjua – sen lisäksi, että kierrättämällä teet myös tärkeää työtä ympäristön hyväksi.

Voit lahjoittaa myyntikuntoista, tarpeetonta tavaraa Kontti secondhand-myymäälään. Galleriassa pääset autolla Kontin kerrokseen, kun pysäköit parkkihallin 3. kerrokseen.

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



YSTÄVÄTOIMINTA

Antaisiko aikaasi Ystävänä?

♥ Pari tuntia silloin tällöin riittää ♥
Tule mukaan antoisaan ystävätoimintaan, koulutusta saat ystävätoiminnan kurssilta.

Syksyn 2024 ystäväkurssit:
Valitse itsellesi sopiva kurs-
sijankohhta:

[https://oma.punainen-
risti.fi/event/14630](https://oma.punainenristi.fi/event/14630)

Kurssin jälkeen tapaat ystävävälittäjän
ja sovitte yhdessä miten voit
aloittaa ystävävapaaehtoistoiminnan.



Otathan yhteyttä Punaisen Ristin Espoon osastojen yhteiseen ystävävälitykseen:

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 Ystävävälitykseen. Ystävävälitys 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

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

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 tulemalla 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.ke-
haespoo.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_keha_espoo**

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/>