

TÄSSÄ JA NYT - HÄR OCH NU

Helsingin ja Uudenmaan piiri - Helsingfors och Nylands distrikt

Järjestötiedote 5/2024

Punainen Risti 



Sisältö • Innehåll

- Pääkirjoitus: Yhteinen visio
- Ledare: Gemensam vision
- Psykososiaalista tukea tarvitaan arjessakin
- Vaalitoimikunta pyytää ehdotuksia vuosikokouksessa 2025 valittavista luottamushenkilöistä
- Vähennetään yksinäisyyttä jouluna
- Kohti ystävänpäivää
- Vain Elämää: Punaisen Ristin päivä -erikoisjakso 22.11.
- Tässä ja nyt uudistuu, toimitusihteeri eläköityy
- Turvallinen mieli - hanke
- Punaisen Ristin verkkoavun kokoava sivusto
- Psykososiaalinen tuki uudistuu
- Kouluttajakoulutukset 2025
- SuomiKamu-ystävätoiminta tarjoaa ystäviä hiljattain Suomeen saapuneille
- Auttajaklubissa harjoitellaan ensiaputaitoja ja saadaan kavereita
- Hyvinvointialueyhteistyö - Välfärdsområdessamarbete
- Tulevat aluetapaamiset - Kommande regionmöten
- Här och ny förnyas
- Tapahtumakalenteri – Händelsekalender
- Tervetuloa jouluglögille – Välkommen på glögg
- Valnämnden ber förslag angående förtroendevalda för årsmötet 2025
- Psykosocialt stöd behövs även i vardagen
- Vi minskar ensamheten under julen
- Mot vändagen
- Vain Elämää: Specialavsnittet på Röda Korset-dagen
- Röda Korsets webbsida som sammanställer hjälpen på nätet har öppnats
- Tryggt sinne
- Det psykosociala stödet förnyas
- Utbildning för utbildare 2025
- Här och Nu förnyas
- Yhteystiedot - Kontaktuppgifter

Valtakunnallisten sivujen toimitus: Suomen Punaisen Ristin keskustoimisto/viestintä, Tehtaankatu 1 a, 00140 Helsinki, puh. 020 701 2000 **Toimittaja:** Sari Häkkinen, 040 664 3236, sari.hakkinen@punainenristi.fi
Kuvat: Suomen Punaisen Ristin kuva-arkisto. **Taitto:** Keskustoimisto / Viestinnän palvelut, **graafinen suunnittelija** Nella Nieminen, aineistot@punainenristi.fi
Piiritiedotteen toimitus ja taitto: Tuula Korhonen, 040 548 9471, tuula.korhonen@punainenristi.fi

Rikssidornas redaktion: Finlands Röda Kors centralbyrå/kommunikationen, Fabriksgatan 1 a, 00140 Helsingfors, 020 701 2000 **Redaktör:** Sari Häkkinen, 040 664 3236, sari.hakkinen@rodakorset.fi
Bilder: Finlands Röda Kors bildarkiv. **Ombrytning:** Centralbyrån, **grafisk planerare** Meri Luoto, aineistot@rodakorset.fi.
Översättning: Grano
Distriktssidornas redaktion och ombrytning: Tuula Korhonen, 040 548 9471, tuula.korhonen@rodakorset.fi
Distriktssidornas översättning: Kerstin Österlund, 040 162 6002, kerstin.osterlund@rodakorset.fi

Yhteinen visio

Toimintalinjauksemme visio on, että Suomen Punaisen Ristin toiminta tuo iloa, antaa toivoa ja vahvistaa ihmisten luottamusta toisiinsa ja Punaisen Ristin apuun.

Visio on kirkas, ja tavoitteet selkeät. Toteutuuko tämä visio, vai onko vielä pitkä matka, jotta se voisi toteutua vuoteen 2026 mennessä?

Tutkimusten mukaan kaikki vapaaehtoistyö antaa iloa, luo merkityksellisyyttä ja lisää yhteisöllisyyttä. Kyse on siitä vanhan ajan kyläyhteisössä vallinneesta hengestä, jossa kaikki olivat mukana, ja kaikkia autettiin, kutakin vuorollaan. Tämä osa visiota on pitkälti kunnossa, joskin aina on ikäviä poikkeuksia, jolloin vapaaehtoistoimintaan liittyy sellaista, joka sinne ei kuulu. Itsestään selvää pitää olla, että turvallisen tilan pelisäännöt ovat kaikille toimijoille tuttuja, ja että niiden mukaan toimitaan. Mahdollisiin epäkohtiin, ja väärinkäytöksiin puututaan herkästi, mutta humanisti. Vain tällöin ilo on aitoa, ja kaikki saavat aidosti olla mukana, juuri sellaisina kuin he ovat. Iästä, sukupuolisesta suuntautumisesta, äidinkielestä, perimästä ym. seikoista riippumatta.

Vahvistaako toimintamme ihmisten luottamusta toisiinsa, ja Punaisen Ristin apuun? Kun katsoo maailmaa ympärillä, on selvää, että tarve humanitaariselle avulle, ihmisten väliselle luottamukselle ja ymmärrykselle on suurempaa kuin ehkä pitkiin aikoihin. Uskon vakaasti, että meidän toimintamme osastotasolla ja yhteistyössä muiden esimerkiksi Vapaaehtoisen pelastuspalvelun järjestöjen kanssa vahvistaa meidän kaikkien keskinäistä luottamusta. Toki piiritason työtä, ja keskus-toimiston ja kansainvälisen Punaisen Ristin toimintaa unohtamatta. Jos ei ole lokaali, ei voi olla globaali.

Onko ihmisten luottamus Punaisen Ristin apuun vahvaa? Monen arkikokemus saattaa tältä osin olla kahtiajakoinen. Osa tuntee Punaisen Ristin toiminnan hyvin, ja osa taas vähemmän hyvin. Herkästi syntyy kuva, että Punainen Risti toimii vain maailmalla, kaukaisissa kriiseissä, ja suurten onnettomuuksien tapahtuessa. Tätäkin järjestömme tekee, ja se työ on erittäin arvokasta ja ensiarvoisen tärkeää. EI sovi kuitenkaan unohtaa, että Punainen Risti auttaa myös paikallisesti. Kun paikallisosasto jakaa ruoka-apua, toimii yhteistyössä Veripalvelun kanssa, kerää rahaa Nälkäpäivä-keräyksessä tai tekee ensi-aputempauksen kaupungilla Henry Dunant -päivänä, se on konkreettista toimintaa ja auttamisvalmiuden ylläpitämistä. Kyse on myös pienistä, arjen tasolla tapahtuvista kohtaamisista, jossa Sinä, Punaisen Ristin vapaaehtoinen tai työntekijä, kohtaat kanssaihminen.

Vain yhdessä olemme vahvoja. Pitäkäämme tämä, ykseys, mielessämme, kun jatkamme yhteisen järjestömme kehittämistyötä lähivuosina.

Kaikkea hyvää loppuvuoteen, ja parempaa uutta vuotta toivottaen,

Max Lindholm
Varapuheenjohtaja



Gemensam vision

Vår verksamhetsstrategi uppställer visionen att Finlands Röda Kors verksamhet ger glädje, upprätthåller hopp och stärker förtroendet mellan människorna och för Röda Korsets hjälp.

Visionen är klar, och målsättningarna entydiga. Förverkligas visionen, eller är det ännu en lång väg tills visionen kan förverkligas 2026?

Enligt forskningen ger all frivilligverksamhet glädje, skapar känslan av betydelse och ökar samhällligheten. Det är fråga om gammeldags byastämning, där alla var med, och alla hjälptes, i tur och ordning. Man kan säga att denna del av visionen är långt på sin plats, även om det alltid finns otrevliga undantag, då det till frivilligverksamheten inkommer sådant som inte hör dit. Det ska vara självklart att alla känner till reglerna för ett tryggt rum, och att de efterföljs. Eventuella avvikelser och oegentligheter beivras, och behandlas snabbt, effektivt men också humant. Endast då kan glädjen verkligen flöda, och alla får vara me, precis sådana som de är. Oberoende av ålder, sexuell läggning, modersmål, ursprung osv.

Stärker vår verksamhet människornas förtroende för varandra, och för Röda Korsets hjälp? När man ser på den omkringliggande världen är det uppenbart att behovet av humanitärt bistånd, förtroende människor emellan och förståelse är större än på länge. Jag tror fullt och fast på att vår verksamhet, på avdelningsnivå, i samarbete med t.ex. andra aktörer inom den Frivilliga räddningstjänsten förstärker vår allas förtroende. Detta utan att glömma bort betydelsen av det arbete som görs på distriktsnivå, eller på centralbyrån samt av den internationella rörelsen. Är man inte lokal kan man inte vara global.

Är förtroendet för Röda Korsets hjälp starkt? Många kan ha divergerande upplevelser i sin vardag. En del känner väl till Röda Korsets verksamhet, en del mindre bra. Det uppstår lätt en uppfattning att Röda Korset endast verkar i världen, i fjärran kriser, eller när stora olyckor sker. Detta gör vår organisation också, och det oerhört viktigt arbete. Man ska dock inte glömma bort att Röda Korset hjälper också lokalt. När lokalavdelningen delar ut mathjälp, samarbetar med Blodtjänsten, eller ställer upp med ett första hjälpsjippo på stan under Henry Dunant-dagen, eller samlar in pengar under Hungerdagsinsamlingen, är allt detta konkret hjälpverksamhet, som syns som ökad beredskap. Det är fråga om små möten som sker mitt i vardagen där Du, som frivillig eller anställd inom Röda Korset, möter en medmänniska.

Endast tillsammans är vi starka. Låt oss hålla detta, enheten, i minne, då vi fortsätter med utvecklingsarbetet av vår organisation under de kommande åren.

Allt gott för slutet av året, och med förhoppning om ett bättre nytt år,

Max Lindholm
Vice ordförande



Psykososiaalista tukea tarvitaan arjessakin

Punainen Risti tunnetaan henkisestä tuesta: siitä keskusteluavusta, jota punaliiviset auttajamme antavat oman paikkakunnan asukkaille, kun äkillinen tapahtuma järkyttää arkea ja mieltä.

Tämän vuoden aikana tätä tukea on tarvittu. Vapaaehtoisemme ovat olleet kullannarvoisia apua kaipaaville esimerkiksi kouluampumisen jälkeen Vantaalla, ampumistapauksen jälkeen Tampereella sekä niille ihmisille, jotka ovat menettäneet kotinsa tulipaloissa eri puolilla Suomea.

Auttajalle tärkeintä on taito olla läsnä ja kuunnella, pysähtyä. Moni auttamistilanteiden konkari sanookin, että mehumuki on parasta henkistä tukea, tai että parhaalla auttajalla on suuret korvat ja pieni suu. Mehumukillisen mukana tulee aina ihminen, joka on hädän hetkellä paikalla vain kuuntelemista ja apua tarvitsevaa varten.

Viime kesän yleiskokouksessa päätimme yhdessä, että haluamme vahvistaa tätä osaamista myös arjessa. Nyt laajennamme psykososiaalisen tuen tarkoittamaan myös arkisia, jokaisen hyvinvointia koskevia asioita. Hyvät mielenterveystaidot arjessa auttavat meidät kohtaamaan elämän pieniä ja isoja mullistuksia silloin, kun niitä osuu meistä jokaisen kohdalle.

Samalla haluamme ulottaa psykososiaalisen tuen koskemaan myös kaikkien vapaaehtoisemme ymmärrystä ja osaamista siitä, miten sekä autettavien jaksamista että omaa hyvinvointia tuetaan. Pystymme auttamaan muita

vain, kun huolehdimme myös itsestämme. Kohtaamisen ja hyvinvoinnista huolehtimisen taitoja tarvitaan paitsi päivystyksissä ja hälytysryhmissä, myös vaikkapa ystävöitymässä, Terveyspisteillä, Läksyhelyissä ja luottamushenkilönä toimiessa – kaikessa toiminnassa, jossa kohtaamme ihmisiä.

Käytännössä uusi linjaus tarkoittaa, että koulutamme, luomme toimintamalleja ja teemme asioita uudella tavalla. Tämän lehden sivulla 9 kerromme, millaisia materiaaleja ja toimintamalleja jokaisen vapaaehtoisen käytössä on jo nyt, ja mitä on tulossa ensi vuoden aikana.

Mitä psykososiaalisen tuen taitoja sinä tarvitset omassa arjessasi vapaaehtoisena? Tule mukaan oppimaan ja kehittämään vahvuuk-siamme yhdessä. Hyvä kohta aloittaa on esimerkiksi kaikille avoin Psykososiaalisen tuen ajankohtaiswebinaari 30. marraskuuta.



Maria Viljanen

Psykososiaalisen tuen asiantuntija

TYKKÄÄ Facebookissa

Seuraa toimintaamme Facebookin kautta.
facebook.com/punainenristi

KESKUSTELE Twitterissä

twitter.com/punainenristi

TIEDÄ TAPAHTUMISTA

Etsi paikkakuntasi tapahtumia verkosta.
rednet.punainenristi.fi

KATSELE VIDEOITA

Youtubessa

youtube.com/suomenpunainenristi

JAA KUVIAMME

Instagramissa

instagram.com/punainenristi/

OTA YHTEYTTÄ

Henkilökunnan sähköpostit ovat muotoa etunimi.sukunimi@punainenristi.fi

MERKKI SUOJAA SINUA – SUOJAA SINÄ MERKKIÄ!

Punainen risti valkoisella pohjalla on suojamerkki ja asevoimien lääkintähuollon tunnus. Se suojelee kriisitilanteissa siviileitä, avustustyöntekijöitä ja haavoittuneita sotilaita. Suojamerkin omistavat sodan oikeussääntöihin eli Geneven sopimuksiin sitoutuneet valtiot, joista Suomi on yksi. Punaisella Ristillä on oikeus käyttää tunnusta toimintansa merkitsemiseen ja valvoa sen käyttöä. Lue lisää humanitaarinenoinoikeus.fi

TUTUSTU VERKKOKAUPPAAN

punainenristinkauppa.fi:n järjestönäkymästä tilaat kätevästi kaikki osastomateriaalit. Tarvitsetko tunnukset? Laita viesti myynti@punainenristi.fi

SOITA JA LAHJOITA

0600 12220 (20,28 € / puhelu + pvm)

Vaalitoimikunta pyytää ehdotuksia piirin vuosikokouksessa 2025 valittavista luottamushenkilöistä

Vaikuttamisen paikkoja tarjolla

Vaalitoimikunta valmistele parhaillaan piirin vuosikokouksessa vuonna 2025 suoritettavia vaaleja. Vuosikokouksessa ovat erovuorossa piirin puheenjohtaja, varapuheenjohtaja ja viisi piirin hallituksen jäsentä. Kokouksessa valittavien hallituksen jäsenten toimikausi kestää vuoden 2027 vuosikokouksen loppuun. Vuosikokouksessa valitaan lisäksi kaksi tilintarkastajaa ja kaksi varatilintarkastajaa.

Vaalitoimikunta pyytää osastoja lähettämään ehdotuksia vuosikokouksessa valittavista luottamushenkilöistä. Järjestön luottamustoimeen voidaan valita vain järjestön henkilöjäsen. Suomen Punaisesta Rististä annetun asetuksen (nro 827/2017) 18 ja 19 §:n mukaan luottamushenkilöitä ehdolle asetettaessa tulee ehdokkailta edellyttää

- sitoutumista Punaisen Ristin perusperiaatteisiin
- halua edistää Punaisen Ristin tarkoituksen toteuttamista



Tämän lisäksi tulee toimielinten kokoonpanossa ottaa mahdollisimman tarkoin huomioon

- alueellinen ja kielellinen edustus
- eri sukupuolten ja eri ikäryhmien edustus

Piirin hallituksessa tarvitaan erilaisia osaajia

Vaalitoimikunta toivoo piirin hallitukseen runsaasti ehdokkaita eri puolilta piirin aluetta. Pidämme tärkeänä, että ehdokkailla on paikallista tuntemusta oman osastonsa tilanteesta ja toiminnasta, ja että he ovat valmiita jakamaan osaamistaan hallituksen työskentelyssä. Hallituksen jäsenenä pääsee tutustumaan muihin osastoihin, alueisiin ja piiriin sekä tuomaan omaa kokemustaan mukaan hallituksen toimintaan.

Punaista Ristiä lähellä olevan viranomais-toiminnan (esimerkiksi pelastustoimi, sosiaali- ja terveystoimi, maahanmuuttoasiat, opetustoimi) tuntemus on hyödyksi ehdokkaille. Ehdokkaalla voi ammatin, työn tai harrastuksen kautta olla hyödyllistä osaamista esimerkiksi digitaalisesta viestinnästä ja markkinoinnista, sosiaalisesta mediasta, taloushallinnosta tai juridiikasta. Piirin hallituksen tehtävät määritellään säännöissä.

Vaalitoimikunta suosittelee, että kaikki osastot tekevät ehdotuksia. Ehdokkaita oman piirinsä luottamushenkilön vaalia varten voivat asettaa myös järjestön henkilöjäsenet. Tuttu- jen ja kokoneiden hallituksen jäsenten lisäksi vaalitoimikunta suosittaa etsittävän uusia ehdokkaita ja monipuolista osaamista niin osastojen sisältä kuin aktiivisesti toimivan joukon ulkopuoleltakin. Toivomme ehdokkaita myös eri kielellisistä ja kulttuurisista taustoista.

Ehdotukset 31.1.2025 mennessä

Vaalitoimikunta pyytää osastoja tekemään ehdotuksensa ja täyttämään netissä löy-

tyvä ehdokaslomake viimeistään perjantaina 31.1.2025.

tiny.cc/Vaalitoimikunta2025

Ehdotuksesta on selvittävä kaikki tarvittavat tiedot: ehdokkaan nimi, osasto, syntymäaika, yhteystiedot, koulutus ja ammatti, mahdollinen erityisosaaminen sekä perustelut. Ehdotuksesta on käytävä ilmi myös ehdotuksen tehnyt osasto ja puheenjohtajan (tai muun vastuuhenkilön) yhteystiedot sekä tieto ehdokkaan suostumuksesta julkistaa ehdokkuus nettisivuilla ja somekanavilla.

Vaalitoimikunta päätti avoimuuden lisäämiseksi järjestää osastoille mahdollisuuden tutustua ehdokkaisiin avoimessa vaalikeskustelussa. Vaalikeskustelu järjestetään Teams-toteutuksena keskiviikkona 19.2.2025 klo 18 alkaen. Ehdokkaille toimitetaan tarkemmat valmistautumisohjeet ennen tapahtumaa, tapahtuman luonne on tarkoitus olla rento ja keskusteleva.

Vaalitoimikunnan ehdotus piirin vuosikokouksessa 26.4.2025 valittavista luottamushenkilöistä ja tilintarkastajista lähetetään osastoille vuosikokouskutsun liitteenä. Ehdotusta tehdessään vaalitoimikunta ottaa huomioon erilaiset järjestön kannalta tärkeät näkökulmat (esimerkiksi ehdokkaan kokemus ja tuntemus Punaisen Ristin toiminnasta, erilaiset sidosryhmät, asiantuntemus), jotka osastojen toivotaan tuovan esiin ehdotusta tehdessään.

Vaalitoimikunta toivoo, että osastot jakavat tietoa ehdokasasettelusta sekä omille jäsenilleen että some-kanavillaan, jotta tieto tavoitaisi mahdollisimman monen hallitus-työskentelystä kiinnostuneen. Osastoissa ja osastojen yhteisissä tapaamisissa kannattaa keskustella ehdokkaista ja varmistaa, että jokaiselta alueelta löytyy ehdokkaita piirin hallitukseen.

Lisätiedot ja yhteydenotot

Kalle Kivimaa

vaalitoimikunnan puheenjohtaja
puh. 040 500 7717
kalle.kivimaa@osasto.punainenristi.fi

Piirin hallituksen kokoonpano 2024 - 2025

Erovuorossa vuosikokouksessa 2025

Puheenjohtaja Päivi Hurttia, Pohjois- ja Keski-Helsinki
Varapuheenjohtaja Max Lindholm, Helsingfors svenska

- Kristiina Huhdanmäki, Sibbo – Sipoo
- Annika Kaarnalehto, Lounais-Espoo
- Pekka Laukkanen, Pohjois- ja Keski-Helsinki
- Oskari Perholehto, Rajamäki
- Paula Partanen, Länsi-Helsinki
- eronnut hallituksesta 6/2024, koska aloitti työt keskustoimistossa

Toimikausi jatkuu vuosikokoukseen 2026

- Marika Huttunen, Länsi-Helsinki
- Håkan Malmlund, Borgå – Porvoo
- Jarkko Mikkonen, Keski-Espoo
- Karoliina Pilli-Sihvola, Länsi-Helsinki
- Terhi Tuomikoski, Karkkila

Vaalitoimikunnan kokoonpano

- puheenjohtaja Kalle Kivimaa, Tapiola
- varapuheenjohtaja Jukka Lehtonen, Töölö

Jäsenet

- Roosa Höglund, Itä-Helsinki
- Eini-Maria Majavirta, Länsi-Vantaa
- Katri Rannisto, Keski-Espoo
- Pasi Sinisalo, Länsi-Helsinki
- Tuula Rönkkö, Borgå - Porvoo

Joulukahvilat ovat monelle henkireikä

Punaisen Ristin joulukahvilat ovat tärkeitä monille yksinäisyyttä kokeville. Kahvilan voi järjestää myös juhlapyhien ulkopuolella.

Punaisen Ristin joulukahvilat ovat monelle tärkeä henkireikä selvitä läpi juhlapyhien. Yksinäisyys on monesti syvimmillään juuri joulun aikaan.

Joulukahviloihin ovat tervetulleita kaikki, ja maksuttomissa kahviloissa voi viettää rennosti aikaa ja tavata muita kiireettä. Vapaaehtoiset ja vierailijat viihtyvät lautapelin tai hyvän keskustelun äärellä.

– Joulukahvilat tuovat kaivattua tekemistä pitkiin pyhiin niin vapaaehtoisille kuin yksin juhlaesonkia viettäville. Tärkeintä on, ettei kenenkään tarvitsisi olla yksin vasten omaa tahtoaan, sanoo sosiaalisen hyvinvoinnin koordinaattori **Maaret Alaranta**.

Kahvilan voi viime vuoden tapaan järjestää myös juhlapyhien ulkopuolella, **20.12.–6.1.** välisenä aikana.

– Tämän vuoden joulukahvilan suunnittelu kannattaa aloittaa viimeistään nyt. Ottakaa mukaan suunnitteluun kaikki halukkaat, myös uudet vapaaehtoiset, Alaranta kannustaa.

Keskustoimisto tarjoaa taloudellista tukea joulukahviloiden toteuttamiseen.

Saadakseen avustusta osaston tulee ilmoittaa kahvilasta ennakkoon ja raportoida siitä tapahtuman jälkeen. Tuki maksetaan kuluja vastaan ja se voi olla enintään 150 euroa.

Muistakaa yksinäisiä joulupuhelulla

Pienikin muistaminen jouluna voi merkitä paljon yksin jouluaan viettävälle.

– Muistakaa jälleen soittaa osastoissanne joulupuheluita ja lähettäkää joulutervehdyksiä paikkakuntanne asukkaille. Te tunnette parhaiten, ketkä voisivat kaivata muistamista. Pienellä eleellä voitte saada hyvän mielen toiselle, Alaranta muistuttaa.

Joulupuhelu-haasteen somemateriaalit tulevat ladattaviksi Punaisen Ristin aineistopankkiin. Muistakaa ladata ja julkaista somemateriaaleja osaston kanavilla.

P.S. Katsokaa perjantaina 22.11. Punaisen Ristin Vain Elämää -erikoisjaksosta, millaisia puheluita tunnetut artistit soittavat läheisilleen.

Vinkkejä kahvilan järjestämiseen, ilmoitus-pohjat ja hakulomake: **RedNet > Tieto ja taito > Ystävötoiminta > Tapahtumamallit**

Lisätiedot:

Sosiaalisen hyvinvoinnin koordinaattori **Maaret Alaranta**, p. 040 358 3257, maaret.alaranta@punainenristi.fi



Aika valmistautua lähestyvään Ystävänpäivään



Kuva: Ville Salmi / Suomen Punainen Risti

Ystävänpäivä lähestyy kovaa vauhtia, ja nyt on hyvä hetki alkaa suunnitella osaston tapahtumia. Ystävänpäivän kampanja-aika on ensi vuonna 3.–16.2.

Vuoden 2025 kampanjassa jatketaan viimeistä vuotta Kun saat ystävän -konseptilla. Kampanjan tavoitteena on erityisesti houkutella uusia vapaaehtoisia ystäviksi yksinäisille.

Tehdään kampanjasta yhdessä onnistunut, ja otetaan uudet vapaaehtoiset lämpimästi mukaan.

Ystävänpäivän tapahtuman suunnittelu kannattaa aloittaa ajoissa

Ystävänpäivä on ystävätoiminnalle vuoden tärkein kampanja, jonka avulla saamme uusia, innokkaita ihmisiä mukaan tekemään osaston toiminnasta aktiivista. Liikkeellä on myös muusta toiminnasta kiinnostuneita, joten otetaan kaikki mukaan avosylin.

Nyt kannattaa aloittaa jo osaston oman tapahtuman suunnittelu. Ideoikaa rohkeasti erilaisia tapahtumia yhdessä ja tehkää porukalla vuoden hyväntuulisin tapahtuma. Olisiko tällä kertaa vuorossa kaikenikäisten pulkkamäki, korttiaskartelua, kahvila vai kenties leffailta? Voitte myös tehdä tapahtumasta aivan oman näköisen!

Keskustoimisto tukee tuttuun tapaan osastojen tapahtumia enintään 150 eurolla.

Muistakaa tilata painetut kampanjamateriaalit ja ladata digimateriaalit

Tilatkaa painetut kampanjamateriaalit, kuten julisteet ja postikortit, Punaisen Ristin verkkokaupasta 26.1. mennessä. Kirjautu sisään osoitteessa **punainenristinkauppa.fi**.

Digitaaliset kampanjamateriaalit löydätte Punaisen Ristin aineistopankin Ystävänpäivä 2025 -kansiossa. Ladatkaa ja hyödyntäkää aineistopankista mm. tapahtumailmoituspohjat, allekirjoitusbannerit sekä somen kansi- ja jakokuvat.

Kampanjan hashtagina käytämme #Ystävänpäivä. Muistakaa jakaa somessa tunteita tapahtumista ja kohtaamisista!

Tapahtumat ja ystäväparit kiinnostavat paikallismediaa

Paikallisuus ja ihmisten tarinat kiinnostavat aina, ja paikallismedialle kannattaa tarjota haastateltavaksi ystäväparia tai ystävätoiminnan vapaaehtoisia. Sopikaa hyvissä ajoin haastateltavat.

Muistakaa myös vinkata osastojen tapahtumista etukäteen paikallismedialle. Tiedote kannattaa lähettää paikallismedialle noin viikkoa ennen ystävänpäivää.

Lisätiedot:

Sosiaalisen hyvinvoinnin koordinaattori
Maaret Alaranta, p. 040 358 3257,
maaret.alaranta@punainenristi.fi

Vain Elämää: Punaisen Ristin päivä -erikoisjakso näyttää, miten vapaaehtoiset vähentävät yksinäisyyttä

Kuva: Petri Aho



Tulevalla Vain elämää -kaudella nähdään 22.11. yksinäisyysteemainen jakso, jolla kerätään varoja Punaisen Ristin työhön Suomessa. Jakso näyttää, miten Punaisen Ristin vapaaehtoiset auttavat nuoria Nuorten turvataloissa, vähentävät yksinäisyyttä ystävöiminnällä sekä tukevat vähävaraisia ihmisiä yhteisöllisen ruoka-avun keinoin.

Jaksossa artistit **Eini, Costello Hautamäki, Marko Hietala, Iita, Hanna Pakarinen, Jussi Rainio, Roope Salminen** ja **Waldo** kertovat omista yksinäisyyskokemuksistaan sekä kannustavat katsojia lahjoittamaan. Jaksossa nähdään myös koskettavia tarinoita ihmisistä, joita Punainen Risti on auttanut.

– Kaikkien pitäisi katsoa ehdottomasti SPR-jakso sen takia, että siellä on mahtavia yllätyksiä, hienoja esityksiä, koskettavia tarinoita ja siellä myös kerrotaan sinulle, että miten sinä voit osallistua ja auttaa, kiteyttää **Hanna Pakarinen**.

Marko Hietala lähettää terveiset Punaisen Ristin vapaaehtoisille:

– Keep up the good work! Se, että on vapaaehtoisia ihmisiä, jotka keskustelee ja jeesaa, niin sehän on hiton hienoa. Kunnioitusta!

Muista siis katsoa Vain elämää: Punaisen Ristin päivä perjantaina **22.11. klo 20 Nelosella** ja **Ruudussa**.

Kiitos kaikille Nälkäpäivään osallistuneille

Nälkäpäivä näkyi upeasti syyskuun lopulla ympäri Suomen. Nälkäpäivän erityisyys piilee ihmisten välisissä kohtaamisissa, ne erottavat Nälkäpäivän monesta muusta varainhankintakampanjasta. Saimme jälleen nauttia iloisesta yhdessä tekemisestä sekä lukemattomista hymyistä ja hyvistä keskusteluista, joita lipaskerääjät ja lahjoittajat keskenään vaihtoivat.

Lämmin kiitos jokaiselle mukana olleelle. Olit sitten osastosi keräysjohtajana organisoimassa paikallista keräystä, myymässä Nälkäpäivä-leipää, lipaskeräämässä tai tekemässä

jotain muuta niistä lukuisista vapaaehtoistehtävistä, joita Nälkäpäivän järjestämiseksi tehdään. Sinun ansiostasi katastrofirahastoon kerätyt lahjoitukset auttavat hädän keskellä, niin Suomessa kuin maailmalla. Nälkäpäivänä kerätyt lahjoitukset tarkoittavat hätäapua esimerkiksi Gazaan ja sään ääri-ilmiöistä kärsiville alueille kuten Etiopiaan. Lisäksi lahjoitukset varmistavat, että Punainen Risti pystyy ylläpitämään valmiutta nopeaan auttamiseen myös Suomessa.

Kiitos, että olit mukana.

Tässä ja Nyt -lehti muuttuu ensi keväänä uutiskirjeeksi

Piirien ja keskustuimiston yhteistä viestintää vapaaehtoisille uudistetaan vapaaehtoisilta ja työntekijöiltä saadun palautteen pohjalta. Osana uudistusta Tässä ja Nyt muuttuu lehdestä uutiskirjeeksi, joka ilmestyy vapaaehtoisen sähköpostiin entistä useammin.

Punaisen Ristin viestintä uudistuksen tavoitteena on palvella vapaaehtoisia nykyistä paremmin. Valmiusjärjestönä meille on tärkeää, että tärkeimmät auttajamme eli vapaaehtoiset ovat saman tiedon äärellä nopeasti ja yhtä aikaa.

Tässä ja Nytin tärkeimmät ominaisuudet säilyvät samoina: jokaisesta uutiskirjeestä löytyvät uusimmat piirikohtaiset ja valtakunnalliset uutiset, ja ydinsisältöinä pysyvät tulevat tapahtumat, koulutukset, kampanjat ja ohjeet. Pyrimme vahvistamaan vapaaehtoisten omaa ääntä esimerkiksi vinkkien ja haastattelujen muodossa.

Tietoa tapahtumista ja koulutuksista ajoissa vapaaehtoiselle asti

Viime syksynä vapaaehtoisille tehdyssä viestintäkyselyssä suurin osa vastaajista kertoi, että jatkossa he saisivat mieluiten tiedon vapaaehtoistoiminnasta säännöllisenä uutiskirjeenä sähköpostiin. Erityisesti vastaajat toivoivat, että viestintä tulevista tapahtumista ja koulutuksista tavoittaisi jokaisen ajoissa. Myös työntekijöinä olemme huomanneet, että viive paperisen lehden ensimmäisten sisältöjen kirjoittamisen ja julkaisun välillä on nykyisellään liian pitkä – pisimmillään jopa kolme kuukautta.

Nopeasti reagoivassa valmiusjärjestössä tarvitsemme riittävän joustavat työvälineet auttamiseen. Uutiskirjeestä on myös mahdollista tarjota lisätietoa tai esimerkiksi ilmoittautumismahdollisuus koulutukseen entistä sujuvammin, kun ohjaaminen sujuu linkillä järjestelmästä toiseen.

Päällekkäistä viestintää karsitaan

Osana uudistusta pyrimme myös vähentämään vapaaehtoisten saaman viestinnän päällekkäisyyksiä. Uuden uutiskirjeen myötä luovumme keskustuimiston suoraan luottamushenkilöille lähettämästä säännöllisestä osastokirjeestä.

Osa piireistä onkin jo julkaissut Tässä ja Nytin digilehtenä paperisen lehden rinnalla tai sen sijaan. Uutiskirjeen etuja digilehteen verrattuna ovat muun muassa tiiviimpi ja joustavampi ilmestymistiheys sekä helpompi silmäiltävyys. Uutiskirje ilmestyy selvästi nykyistä lehteä useammin. Tarkka ilmestymisaikataulu täsmentyy loppuvuoden aikana.

Uudistus tapahtuu kevään 2025 aikana. Aikataulu tarkentuu loppuvuodesta 2024, ja siitä kerrotaan vapaaehtoisille Tässä ja Nyt -lehdessä 1/2025 sekä osastojen luottamushenkilöille lähetettävällä uutiskirjeellä.

Lisätiedot:

Viestinnän asiantuntija **Sari Häkkinen**, p. 040 664 3236, sari.hakkinen@punainenristi.fi

Kouluttajapäivät tammikuussa Vantaalla

Vuoden 2025 kouluttajapäivät pidetään 18.–19. tammikuuta hotelli Vantaa Tikkurilassa aivan pääradan varressa. Päivien teemana on valmius- ja järjestöosaaminen ja tervetulleita ova kaikki vapaaehtoiskouluttajat. Kouluttaja-

rekisteriin kirjatut kouluttajat ovat saaneet alustavan ohjelman ja ilmoittautumislinkin sähköpostiinsa lokakuussa. Mukaan voi ilmoittautua 20.12. asti.

Ukrainalainen Inessa auttaa muita vahvistamaan mielensä voimavaroja

Inessa on Punaisen Ristin vapaaehtoisena mukana Turvallinen mieli -hankkeessa, jonka tavoitteena on vahvistaa Ukrainasta paenneiden mielen voimavaroja.

– Aloitin Punaisen Ristin kanssa yhteistyön, kun tulin Suomeen Ukrainasta toukokuun lopussa 2022. Ukrainassa aviopuolisoni oli tehnyt yhteistyötä Punaisen Ristin kanssa. Saavuttuamme Suomeen etsimme töitä täältä, mutta emme saaneet. Punainen Risti auttoi meitä aika paljon muuttokuorman ja kaikkien käytännön asioiden kanssa, **Inessa** kertoo.

Punaisen Ristin Turvallinen mieli -hankkeeseen Inessa lähti innolla mukaan.

– Koska mekin saimme Punaiselta Ristiltä apua, päätimme, että me teemme saman. Teemme yhteistyötä Punaisen Ristin kanssa ja autamme ja tuemme toisia, jotka tarvitsevat apua, Inessa kertoo.

Hankkeen tarkoitus on vahvistaa Ukrainasta paenneiden mielen hyvinvointia ja voimavaroja monenlaisen toiminnan kautta. Mieltä voi vah-

vistaa esimerkiksi yksinkertaisilla psykososiaalisilla harjoituksilla, joogalla tai luontoretkillä. Inessa järjestää hyvinvointiryhmiä Porvoon osastossa.

Inessa on nauttinut suuresti hankkeen parissa työskentelystä. Se antaa hänelle iloa ja onnellisuutta.

– Työssäni tärkeintä on, että kun ihmisellä on jokin tarve, hän lähtee meiltä takaisin vastauksen kanssa – että hän saa, mitä pyysi ja odotti. Tämä on minulle tärkeää: että autan ja annan ihmiselle tukea.

Haluaisitko sinä järjestää Turvallinen mieli -toimintaa maahan saapuneiden mielen hyvinvoinnin tukemiseksi? Pääset mukaan käymällä Turvallinen mieli -koulutuksen. Koulutus kestää kaksi tuntia ja se järjestetään Teamsissa.

Lue lisää ja ilmoittaudu mukaan: rednet.punainenristi.fi/turvallinenmieli.

Kaikki koulutukset löytyvät Omasta, ja linkit koulutuksiin löytyvät myös RedNet-sivulta.

Kuva: Inessa



Punaisen Ristin verkkoavun kokoava sivusto avattu – uusia palveluita yksinäisyyden lievittämiseen ja maahanmuuttajien tueksi

Punaisen Ristin verkkoauttamisen palvelut löytyvät nyt kootusti Punaisen Ristin verkkosivuilla. Tavoitteenamme on sivuston avulla helpottaa ihmisiä löytämään tarvitsemaansa apua verkon välityksellä.

Uuden sivuston myötä käynnistyy myös uusia verkkopalveluita. Näitä ovat muun muassa **Yksinäisyys puheeksi -vertaisryhmät**, jotka tarjoavat tukea ja yhteisöllisyyttä niitä kaipaaville. Lisäksi **Punaisen Ristin verkko kohtaamispaikka** aloittaa toimintansa sivustolla. Se tarjoaa vapaamuotoista keskusteluseuraa matalalla kynnyksellä.

Sekä vertaisryhmiä että kohtaamispaikkaa pyörittävät ystävätoiminnan vapaaehtoiset.

Myöhemmin syksyllä sivustolla käynnistyy myös uusi **maahanmuuttoon liittyvä verkko neuvonta**, jossa vapaaehtoiset ja asiantuntijat tarjoavat ohjausta ja neuvontaa maahanmuuttajille heidän tarpeidensa mukaisesti. Jatkossa meillä on myös valmius käyn-

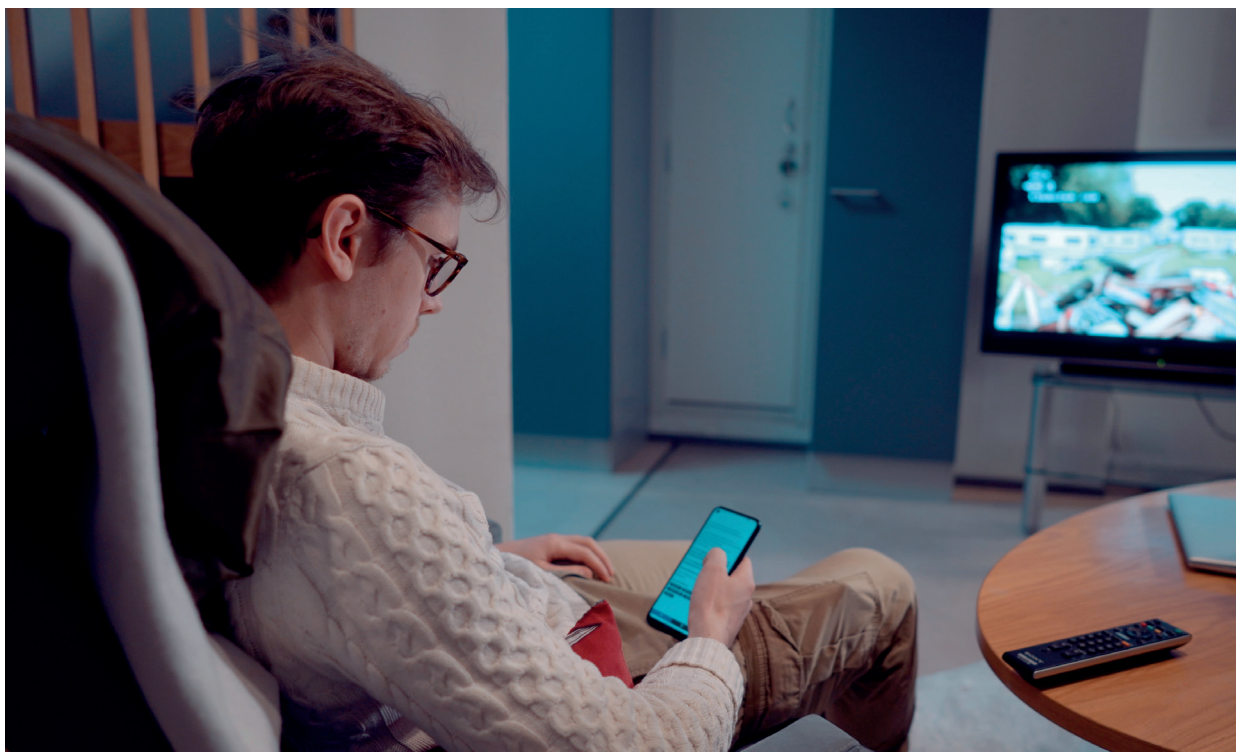
nistää sivustolla auttava chat-palvelu henkisen tuen ja tiedon tarjoamiseksi.

Sivusto ja uudet verkkopalvelut ovat tärkeä askel kohti nykyistä laajempaa ja helpommin saatavaa apua verkossa. Niiden avulla voimme vastata erilaisiin avun tarpeisiin entistä paremmin.

Verkkoavun palvelut tarjoavat myös lisätukea niille, jotka hakevat apua osastojen kautta. Verkkoavusta kannattaakin kertoa sekä paikallisille apua tarvitseville että verkkovapaaehtoisuudesta kiinnostuneille. Tervetuloa mukaan!

Sivusto löytyy osoitteesta **punainenristi.fi** > **Hae apua ja tukea** > **Tukea ja toimintaa verkossa**

Lue lisää verkkovapaaehtoisuudesta Red-Netistä ja tule verkkoauttajaksi: **rednet.punainenristi.fi** > **Tieto ja taito** > **Verkkoauttaminen**



Kuva: Jukka Erätuli / Suomen Punainen Risti



Kuva: Joonas Brandt / Suomen Punainen Risti

Opi uutta psykososiaalisesta tuesta

Perinteisesti psykososiaalinen tuki on meillä tarkoittanut auttamistilanteiden henkistä tukea tai ensiapua. Nyt laajenamme tätä osaamista koskemaan myös arjen hyvinvointia ja vapaaehtoisen omaa jaksamista.

Päivitämme henkisen tuen kursseja ja ohjeistuksia tämän ja ensi vuoden aikana. Rakennamme kohdennettuja koulutuksia esimerkiksi ensiapupäivystäjille. Kuvaamme tarkemmin, mitä tarkoittaa henkisen tuen hälytysryhmissä toimiminen, millaisia koulutuksia siihen vaaditaan, mitä muita henkisen tuen tehtäviä on ja mihin kaikkeen vapaaehtoistoimintaan henkisen tuen koulutukset antavat valmiuksia. Kaikki kehittäminen ja kuvaaminen tehdään yhdessä vapaaehtoisten, piirien ja keskustoimiston kanssa.

Uusia materiaaleja ovat jo nämä:

- Fiiliskierros-toimintamalli, joka tukee vapaaehtoisten jaksamista ja palautumista tehtävistä.
- Turvallinen mieli -hankkeen toimintamallit, joilla voidaan tukea sekä autettavien että vapaaehtoisten jaksamista ja hyvinvointia.

Uudet koulutusmateriaalit eri toimintoihin ja itseopiskeluun

Myös koulutusmateriaalimme päivittyvät. Tulemme tekemään koulutusmateriaaleja eri toimintojen tueksi, jotta jokainen saa omaan toimintaansa sopivaa osaamista ja ohjeistuksia. Koulutuksista päivittyvät ensin Haa-

voittuvassa asemassa olevien henkinen tuki -koulutusmateriaali, henkisen tuen jatkokurssin harjoitukset sekä Henkinen ensiapu lapsille ja nuorille -koulutus, joka jakaantuu erikseen sekä lapsille että nuorille suunnatuiksi koulutuksiksi.

Verkkoon tuotetaan itseopiskelumateriaalia mielen hyvinvoinnin ja oman jaksamisen tukemiseen. Näitä oppeja ja taitoja voi hyödyntää myös autettavien tukemisessa.

RedNet-sivustolla tullaan avaamaan psykososiaalisen tuen käsitteitä ja olemassa olevaa toimintaa sekä vapaaehtoisen polkua, jotta toimintaamme voi esitellä tarvittaessa yhteistyökumppaneille ja viranomaisille.

Punainenristi.fi:ssä on jo nyt paljon hyviä ohjeita, joita päivitetään tarpeen vaatiessa: **punainenristi.fi > hae apua ja tukea > henkinen ensiapu.**

Psykososiaalinen tuki tarkoittaa Punaisessa Ristissä myös yhteisöllisyyttä ja yhteisön antamaa tukea. Yhteenkuuluvuus ja osallisuuden kokemukset vahvistavat myös henkistä kriinkestävyyttä, josta voit lukea lisää RedNetistä: **Tieto ja taito > Kokonaisvalmius ja yhteisöjen resilienssi.**

Päivitä tietosi webinaarissa

Jos psykososiaalinen tuki kiinnostaa, kannattaa osallistua kaikille avoimeen **Psykososiaalisen tuen ajankohtaiswebinaariin lauantaina 30.11. klo 9.30–14.00.** Ilmoittautuminen ja ohjelma löytyvät Oma Punaisesta Rististä: **oma.punainenristi.fi/event/31434.**

Osallistu uuden verkko-oppimisympäristön nimikilpailuun

Syksyn 2024 aikana järjestössämme otetaan käyttöön entistä helppokäyttöisempi ja houkuttelevampi verkko-oppimisympäristö. Tämä uusi alusta kokoaa yhteen vapaaehtoisten, työntekijöiden ja avustustyöntekijäreservin verkkokurssit. Syksyn aikana Siviksen Its-learningissä olevat kurssit siirretään uudelle alustalle. Ensimmäisiä itseopiskelukursseja vapaaehtoiset pääsevät opiskelemaan jo tämän syksyn aikana.

Kutsumme nyt kaikki osallistumaan uuden verkko-oppimisympäristön nimikilpailuun! Ehdota nimeä viimeistään 1.12.2024. Plus-saa olisi, jos nimi olisi käytettävissä suomeksi, ruotsiksi ja englanniksi.

Oppimisympäristön uusi nimi julkistetaan tammikuussa 2025 lanseerauksen yhteydessä. Nimikilpailuun osallistumalla voit halutessasi olla mukana arvonnassa, jossa osallistujien kesken arvotaan palkinto.



Nimiehdotuksen voit jättää sähköisen lomakkeen kautta osoitteessa **forms.office.com/e/iF6gd-KNyNL**. Pääset lomakkeeseen kirjoittamalla osoitteen hakukenttään tai skannaamalla QR-koodin mobiililaitteella.

Kouluttajakoulutukset 2025

Kouluttajakoulutukseen hakeudutaan oman piiritoimiston kautta. Ilmoittautuminen 1 kuukausi ennen koulutuksen alkua.

Kouluttajakoulutukset kevät 2025

Kouluttajapäivät	18.–19.1.	Hotelli Vantaa
Valmiuskouluttajien sisältöosa	15.–16.2.	Nynäs
Kouluttajana Punaisessa Ristissä -verkkokurssi	13.1.–31.5.	Verkkokoulutus
Webinaari: Punainen Risti kouluttaa	11.2. klo 17–18	
Oppimisen ohjaaminen: Etäkoulutus Teams	11.3. klo 17–19	
Oppimisen ohjaaminen: Lähikoulutus	22.3. klo 9.30–16.30	Helsinki
Resurssikouluttajakoulutus	12.4. klo 9.30–16.00	Helsinki
Oppimisen ohjaaminen: Kouluttajana järjestössä (Sivis)	Helmi–maaliskuu	Zoom ja Howspace
Kouluttajakoulutuksen sisältöosat	26.–27.4.	Helsinki

Kouluttajakoulutukset syksy 2025

Valmiuskouluttajien sisältöosa	30.–31.8.	Nynäs
Kouluttajana Punaisessa Ristissä -verkkokurssi	8.9.–31.12.	Verkkokoulutus
Webinaari: Punainen Risti kouluttaa	16.9. klo 17–18	
Resurssikouluttajakoulutus	Loka–marraskuu	Helsinki
Oppimisen ohjaaminen: Etäkoulutus Teams	9.10. klo 17–19	
Oppimisen ohjaaminen: Lähikoulutus	26.10. klo 9.30–16.30	Helsinki
Oppimisen ohjaaminen: Kouluttajana järjestössä (Sivis)	Syys–lokakuu	Zoom ja Howspace
Kouluttajakoulutusten sisältöosat	22.–23.11. klo 9.30–16.30	Helsinki
Ensiapuryhmien kouluttajien sisältöosa	23.–25.11.	Nynäs

Viimeinen Tässä ja nyt, toimitussihteeri eläköityy

Piirien ja keskustoimiston yhteinen järjestötiedote ”Tässä ja nyt – Här och nu” on ilmestynyt vuodesta 2009 alkaen neljä – kuusi kertaa vuodessa. Luet nyt kaikkien aikojen viimeistä paperista Tässä ja nyt -lehteä. Vaikka monet teistä (myös allekirjoittanut) ovat vannoutuneita lehtien ja kirjojen lukijoita, on aika siirtyä sähköiseen ja entistä nopeampaan tiedon välitykseen. Jatkossa saat sähköisen uutiskirjeen kerran kuussa ja pystyt seuraamaan uutisiamme nettisivuilta ja sosiaalisesta mediasta.

Tämä muutos tavassa viestiä tuli (ainakin omasta mielestäni) oikein hyvään paikkaan, sillä olen marraskuussa jäämässä lomien kautta eläkkeelle. Olisiko nyt aika vähän muistella menneitä?

Annankadulta Pitäjänmäelle, fakseista sähköpostiin

Tulin aikanaan töihin Annankadulle, jossa piiritoimisto oli sijainnut piirin perustamisesta alkaen. Annankadulta muutettiin Laivanvarustajankadulle, sieltä Pihlajistoon, Kampiin ja lopuksi Pitäjänmäelle. Muistan kaikki toimistotilat, työhuoneeni ja tietysti kollegani, joihin olen saanut tutustua ja joiden kanssa olen tehnyt töitä. Muistan lähiravintoloissa nautitut lounaat ja toimiston kahvipöydän ääressä jaetut kommellukset, juorut ja naurettavat naurut. Muistan pitkiksi venähtäneet työpäivät ja viikonlopun kokoukset, mutta vastapainoksi pystyi kesällä ja joulun aikaan pitämään vähän pitempään vapaata.

Työ ja työvälineet ovat muuttuneet ja kehittyneet, muutos 1990-luvulta nykyhetkeen on ollut huikea. Kun aloitin, toimistossa käytettiin enimmäkseen kynää ja kirjoituskonetta, paperia, monisteita ja koulutuksissa piirtoheitintä, kalvoja ja kalvotusseja. Ensimmäiset tekstinkäsittelyohjelmat ja sähköinen jäsenrekisteri ottivat vasta ensi askeliaan, sähköpostin saimme käyttöön 1998. HUPin ensimmäiset nettisivut avattiin joskus 2000-luvun alussa, niitä varten piti opetella HTML-koodauksen alkeita.

Aiemmin viestimme osastoille postin välityksellä, kirjeessä ja lehdissä, myös faksia käytettiin. Usein kuulee vapaaehtoisilta, että

sähköposteja tulee piiritoimistosta aivan liian paljon. Niin varmasti on, varsinkin jos olet mukana monessa ja yhteyshenkilönä eri toiminnossa. En tiedä lohduttaako yhtään, mutta kannattaa muistaa, että vielä 20 vuotta sitten lähes kaikki piirin tiedotteet tulivat kotiin postin mukana.

Laskeskelin että HUPissa on yhteensä ilmestynyt lähes sata Tässä ja nyt -lehteä (tarkasti laskien tämä lehti on järjestyksessä 96:s). Ennen tätä ilmestyi kuukausittain Bumerangi-tiedote, toki unohtamatta Hyvä Mieli – God Vilja -lehteä, jonka taru loppui 90-luvun alun laman myötä. Näihin julkaisuihin kätkeytyy aikamoinen määrä HUPin ja koko järjestön historiaa: tapahtumia, kampanjoita, vuosikokouksia, yleiskokouksia, koulutuksia ja keräyksiä, piiritoimiston muuttoja, organisaatio- ja henkilöstömuutoksia, strategioita ja toimintasuunnitelmia.

Kokouksia, keräyksiä ja harjoituksia

Olen saanut olla mukana niin monessa jännittävässä ja ikimuistoisessa tapahtumassa. Muistan kuin eilisen päivän ensimmäisen yleiskokoukseni Saariselällä, ja monet sen jälkeen eri puolilla Suomea. Helteinen Lahti ja kotikaupunkini Helsingin yleiskokous ovat erityisesti jääneet mieleeni.

Vuoteen 2006 asti piirillä oli kevät- ja syyskokous, sen jälkeen vain vuosikokous keväällä. Usein kokouksiin lähdettiin Meilahden suunnalla asuneella porukalla varhain lauantai-aamuna, muutaman kerran melkoisessa lumipyryssä, joskus kauniina kevätaamuna. Kokouksissakin tapahtui kaikenmoista. Kahvit ja pullat lopuivat kesken yllättävän ison osallistujamäärän takia, puheenjohtaja vaihtui viime minuuteilla tai ansiomitalit (jotka kokouksessa oli tarkoitus jakaa), olivatkin autossa matkalla ihan muualle kuin piti. Kaikki kuitenkin aina järjestyi ja kokoukset pidettiin, silloinkin kun päädyin jalkani loukanneena Töölön tapaturma-asemalle ennen kuin kokous edes ehti alkaa.

Muistan piirin 50-vuotisjuhlan Linnanmäellä, laajamittaisen maahantuloharjoituksen Nynäsissä ja SAR-harjoitukset lentokentällä. Muistan jättimäisen vaatekeräyksen ja ken-

käkeräyksen 1990-luvulla, muistan monet katastrofirahaston hätäapukeräykset ja rahanlasku-urakat, oli sitten kyse maanjäristyksestä, tsunamista tai Kosovon tai Ukrainan sodasta. Euroopan pakolaiskriisi näkyi vuosia myös HUPin toiminnassa, ja viimeksi koronapandemian mukanaan tuomat etätyöt ja kokoontumisrajoitukset, jotka muutama vuosi sitten muuttivat hetkessä tapamme tehdä töitä ja kokousta.

Lämmin kiitos kohtaamisista

Olen vuosien varrella käynyt varmaan kaikissa piirin alueen osastoissa, Nälkääpäivänä, Punaisen Ristin viikon tapahtumissa ja osastojen kokouksissa. Olen ollut vieraana ystäväkerhossa ja istunut kunniapaikalla kahvipöydässä yhdessä pastorin ja poliisikomisarion kanssa. Olen ollut laivaristeilyllä vapaaehtoisten kanssa vahtimassa lapsia, jotta vanhemmat saivat huoletta osallistua koulutukseen. Olen osallistunut varautumisen peruskurssille Pelastusopistolla Kuopiossa ja seurannut ensiapupäivystäjien toimintaa suuressa konsertissa.

Olen tavannut upeita, aktiivisia ja koko sydämellään mukana olevia vapaaehtoisia. Olen tavannut kokeneita konkareita, joista moni on ollut toiminnassa koko Punaisen Ristin historian ajan ja on edelleen aktiivisesti mukana. Olen tavannut ensikertalaisia Nälkääpäivä-kerääjiä ja vasta mukaan tulleita ensiapuryhmäläisiä, ystävätoimijoita ja hallituksen jäseniä. Kiitos teille, teette kaikki hienoa ja tärkeää työtä, ja arvostan sitä suuresti.

Näihin vuosiin ja vuosikymmeniin mahtuu elämän koko kirjo. Kaikki ei aina ole mennyt kuin Strömsössä, mutta sellaista elämää ja työelämää on. Olen kuitenkin ollut onnekas, kun olen saanut tehdä töitä HUPissa ja Punaisessa Ristissä. Siirryn nyt katsomon puolelle ja jään mielenkiinnolla seuraamaan Punaisen Ristin ja HUPin toimintaa ja edesottamuksia jatkossa.

Kaikkea hyvää jatkossa ja menestyssä haasteissanne!

Tuula Korhonen

viestinnän suunnittelija, tuleva eläkeläinen

Piirin uutiskirjeet kehittyvät Tässä ja Nyt -uudistuksen rinnalla

Tässä ja Nyt muuttuu keväällä 2025 sähköiseksi uutiskirjeeksi. Samalla sen kohderyhmä laajenee ja sisältöä kehitetään entistä ajankohtaisemmaksi ja innostavammaksi. Piirin uutiskirjeitä kehitetään valtakunnallisen Tässä ja Nyt -uudistuksen rinnalla.

HUPin Avainvapaaehtoisten uutiskirje aloitettiin syyskuussa. Uutiskirje on suunnattu Tässä ja Nyt -lehden tapaan luottamustoimisille vapaaehtoisille ja vapaaehtoiskouluttajille. Kun Tässä ja Nyt -uutiskirje alkaa ilmestyä keväällä 2025, saavat HUPin luottamustoimiset vapaaehtoiset sekä sen että Avainvapaaehtoisten uutiskirjeen. Vapaaehtoiskouluttajien rekisterissä oleville puolestaan lähetetään vain Tässä ja Nyt -uutiskirje. Pyrimme näiden muutosten kautta edelleen tiivistämään ja kohdistamaan tarkemmin piirin viestintää aktiivisille vapaaehtoisille.

Vuonna 2025 piiri alkaa toimittaa myös HUPin nuorille vapaaehtoisille suunnattua uutiskirjettä, joka tulee ilmestyään noin neljä kertaa vuodessa, sekä HUPin jäsenille suunnattua uutiskirjettä, joka tullaan lähettämään kaksi kertaa vuodessa.

Piirin uutiskirjeet tavoittavat vain sähköpostinsa ilmoittaneet ja viestintään sallineet vapaaehtoiset ja jäsenet. Viestinnän kannalta on erittäin tärkeää, että vapaaehtoiset luovat profiilin Omaan ja liittyvät jäseneksi, ja että osastojen luottamustoimisten vapaaehtoisten yhteystiedot pidetään ajan tasalla.

Lisätietoja:

hup.viestinta@redcross.fi

SuomiKamu-ystävötoiminta tarjoaa ystäviä hiljattain Suomeen saapuneille

Tiesitkö, että monessa kunnassa Uudellamaalla toimii Punaisen Ristin perinteisten ystävävälitysten rinnalla SuomiKamu-ystävövälitys?

SuomiKamu-toiminta on hiljattain Suomeen muuttaneille suunnattua kahdenvälistä ystävätoimintaa. Toiminnassa tulija saa uusia kohtaamisia, sosiaalisia verkostoja sekä mahdollisuuden harjoitella suomen tai ruotsin kieltä. Uusi asuinpaikka tuntuu nopeammin kodilta, kun on ystäviä.

SuomiKamuna vapaaehtoinen auttaa maahan muuttanutta tutustumaan suomalaiseen yhteiskuntaan ja kulttuuriin. Vastavuoroisesti SuomiKamu pääsee itsekin tutustumaan uuteen ihmiseen. Vapaaehtoinen voi esimerkiksi esitellä kaupunkia, lähteä kokeilemaan yhdessä uutta harrastusta tai ihan vain keskustella yhteisistä mielenkiinnon kohteista kävelylenkin lomassa.

SuomiKamu-toimintaa järjestetään tällä hetkellä pääkaupunkiseudulla sekä Kirkkonummella ja Hyvinkäällä.

Toimintaan kaivataan uusia vapaaehtoisia

SuomiKamu-toiminnassa on tällä hetkellä Uudellamaalla mukana noin 130 aktiivista vapaaehtoista ja heitä kaivattaisiin mukaan lisää!

Erityistaitoja vapaaehtoiselta ei vaadita, riittää, että toiminnassa mukana omana itsenään, ja kohtaa toisen avoimin mielin ja kuunnellen. Toivomme kuitenkin, että vapaaehtoiset ovat täysi-ikäisiä ja voivat sitoutua toimintaan vähintään puoleksi vuodeksi ja tapaamiseen vähintään kerran kuussa.



SuomiKamu-välitystiimi perehdyttää niin vapaaehtoiset kuin osallistujat toimintaan, yhdistää sopivat kamuparit ja tukee heitä toiminnassa. Kuvassa Helsingin SuomiKamu-välitystiimi, vastuuvapaaehtoiset Terhi, Christian, Sonja, Liisa ja Elsa.

Nykyisin SuomiKamu-välittäjänä toimiva Christian on aiemmin itsekin toiminut SuomiKamuna ja suosittelee toimintaa muillekin:

”Osallistuminen tuo vähintäänkin uutta perspektiiviä elämään ja tutustumista uusiin ihmisiin ja parhaimmillaan pitkäaikaisia ja hyviä ystävyksiä.”

Olet hyvin tervetullut mukaan toimintaan tai vinkkaamaan siitä kaverillesi! Voit olla yhteydessä paikalliseen SuomiKamu-välitykseen, joka perehdyttää vapaaehtoiset toimintaan.

Lisätietoja

Helsinki: suomikamuhelsinki@redcross.fi
Espoo: suomikamusprespoo@gmail.com
Vantaa: suomikamusprvantaa@gmail.com
Kirkkonummi: FRKKyrkslatt@gmail.com
Hyvinkää: spr.hyvinkaa.kotu@gmail.com

Facebook: SPR SuomiKamut

Auttajaklubissa harjoitellaan ensiaputaitoja ja saadaan kavereita

Sebastian Rosanathan on Herttoniemen Auttajaklubin vapaaehtoinen, jonka vapaaehtoispolku Punaisella Ristillä alkoi vuonna 2023. Auttajaklubin lämmin vastaanotto innosti häntä käymään ensiapuharjoituksissa ja suorittamaan EA1-kurssin. Nyt Sebastian opettaa muille ensiaputaitoja viikoittaisissa tapaamisissa. Ensiapupäivystäjäksi hän valmistui tänä syksynä.

Auttajaklubeissa opitaan elintärkeitä ensiaputaitoja

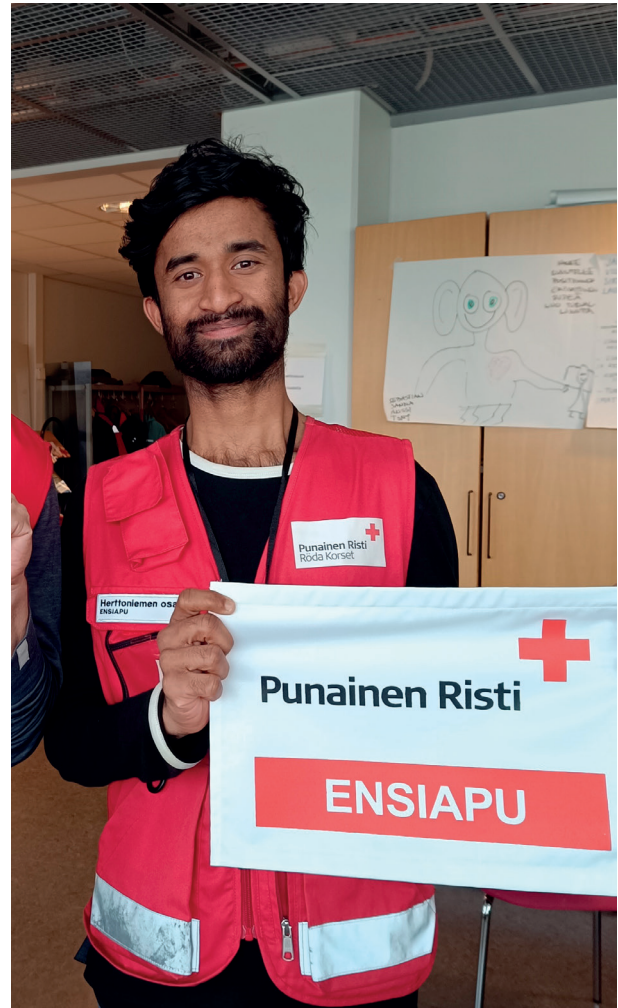
Kaikille nuorille avoimia Auttajaklubeja on järjestetty Hupin alueella vuodesta 2021 lähtien. Ne ovat ryhmämuotoista ensiapuharjoittelua 16–29-vuotiaille. Opetusta on kerran viikossa selkeällä suomen kielellä ja tukikielenä käytetään englantia. Kolmen kuukauden mittaisen klubikauden päätteeksi järjestetään hätäensiapukurssi, joka on osallistujille ilmainen.

Auttajaklubi on paikka, johon moni tulee oppimaan suomen kieltä. Myös Sebastian aloitti Auttajaklubissa, koska halusi oppia suomea ja edetä opinnoissaan. Hän kertoo, että klubissa hän saa kuunnella ja puhua paljon suomea. Se on hänelle tärkeää, koska hän ei töiltään ehdi päiväaikaan opiskella suomen kieltä. Lisäksi Sebastian kokee, että ensiaputaitojen harjoittelu on ollut hauskaa ja ne auttavat häntä elämässä paljon.

Auttajaklubissa opitaan myös kaveritaitoja

Myös kaveritaidot ja ryhmäytyminen sekä toisten kohtaaminen ovat tärkeä osa Auttajaklubien toimintaa. Ensiaputaitojen lisäksi klubista voi saada uusia ystäviä ja sosiaalista verkostoa elämäänsä. Parhaimmillaan toiminta ennaltaehkäisee yksinäisyyttä sekä riskiä syrjäytyä.

Kaksi vuotta Auttajaklubeja Lounais-Espoon osastossa järjestänyt Jyrki Koskinen kertoo, että Auttajaklubeihin on muodostunut



Tony Ahqvist

Auttajaklubista voi Sebastian Rosanathanin tavoin jatkaa vapaaehtoisen polkua vaikka ensiapupäivystäjäksi.

iloinen, reipas, myötäelävä ja kannustava ryhmähenki, josta on ollut paljon iloa niin vapaaehtoisille vetäjille kuin osallistujillekin.

Laura Taivainen-Ristimäki,
nuorisotoiminnan suunnittelija

Milla Ruuska,
yksinäisyyden suunnittelija

Sopimukset ovat yksi osa osaston valmiussuunnittelua

Punaisena Ristinä meillä on kaksi tärkeää roolia: Toimimme itsenäisesti kansalaisjärjestönä keskittyen auttamaan kaikkein haavoittuvimpia ihmisiä ja julkisoikeudellisena järjestönä tuemme viranomaisia sosiaali- ja hyvinvointiasioissa sekä valmiudessa.

Viranomaisyhteistyötä uusien hyvinvointialueiden kanssa on piirissä vuoden aikana vahvistettu keskusteluihin ja sopimuksiin, joissa tunnustetaan osapuolten roolit ja yhteinen tahtotila yhteistyössä. Allekirjoitettuna ovat Vantaa-Keravan, Keski-Uudenmaan, Itä-Uudenmaan ja Helsingin yhteistyöpöytäkirjat. Länsi-Uusimaan pöytäkirja on yhä valmistelussa hyvinvointialueella.

Hyvinvointialueiden lisäksi kunnat ovat edelleen tärkeä viranomainen ja yhteistyötoimija Punaiselle Ristille. Syksyn aikana olemme piirissä kartoittaneet osastojen sopimustilannetta paikallisten viranomaisten ja muiden yhteistyökumppaneiden kanssa, sekä kysyneet ja tarkentaneet soittokierroksella tukitarpeita. Kiitos paljon vastauksista!

Osastoilla on sopimuksia lähinnä kokoontumistilojen käyttöön liittyen tai tarvittaessa yritysten kanssa kotimaan avun tilanteita varten. Sopimusten tekeminen on vain yksi osa valmiussuunnittelua. Sopimuksia kannattaa tehdä silloin, kun se on ehdottoman tarpeellista, esimerkiksi säännöllisen tuen, palvelun tai tilojen varmistamiseksi. Sopimus

voidaan tehdä pätevästi sekä suullisesti että kirjallisesti. Toisinaan joidenkin yhteistyötoimien kanssa sähköpostikin voi riittää ja se, että tieto tarvittaessa kulkee eteenpäin vastuhenkilöiden vaihtuessa.

Moni osasto on päivittänyt oman valmiussuunnitelman osana osaston itsearviointia. Tämä on tärkeää, koska se auttaa tietämään, mihin toimintamme perustuu ja mitä odotuksia on, tiedämme omat resurssit, mistä pyytää apua sekä miten otamme ne käyttöön. Jos kunnan alueella on vain yksi osasto, on osaston hyvä jakaa valmiussuunnitelma kunnalle sekä muille alueen valmiusjärjestöille.

Kun alueella toimii vain yksi osasto, voitte olla kuntaan yhteydessä ja sopia kunnan johdon kanssa tapaamisen, jossa keskustellaan yhteistyöstä ja valmiudesta yhtenä osana. Tarvittaessa voi piiristä pyytää tukea valmisteluihin ja tapaamiseen. Pääkaupunkiseudulla tavoitteena on edetä yhdessä isompien kaupunkien kanssa, joiden alueella toimii useampi osasto.

Piirissä työstetään kuntasopimus pohjaa ja pohja tulee olemaan myös hyödynnettävissä osastossa, joka ainoastaan toimii kunnan alueella. Kuntasopimuksessakin tavoitteena on keskusteluihin ja sopimuksiin varmistaa roolit ja yhteinen tahtotila, jonka jälkeen sovitaan tarkemmin yksityiskohdista.

Tulevat aluetapaamiset - Kommande regionala möten

Helsinki - Helsingfors, 3.2.2025, klo 17.30, paikka ilmoitetaan myöhemmin
Espoo – Kauniainen / Esbo-Grankulla, 13.1.2025 klo 18.00, Tapiola
Vantaa ja Kerava, 4.12.2024, Kerava
Keski-Uusimaa, 9.4.2025, klo 17.30, Tuusula, Ilmatorjuntamuseo
Itä-Uusimaa, 8.4.2025 klo 18.00, Lapinjärvi / Lapträsk
Länsi-Uusimaa, 2.4.2025 klo 17.30, Karkkila
Västra Nyland, 2.12.2024 kl. 17.30-20.00, Ingå

Avtal är en del av avdelningens beredskapsplanering

Röda Korset har två viktiga roller: som en självständig medborgarorganisation hjälper vi de mest utsatta och som en offentlighets- och social- och välfärdsfrågor samt beredskap.

Samarbetet med myndigheterna i de nya välfärdsområdena har stärkts genom diskussioner och avtal. Samarbetsprotokoll har undertecknats med Vanda-Kervo, Mellersta Nyland, Östra Nyland och Helsingfors, medan Västra Nyland fortfarande är under beredning.

Kommunerna är fortfarande viktiga samarbetspartners. Under hösten har vi kartlagt avdelningarnas avtalsläge med lokala myndigheter och andra samarbetspartners samt preciserat stödbehov. Avdelningarna har främst avtal om användning av möteslokaler eller inhemska hjälpinsatser med företag. Avtal kan vara muntliga eller skriftliga, ibland räcker e-post.

Många avdelningar har uppdaterat sin beredskapsplan som en del av självvärdering. Detta hjälper oss att förstå verksamhetens grund, resurser och var vi kan be om hjälp. Om det bara finns en avdelning i kommunen är det bra att dela beredskapsplanen med kommunen och andra beredskapsorganisationer. Samarbete och beredskap kan diskuteras med kommunledningen, och distriktet kan stödja vid behov. I huvudstadsregionen strävar vi efter att samarbeta med större städer med flera avdelningar.

Distriktet utvecklar också en kommunavtalsmall som är användbar för enskilda avdelningar. Målet är att säkerställa roller och gemensam vilja genom diskussioner och avtal.

Distriktets nyhetsbrev utvecklas parallellt med reformen av Här och Nu

Här och Nu kommer att bli ett elektroniskt nyhetsbrev våren 2025. Samtidigt kommer målgruppen att utökas och innehållet att utvecklas för att bli ännu mer aktuellt och engagerande. Distriktets nyhetsbrev utvecklas parallellt med den nationella Här och Nu-reformen.

HUP:ens nyhetsbrev för nyckelfrivilliga startade i september och riktar sig, liksom Här och Nu-tidningen, till förtroendevalda frivilliga och frivilligutbildare. När det nya Här och Nu-nyhetsbrevet börjar publiceras våren 2025, kommer HUP:ens förtroendevalda frivilliga att få både det och nyhetsbrevet för nyckelfrivilliga. De som finns i registret över frivilligutbildare kommer att få endast Här och Nu-nyhetsbrevet. Genom dessa förändringar strävar vi efter att ytterligare förtäta och rikta distriktets kommunikation till aktiva frivilliga.

År 2025 kommer distriktet också att börja leverera ett nyhetsbrev riktat till HUP:ens unga frivilliga, som kommer att publiceras cirka fyra gånger om året, samt ett nyhetsbrev riktat till HUP:ens medlemmar, som kommer att skickas två gånger om året.

Distriktets nyhetsbrev kan endast nå de frivilliga och medlemmar som har angett sin e-postadress och tillåtit kommunikation. Ur ett kommunikationsperspektiv är det mycket viktigt att uppmuntra frivilliga att skapa en profil i Oma och bli medlemmar, och att hålla kontaktuppgifterna för avdelningarnas förtroendevalda frivilliga uppdaterade.

Mer information:
hup.viestinta@redcross.fi

Koulutuskalenteriin on koottu lyhyesti tiedot tulossa olevista koulutuksista, tärkeimmistä tapahtumista ja kampanjoista.

Lisätietoja koulutuksista löydät Omasta, oma.punainenristi.fi tai vapepa.fi.

Koulutukset järjestetään yhteistyössä Siviksen kanssa. Muutokset mahdollisia.

* * *

Information om kommande utbildningar, de viktigaste händelserna och kampanjerna har samlats här i utbildningskalendern.

Mer information om utbildningarna hittar du på Oma, oma.punainenristi.fi eller vapepa.fi

Utbildningarna arrangeras i samarbete med Sivis. Ändringar möjliga.

Marraskuu - November

- 9.11. Piirin valmiusharjoitukset Keravalla ja Hyvinkäällä
- 12.11. Ystäväkurssi verkossa
- 13.11. Vapepan peruskurssi verkossa
- 13.11. SuomiKamu-ystäväksi maahanmuuttaneelle, HUP Kampus
- 16.11.-24.12. Hyvä joulumieli -keräys
- 16.11 – 24.12 Jul i Sinnet-insamlingen
- 19.11. Ystäväkurssi, Kerava
- 20.11 Frivilliga Räddningstjänstens grundkurs online
- 20.11. Purkujen vetäjien tapaaminen
- 20.-26.11. Omaishoitajien viikko
- 22.11. Joulukeräys ja yksinäisyyssteemainen Vain Elämää -jakso, Nelonen
- 26.11. klo 17.30-19.30 Luottamushenkilöperehdytys verkossa: Sääntömuutokset ja muut ajankohtaiset.

- 27.11. Piirin jouluglöggit - Distriktets glöggfest
- 29.-30.11. Johtamisvalmennus: Osa 3, Nynäs
- 30.11. Psykososiaalinen tuki vapaaehtoistoiminnassa (webinaari, työpajatyöskentelyä)

Joulukuu - December

- Hyvä joulumieli -keräys 24.12. saakka
- 1.12. Maailman aids-päivä
- 2.12. Västra Nylands regionmöte, Ingå
- 3.12. Tekojen tiistai
- 3.12. Luottamushenkilöperehdytys verkossa: osaston valmius auttaa
- 4.12. Vapepan peruskurssi verkossa
- 4.12. Vantaa-Keravan aluetapaaminen, Kerava
- 5.12. Kansainvälinen vapaaehtoistoiminnan päivä - Internationella frivilligdagen
- 10.12. Ystäväkurssi verkossa
- 10.12. SuomiKamu-ystäväksi maahanmuuttaneelle, HUP Kampus
- 13.12. Tapaturmapäivä - Olycksfallsdagen

Tammikuu - Januari

- 5.1. Haku kouluttajaksi Helsingin ja Uudenmaan piirin alueella, haku päättyy
- 14.1. Luottamushenkilöperehdytys osa 1: Luottamushenkilönä Punaisessa Ristissä
- 21.1. Luottamushenkilöperehdytys osa 2: Säännöt ja linjaukset
- 21.1. Vapepan peruskurssi verkossa
- 22.1. Kotoutumisen tuen vapaaehtoisten arviointitapaaminen & vertaistapaaminen
- 23.1. SuomiKamu-ystäväksi maahanmuuttaneelle, HUP Kampus
- 28.1. Luottamushenkilöperehdytys osa 3: Hyvin toimiva hallitus, hyvin toimiva osasto

Helmikuu - Februari

- 4.2. Luottamushenkilöperehdytys osa 4: Osaston auttamisvalmius ja kotimaan apu
- 8.2. Suuri Koulutuspäivä verkossa
- 11.2. Luottamushenkilöperehdytys osa 5: Vapaaehtoisen polku kuntoon
- 12.2. Puheenjohtajiston tapaaminen, HUP Kampus
- 14.2. Ystävänpäivä - Vändagen
- 17.2. Vapepan peruskurssi verkossa
- 18.2. SuomiKamu - ystäväksi maahanmuuttaneelle, HUP Kampus

- 18.2. Luottamushenkilöperehdytys osa 6: Toiminnan suunnittelu ja kehittäminen
- 27.2. Punaisen Ristin tarina - Mistä kaikki alkoi?

Maaliskuu - Mars

- 13.3. Vapepan peruskurssi verkossa
- 17.-23.3. Rasisimin vastainen viikko - Veckan mot rasism
- 27.3. Jäsenmestari tapaaminen

Huhtikuu - April

- 5.-6.4. Auttajat - Valtakunnalliset koulutuspäivät (kerran yleiskokouskaudessa)
- 8.4. Itä-Uusimaa aluetapaaminen, Östra Nylands regionmöte, Lapträsk
- 9.4. Keski-Uudenmaan aluetapaaminen, Tuusula
- 23.4. Vapepan peruskurssi verkossa
- 26.4. Piirin vuosikokous - Distriktets årsmöte

Toukokuu - Maj

- 5.-11.5. Punaisen Ristin viikko - Rödakorssveckan

Kesäkuu - Juni

- 3.6. Vapepan peruskurssi verkossa

Elokuu - Augusti

- 28.8. Puheenjohtajiston tapaaminen
- 31.8. Haku kouluttajaksi Helsingin ja Uudenmaan piirin alueella, haku päättyy

Syyskuu - September

- 25.-27.9. Nälkäpäivän lipaskeräys - Hungerdagens bössinsamling



Tervetuloa glögeille!

Tervetuloa glögeille piiritoimistoon keskiviikkona 27.11.2024 klo 15 – 18.

Voit saapua sinulle mieluisana ajan-kohtana. Musiikkiesitys ja puheet klo 16-16.30, arvomme pieniä yllätyspalkintoja klo 17. Rennossa tilaisuudessa on tarjolla glögiä ja pipareita.

Punainen Risti, Helsingin ja Uudenmaan piiri, Pitäjänmäentie 14, 00380 Helsinki

Välkommen på glögg!

Välkommen på glöggfest till distriktsbyrån onsdagen den 27 november 2024 kl. 15 – 18.

Du kan anlända vid den tidpunkt som passar dig bäst. Musik och tal kl. 16-16.30, små överraskningar utlottas kl. 17. På det avspända tillfället bjuds det glögg och gröt.

Finlands Röda Kors, Helsingfors och Nylands distrikt, Sockenbackavägen 14, 00380 Helsingfors

Ilmoittautumiset – anmälningar:

<https://oma.punainenristi.fi/event/32195>

Valnämnden ber avdelningarna skicka in sina förslag angående förtroendevalda för årsmötet 2025

Nu finns det möjlighet att påverka!

Valnämnden bereder som bäst det val som ska förrättas vid distriktets årsmöte 2025. Vid årsmötet står distriktets ordförande, vice ordförande och fem styrelsemedlemmar i tur att avgå. Mandatperioden för de styrelsemedlemmar som väljs vid årsmötet sträcker sig fram till slutet av årsmötet 2027. Vid årsmötet väljs dessutom två revisorer och två revisorssuppleanter.

Valnämnden ber avdelningarna skicka in sina förslag angående medlemmar i distriktsstyrelsen. Endast organisationens enskilda personmedlem kan väljas till förtroendeuppdrag. Enligt § 18 och 19 i förordningen om Finlands Röda Kors (nr 827/2017) förutsätts de personer som uppställs som kandidater till förtroendeposter att

- förbinda sig till Röda Korsets grundprinciper samt
- vara villiga att främja Röda Korsets syfte



Dessutom bör man i sammansättningen av förvaltningsorganen så långt som möjligt beakta

- den regionala och språkliga representationen samt
- att olika kön och åldersgrupper finns representerade

I distriktsstyrelsen finns ett behov av mångsidigt kunnande och erfarenhet

Valnämnden hoppas på förslag på goda kandidater från alla olika delar av distriktet. Valnämnden sätter värde på att kandidaten är bekant med den egna avdelningens situation och verksamhet, och att kandidaten är beredd att dela med sig av sitt kunnande i distriktsstyrelsens arbete. Som medlem i distriktsstyrelsen får man möjlighet att bekanta sig med andra avdelningar, området och med distriktet, och att bidra med sitt eget kunnande till styrelsens verksamhet.

För den som föreslås som kandidat till styrelseposter kan det vara till nytta att ha kunskap om myndighetsverksamhet som står Röda Korset nära (till exempel räddningsväsendet, social- och hälsovård, invandringsfrågor, utbildning). Kandidaten kan även ha kunskap om till exempel digital kommunikation, marknadsföring, sociala medier, ekonomiförvaltning eller juridik via sitt yrke, sitt arbete eller via en hobby. Distriktsstyrelsens uppgifter definieras i stadgarna.

Valnämnden hoppas att alla avdelningar kommer med förslag. Även personmedlemmar kan föreslå kandidater till distriktsstyrelsen. Förutom bekanta och erfarna styrelsemedlemmar rekommenderar valnämnden att man ser sig om efter nya kandidater och nytt kunnande även bland personer som inte tillhör den grupp som redan nu är aktiva inom avdelningen. Valnämnden hoppas också att det bland kandidaterna finns personer med varierande kulturell bakgrund, och att olika språk finns representerade.

Förslag senast den 31.1.2025

Valnämnden ber avdelningarna skicka in sina förslag senast den 31.1.2025 genom att fylla i en kandidatblankett på internet.

tiny.cc/Vaalitoimikunta2025

All behövlig information ska framgå ur ansökan: kandidatens namn, avdelning, födelse-datum, kontaktuppgifter, utbildning, yrke, eventuella specialkunskaper samt motivering. Av förslaget bör också framgå vilken avdelning som lägger fram förslaget och kontaktuppgifter till ordförande eller annan ansvarsperson, samt den uppställdas samtycke till att kandidaturen publiceras på en webbsida och på sociala medier.

Valnämnden beslöt att öka öppenheten genom att ge avdelningarna en möjlighet att bekanta sig med kandidaterna i en öppen valdebatt. Den kommer att hållas via Teams onsdagen den 19 februari 2025 från kl. 18. Kandidaterna kommer att få mer detaljerade förberedelseinstruktioner före evenemanget, som är avsett att vara avslappnat och diskussionsinriktat.

Valnämndens förslag angående förtroendevalda och revisorer för årsmötet 26.4.2025 skickas till avdelningarna som bilaga till inbjudan till årsmötet. I sitt förslag strävar valnämnden efter att beakta olika synpunkter som är viktiga för organisationen (till exempel kandidatens organisationserfarenhet och kunskap om Röda Korset, olika intressegrupper och expertis) och man hoppas att avdelningarna för fram dessa ämnen i sina förslag.

Valnämnden ber att avdelningarna sprida information om kandidaturen både till sina egna medlemmar och i sina sociala medier så att möjligast många intresserade av styrelsearbete kan nås. Man önskar att man diskuterar om kandidaterna på avdelningarnas möten och regionalmöten samt strävar efter att det finns kandidater till distriktsstyrelsen från alla områden i distriktet.

Kontakta för närmare information:

Kalle Kivimaa, ordförande för valnämnden
kalle.kivimaa@osasto.punainenristi.fi
tfn 040 500 7717

Distriktsstyrelsens sammansättning

I tur att avgå vid årsmötet 2025

Ordförande Päivi Hurttia, Pohjois- ja Keski-Helsinki

Vice ordförande Max Lindholm, Helsingfors svenska

- Kristiina Huhdanmäki, Sibbo-Sipoo
- Annika Kaarnalehto, Lounais-Espoo
- Pekka Laukkanen, Pohjois- ja Keski-Helsinki
- Oskari Perholehto, Rajamäki
- *Paula Partanen, Länsi-Helsinki*
- avgick styrelsen 6/2024, eftersom började jobba på centraltyrån

Mandatperioden fortsätter till årsmötet 2026

- Marika Huttunen, Länsi-Helsinki
- Håkan Malmlund, Borgå – Porvoo
- Jarkko Mikkonen, Keski-Espoo
- Karoliina Pilli-Sihvola, Länsi-Helsinki
- Terhi Tuomikoski, Karkkila

Valnämndens sammansättning

Ordförande

- Kalle Kivimaa, Tapiola

Viice ordförande

- Jukka Lehtonen, Töölö

Medlemmar

- Roosa Höglund, Itä-Helsinki
- Eini-Maria Majavirta, Länsi-Vantaa
- Katri Rannisto, Keski-Espoo
- Pasi Sinisalo, Länsi-Helsinki
- Tuula Rönkkö, Borgå - Porvoo

Psykosocialt stöd behövs även i vardagen

Röda Korset är känt för sitt psykiska stöd – för den samtals hjälp som våra hjälpare med röda västar ger invånarna på deras ort, när en plötslig händelse rubbar vardagen och sinnet.

Stödet har behövts under detta år. Våra frivilliga har varit guld värda för dem som behövde hjälp till exempel efter skolskjutningen i Vanda, efter skjutningen i Tammerfors och för personer som förlorat sina hem i bränder på olika håll i Finland.

För hjälparna är den viktigaste förmågan att vara närvarande och lyssna, att stanna upp. Många erfarna i hjälpsituationer säger att saftmuggen är det bästa psykiska stödet, eller att den bästa hjälparen har stora öron och en liten mun. Med saftmuggen följer alltid en person som i nödens stund är på plats endast för att lyssna på och hjälpa den som behöver hjälp.

Vid den ordinarie stämman förra sommaren beslutade vi tillsammans att vi vill stärka detta kunnande även i vardagen. Nu utvidgar vi det psykosociala stödet till att även omfatta vardagliga frågor som gäller allas välbefinnande. Goda färdigheter inom psykisk hälsa i vardagen hjälper oss att möta livets små och stora omvälvningar när de drabbar var och en av oss.

Samtidigt vill vi utvidga det psykosociala stödet till att även omfatta alla våra frivilligas förståelse och kunnande om hur man stöder både de hjälpbehövandes ork och sitt eget välbefinnande. Vi kan hjälpa

andra endast när vi också tar hand om oss själva. Färdigheter i bemötande och att ta hand om välbefinnandet behövs inte bara inom jouren och larmgrupper, utan också till exempel i vänverksamheten, på hälsopunkter, i läxhjälpen och när man verkar som förtroendevald – färdigheterna behövs i all verksamhet där vi möter människor.

I praktiken innebär den nya riktlinjen att vi utbildar, skapar verksamhetsmodeller och gör saker på ett nytt sätt. På sidan 9 i den här tidningen berättar vi om hurdana material och verksamhetsmodeller som alla frivilliga redan har tillgång till och vad som kommer att hända nästa år.

Vilka färdigheter i psykosocialt stöd behöver du som frivillig i din egen vardag? Kom med och lär dig och utveckla våra styrkor tillsammans. Ett bra tillfälle att börja är till exempel den 30 november på webinariet för aktualiteter inom psykosocialt stöd.



Maria Viljanen

Expert inom psykosocialt stöd

TYCK TILL på Facebook

Följ vår verksamhet via Facebook.
facebook.com/punainenristi

CHATTA på Twitter

twitter.com/punainenristi

BERÄTTA OM EVENEMANGEN

Lägg ut era evenemang på nätet.
rednet.rodakorset.fi

SE VIDEOR på Youtube

youtube.com/suomenpunainenristi

DELA VÅRA BILDER

Instagram

instagram.com/punainenristi/

TA KONTAKT

Personalens e-postadresser är i form av förnamn.efternamn@rodakorset.fi

MÄRKET SKYDDAR DIG – SKYDDA DU MÄRKET!

Det röda korset på vit botten är ett skyddstecken och en symbol för arméns sjukvård. Det skyddar civila, hjälparbetare och sårade soldater vid kriser. Märket ägs av de stater som har förbundit sig att följa krigets lagar eller Genèvekonventionerna, Finland är en av dem. Röda Korset har rätt att använda skyddstecknet för att markera sin verksamhet och övervaka användningen av märket. Läs mer humanitaarinenoikeus.fi

BLI BEKANT MED WEBBUTIKEN

När du loggar in på punainenristinkauppa.fi kan du behändigt beställa allt avdelningsmaterial under Osastomateriaalit. Saknar du inloggningsuppgifter? Ta kontakt med myynti@rodakorset.fi

RING OCH BIDRA

0600 12220 (20,28 €/samtal + Ina)

Julkaféer är ett andrum för många

Röda Korsets julkaféer är viktiga för många som känner sig ensamma. Julkaféerna kan också ordnas utanför julhelgen.

Röda Korsets julkaféer är viktiga andrum för många för att ta sig igenom julhelgen. På julen är ensamheten ofta som djupast.

Alla är välkomna till julkaféerna, och man kan tillbringa tid på ett avslappnat sätt och träffa andra utan brådska i de avgiftsfria kaféerna. Frivilliga och besökare trivs vid ett brädspel eller med ett bra samtal.

– Julkaféerna ger både frivilliga och personer som tillbringar högtiden ensamma efterlängta aktiviteter under den långa helgen. Det viktigaste är att ingen behöver vara ensam mot sin vilja, säger **Maaret Alaranta**, koordinator för social välfärd.

På samma sätt som ifjol kan julkaféerna också ordnas utanför julhelgen, under perioden **20.12–6.1.**

– Det lönar sig att börja planera årets julkafé senast nu. Ta med alla villiga i planeringen, även nya frivilliga, uppmanar Alaranta.

Centralbyrån erbjuder ekonomiskt stöd för ordnande av julkaféer.

För att få understöd ska avdelningen meddela om kaféet i förväg och rapportera om det efter evenemanget. Understödet betalas enligt utgifterna och kan vara högst 150 euro.

Kom ihåg ensamma med ett julsamtal

Även en liten hågkomst på julen kan betyda mycket för någon som firar julen ensam.

– Kom ihåg att återigen ringa julsamtal på era avdelningar och skicka julhälsningar till invånarna på er ort. Ni vet bäst vem som kan behöva en hågkomst. Med den lilla gesten kan ni få någon på gott humör, påminner Alaranta.

Materialet för utmaningen Julsamtal, för sociala medier, kan laddas ner ur Röda Korsets materialbank. Kom ihåg att ladda ner och publicera material på avdelningens sociala mediekkanaler.

P.S. Titta på Vain Elämääs Röda Korset-specialavsnitt fredagen den 22 november om hurdana samtal kända artister ringer till sina närstående.

Tips för ordnande av kaféet, meddelandemallar och ansökningsblankett: **RedNet > Råd & Rön > Vänverksamhet > Evenemangsmodeller**

Mer information:

Koordinator för social välfärd
Maaret Alaranta, tfn 040 358 3257,
maaret.alaranta@rodakorset.fi



Dags att förbereda sig för den kommande vändagen



Bild: Ville Salminen / Finlands Röda Kors

Vändagen närmar sig med stormsteg, och nu är det ett bra tillfälle att börja planera avdelningens evenemang. Vändagskampanjen nästa år pågår den 3–16 februari.

Kampanjen för 2025 fortsätter det sista året med konceptet När du får en vän. Kampanjens mål är i synnerhet att locka med nya frivilliga som vänner för ensamma.

Låt oss göra kampanjen lyckad och varmt välkomna nya frivilliga.

Det lönar sig att börja planera evenemanget för vändagen i tid

Vändagen är årets viktigaste kampanj för vänverksamheten. Med hjälp av kampanjen får vi med nya och ivriga personer för att göra avdelningens verksamhet aktiv. Det finns också personer som är intresserade av annan verksamhet, så vi tar med alla med öppna armar.

Det lönar sig att börja planera avdelningens eget evenemang redan nu. Ta modigt fram idéer till olika evenemang tillsammans och ordna årets gladaste evenemang. Är det dags för en pulkabacke för personer i alla åldrar, kortpyssel, ett kafé eller kanske en filmkväll? Ni kan också göra evenemanget helt på ert eget sätt!

Centralbyrån stöder som bekant avdelningarnas evenemang med högst 150 euro.

Kom ihåg att beställa tryckta kampanjmaterial och ladda ner digitalt material

Beställ tryckta kampanjmaterial, såsom affischer och postkort, från Röda Korsets webbutik senast den 26 januari. Logga in på **rodakorsbutiken.fi**.

Digitalt kampanjmaterial finns i mappen Vändagen 2025 i Röda Korsets materialbank. Ni kan ladda ner och använda bland annat materialbankens meddelandemallar för evenemang, banners för signaturer samt pärmbilder och bilder att dela i sociala medier.

Vi använder hashtaggen #Vändagen i kampanjen. Kom ihåg att dela stämningar från evenemang och möten i sociala medier!

Evenemang och vänpar intresserar lokala medier

Den lokala anknytningen och människornas berättelser intresserar alltid och det lönar sig att låta lokala medier intervjua ett vänpar eller en frivillig inom vänverksamheten. Kom i god tid överens om vilka som ska intervjuas.

Kom också ihåg att på förhand ge tips om avdelningarnas evenemang till lokala medier. Det är bra att skicka meddelandet till lokala medier omkring en vecka före vändagen.

Mer information:

Koordinator för social välfärd
Maaret Alaranta, tfn 040 358 3257,
maaret.alaranta@rodakorset.fi

Vain Elämää: Specialavsnittet på Röda Korset-dagen visar hur frivilliga minskar ensamheten

Bild: Petri Aho



Under den kommande säsongen i Vain elämää visas ett avsnitt med ensamhetstema den 22 november, där man samlar in medel för Röda Korsets arbete i Finland. Avsnittet visar hur Röda Korsets frivilliga hjälper unga i de Ungas skyddshus, minskar ensamheten genom vänverksamhet och stöder mindre bemedlade personer med hjälp av gemenskaplig mathjälp.

I avsnittet berättar artisterna **Eini, Costello Hautamäki, Marko Hietala, Ilta, Hanna Pakarinen, Jussi Rainio, Roope Salmi-**nen och **Waldo** om sina egna upplevelser av ensamhet och uppmuntrar tittarna att ge bidrag. I avsnittet ser vi också gripande berättelser om människor som Röda Korset har hjälpt.

– Alla borde absolut titta på FRK-avsnittet, för det omfattar fantastiska överraskningar, fina uppträdanden, gripande berättelser och du får också veta hur du kan delta och hjälpa, sammanfattar **Hanna Pakarinen**.

Marko Hietala skickar hälsningar till Röda Korsets frivilliga:

– Keep up the good work! Att det finns frivilliga som samtalar och hjälper, det är ju jättrans bra. Respekt!

Kom alltså ihåg att titta på Vain elämää på Röda Korset-dagen fredagen **den 22 november kl. 20 på Nelonen och Ruutu**.

Tack till alla som deltog i Hungerdagen!

Hungerdagen syntes mycket bra i slutet av september i hela Finland. Hungerdagens särdrag ligger i möten mellan människor, de skiljer Hungerdagen från många andra kampanjer för att samla in medel. Vi fick återigen njuta av den glada verksamheten tillsammans och av de otaliga leenden och goda samtal som bössinsamlarna och bidragsgivarna utbytte med varandra.

Ett varmt tack till alla som deltog! Vare sig du var insamlingsledare för din avdelning och organiserade den lokala insamlingen, sålde Hungerdagsbröd, var bössinsamlare eller

utförde något annat av de många frivilliguppdrag som görs för att arrangera Hungerdagen. Tack vare dig hjälper de bidrag som samlats in till katastroffonden i nödsituationer, både i Finland och ute i världen. De bidrag som samlades in under Hungerdagen innebär nödhjälp till exempel till Gaza och områden som drabbats av extrema väderfenomen, såsom Etiopien. Bidragen tryggar dessutom Röda Korsets möjlighet att upprätthålla sin beredskap att hjälpa snabbt även i Finland.

Tack att du var med!

Röda Korsets webbsida som sammanställer hjälpen på nätet har öppnats – nya tjänster för att lindra ensamhet och stödja invandrare

Röda Korsets tjänster för hjälp på nätet finns nu samlade på Röda Korsets webbplats. Vårt mål är att med hjälp av webbsidan göra det lättare för folk att hitta den hjälp de behöver via nätet.

I och med den nya webbsidan inleds också nya nättjänster. Till dessa hör bland annat **kamratstödsgrupperna Ensamhet på tal**, som erbjuder stöd och gemenskap för dem som behöver det. Dessutom inleder **Röda Korsets mötesplats på nätet** sin verksamhet på webbsidan. Den erbjuder samtalsällskap i fritt format med låg tröskel.

Både kamratstödsgrupperna och mötesplatsen drivs av frivilliga inom vänverksamheten.

Senare på hösten inleds också en ny **rådgivning på nätet i anknytning till invandring** på sidan, där frivilliga och experter erbjuder handledning och rådgivning för invandrare enligt deras behov. I fortsättningen har vi

också beredskap att starta en chattjänst på sidan för att ge psykiskt stöd och information.

Webbsidan och de nya tjänsterna på nätet är ett viktigt steg mot mer omfattande och lättillgänglig hjälp på nätet. Med hjälp av dem kan vi svara på olika behov av hjälp bättre än tidigare.

Tjänsterna för hjälp på nätet ger också extra stöd till dem som söker hjälp via avdelningarna. Det lönar sig därför att informera om hjälpen på nätet både för de lokala hjälpbehövande och för dem som är intresserade av frivillighet på nätet. Välkommen med!

Sidan (för närvarande på finska) finns på **punainenristi.fi** > **Hae apua ja tukea** > **Tukea ja toimintaa verkossa**

Läs mer om frivillighet på nätet på RedNet och bli hjälpare på nätet: **rednet.rodakorset.fi** > **Råd & Rön** > **Näthjälp**

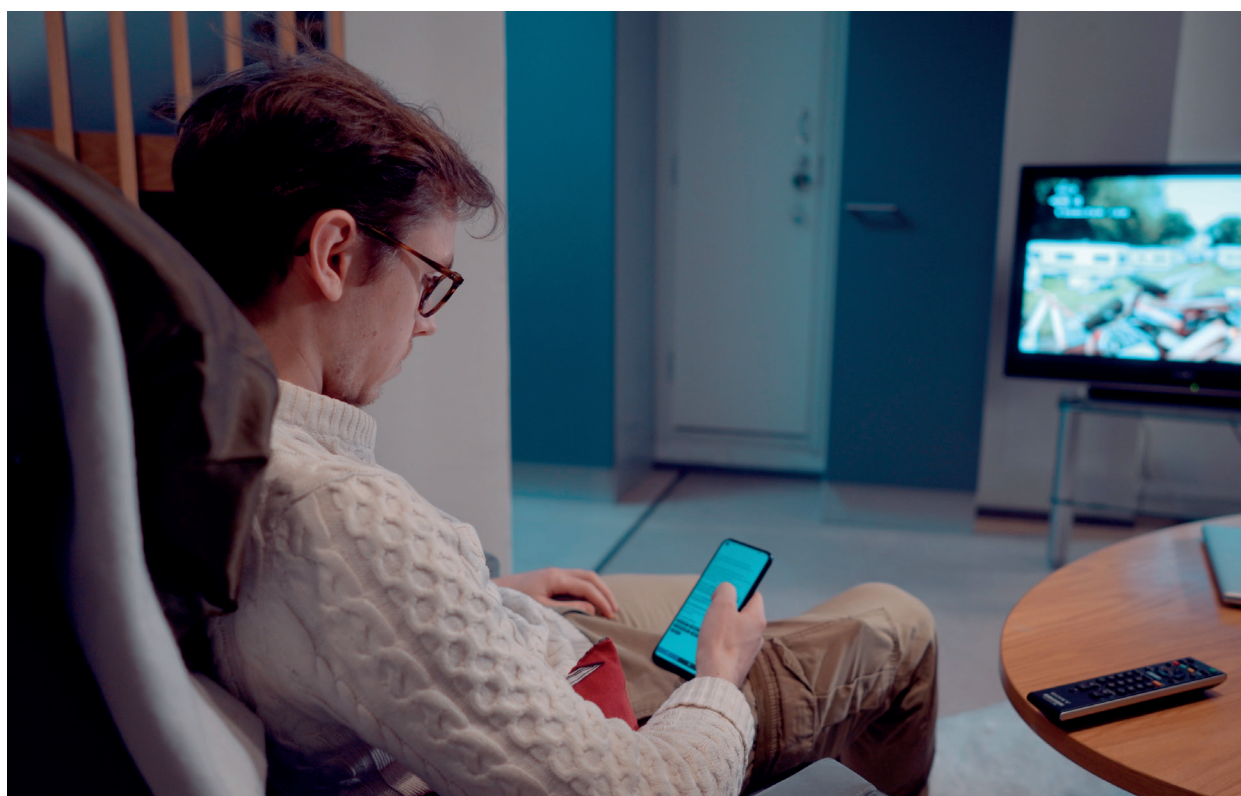


Bild: Jukka Erätuuli / Finlands Röda Kors

Ukrainska Inessa hjälper andra att stärka sina psykiska resurser

Inessa deltar som frivillig i Röda Korsets projekt Tryggt sinne (Turvallinen mieli), med målet att stärka de psykiska resurserna bland dem som flytt från Ukraina.

– Jag började samarbeta med Röda Korset när jag kom till Finland från Ukraina i slutet av maj 2022. I Ukraina samarbetade min make med Röda Korset. När vi kom till Finland sökte vi jobb här, men vi fick inget. Röda Korset hjälpte oss ganska mycket med flyttlasset och alla praktiska saker, säger **Inessa**.

Inessa gick ivrigt med i Röda Korsets projekt Tryggt sinne.

– Eftersom vi också fick hjälp av Röda Korset, bestämde vi oss för att göra detsamma. Vi samarbetar med Röda Korset och hjälper och stöder andra som behöver hjälp, berättar Inessa.

Syftet med projektet är att stärka det psykiska välbefinnandet och resurserna bland dem som flytt från Ukraina genom många olika slags

verksamheter. Man kan stärka sinnet till exempel genom enkla psykosociala övningar, yoga eller utflykter i naturen. Inessa organiserar välbefinnandegrupper i Borgå avdelning.

Inessa har haft stor glädje av att arbeta inom projektet. Det ger henne glädje och lycka.

– Det viktigaste i mitt arbete är att när en person har ett behov, lämnar hen oss med svaret att hen får det hen bad om och förväntade sig. Det här är viktigt för mig – jag hjälper och ger människor stöd.

Skulle du vilja ordna verksamhet inom projektet Tryggt sinne för att stödja det psykiska välbefinnandet bland personer som kommit till landet? Du kommer med genom att gå utbildningen Tryggt sinne. Utbildningen tar två timmar och ordnas i Teams på finska.

Läs mer och anmäl dig här:

rednet.punainenristi.fi/node/68733.

Alla utbildningar finns i Oma, och länkar till utbildningarna finns också på RedNet-sidan.

Bild: Inessa





Bild: Joonas Brandt / Finlands Röda Kors

Lär dig mer om psykosocialt stöd

Hos oss har psykosocialt stöd traditionellt avsett psykiskt stöd eller första hjälpen i hjälpsituationer. Nu utvidgar vi detta kunnande till att även omfatta vardagens välbefinnande och de frivilligas egen ork.

Vi uppdaterar kurserna och anvisningarna för psykiskt stöd under detta år och nästa år. Vi bygger riktade utbildningar till exempel för första hjälpen-jourhavande. Vi beskriver närmare vad det innebär att medverka i larmgrupper för psykiskt stöd, hurdana utbildningar som krävs för detta, vilka andra uppgifter som ingår i psykiskt stöd och vilka alla frivilligverksamheter utbildningarna för psykiskt stöd ger färdigheter för. All utveckling och alla beskrivningar sker tillsammans med frivilliga, distrikten och centralbyrån.

Nya material:

- Verksamhetsmodellen med en "fiilirunda" som stöder frivilliga att orka och återhämta sig från uppgifterna
- Verksamhetsmodellerna för projektet Tryggt sinne, som man kan utnyttja för att stödja både de hjälpbehövande och de frivilligas ork och välbefinnande.

Nya utbildningsmaterial för olika funktioner och självstudier

Även våra utbildningsmaterial uppdateras. Vi kommer att göra utbildningsmaterial som stöd för olika funktioner, så att var och en får kunnande och anvisningar som lämpar sig för den egna verksamheten. Av utbildningarna uppdateras först utbildningsmaterialet Psykiskt stöd

för personer i sårbar ställning, övningarna i fortsättningskursen för psykiskt stöd samt utbildningen Psykisk första hjälpen för barn och unga, som delas upp separat i utbildningar som riktar sig till barn och utbildningar som riktar sig till unga.

Självstudiematerial på nätet produceras för att stödja det psykiska välbefinnandet och den egna orken. Dessa lärdomar och färdigheter kan också utnyttjas för att stödja hjälpbehövande.

På RedNet kommer begreppen inom psykosocialt stöd att förklaras, samt den befintliga verksamheten och vägen för frivilliga så att vår verksamhet vid behov kan presenteras för samarbetspartner och myndigheter.

På rodakorset.fi finns redan nu många bra anvisningar som uppdateras vid behov: **rodakorset.fi > sök hjälp och stöd > psykisk första hjälpen.**

Inom Röda Korset innebär psykosocialt stöd också gemenskap och det stöd som gemenskapen ger. Samhörighet och upplevelser av delaktighet stärker också den psykiska kriställigheten, som du kan läsa mer om på RedNet: **Tieto ja taito > Kokonaisvalmius ja yhteisöjen resilienssi (på finska).**

Uppdatera dina kunskaper på webinariet

Om du är intresserad av psykosocialt stöd lönar det sig att delta i webinariet för aktualiteter inom psykosocialt stöd som är öppet för alla lördagen den 30 november kl. 9.30–14.00 (på finska). Anmälan och program finns på Oma Röda Korset: **oma.punainenristi.fi/event/31434.**

Delta i namntävlingen för den nya e-lärmiljön

Hösten 2024 tar vår organisation i bruk en mer tillgänglig och attraktiv e-lärmiljö. Denna nya plattform sammanställer webbkurser för frivilliga, anställda och reserven för biståndsbetare. Under hösten flyttas kurserna på Sivis Itslearning till den nya plattformen. Frivilliga kan gå de första självstudiekurserna redan i höst.

Vi bjuder nu in alla att delta i namntävlingen för den nya e-lärmiljön! Föreslå ett namn senast den 1 december 2024. Det är ett plus om namnet kan användas på finska, svenska och engelska.

Lärmiljöns nya namn publiceras i januari 2025 i samband med lanseringen. När du deltar i namntävlingen kan du valfritt vara med i en utlottning där ett pris lottas ut bland deltagarna.



Du kan lämna namnförslaget via den elektroniska blanketten på **forms.office.com/e/iF6gd-KNyNL**. Du hittar blanketten genom att skriva adressen i sökfältet eller skanna QR-koden på din mobila enhet.

Utbildning för utbildare 2025

Till utbildarutbildningen ansöker man via sitt lokala distriktskontor. Anmälan sker en månad innan utbildningen inleds.

Utbildning för utbildare våren 2025 (på finska)

Utbildardagarna	18–19.1	Hotel Vantaa
Beredskapsutbildarens innehållsdel	15–16.2	Nynäs
Webbkursen Att vara utbildare inom Röda Korset	13.1–31.5	Webbaserad utbildning
Webbinarium: Röda Korset utbildar	11.2 kl. 17–18	
Att handleda i lärande: Distansutbildning via Teams	11.3 kl. 17–19	
Att handleda i lärande: Närutbildning	22.3 kl. 9.30–16.30	Helsingfors
Utbildning till resursutbildare	12.4 kl. 9.30–16.00	Helsingfors
Att handleda i lärande: Att vara utbildare i organisationen (Sivis)	Februari–mars	Zoom och Howspace
Utbildarutbildningens innehållsdelar	26–27.4	Helsingfors

Utbildning för utbildare hösten 2025 (på finska)

Beredskapsutbildarens innehållsdel	30–31.8	Nynäs
Webbkursen Att vara utbildare inom Röda Korset	8.9–31.12	Webbaserad utbildning
Webbinarium: Röda Korset utbildar	16.9 kl. 17–18	
Utbildning till resursutbildare	Oktober–november	Helsingfors
Att handleda i lärande: Distansutbildning via Teams	9.10 kl. 17–19	
Att handleda i lärande: Närutbildning	26.10 kl. 9.30–16.30	Helsingfors
Att handleda i lärande: Att vara utbildare i organisationen (Sivis)	September–oktober	Zoom och Howspace
Utbildarutbildningens innehållsdelar	22–23.11 kl. 9.30–16.30	Helsingfors
Innehållsdel för utbildare av första hjälpen-grupper	23–25.11	Nynäs

Tidningen Här och Nu blir ett nyhetsbrev nästa vår

Distriktens och centralbyråns gemensamma kommunikation till frivilliga förnyas utgående från respons från frivilliga och anställda. Som en del av förnyelsen blir tidningen Här och Nu ett nyhetsbrev som skickas till de frivilliga per e-post oftare än tidigare.

Syftet med förnyelsen av Röda Korsets kommunikation är att betjäna de frivilliga på ett bättre sätt än för närvarande. Som en beredskapsorganisation är det viktigt för oss att våra viktigaste hjälpare, det vill säga de frivilliga, får samma information snabbt och samtidigt.

De viktigaste egenskaperna i Här och Nu förblir samma: I varje nyhetsbrev finns de senaste distrikts- och riksnyheterna, och kärninnehållet fortsätter att vara med kommande evenemang, utbildningar, kampanjer och anvisningar. Vi strävar efter att stärka de frivilligas egen röst till exempel i form av tips och intervjuer.

Information om evenemang och utbildningar ska komma fram till de frivilliga i tid

I en kommunikationsenkät som gjordes för frivilliga förra hösten berättade den överlägset största delen av respondenterna att de i fortsättningen helst skulle få information om frivilligverksamheten som ett regelbundet nyhetsbrev per e-post. Respondenterna önskade i synnerhet att kommunikationen om kommande evenemang och utbildningar skulle nå alla i tid. Som anställda har vi också lagt märke till att fördröjningen mellan att skriva det första innehållet i en papperstidning och att publicera det är för lång – som längst upp till tre månader.

I en beredskapsorganisation som reagerar snabbt behöver vi tillräckligt flexibla verktyg för att hjälpa. Det är också möjligt att erbjuda mer information i nyhetsbrevet eller till exempel en smidigare möjlighet att anmäla sig till utbildningar, då hänvisningen sker via en länk från ett system till ett annat.

Överlappande kommunikation minskar

Som en del av förnyelsen strävar vi också efter att minska överlappningarna i den regelbundna kommunikation som frivilliga får. I och med det nya nyhetsbrevet slutar vi med det avdelningsbrev som centralbyrån skickat direkt till förtroendevalda.

En del av distrikten har redan publicerat Här och Nu som digitaltidning vid sidan av eller i stället för papperstidningen. Fördelarna med nyhetsbrevet jämfört med den digitala tidningen är bland annat att det har tätare och flexibla utgivningsfrekvenser och är lättare att ögna igenom. Nyhetsbrevet utkommer klart oftare än den nuvarande tidningen. Den exakta tidtabellen för utgivningen preciseras under slutet av året.

Förnyelsen sker under våren 2025. Tidtabellen preciseras i slutet av 2024, vilket meddelas till de frivilliga i tidningen Här och Nu 1/2025 samt i nyhetsbrevet som skickas till avdelningarnas förtroendevalda.

Mer information:

Kommunikationsexpert **Sari Häkkinen**, tfn 040 664 3236, sari.hakkinen@rodakorset.fi

Utbildardagar i Vanda i januari

Utbildardagarna 2025 hålls den 18–19 januari i Hotel Vantaa i Dickursby alldeles vid huvudbanan. Temat för dagarna är beredskaps- och organisationskunnande och alla frivilligutbildare

är välkomna. Utbildare som antecknats i utbildningsregistret har fått ett preliminärt program och en anmälningslänk per e-post i oktober. Man kan anmäla sig till och med 20.12.

Piiritoimisto - Distriktsbyrån

Pitäjänmäentie 14, 00380 Helsinki
Sockenbackavägen 14, 00380 Helsingfors

Valmiuspäivystys - Beredskapsjour

Hätätilanteissa, piiritoimiston ollessa suljettuna, piirin valmiuspäivystäjän tavoittaa numerosta 020 377 710.

I nödsituationer, när distriktsbyrån är stängd, kan man kontakta distriktets beredskapsjourhavande på numret 020 377 710.

Sähköposti - E-post

hup.neuvonta@redcross.fi
muut sähköpostit - andra e-poster:
etunimi.sukunimi@redcross.fi

Osastotuki ja valmius - Avdelningstöd och beredskap

- Hakala Ari, ☎ 040 594 8141
järjestöpäällikkö - organisationschef
- Ahomaa Emma, ☎
järjestöassistentti - organisationsassistent
- Haake Niki, ☎ 040 557 0111
valmiuden ja varautumisen asiantuntija -
sakkunnig, beredskap och beredskapsinsatser
- Hellman Heidi, ☎ 040 680 6675
järjestösuunnittelija - organisationsplanerare
- Jokiaho Emilia, ☎ 040 594 8142
koulutustoiminnan asiantuntija - sakkunnig,
utbildningsverksamhet
- Kärnä Helena, ☎ 040 530 2004
ensiaputoiminnan asiantuntija -
sakkunnig, fhj-verksamhet
- Sahlakoski Eine, ☎ 040 594 8143
järjestöassistentti - organisationsassistent
- Tötterman Niklas, ☎ 040 749 4659
ensiapupäivystystoiminnan suunnittelija -
planerare, fhj-jourverksamhet
- Österlund Kerstin, ☎ 040 162 6002
järjestöassistentti - organisationsassistent

Sosiaalisen hyvinvoinnin yksikkö Enheten för socialt välmående

- Grus Mari, ☎ 040 672 0300
sosiaalisen hyvinvoinnin päällikkö -
chef för socialt välmående
 - Abdisalan Khadija, ☎ 040 642 8270
tulkki-ohjaaja, Paperittomat-ohjelma -
tolkhandledare, programmet för papperslösa
 - Jaakkola Minna, ☎ 040 613 9930
asiantuntija, sosiaalinen hyvinvointi - sakkunnig,
socialt välmående
 - Pasanen Eveliina, ☎ 040 867 7440
maahanmuuttotyön suunnittelija - planerare,
invandringsarbete
 - Ruuska Milla, ☎ 040 675 1825
yksinäisyystyön suunnittelija
planerare för arbete mot ensamhet
 - Soivio Olavi, ☎ 040 680 5735
suunnittelija, Paperittomat-ohjelma -
planerare, programmet för papperslösa
 - Taivainen-Ristimäki Laura, ☎ 040 562 7201
nuorisotoiminnan suunnittelija - planerare,
ungdomsverksamhet
- ### Johto ja hallinto - Administration
- Vuorimaa Päivi, ☎ 040 725 5562
toiminnanjohtaja - verksamhetsledare
 - Korhonen Tuula, ☎ 040 548 9471
viestinnän suunnittelija - planerare, kommunikation
 - Ruutu Martina, ☎ 040 860 1390,
henkilöstöasiantuntija - sakkunnig, personal

Punainen Risti 
NÄLKÄPÄIVÄ

Kiitos

