

1. SUOMEN PUNAISEN RISTIN POHJOIS-HELSINGIN OSASTO

Osastomme on jäsenmäärältään SPR:n kolmanneksi suurin. Alueemme ylittää Konalasta Viikkiin, Pitäjänmäestä Jakomäkeen.

Osaston yhteystiedot

Toimitilat: Kaustisenpolku 5 LH2, 00420 HKI

Sähköposti

pohjois-helsinki@punainenristi.fi

Facebook

Punainen Risti Pohjois-Helsinki

Twitter

SPR Pohjois-Helsinki

Instagram

sprpohjoishelsinki

Osaston kevätkokous

pidetään ke 18.3.2020 klo 18 alkaen osaston toimitiloissa.

KOHTAAMISKAHVILAT KANNELMÄESSÄ TIISTAISIN KLO 18-20

Kaustisenpolku 5 LH2, Kannelmäki

ti 28.1. Uusien vapaaehtoisten ilta

ti 11.2. Ystävätoiminnan & ystävänäpäivän juhlintaa

ti 25.2. Ilmastoilta

ti 10.3. Lukukoira

ti 24.3. Uusien vapaaehtoisten ilta

ti 7.4. Pääsiäisaskartelua

ti 21.4. Testamentti-ilta

ti 5.5. Ystävätoiminnan esittely

ti 19.5. Kierrätys

Huom! Muutokset mahdollisia.

Kohtaamiskahvilat ovat kaikille avoimia ja maksuttomia – tule vaikka tutustumaan toimitilaamme ja juomaan kuppi kahvia!

2. TERVETULOA TOIMINTAAN!

Toimintamme pyörii vapaaehtoisten voimin. Älä epäröi kysyä lisää!

VAPAAEHTOISIA ETSITÄÄN MM.

Ystävätoimintaan

Haluatko ilahduttaa yksinäistä? Haluatko oman ystävän tai ilahduttaa palvelutalojen asukkeja ryhmän kanssa? Tule mukaan!

SuomiKamuksi

Haluatko ystävän maahanmuuttajasta? Moni on jo saanut ystävän kauttamme! Koulutamme SuomiKamuja myös tänä vuonna.

LäksyHelpeihin

Autaa lapsia alakoulun läksyissä tai vaikka lukiolaisia matematiikassa. Meillä on useita läksykerhoja, tule mukaan!

Ensiapu- tai valmiustoimintaan

Miten toimia, kun läheisesi loukkaantuu tai kun tapahtuu katastrofi? Tiedätkö mitä on henkinen tuki? Tule mukaan toimintaamme!

Viestintään

Kokemusta verkkoviestinnästä, kuvista, videosta, somesta tai kirjoitushommista? Tule mukaan tekemään yhdessä! pohjois-helsinki@punainenristi.fi

Keräykseen

Haluatko auttaa apua tarvitsevia? Tule mukaan keräystiimiin ja Kontti-yhteistyöhön. Ota yhteyttä: pohjois-helsinki@punainenristi.fi

Etsimme myös **jäsenmestaria, toimitilan isäntää/emäntää** ja **kohtaamiskahviloiden koordinaattoria**. Tule iloiseen joukkoomme, ota yhteyttä: katju.kuusela@gmail.com

Jokapaikan höyläksi – hallintoon, kahvinkeittoon, toimitilaa huoltamaan, tapahtumaständeille...

Isossa osastossamme on kaikenlaista pikkuhommaa, jota riittää monelle. Tule yhdeksi meistä! Ota yhteyttä: pohjois-helsinki@punainenristi.fi

3. MONIKULTTUURINEN TOIMINTA

Tervetuloa mukaan osastomme kehittyvään monikulttuurisuustoimintaan!

Meillä on useita eri toimintamuotoja, joihin myös muuta kuin suomea puhuvat ovat tervetulleita. Tällaisia ovat alla mainittujen HakemusHelpin, LäksyHelpin ja SuomiKamujen lisäksi kohtaamiskahvilat, ensiapu- ja valmiustoiminta sekä ystävätoiminta. Tavoitteena on aktiivinen osallistuminen ja kotoutumisen tukeminen. Kysy lisää Hannele Kotkilta, hannele.kokotti@compesita.inet.fi

HakemusHelpissä avustetaan turvapaikanhakijoita CV:n laatimisessa ja harjoittelu- tai työpaikan löytämisessä. Ryhmä kokoontuu joka toinen torstai klo 17.30-19.30 Kalliolassa, Sturenkatu 11. Kysy lisää hakemus-help@gmail.com

Maunulan **LäksyHelppi**-kerhossa Punaisen Ristin vapaaehtoiset auttavat läksyissä ja kokeisiin kertaamisessa kaikenikäisiä oppilaita ja opiskelijoita maanantaisin klo 18–19.30. Kysy lisätietoja kaarlokontro@gmail.com

SUOMIKAMU-TOIMINTA

Tule ystäväksi oleskeluluvan saaneelle maahanmuuttajalle. SuomiKamu on monelle ensimmäinen suomalaisen ystäväkontakti ja tärkeä tuki. Pääset mukaan toimintaan osallistumalla kolmen tunnin SuomiKamukurssille. Kurssin jälkeen etsimme sinulle sopivan maahanmuuttajaystävän ja voit aloittaa kamuilun.

Kurssit keväällä 2020:

- la 14.3. klo 10-13
- to 14.5. klo 17-20

Ilmoittaudu kurssille ja lue lisää osaston kotisivulta tai ota yhteyttä Taina Raiskiin, suomikamu@outlook.com

4. LÄKSYHELPPI-KERHOT

Et tarvitse opettajantutkintoa auttaaksesi lapsia ja nuoria läksyissä! Tule rohkeasti mukaan antoisaan toimintaan. Tai jos haluat perustaa lähikouluusi uuden läksykerhon, ota yhteyttä kouluysteistyö- ja läksykerhovastaavaamme Kaarlo Kontroon, kaarlokontro@gmail.com

Pihkapaiston ala-asteen läksykerho

Kerho kokoontuu keskiviikkoisin klo 13.15–15.00. Lisätiedot: raimo.lahola@outlook.com

Malmin matematiikkakerho

Yläasteen, lukion ja ammatillisten oppilaitosten oppilaille. Kerho kokoontuu Malmitalon 2. krs:ssa keskiviikkoisin klo 15–18. Lisätiedot: leena.lotvonen@gmail.com

Stadin ammattiopiston läksykerho

Maahanmuuttajanuorille. Läksykerho tukee oppilaita koulutyössä ja auttaa nuoria saamaan ammatillisen koulutuspaikan. Lisätiedot: arja.aaltonen@luukku.com

Maunulan läksykerho SaunaBaarissa

Maahanmuuttajaperheiden lapsille ja aikuisille. Kerho kokoontuu maanantaisin klo 18–19.30. Lisätiedot: maunulan.perhekerhot@gmail.com

Oulunkylän ala-asteen läksykerho

Läksykerho Oulunkylän ala-asteella Teinintieellä ke klo 12.30–14.30 ja väistötiloissa Veräjäläaksossa ti klo 12.30–14.30. Lisätiedot: kaarlokontro@gmail.com

5. YSTÄVÄTOIMINTA

Haluatko oman ystävän tai auttaa muita ystäviä yhdistymään? Tule mukaan ystävätoimintaan!

Osastomme alueella toimii monia ystäviä: joko yksinäisten omina ystävinä tai osana palvelukodeissa vierailuvia ryhmiä. Voit tulla mukaan käymällä ystäväkurssin tai tulemalla ystäväkerhon tapaamiseen!

Ystäväkurssit keväällä 2020:

- ma 9.3. klo 17-20 Kannelmäki
- ma 6.4. klo 17-20 Kannelmäki

Katso lisätiedot kotisivuiltamme ja ilmoittaudu kurseille etukäteen.

Helsingin ystävävälitys välittää ystäviä yksinäisille. Kuuden osaston yhteinen toimintayksikkö toimii Kampissa ma klo 9–12, ti 12–15 ja ke 17–19. Puh. 050 409 2702. helsingin.ystavavalitys@punainenristi.fi. Ota yhteyttä ja kysy lisää!

YSTÄVÄKERHOT

Ystäväkerhot ovat ystävätoimijoille suunnattua virkistystä. Tapaamisten ohjelmassa on keskustelua, kokemusten vaihtoa ja asian-tuntijavierailuja. Lämpimästi tervetuloa mukaan tutustumaan toimintaan!

Ystävätoimijoiden kerho Malmilla

Malmin toimintakeskuksessa osoitteessa Kirkonkyläntie 2

- to 23.1. klo 18–20
- ti 11.2. klo 18–20 ystävänpäivä (poikk. Kannelmäessä, Kaustisenpolku 5 LH2)
- to 2.4. klo 18–20 aiheena (alust.) ensiapu

Yhteyshenkilö Irmeli Rantaniska, irmeliinir@gmail.com

Ystävätoimijoiden kerho Kannelmäessä

kokoontuu muutaman kerran vuodessa.

Yhteyshenkilö Leila Kinnari, kinnari-leila@gmail.com

PALVELUKOTIYHTEISTYÖ

Kannelmäki: Kannelkodin vanhusten virkistystoiminta – osallistumme juhlin ja tuemme tilaisuuksia. Ulkoiluttajaryhmä tiistaisin klo 11–12. Ota yhteyttä: heikki.x.oksanen@gmail.com

Malmi:

Antinkodissa avustajatoimintaa eri tapahtumissa. Ota yhteyttä: seilap@kolumbus.fi

Syystien palvelukeskuksessa ystävät vierailevat ulkoiluttajina ja tapahtumissa. Ota yhteyttä: sinikka.haukilahti@gmail.com

Saga Helapuistossa viihdytetään asiakkaita yhdessä vapaa-ajan ohjaajan kanssa. Ota yhteyttä: eijaasikainen@gmail.com

Oulunkylä: Kustaankartanon palvelukeskuksessa ystävät ovat asukkaiden seurana osaston arjessa sekä palvelukodin eri tapahtumissa saattajina ja apuna. Lukulähtetiläät käyvät lukemassa ääneen asukkaille. Ota yhteyttä: jaana.jo.kangas@gmail.com

Pakila: Pakilakodin ulkoiluttajaryhmä kokoontuu torstaisin klo 11–12. Ota yhteyttä: marjariitta.juvonen@gmail.com

Pitäjänmäki:

Kotikallion palvelukeskuksessa mm. turinatuokiot keskiviikkoisin klo 16–18. Ota yhteyttä: sirkkukoo@gmail.com

Kyläkallion senioritalossa illanviettoja joka toinen maanantai klo 16.30–18.30. Ota yhteyttä: marja.mosander@welho.com

Puistola: Puistolan palvelutalossa mm. ulkoilutusta ja tukena eri tapahtumissa. Ota yhteyttä: raija.hietanen@kolumbus.fi

Siltamäki: Siltamäen Palvelukodissa virkistyshetki kerran kuussa.

Viikki: Viikin hoivassa ulkoiluttajia ja avustajia eri tapahtumissa. Ota yhteyttä: aini.karvonen@welho.com

Koillisen alueen toiminnasta vastaavat Sinikka Haukilahti, sinikka.haukilahti@gmail.com ja Anita Nuutinen, anita.nuutinen@kolumbus.fi.

6. ENSIAPU, VALMIUS JA ENSIHUOLTO

ENSIAPU- JA VALMIUSRYHMÄ

Osastomme ensiapu- ja valmiusryhmien toiminta järjestetään uudelleen kevään 2020 aikana.

Kaikki ensiapu- ja valmiustoiminnasta kiinnostuneet, tervetuloa mukaan - aiempaa koulutusta ei tarvita. Toimintaa järjestetään jatkossa myös englanninkielisenä. Ryhmät ovat maksuttomia.

Ensiapuun ja valmiustoimintaan, ml. ensihuolto (kotimaan apu), ensiapu ja henkinen tuki, liittyviä aiheita käsitellään ja harjoitellaan jatkossa säännöllisesti Kannelmäessä, Kaustisenpolku 5:ssä tai muussa erikseen sovittavassa paikassa.

Tekijöitä, ryhmän jäseniä ja/tai vetäjiä tarvitaan. Liity ryhmään, jos toiminta kiinnostaa!

Kysy lisätietoja: Maria Nygren, valmius.sprph@gmail.com

SPR HELSINGIN ENSIHUOLTOYKSIKKÖ

on kahdeksan osaston yhteinen toimintayksikkö, joka kokoontuu kuukauden viimeisenä keskiviikkona klo 17.30, Hietaniemenkatu 7 B 5. krs. Jos olet kiinnostunut toiminnasta, ota yhteyttä: Marena Tiaskorpi-Mattila, marenatiaskorpi-mattila@gmail.com

7. NUORISOTOIMINTA JA KOULUYHTEISTYÖ

HENGAILUILLAT

tarjoavat nuorille aikuisille (18–29 v) ajanviettomahdollisuuden ilman alkoholia tai muita päihteitä. Yhteystiedot: hengailuillat@gmail.com.

Hengailuillat järjestetään SPR Helsingin ja Uudenmaan piirin uusissa koulutustiloissa piirin tiloissa Hietaniemenkatu 7B, 5. krs (sisään Lapuankadun puolelta).

KOULUYHTEISTYÖ

Teemme yhteistyötä alueemme koulujen kanssa. Haluatko meidät kouluunne kertomaan Punaisen Ristin toiminnasta lähellä ja kaukana? Tilaa meiltä vaikka ensiapurastiharjoitus tai osallistukaa luokkienne kanssa Nälkäpäivä-keräykseen! Ota yhteyttä: Kaarlo Kontro, kaarlokontro@gmail.com

NUNU – NUORI NUORELLE - YSTÄVÄTOIMINTA

Nuori nuorelle -ystävätoiminta 15–29-vuotiaille nuorille toimii ystävälityksen yhteydessä. Haluatko sinä alkaa ystäväksi toiselle nuorelle? Käy ystäväkurssi ja ota yhteyttä NuNuun: stadi-nunu@redcross.fi.

HUOM! NuNu-ystävälitys välittää ystäviä ma klo 17–19, p. 040 0380 558. Tarvitsemme lisää ystävälittäjiä! Jos haluaisit välittäjäksi, ota yhteyttä: stadi-nunu@redcross.fi.

KOTISIVUMME:
rednet.punainenristi.fi/pohjois-helsinki

Seuraa meitä:

[f](#) Punainen Risti Pohjois-Helsingin osasto

[t](#) @SPRPohjoisHki

[i](#) @sprpohjoishelsinki

8. YHTEISTYÖSSÄ ILMASTON- MUUTOSTA VASTAAN

Järjestämme keskustelu- ym. tilaisuuksia, joissa teemana on ilmastonmuutos ja siihen liittyvät asiat. Alustajina kuullaan asiantuntijoita eri aloilta. Ilmoitamme tapahtumista verkkosivuillamme, SPR:n vapaaehtoisten Omassa ja osaston some-kanavissa. Tervetuloa mukaan!
Jokainen meistä voi tehdä jotain ilmastonmuutoksen torjumiseksi.

9. NÄLKÄPÄIVÄ VUONNA 2020

SPR:n perinteinen Nälkäpäivä-keräys järjestetään tänä vuonna jo 40. kerran 24.-26.9.2020. Sinua tarvitaan – tule kerääjäksi ja/tai lahjoittajaksi. Lisätietoja verkkosivuillamme tai s-postitse pohjois-helsinki@punainenristi.fi.



Punaisen Ristin toimintaa ohjaavat yllä näkyvät seitsemän peruseriaatetta