



Vapaaehtoistoiminnan tiedote

Huhtikuu 2012

VAPAAEHTOISILLE	2
Peruskoulutukset	2
Jatkokoulutukset	4
Vapaaehtoistoiminnan tapahtumat	5
TOIMINTAA ORGANISOIVILLE	8
Tapahtumat ja seminaarit	8
Santra-hanke tiedottaa	9
JOS SINULLA ON TIEDOTETTAVAA	11

Vapaaehtoisille

Peruskoulutukset

Ystäväkurssi

Aika: Viikoilla 15 ja 16 tiistait ja torstait klo 18:00-21.00

Paikka: Merivalkama 8D, Kivenlahti

SPR:n ystävätoiminnan kautta voit toimia ystävänä toisen ihmisen läsnäoloa kaipaavalle. Lähdä mukaan, ystävää kaipaavalle nuorelle, aikuiselle, vanhukselle tai vaikkapa varamummiksi lapsiperheeseen.

Ystäväkurssi antaa eväitä toisen ihmisen tasavertaiseen kohtaamiseen ja vuorovaikutustaitojen kehittämiseen.

Ystävätoiminnassa on ennen kaikkea kyse ajasta toisen ihmisen kanssa, ja sen tulee myös olla hauskaa.

Vuorovaikutustaitojen lisäksi kurssilla perehdytään ystävätoiminnan käytäntöihin, vaikeassa elämäntilanteessa olevan ihmisen tukemiseen sekä Punaisen Ristin ja vapaaehtoistoiminnan arvoihin ja periaatteisiin.

Ystävät toimivat Punaisen Ristin vapaaehtoisina ja näin ollen on tärkeää ymmärtää, millä periaatteella toimitaan. Lisäksi kurssilaisten on hyvä tietää, mikä on vapaaehtoisen rooli ja kuinka se eroaa ammattiauttajan roolista.

Sisäänkäynti koulustiloihin kävelykadun (merenkäynti puolelta)

Tiedustelut ja ilmoittautumiset:

[khuldin\(at\)welho.com](mailto:khuldin(at)welho.com) tai puh. 050-538 8892

Ryhdy Nuori nuorelle-ystävälittäjäksi!

Nuori nuorelle -ystävälitykseen Nunuun tarvitaan lisää uusia välittäjiä. Nunuystävälitys välittää 18-29-vuotiaita nuoria ystäviä 15-29-vuotiaille yksinäisille nuorille pääkaupunkiseudulla. Ystäväksi pääsee käymällä Suomen Punaisen Ristin Ystävätoiminnan peruskurssin ja olemalla kurssin jälkeen yhteydessä Nunu-välitykseen. Nuoret voivat olla suoraan yhteydessä välitykseen. Päivystys on maanantaisin klo 16-18 puh. 0400 380 558, sähköposti [stadi-nunu\(at\)redcross.fi](mailto:stadi-nunu(at)redcross.fi) tai skype: SPR.ystavavalitus. Ota yhteyttä päivystysaikana, mikäli haluat mukaan välittäjäksi. Sinut perehdytetään tehtävään.

Vielä ehtii hakemaan syksyn ystäväpiirikoulutukseen!

Ystäväpiiri on Vanhustyön keskusliiton kehittämä ryhmätoiminnan malli. Ryhmän tavoitteena on yksinäisyyden tunteen lievittäminen ja jakaminen, yhdessä tekeminen ja kokeminen. Ryhmänohjaajat koulutetaan. Toiminta ryhmässä voi olla keskustelua, retkiä, leipomista, tuolijumppaa. Ohjaaja pääsee käyttämään osaamistaan ja hyödyntämään omia mielenkiinnon kohteita ryhmätoiminnan sisällön suunnittelussa. Koulutusmallin tavoitteena on opettaa suunnittelemaan, toteuttamaan ja ohjaamaan tavoitteellisia, suljettuja ikäihmisten ryhmiä. Lisätiedot ja ilmoittautumiset: [jemina.vainiomaki\(at\)punainenristi.fi](mailto:jemina.vainiomaki(at)punainenristi.fi) tai puh. 020 701 2388.

Luonto-Liiton leirinohjaajakurssi

Aika: Viikonloppuleiri la 21.4. klo 10 – su 22.4. klo 14.

Paikka: Meriharjun luontotalo, Helsinki

Luonto-Liiton leirinohjaajakurssilla saat tuhtia tietoa ja hyviä vinkkejä leirinohjaamiseen. Ryhmän ohjaus, luontoleikit ja kivat kollegat tulevat tutuiksi. Kurssilla käydään läpi myös mahdollisia ongelmatilanteita leirillä ja niiden ratkaisuja. Kurssin käytyäsi voit hakea Luonto-Liiton leireille ohjaajaksi.

Hinta: 50 e Luonto-Liiton jäseniltä, 80 e muilta. Sis. kurssiohjelman, kasvisruoat ja majoituksen.

Tiedustelut ja ilmoittautumiset: To 5.4. mennessä, Petro Pynnönen 040-165 1907 tai [lup\(at\)luontoliitto.fi](mailto:lup(at)luontoliitto.fi)

Vapaaehtoistyötä kuvataiteen parissa

Aika: ti 24.- pe 27.4.2012 klo 10.00–15.00

Paikka: Mäkkylä, Adjutantinkatu 1

Taiteet - tiimi järjestää yhteistyössä Espoon Vanhusten palvelujen kanssa vapaaehtoistoiminnasta kiinnostuneille taiteen harrastajille kurssin joka ohjaa työskentelemään vanhusten parissa Espoolaisissa palvelukeskuksissa ja -taloissa. Tutustumme sopiviin materiaaleihin ja teemoihin. Kurssi antaa tietoa vapaaehtoistyöstä ja vanhusten kohtaamisesta. Vierailevia luennoitsijoita. Materiaalit kurssin puolesta. OPM hanke.

Hinta: 10 €

Tiedustelut ja ilmoittautumiset: Ilmoittautuminen [työväenopiston](http://tyovaenopiston) kautta kurssitunnuksella 120877. Lisätietoja tiimivastaava Minna Kattelus 09 81657 344 tai [minna.kattelus\(at\)espoo.fi](mailto:minna.kattelus(at)espoo.fi)

Reddie Kids -ohjaajakoulutus

Aika: La 28.04 Klo 10–16, Su 29.04 Klo 10–16

Paikka: Punaisen Ristin ystävätöiminnan tukipiste, Salomonkatu 17 B, Helsinki

Reddie Kids on Suomen Punaisen Ristin kerho 7–12-vuotiaille. Jos olet yli 15-vuotias oma-aloitteinen nuori ja tulet toimeen lasten kanssa, olet oikea henkilö toimimaan Reddie Kids -kerhon ohjaajana. Kerhon ohjaajana saat tulevaisuuttasi varten arvokasta kokemusta vastuullisesta tehtävästä ja pääset tutustumaan lasten kanssa Punaisen Ristin toimintaan. Et tarvitse aiempaa kokemusta, sillä koulutamme sinut tehtävään.

Hinta:

Punaisen Ristin jäsenille maksuton, muille 20 e (jäseneksi voi liittyä etukäteen osoitteessa <http://www.punainenristi.fi/tule-mukaan/jaseneksi>)

Tiedustelut ja ilmoittautumiset:

22.4. mennessä [taru.wallenius\(at\)punainenristi.fi](mailto:taru.wallenius(at)punainenristi.fi) tai 040-562 7201, josta saa myös lisätietoja.

Varhaisen puuttumisen koulutus 26.-27.5.

Aika: la 26.5. klo 9-18.30 ja su 27.5. klo 9-15.30.

Paikka: Koulutus järjestetään Ystävätöiminnan tukipisteessä, osoitteessa Salomonkatu 17 B, 11. krs, Helsinki.

Haluatko valmiuksia päihteiden käyttäjän kohtaamiseen? Suomen Punaisen Ristin Helsingin ja Uudenmaan piiri järjestää varhaisen puuttumisen koulutuksen. "VarPu" -koulutus antaa perustietoa päihteistä, tämän päivän käyttökulttuureista sekä päihdetilanteestamme. Kurssilta saa valmiuksia tunnistaa käyttäjiä, kohdata heidät kokonaisvaltaisesti, ottaa päihteiden käyttö

puheeksi käytön eri vaiheissa ja hoitoonohjata käyttäjiä. Kurssi sopii erityisen hyvin päihteiden käyttäjiä kohtaaville, kuten ensiapukatupäivystäjille, mutta myös kaikille muille asiasta kiinnostuneille. Kurssin ikäraja on 18 vuotta. Koulutus on päihteetön.

Hinta: Koulutuksen hinta on Suomen Punaisen Ristin jäsenille 20 €, muille 40 €. Hinta sis. koulutuksen, materiaalit ja ohjelmaan merkatut ruokailut.

Tiedustelut ja ilmoittautumiset: Lisätietoja saa Emilia Heiskarilta puh. 020 701

2373, [emilia.heiskari\(at\)punainenristi.fi](mailto:emilia.heiskari(at)punainenristi.fi)

Ilmoittautumiset 13.5. mennessä: www.punainenristi.fi/tapahtumat.

Jatkokoulutukset

Kuulo: huolto ja heikkeneminen Teemailta

Aika: Ke 25.4. klo 18.00->

Paikka: SPR Lounais-Espoon Terveyspiste Valpuriin Kivenlahdessa, os. Merivalkama 8 D

(sisäänkäynti kävelykadun eli Merenkäynnin puolelta)

Tervetuloa SPR Lounais-Espoon Terveyspisteelle teemailtaan, jonka aiheena on Kuulo: huolto ja heikkeneminen. Aiheesta alustaa Kuuloliiton kuntoutussihteeri Johanna Juola. Teemailta sopii henkilöille, jotka työskentelevät senioreiden parissa. Alustuksen jälkeen mahdollisuus verenpaineen, verensokerin, vyötärönympäryksen ym. mittauksiin ja keskusteluun sairaanhoitajan kanssa, sekä kahvitteluun ja toimintaan tutustumiseen hyvässä seurassa!

Hinta: Terveyspisteen palvelut ovat verensokerin mittausta lukuunottamatta ilmaisia.

Ensitietoilta muistisairauksista

Aika: Ke 02.05 Klo 18->

Paikka: Palvelukeskus Villa Breda, Bredantie 16, Kauniainen

Ensitietoilta on maksuton ja tarkoitettu vasta sairastuneille ja sairastuneiden omaisille ja läheisille. Tilaisuus sopii myös senioreiden kanssa toimiville vapaaehtoisille syventävänä tietoisena. Tervetuloa kuulemaan ajankohtaista tietoa muistisairauksista, niiden hoidosta sekä tarjolla olevista palveluista ja sosiaalietuksista. **Luento on ruotsinkielinen.** Tilaisuuden järjestää Espoon ja Kauniaisten Muistiyhdistys ry.

Lasten tapaturmat ja hätäensiapu -kurssi

Aika: La 12.05 Klo 10.00-17.00

Paikka: Valpuri, Merivalkama 8 D, Kivenlahti

Syventävä ensiapukurssi erityisesti pienten lasten parissa toimiville. Hyvä lisäinfo esimerkiksi lasten leirien vapaaehtoisille. Koulutuksessa aiheina mm: tapaturmat, sairaskohtaukset, tukehtuminen, elvytys, verenvuodot ja sakki, myrkytykset ja palovammat.

Sisäänkäynti koulutustiloihin kävelykadun (Merenkäynti) puolelta.

Hinta: 40€ (SPR:n jäsenille -10%)

Tiedustelut ja ilmoittautumiset:

Sitovat ilmoittautumiset Annika Kaarnalehdolle **viim. pe 4.5.** [annika.a\(at\)rocketmail.com](mailto:annika.a(at)rocketmail.com) / puh. 045-324 9200

Vapaaehtoistoiminnan tapahtumat

Tule tutustumaan Espoon Kuninkaankallioon!

Aika: Ke 25.04 Klo 16-17.30

Paikka: Kuninkaankallion asumispalvelut, Espoo

Espoon Kuninkaankallioon viihtyisiin asuntoihin on tämän vuoden alussa muuttanut yhteensä 108 pitkäaikaisasunnotonta miestä ja naista. Yhteisöllisessä korttelissa on ovet avoinna myös naapureille ja muille vapaaehtoisille, joita mielekäs yhdessä tekeminen kiinnostaa.

Olet lämpimästi tervetullut tutustumaan Kuninkaankallion asukkaisiin, pihapiiriin ja työntekijöihin keskiviikkona **25.4. klo 16-17.30**.

Tarjoamme kahvit ja grillimakkarat. Kerromme naapuriavun ja vapaaehtoistoiminnan mahdollisuuksista ja kuulemme ideoitasi. Kuninkaankallion asumispalveluiden tavoitteena on vahvistaa asukkaiden oma-aloitteellisuuden ja vastuunoton lisääntymistä hyvän arjen tekemisessä. Myös vertaistuki- ja vapaaehtoistoiminnalle ammattilaisten rinnalla luodaan mahdollisuudet. Etsimme nyt uuteen yhteisöömme vapaaehtoisia tukihenkilöitä, ryhmänohjaajia tai keikkalaisia tekemään asukkaiden kanssa erilaisia arjen asioita. Katso tarkemmat tehtävänkuvaukset jatkossa tämän sivuston avoimet vapaaehtoistehtävät-osiosta tai tule live-tapaamiseen 25.4.!

Hinta:

Tapahtuma on maksuton.

Tiedustelut ja ilmoittautumiset:

Ilmoittaudu mukaan [laura.hakokongas\(at\)hdl.fi](mailto:laura.hakokongas(at)hdl.fi) tai 050 370 5451.

Meistä on moneksi -tapahtuma

Aika: To 26.4.2012 Klo. 15.00-18.00.

Paikka: Kauppakeskus Entressen kirjasto, osoite: Siltakatu 11, Espoon keskus

Tänä vuonna tapahtuman teemana on sukupolvien välinen vuorovaikutus ja yhteistyö.

Meistä on Moneksi -tapahtuma on perinteisesti koonnut alueen toimijat yhteen Entressen kirjastoon verkottumaan, esittelemään toimintaansa ja esiintymään. Tapahtuman avulla halutaan saada aikaan alueen asukkaita ja toimijoita innostavaa yhteistyötä.

Tule verkottumaan ja tapaamaan kaupungin työntekijöitä, yhdistyksiä ja järjestöjä, keskustelemaan palveluista ja alueen kehittämisestä sekä kuulemaan ja näkemään upeita esityksiä!

Omnian kauneudenhoitoalan opiskelijat tekevät mm. pikakampauksia, tuunatun pyörän arvonta, askartelua lapsille, senioreiden konsolipelipastusta, Tuomarilan Martat myyvät kahvia, mehua ja pullaa. Tapahtuman järjestää Espoon hyvinvointityöryhmä. Katso lisätietoja [tästä](#).

Muistifoorumi –seminaari

Aika: Ke 09.05 Klo 8:30-16:00

Paikka: Hotelli Kuninkaantien auditorio, Lakelankatu 1, Espoon keskus

OHJELMA

8.30–9.00 Ilmoittautuminen ja aamukahvi

9.00–9.15 **Avaussanat**

Uudenmaan Muistiluotsi

9.15–9.30 **Pääkaupunkiseudun Muistiluotsista Uudenmaan Muistiluotsiksi**

Uudenmaan Muistiluotsi

9.30–10.15 **Mitä tarkoittaa muistiystävällinen Suomi?**

Toimialapäällikkö PsT, sh Sirkkaliisa Heimonen, Ikäinstituutti

10.15–10.30 Tauko

10.30–11.30 **Muistisairaana ihmisen lääkityksen erityispiirteet**

Geriatrian ja yleislääket. el Susanna Rapo-Pylkkö, Kirkkonummen terveyskeskus

11.30–12.30 Lounas

12.30–13.30 **Kinestetikan hyödyntäminen arjen hoitotilanteissa**

Muistiasiantuntija, Palvelukoordinaattori Eine Korhonen, Pohjois-Savon Muisti ry

13.30–14.30 **”Turvaa selustasi” – uhkaavan tilanteen ennakointi ja kohtaaminen**

Turvallisuusasiantuntija Sami Savolainen, Okapuu

14.30–14.45 Päiväkahvi

14.45–15.45 **Muistisairaana ihmisen kuntoutusta tukeva arki**

Projektisuunnittelija Sanna Suvisalmi, Muistiliitto ry

15.45–16 **Päätössanat**

Uudenmaan Muistiluotsi

Hinta: Seminaari on maksuton. Päivän aikana on kahvitarjoilu sekä mahdollisuus omakustanteiseen ruokailuun hotellin ravintolassa (seisova pöytä 15 €). Mainitse ilmoittautumisen yhteydessä halukkuutesi ruokailuun sekä mahdollinen erityisruokavalio.

Tiedustelut ja ilmoittautumiset:

26.4.2012 klo 15 mennessä [toimisto\(at\)espoonmuisti.fi](mailto:toimisto(at)espoonmuisti.fi) tai puhelimitse 040 542 5253 / Jonna Savolainen

Mahdollisuuksien tori

Tervetuloa Espoon Mahdollisuuksien torille, joka järjestetään järjestetään kauppakeskus Sellon Viaporintorilla Leppävaarassa lauantaina **12.5.2012 klo 11-16**.

Ohjelmassa järjestöjen esittäytymisen lisäksi muun muassa musiikkia, näyttelyitä, lyhyt elokuvia. Ohjelmaa on tarjolla kaiken ikäisille. Espoon Mahdollisuuksien tori järjestetään osana Kaiken kansan juhlaa.

Mahdollisuuksien torilla pohditaan viihteen ja kulttuurin lisäksi maailmanlaajuisia, kaikkia ihmisiä koskettavia teemoja. Tänä vuonna Mahdollisuuksien torin teemana on muuttoliikkeet ja pakolaisuus. Tilaisuudessa nostetaan esiin syyt ihmisten liikkeelle lähdön takana ja tuodaan ihmiset esiin maahanmuuttotilastojen takaa. Mahdollisuuksien torilla pääsee myös tutustumaan paikallisiin kansalaisjärjestöihin ja erilaisiin tapoihin vaikuttaa maailman menoon.

Kesäretki Isoon Vasikkasaareen

Aika: Ke 6.6.2012 Klo 8:30-16:00

Paikka: Iso Vasikkasaari, Lähdöt ovat Nokkalan venesatamasta os. Nokkalanniemi 2, 02230 Espoo.

Tervetuloa kesäretkelle virkistymään! Kesäretki on maksuton ja avoin kaikille järjestötoimijoille, vapaaehtoisille, yhdistysten jäsenille jne. EJY ja Espoon liikuntapalveluiden ohjaajat ovat järjestäneet päivän ajaksi kivoja liikunnallisia tapahtumia.

Päivä käynnistyy klo 9.30 aamujumpalla. Klo 10 alkaa vuoden 2012 erikoisuus Esteetön Amazing Race! .

Isolla nurmialueella on koko päivän ajan mahdollisuus pelata erilaisia pelejä ja osallistua leikkeihin. Erityisryhmät ja lapset on otettu huomioon. Klo 12.45 lähtee 45 minuuttia kestävä saaristoristeily.

Saarella on grillikatos, jossa voi paistaa makkaraa. Omat kahvit termarissa mukaan. Päivänselvä ry lämmitteää rantasaunan, jonka läheisyydessä on uintimahdollisuus. Isoon Vasikkasaareen menemme Ilves-nimisellä laivalla. Aluksessa on 80 paikkaa ja 5-8 pyörätuolipaikkaa.

1. lähtö on 8.30

2. lähtö on 8.45

3. lähtö on 9.00 (tarvittaessa)

Lähdöt ovat siis Nokkalan venesatamasta, osoite on Nokkalanniemi 2, 02230 Espoo. Paikalle on hyvä tulla 15 min. ennen lähtöä. Paluu saaresta Nokkalan venesatamaan tapahtuu jaksoittain. Klo 15.30, 15.45 ja tarvittaessa 16.00 Retken järjestäjinä toimivat Espoon Järjestöjen Yhteisö ry, Espoon liikuntapalvelut ja Päivänselvä ry. Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry leipoo pullat tapahtumaan. Mehutarjoilu.

Tiedustelut ja ilmoittautumiset:

Espoon Järjestöjen Yhteisö ry järjestösihteeri Miikka Pääkkö gsm 050 434 3022 tai sposti [miikka.paakko\(at\)eijy.fi](mailto:miikka.paakko(at)eijy.fi) pe 1.6.2012 mennessä.

Lisätietoa Esteettömästä Amazing Racesta

Aamujumpan jälkeen n. klo 9.45 keräännytään isolle nurmialueelle, grillikatoksen läheisyyteen. Nurmialueella luodaan joukkueet. Joukkueet ovat kahdesta hengestä ylöspäin, joko sekajoukkueita tai oma kaveriporukka. Lähtölaukaus kisaan annetaan joukkueiden luonnin jälkeen n. klo 10. Joukkueet saavat käsiinsä kartan, jossa on reitti merkattuna ensimmäiselle tehtävälle. Ensimmäiselle tehtäväalueelle päästyään joukkueet suorittavan tehtävän. Tehtävän suoritettuaan joukkueet saavat rastilta ohjeet siirtyä seuraavalle rastille, jossa on uusi tehtävä. Tehtäviä reitin varrella on neljä. Viimeiseltä rastilta palataan takaisin isolle nurmialueelle, johon Esteetön Amazing Race päättyy! Jokaisella rastilla on henkilö paikalla. Tehtävät ovat joko toiminnallista, pulmanratkaisua, visailua tms.

Osallistu rohkeasti kisaan ja tutustu samalla uudella tavalla Isoon Vasikkasaareen! Voittajajoukkue palkitaan!

Toimintaa organisoiville

Tapahtumat ja seminaarit

Espoon Vapaaehtoisverkoston verkostotapaaminen

Seuraava Verkostotapaaminen pidetään Ke 18.4.2012 klo 15.00-18.00, jolloin Valikko verkostojen perustaja Liisa Reinman saapuu Yhteisötuvalle puhumaan vapaaehtoistoiminnan koordinoinnista. Liisalta saadaan myös vinkkejä vapaaehtoisten sitouttamiseen.

Ilmoittautumiset: [info\(at\)espoonvapaaehtoisverkosto.fi](mailto:info(at)espoonvapaaehtoisverkosto.fi) tai Tiina Nurmenniemi 050 440 56 52.

Vastuunkantajien vapaailta

Aika: Ke 23.5.2012 Klo. 16-19.

Paikka: Helinä Rautavaaran museo, Näyttelykeskus Weege: Ahertajantie 5.

Tilaisuus on tarkoitettu yhdistysten luottamushenkilöille ja pienten yhdistysten työntekijöille. Vastuunkantajien vapaailta -hyvinvointipajassa pääset tuulettamaan ajatuksia stimuloivassa ja värikkäässä ympäristössä.

Samalla saat tutustua Helinä Rautavaaran museoon ja sen esineistöön!

EJYn Win4all-hanke toteuttaa Helinä Rautavaaran museon kanssa vuonna 2012 neljä vapaailtaa: 7.3., 23.5., 5.9. ja 7.11., aina keskiviikkoisin klo 16-19, Näyttelykeskus WeeGeessä Helinä Rautavaaran museon tiloissa. Tapaamiset muodostavat sarjan, eli halutessasi voit osallistua myös seuraaviin kertoihin.

Illan aikana pohditaan omien voimavarojen olemassaoloa ja niiden antamia mahdollisuuksia. Iltoja emännöi museo-opas Taina Kilpelä, joka on perehtynyt yhteisöteatteriin ja draamakasvatukseen. Menetelmät ovat pääasiassa toiminnallisia.

Hinta: Vapaaillat ovat maksuttomia.

Tiedustelut ja ilmoittautumiset: Paikkoja on rajoitettu määrä, joten ilmoittauduthan mahdollisimman pian tulevaan iltaan, kuitenkin viimeistään **27.4.** mennessä: minttu.vaisanen (at) ejy.fi tai 050-540 3432.

Yksinäisyys ajan ilmiönä –seminaari

Aika: Ke 30.05 Klo 8.30-15.30

Paikka: Espoon valtuustotalon valtuustosali Espoonkatu 5

Seminaari on tarkoitettu: Kuntalaisille, työntekijöille ja kaikki aiheesta kiinnostuneet

OHJELMA

8.-30-9.30 Tervetuloa / Avauspuheenvuoro Pekka Sauri, puheenjohtaja, Mielen terveyden keskusliitto

9.30-9.45 Venyttelytauko

9.45-11.15 Mitä on olla yksinäinen? Yksinäisyys ikääntyvän arjessa Elisa Tiilikainen, VTM

11.15-12.15 Lounas, omakustanteinen

12.15-12.45 Omaisen puheenvuoro

12.45-13.45 150 puhelinnumeroa, mutta ei ketään, kenelle soittaa Tarja Heiskanen, sosiaalipsykologi, viestintäjohtaja, Suomen Mielenterveysseura

13.45-14.15 Kahvi ja materiaalitoriin tutustuminen

14.15- 14.45 Yksinäisyys - mitä se on seurakunnan arjessa Eveliina Kauppila, diakonissa, Leppävaaran seurakunta

14.45-15.15 Kohtaamisia ja osallistumismahdollisuuksia mitä kaikkea Espoosta voi löytyä? Marja Vuorinen, asiantuntija, Espoon mielenterveys- ja päihdepalvelut

15.15-15.30 Keskustelua

Hinta:

Seminaari on maksuton

Tiedustelut ja ilmoittautumiset:

Ilmoittautumiset 21.5.2012 mennessä: [eija.suominen\(at\)otu.fi](mailto:eija.suominen(at)otu.fi) tai puh. 050 534 8395

Mietteitä Valikko-tapaamisesta

Vuoden ensimmäinen vapaaehtoistoiminnan koordinaattoreiden Valikko-tapaaminen pidettiin 26.3.2012. Valikkoryhmäläiset pääsivät tutustumaan Leppävaaran seurakunnan monipuoliseen ja mielenkiintoiseen vapaaehtoistointaan Riitta Türkmenin opastuksella.

Valikko-tapaamisen ohjelmaan kuului myös tutustumiskäynti Espoon Leppävaarassa sijaitsevaan Raitin Pysäkkiin. Raitin Pysäkki on matalan kynnyksen kohtaamispaikka, jonne kaikki on tervetulleita ja, jossa järjestetään monenlaista toimintaa. Erittäin kodikkaassa tuvassa voi nauttia joka arkipäivä tuoreesta kahvista ja vaikka lukea päivän sanomalehden. Keskiviikkoisin on tarjolla maukasta kotiruokaa ja muina päivinä herkullista puuroa. Toiminnasta kertoi tarkemmin Raitin Pysäkin vapaaehtoinen henkilökunta eli Pirkko Laine ja Seija Konttinen sekä Ulla-Maija Keränen SPR:n Kehä-Espoon osastolta.

Kaiken kaikkiaan vuoden ensimmäinen Valikko-tapaaminen oli onnistunut tilaisuus: osallistujat olivat innostuneita kuulemaan Raitin Pysäkin sekä Leppävaaran seurakunnan vapaaehtoistoiminnasta. Vapaamuotoinen jutustelu mukana olleiden välillä loi miellyttävän tunnelman Valikko-tapaamiseen.

Kiitoksia vielä kaikille osallistuneille. Seuraava Valikko-tapaaminen pidetään toukokuussa. Tarkka ajankohta ja paikka ilmoitetaan toukokuun kuukausitiedotteessa.

Santra-hanke tiedottaa

Apua senioreiden kanssa toimiville

Seniorineuvoja auttaa senioreihin liittyvissä asioissa. Neuvojalle voi soittaa nimettömästi numeroon (09) 816 30 265. Seniorineuvoja palvelee maanantaista torstaihin klo 10-15. Myös sähköpostitse voi lähettää viestiä osoitteeseen [seniorineuvonta\(at\)espoo.fi](mailto:seniorineuvonta(at)espoo.fi)

Uusi jäsen liittyi verkostoon

Kauklahden nuorisotila/ Nuorisopalvelut on liittynyt Espoon Vapaaehtoisverkoston jäseneksi. Olisiko kiinnostusta lähteä mukaan heidän vapaaehtoistoimintaan tai rakentaa yhteistyötä? Kauklahden nuorisotilan/ Nuorisopalveluiden sekä muiden jäsenyhteisöjen esittelyt & yhteystiedot löydät [täältä](#).

Tykkää tai suosittele tehtäviä Facebookissa!

Jokaisen avoimen vapaaehtoistehtävän yläreunassa on nyt "suosittele" ja "tykkää" -painikkeet. Niitä klikkaamalla voit mainostaa mukavalta kuulostavaa vapaaehtoistehtävää ystävillesi ja tuttavillesi Facebookissa. Tällä tavoin annat vapaaehtoistoiminnalle myös arvokasta lisänäkyvyyttä. Siispä, jos sinulla on Facebook-tili, mars tykkäilemään!

Jos sinulla on tiedotettavaa

Kirjoita teksti suoraan sähköpostin viestiosaan.

Viestin pituus enintään 600 merkkiä.

Ei erikoismerkkejä (VERSAALIA, *kursiivia*, **lihavoiteja**, väriä yms.).

Tekstipätkän loppuun tieto, mistä asiasta kiinnostuneet saavat lisätietoa.

Laita viesti osoitteeseen info@espoonvapaaehtoisverkosto.fi kuukauden viimeisenä perjantaina.

Voit myös toimittaa viestin samoilla ohjeilla osoitteeseen Santra -hanke, Kauppamiehentie 6, 20100 Espoo

Hankesuunnittelijoilla on oikeus muokata tai olla julkaisematta tekstiä.