

Löydä oma tapasi auttaa - Tule mukaan toimintaamme !

Kesää on vielä jäljellä vaikka aina ei siltä tunnu. Olemme saaneet nauttia ihanasta Suomen kesästä. Lämpötilat ovat vaihdelleet kovasti, joten varmasti jokin niistä on ollut sopiva lämpötila myös sinulle.

Nyt ollaan kovaa vauhtia menossa kohti syksyä ja uusia haasteita. Osastomme toivottaa Sinut mukaan toimintaamme. Kaikki ovat sydämellisesti tervetulleita mukaan.



Ota yhteyttä !

voit olla ympäri vuorokauden yhteydessä sähköpostitse. Osastossamme kaivataan aina lisää vapaaehtoisia ikään katsomatta, joten ota rohkeasti yhteyttä!

Tervetuloa mukaan !

Toivotteleepi **Anneli**, osaston pj

SPR Hirvensalon osaston HALLITUS ja vastuualueet 2019

Anneli Sukari-Laivoranta, puheenjohtaja, tiedottaja
p. 040 7358 733 anneli.sukari@laivoranta.fi

Eva Koli, varapuheenjohtaja, terveyspisteen yhdyshenkilö
p. 050 3757 048 evainkeri.koli@gmail.com

Tuomo Pelander, sihteeri
p. 040 7295 615 tpelander52@gmail.com

Sanna Suinila, EA-ryhmän johtaja, kotimaan avun yhd.hlö
p. 0440 1104 67 sannasuinila@gmail.com

Virve Anttila, koulu- ja nuorisoyhteistyö, keräysjohtaja
p. 050 5249 600 virveannele@gmail.com

Pekka Ruusu, varainhankinta vastaava
p. 045 8414 777 pekka.ruusu@pp.inet.fi

Arja Österberg, toimitilavastaava

Jukka Kaskinen, EA-ryhmän varajohtaja p. 040 5150 430

SPR HIRVENSALON OSASTON TIEDOTE 02/19

Spr Hirvensalo toimii Seiskarinkatu 30 A:ssa.



SPR Hirvensalon osasto on saarten yhteinen SPR

Osastomme toimii ns. matalan kynnyksen osastona eli kaikki halukkaat pääsevät mukaan toimintaan ja jokainen on yhtä arvokas.

Osastomme tarjoaa monipuolista toimintaa vapaaehtoisvoimin. Emme vaadi vapaaehtoisilta mitään erityistaitoja eikä meillä ole ikärajaa. Kaikki ovat tervetulleita mukaan toimintaan, ja jokaisen panos on merkityksellinen. Koulutamme aktiivisesti vapaaehtoisia, jokaisen omien toiveiden ja resurssien rajoissa.



TERVEYSPISTEEN TERVEISET

Terveyspisteen vastuushenkilö on Eva Koli. Hänet tavoittaa numeros-
ta 050 3757 048. Terveyspisteemme tarjoaa maksutonta tietoa,
tukea ja neuvontaa terveyteen ja hyvinvointiin liittyvissä asioissa
sekä verenpaineen mittausta. Terveyspisteeseen voi tulla ilman
ajanvarausta.

Tavoitteena on tukea ihmisiä oman terveytensä ja hyvinvointinsa
ylläpitämisessä sekä arkielämässä selviytymisessä.

Terveyspiste on avoinna alla olevina päivinä klo 17.30 – 19.30.
Luennon jälkeen mahdollisuus mittauttaa verenpaine tai tulla
keskustelemaan ja samaan tietoa.

Luennot järjestetään Hirvensalon kirjastossa klo 17.30

Ke 11.9. Vyöhyketerapiatietoutta ja mihin siitä saa avun, luennoit-
sija dip.vyöhyketerapeutti Anneli Sukari-Laivoranta

Ke 9.10. Terveyttä kävelemällä – kaksi vaellusta Santiago de
Compostelaan. Matkakokemuksiaan kertoo Eva Koli

Ke 6.11. Lääkkeiden yhteis- ja haittavaikutuksista perustietoa sekä
tietoisku lääkkeiden hävittämisestä. Luennoitsija proviisori
Päivi Lavander, Hirvensalon apteekki

Ke 18.12. Spr Hirvensalon osasto tarjoaa joulupuuroa Spr:n Hirven-
salon tiloissa. Ota n. 5 euron yllätyspaketti mukaan.

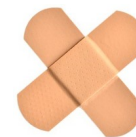
OMPPU-KERHO: Tarvitsetko apua housujen lyhentämiseen,
yhteistä askartelua lasten kanssa, kokeilla märkähuovutusta tai
haluatko tehdä itse lahjan?

Spr Hirvensalon osaston **OMPPU-KERHO** kokoontuu syyskaudella
osaston tiloissa Seiskarinkatu 30 A seuraavasti:



9.9., 14.10, 11.11, ja 9.12.

Lisätietoja: Virve Anttila 050 524 9600



ENSIAPURYHMÄN TERVEISET

Kokoontuu **parillisten viikkojen torstaisin klo 18.00-19.30**

Olitpa sitten kursseja käynyt tai et, olet tervetullut harjoituksiimme.
Ensiapuryhmässä harjoitellaan kaikille tärkeitä ensiavun perusasioita.
Harjoituksiin osallistumalla saat käytännön taitoja esim. miten koh-
data tajuton henkilö.

Loppuvuoden ensiapuillat tulevat taas!
Paikka on Seiskarinkatu 30, ja aika klo
18.00-19.30.

5.9. Solmujen salaisuudet 🤔

19.9. Nälkäpäivätempaus H:salon
k-supermarketilla

3.10. Auto-onnettomuus 🚗

17.10. Potkulaudalla nurin 🛹

14.11. Elvytysharjoitus 🧑🧑🧑

28.11. Kotitapaturmat 🏠

12.12. Sairaskohtaukset 😱

Tulkaahan rohkeasti mukaan kertaamaan
ja oppimimaan uutta! Näitä taitoja
saattaa tarvita koska tahansa!

Suomen Punainen Risti Hirvensalon osasto:
Seiskarinkatu 30 A 20900 Turku
puh. 0440 654 112 ja 040 7358 733
s-posti: sprhirvensalonosasto@gmail.com
kotisivut: hirvensalo.punainenristi.fi