

KIVA KUN TULIT TAAS!

Kertaluonteinen ystävöiminta sopii myös niille vapaaehtoisille, jotka eivät pysty sitoutumaan pitkäksi aikaa.



MAAILMAA MULLISTAVA KOKEMUS

JOONAS BRANDT



YLI MILJOONA suomalaista kokee yksinäisyyttä jossakin vaiheessa elämäänsä. Yksinäisyys on negatiivinen olotila, kokemus ulkopuolisuudesta, joka heikentää merkittävästi ihmisen hyvinvointia. "Jos yksinäisyys pääsee niin pahaksi, ettei ole ketään, kenelle puhua, niin siinä kohtaa kun löytää jonkun sellaisen ihmisen, jolle kokee turvalliseksi puhua, se on maailmaa mullistava kokemus." Näin kuvailee ystävänpäiväkampanjan videossa esiintynyt 27-vuotias Ville.

Suomen Punaisen Ristin vapaaehtoiset ystävät tarjoavat näitä maailmaa mullistavia kokemuksia. Ystävätoiminnassa on mukana yli 8000 koulutettua vapaaehtoista ystävää ja he kohtaavat vuosittain yli 20 000 ystävää kaipaavaa lähes 300 paikkakunnalla.

Jo 60 vuoden ajan vapaaehtoiset ystävät ovat vierailleet yksinäisyyttä kokevien ikäihmisten luona kodeissa tai palvelutaloissa. Ystävät ohjaavat senioriryhmiä, tukevat omaishoitoperheitä ja vierailevat vankiloissa, he kohtaavat nuoria ja maahan muuttaneita tapahtumissa sekä kohtaamispaikoissa. Ystävä voi toimia kerta-avun tehtävissä eli saattaa asioille tai auttaa pienissä askareissa. Verkkoystävätoiminnassa ystävykset kohtaavat viestittelemällä.

Kiitos jokaiselle vapaaehtoiselle arvokkaasta ajasta.

Maailman mullistajia tarvitaan koko ajan lisää, joten tervetuloa ystäväksi!

Maaret Alaranta
sosiaalitoiminnan
koordinaattori
Suomen Punainen Risti



APUA SINUN AVULLASI 1/2020
SUOMEN PUNAISEN RISTIN TUKIJALEHTI

JULKAISIJA Suomen Punainen Risti, Tehtaankatu 1 a, 00140 Helsinki
PÄÄTOIMITTAJA Ilpo Kiiskinen TOIMITUSSIIHTEERI Tuuli Daavittila
ULKOASU Carita Lehtniemi, AD TAITTO Marja Keränen
KIRJAPAINO Laine Direct Oy KANNEN KUVA Maria Santto/Suomen Punainen Risti
OSOITTEENMUUTOKSET lahjoitukset@punainenristi.fi
tai 020 701 2000/lahjoittajarekisteri

SUOMEN PUNAISEN RISTI



Syyriassa on avattu uusi terveysasema suomalaisten lahjoittajien tuella

Tammikuun alussa toimintansa käynnistänyt Syyrian Punaisen Puolikuun uusiin terveysasema tarjoaa laadukasta ja maksutonta terveydenhoitoa Sednayan kaupungissa.

– Kun saavuimme aamulla terveysasemalle, odotustila oli jo täynnä naisia, miehiä ja lapsia, kertoo paikan päällä vierailut Suomen Punaisen Ristin työntekijä Niklas Saxén.

Tammikuun loppuun mennessä terveysasemalla oli hoidettu 397 potilasta. Syyriassa tilanne jatkuu erittäin vaikeana, eikä monella ole pääsyä hoitoon tai varaa lääkkeisiin.

Suomen Punainen Risti tukee Syyriassa myös fysioterapiapalveluita ja osallistuu kansainvälisen Punaisen Ristin avustusoperaatioon lähettämällä avustustyöntekijöitä ja materiaaliapua. Avun tarve jatkuu vielä hyvin pitkään. ●

Yli

11 milj.

ihmistä kärsii ruoan
puutteesta eteläisessä
Afrikassa

88

Vapaaehtoisten
verkkoystävien määrä
tammikuussa 2020

Yli

8000

vapaaehtoista ystävää on
mukana Punaisen Ristin
ystävätoiminnassa



SAARA MANSIKKAMÄKI

Punainen Risti auttaa eteläisen Afrikan ruokakriisistä kärsiviä

Punaisen Ristin käteisavustukset ja ruoka-apu auttavat perheitä selviämään pahimman kuivuusjakson yli. YK:n mukaan yli 11 miljoonaa ihmistä kärsii kuivuuden vuoksi ruoan puutteesta yhdeksässä eteläisen Afrikan maassa.

Punainen Risti auttaa Eswatinissa tarjoamalla 2 200 perheelle käteisavustuksia, jotta perheet selviävät vaikeimman ajan yli. Zimbabwessa Suomen Punainen Risti vaihtaa käteisavustukset ruoka-avuksi, koska maassa ruoan saatavuus on huonontunut.

Suomen Punaisen Ristin ruoka-apuohjelmaa Eswatinissa ja Zimbabwessa tukevat Euroopan Unioni sekä katastrofirahaston lahjoittajat. ●



MAIJU POHJANHEIMO

Sointu tietää, että ulkoilu tekee Eevalle hyvää, joten ennen taksin tuloa haukataan vähän happea.

KIVA KUN TULIT TAAS!

Kertaluonteinen ystävätoiminta sopii myös niille vapaaehtoisille, jotka eivät pysty sitoutumaan pitkäksi aikaa.

TALVINEN PAKKASPÄIVÄN aamu on vielä hämärä, kun Punaisen Ristin vapaaehtoinen Sointu Zerni, 74, jo seisoo kemiläisen Eeva Parttimaan oven takana ja kilauttaa ovikelloa. Sointu on tullut Eevan kaveriksi silmäpolille, jossa menee yleensä useampi tunti ja käyntejä eri osastoilla voi tulla useampia. Niin pitkä aika yksin sairaalan pitkillä käytävillä olisi 84-vuotiaalle Eevalle liikaa. Lukuisten lääkärikäyntien takia Eeva onkin ollut Punaisen Ristin avustajarengasta asiakas jo vuosia.

Pitkään aikaan Eevan oven takaa ei kuulu mitään, mutta Sointu ei huolestu. Hän tietää,

että Eevan jalat ovat huonona ja hän liikkuu palvelutalon asunnossaan rollaattorin avulla. Aikaa sängyltä ovelle on vain muutama metri, mutta aikaa kuluu hyvä tovi.

Ja antaa ajan kulua. Eevan lääkäriaika on vasta tunnin päästä, joten kiirettä ei ole.

TEKEMISTÄ ELÄKEPÄIVILLE

Sointu on osa Punaisen Ristin Kemi-Keminmaa -alueen avustajarengasta, johon kuuluu tällä hetkellä noin 16 henkeä. Hän on tyypillinen vapaaehtoinen – eläkkeellä oleva nainen. Miehiä on mukana neljä. Asiakkaita, joiden

luona vapaaehtoiset käyvät, oli vuonna 2019 yhteensä yli 60. Aikaa vapaaehtoiset viettivät asiakkaiden kanssa yhteensä noin 600 tuntia.

Ystäväpalvelussa mukavinta ovat hänestä ihanat asiakkaat. Suurin osa on yksinäisiä ikäihmisiä, joiden seurasta ja tarinoinnista Sointu nauttii.

Siitä päätellen, miten Eeva ottaa Sointun vastaan, tunne on molemminpuolinen.

– Oi, sinä tulit taas, onpa ihanaa! Eeva huokaisee silmät loistaen ja päästää Sointun sisään. Kohta pienen kaksion täyttää iloinen puheensorina.

TÄRKEITÄ IHMISIÄ

Naisilla on yhteisiä puheenaiheita jo Sointun lapsuusvuosilta lähtien. Eeva kertoo, että on työskennellyt Kemiyhtiön lautatarhalla Sointun äidin kanssa ja muistaa lettipäisen tytön jo niiltä ajoilta.

– Olihan se mukava yllätys, kun tuttu tyttö tuli oman oven taakse, hän sanoo.

Vaikka Sointun rooli on avustaa Eevaa silmäpolikäynnin ajan, on käynti selvästi

Eevalle myös sosiaalinen tapahtuma. Hän suree sitä, että paras ystävä on sairastunut Alzheimerin tautiin ja palvelukodin muutkin asukkaat alkavat jo olla niin huonokuntoisia, ettei heistä juuri ole seuraa. Punaisen Ristin vapaaehtoiset tuovat käynneillään mukavaa vaihtelua.

– Kyllä nämä vapaaehtoiset ovat tärkeitä ihmisiä minulle. Minusta on niin kiva, kun käy ihmisiä ja saa jutella. Yksin ollessa minulla on radio koko ajan päällä, yölläkin, Eeva sanoo ja hymyilee Sointulle.

ETHÄN SINÄ VIELÄ LÄHDE?

Sointu tietää, että ulkoilu tekee Eevalle hyvää, joten vaikka aikaa taksin tuloon on vielä mukavasti, hän alkaa pikku hiljaa hoputtaa Eevaa pukemaan. Hän auttaa tukisukat päälle ja kengät jalkaan ja kaivaa kaapista hienon punaisen hatun, jota Eeva pitää päässä kaupunkireissuilla.

– Kun nyt toimitaan, ehditään vähän haukata happea ennen taksikyntiä, Sointu juttelee.

Kun silmäpolin käynti on hoidettu, ollaan jo iltapäivässä. Tavallisesti Sointun avustajakeikka loppuisi Eevan kotiin saattamiseen. Hän osaa kuitenkin jo odottaa kahvikutsua, joka tulee heti, kun naiset ovat päässeet taksista.

– Ethän sinä vielä lähde? Tulethan kahville? Eeva pyytää, ja Sointu tietysti suostuu. ●

TEKSTI: SUSANNA CHAZALMARTIN



MAIJU POHJANHEIMO

Eevan jalat ovat huonona ja hän liikkuu palvelutalon asunnossaan rollaattorin avulla.

- Ikääntyneelle yksin asuvalle vapaaehtoisen ystävävierailut tuovat turvallisuuden tunnetta ja iloa arkeen.
- Usein pelkkä läsnäolo riittää, mutta vapaaehtoisen ystäväseura usein rohkaisee ikäihmistä lähtemään liikkeelle kodin ulkopuolellekin.
- Kertaluonteinen ystävätoiminta on tarkoitettu niille, jotka kaipaavat apua ja tukea vaikkapa yksittäiselle lääkäri- tai kauppareissulle. Tämänkaltaisen asiointiapu on lyhytkestoista ja kertaluonteista.

”NUORTEN TURVATALOLLE PÄÄSEMINEN OLI ELÄMÄNI KÄÄNNEKOHTA”

Oli myöhä tammikuun ilta tai yö, kun isäni saattoi minut Nuorten turvatalolle Helsinkiin.

OLIN ALOITTANUT ammatillisen oppilaitoksen syksyllä. Asuin äitini kanssa Helsingissä. Olin ollut isäni luona Klaukkalassa viikonlopun, ja sieltä en halunnut palata äidin luokse. Meillä oli äidin kanssa hankalaa, emme tulleet oikein toimeen. Isä oli kuullut Turvataloista lastensuojelun työntekijöiltä, jotka olivat aktiivisesti mukana elämässäni.

En muista tarkalleen, kuinka monta ihmistä minua oli Turviksella ottamassa vastaan. Sen muistan, että minulle näytettiin makuuhuone, jossa saisin yöpyä, ja sitten sain iltapalaa. Kävimme siinä nopeasti läpi tilannettani, ja sen jälkeen menin nukkumaan. Työntekijät näkivät, että olin tosi väsynyt, joten asioihin ei kannattanut siinä illalla syventyä sen enempää.

Jatkoimme juttua aamulla. Enpä aavistanut siinä kohtaa, että jäisin Turvatalolle lopulta yhdeksi kuukaudeksi.

Nuorten turvatalolle pääseminen oli elämäni käännekohta. Turvis oli ensimmäinen niin sanottu hoitotaho, jossa minut otettiin tosissaan ja minua kuunneltiin. Sain sieltä sellaista apua, jota olin toivonut ja tarvinnut jo pitkään.

Työntekijät olivat aivan ihania. Puhuimme myös ihan muista asioista kuin tilanteestani, kävimme läpi esimerkiksi uusimmat julkkiskohut ja -juorut. Tärkeintä oli, että sai ottaa oman aikansa – kukaan ei hoputtanut tai sanonut, että nyt kyllä pitäisi jo saada nämä

asiat kuntoon.

Turviksen itsenäistymisen tuen ohjelmassa minua autettiin esimerkiksi löytämään nykyinen vuokra-asunto. Lisäksi autettiin käytännön seikoissa kuten vakuutus- ja muissa asioissa. Minulle itselleni yksi tärkeimmistä jutuista oli se, että minua tuettiin ruuanlaiton opettelussa: kävimme yhdessä läpi kivoja reseptejä ja harjoittelimme. En kyllä vieläkaan tykkää laittaa ruokaa, mutta sain siihen kuitenkin vähän vinkkejä.

Nuorten turvataloista pitäisi ehdottomasti kertoa yläasteilla ja joka paikassa, jotta ihmiset tietäisivät, että sinne voi mennä myös ihan lyhyeksi ajaksi ja matalalla kynnyksellä. Itse vein asunnottomana olleen ystäväni vähän aikaa sitten Turvikselle, ja hänkin sai sieltä kaipaamaansa apua.

Tiedän, että silloin kun asiat ovat todella huonosti, kaikki tsemppauspuheet tuntuvat tyhmillä. Siltä, että mitä te oikein selitätte, eivät asiat oikeasti välttämättä järjesty. Haluaisin kuitenkin sanoa samassa tilanteessa oleville nuorille, että toivosta ei kannata luopua, ja että vaikea tilanne ei jatku ikuisesti ja siihen voi saada apua.

Omalla kohdallani voin sanoa, että jos Nuorten turvatalon apua ei olisi ollut, en rehellisesti sanottuna tiedä, olisinko tässä. ●

TEKSTI: HENNA RAATIKAINEN

JENNA LEHTONEN

Nuorten turvatalolle pääseminen oli Leian elämän käännekohta.



Nopeaa apua huoliin

- Nuorten turvatalot auttavat nuoria ja heidän perheitään erilaisissa arjen pulmissa ja kriiseissä. Apu on maksutonta.
- Turvatalot sijaitsevat Espoossa, Helsingissä, Tampereella, Turussa ja Vantaalla sekä auttavat nuoria valtakunnallisesti verkossa.
- Turvatalolta saa keskusteluapua, ja nuori voi myös tarvittaessa yöpyä. Avun saa nopeasti jokaisena päivänä ympäri vuoden.

KOULUTYTÖT KANNUSTAVAT TOISIAAN OPISKELUUN

Suomen Punainen Risti auttaa ehkäisemään teiniraskauksia ja -avioliittoja Malawissa.

RASKAUS TAI avioliitto keskeyttää monen malawilaisen tytön koulunkäynnin liian varhain. Raskaaksi tuleminen tarkoittaa nuorelle tytölle usein pikaista avioliittoa, jonka jälkeen äiti jää lasta ja kotia hoitamaan, eikä jatka koulunkäyntiä. Jotkut vanhemmat painostavat tai pakottavat tyttäriään avioitumaan kouluikässä.

Kouluissa toimivat tyttöjen kerhot pyrkivät estämään liian varhaisia avioliittoja ja saamaan oppilaita takaisin koulun penkille.

– Jos oppilas on pitkään poissa koulusta, ryhmämme vierailee kodissa keskustelemassa vanhempien kanssa. Tarvittaessa otamme mukaan koulun rehtorin, kertoo Esther Frezer, 16-vuotias Kakoman koulun tyttöjen kerhon puheenjohtaja.

– Tavoitteenamme on saada vanhemmat ymmärtämään opiskelun tärkeys ja tyttö takaisin kouluun, Esther sanoo.

Tyttöjen kerhojen kokouksissa keskustellaan koululaisten elämään liittyvistä asioista ja rohkaistaan itsenäiseen päätöksentekoon. Tyttöjä muistutetaan ehkäisyn tärkeydestä ja motivoidaan keskittymään opintoihin.

Ryhmissä jaetaan myös tietoa siitä, mitä riskejä raskaus ja synnytys aiheuttavat sekä nuorelle että vauvalle.

Malawin Punainen Risti on Suomen Punaisen Ristin tuella muun muassa kouluttanut kerhojen vetäjiä, ja järjestön työntekijöitä vierailee säännöllisesti ryhmien kokouksissa. – Kerhojen ohella järjestämme kouluissa ja yhteisöissä draamaesityksiä ja elokuvanäytöksiä, joissa annetaan seksuaalivalis-

tusta ja rohkaistaan välttämään avioitumista liian nuorena, kertoo Malawin Punaisen Ristin työntekijä Yasinta Namacha.

Teiniavioliittoja ei solmita vain pakon edessä. Jotkut koulutyöt hakeutuvat seurustelusuhteisiin huonon koulumenestyksen lannistamina tai seikkailunhalusta.

Tyttöjen kerhojen lisäksi koululaisia tukevat ja opastavat Malawin Punaisen Ristin kouluttamat äitiryhmät. Ne toimivat linkkinä koulujen ja oppilaiden vanhempien välillä.

– Puutumme pitkiin poissaoloihin, sillä kotiin jääneitä tyttöjä saatetaan yllyttää tai pakottaa menemään naimisiin, kertoo Milca Phambala, Lundun koulun äitiryhmän vetäjä.

Jos poissaolot johtuvat rahapulasta, äitiryhmät avustavat perheitä koulumaksuissa ja tarvikkeiden hankinnassa.

Teiniavioliittoja yritetään estää Malawissa lainsäädännönkin avulla. Laki lasten suojelun ja oikeuksien edistämiseksi antaa mahdollisuuden perua jo solmittuja avioliittoja.

– Tarvittaessa ryhmämme voi ottaa yhteyttä kyläpäällikköön ja poliisiin. Alaikäisen tytön kanssa naimisiin mennyt mies voidaan tuomita rangaistukseen, Phambala sanoo.

Äitiryhmät keskustelelevat seurustelusta ja avioliitoista myös poikien kanssa, sillä on tärkeää vaikuttaa molempien sukupuolten asenteisiin.

Suomen Punainen Risti tekee kehitysyhteistyötä Malawissa ulkoministeriön ja lahjoittajien tuella. •

TEKSTI: MIKA JOUHKI



Thokozani Puleni, 15, on saanut Malawin Punaiselta Ristiltä opiskelua varten tarvikkeita, kuten koulupuvun, kirjoja ja kyniä.

GOOD TO HAVE YOU BACK!

One-time friend visitor activities are also suitable for volunteers who are unable to commit for a long period of time.

THE FROSTY winter morning is still dark as Red Cross volunteer Sointu Zerni, 74, already stands behind the door of Eeva Parttimaa in Kemi, ringing the doorbell. Sointu has come to join Eeva at the eye clinic, which usually takes several hours and may involve several visits to different departments. Such a long time alone in the long corridors of the hospital would be too much for Eeva, 84. Because of her numerous visits to the doctor, Eeva has been a client of the Red Cross assistant circle for years.

Sointu is part of the Red Cross assistant circle in the Kemi and Keminmaa region, with about 16 current members. She is a typical volunteer – a retired woman. Four of the volunteers are men. In 2019, there were more than 60 clients that the volunteers visited. The volunteers spent about 600 hours with their clients in total.

Sointu thinks that the nicest part about the friend visitor service are the wonderful clients. Most of them are lonely older people, whose company and stories Sointu enjoys.

While Sointu's role is to assist Eeva during the eye clinic visit, the visit is clearly also a social event to Eeva. She mourns the fact that her best friend is suffering from Alzheimer's disease and the other residents of the service home are also starting to be in such poor health that they cannot provide much company. Red Cross volunteers bring some



MAIJU POHJANHEIMO

Sointu knows that the outdoors are good for Eeva.

nice variety with their visits.

– These volunteers sure are important people to me. It's so nice when people come to visit and we get to chat. When I'm alone, I have the radio on all the time, even at night, Eeva says and smiles at Sointu.

Sointu knows that the outdoors are good for Eeva, so even though there is still plenty of time before the taxi arrives, she starts to urge Eeva to get dressed. She helps Eeva put on compression stockings and shoes and digs out a beautiful red hat from the closet that Eeva wears on city trips.

– If we act now, we have a little time to get some air before the taxi arrives,' Sointu says.

When the eye clinic visit is done, it is already afternoon. Normally, Sointu's assistant job would end with taking Eeva back home. However, she already knows to expect an invitation for coffee. And indeed, it comes as soon as the women are out of the taxi.

– You aren't leaving yet? Would you come in for some coffee? Eeva asks, and Sointu accepts, of course. ●

JENNA LEHTONEN



Being admitted to the youth shelter was a turning point in Leia's life

"I was shown to a bedroom where I could stay, and then I was given a snack"

It was a late January evening or night when my father took me to the youth shelter in Helsinki. I had started studying in a vocational school that autumn. I was having a difficult time with my mother – we did not get along. My father had heard about youth shelters from child welfare employees, who were actively involved in my life.

I can't remember exactly how many people there were to greet me at the shelter. I remember being shown to a bedroom where I could stay and given a snack. We discussed my situation briefly and then I went to sleep. The employees could tell that I was very tired, and they decided not to discuss things any further that night. We continued our discussion in the morning. I had no idea then that I would end up staying at the shelter for nine months.

The employees were lovely. The most important thing was to be able to have some time to myself – no one rushed me along or said that I should hurry up and start getting my life together.

Being admitted to the youth shelter was a turning point in my life. The shelter was the first so-called care facility where I was taken seriously and listened to. They gave me the kind of help I had been hoping for for a long time. I can tell you that I might not even be here if it weren't for the help I received at the youth shelter.

●



VILLE PALONEN

Schoolgirls encourage each other to study

The Finnish Red Cross helps prevent teenage pregnancies and marriages in Malawi.

Pregnancy or marriage interrupts many Malawian girls' schooling too early. To a young girl, getting pregnant often means a hasty marriage, after which the mother stays at home to take care of her child and drops out of school. Some parents pressure or force their daughters to marry at school age.

Girls' Clubs at schools try to prevent early marriages and get students back to school.

– If a student is away from school for a long time, our group will visit the home to talk with the parents. If necessary, we will bring the school principal along on the visit, says Esther Frezer, the 16-year-old president of the Kakoma School Girls' Club.

– Our goal is to get parents to understand the importance of studying and get the girl back to school, says Esther.

The Finnish Red Cross carries out development cooperation in Malawi with the support of donors and the Ministry for Foreign Affairs. ●



Tekemällä testamentin voit huolehtia sinulle tärkeistä ihmisistä ja asioista myös poismenosi jälkeen. Testamentti Punaiselle Ristille mahdollistaa työn jatkumisen tulevienkin sukupolvien hyväksi.

Jätä perinnöksi inhimillisempi maailma

Oletko miettinyt mitä haluat omaisuudellesi tapahtuvan poismenosi jälkeen? Tiedätkö miten perintösi jakautuu, jos sinulla ei ole testamenttia? Punaisen Ristin testamenttiopas on hyvä perustietopaketti kaikille, jotka pohtivat testamentin laatimista. Tilaa maksuton opas ja tutustu siihen rauhassa kotonasi. Oppaan tilaaminen ei velvoita sinua mihinkään.

Jos harkitset jättäväsi osan omaisuudestasi Punaisen Ristin kautta apua tarvitseville ihmisille, ole meihin yhteydessä. Annamme mielellämme suosituksia asianajajista, jotka auttavat sinua maksutta ja ehdottoman luotettavasti laatimaan testamenttisi.

Tilaa testamenttiopas tai kysy lisää:
testamenttilahjoittamisen asiantuntija
Mia Ekström, puh. 040 562 2472,
mia.ekstrom@punainenristi.fi

Bumerang-avainturva palauttaa kadonneet avaimet!

Avaimet palautuvat omistajalleen turva-avaimenperästä löytyvän rekisteröidyn tunnistenumeron avulla. Suomen Punaisen Ristin kumppanina toimii Falck Oy.

Tilaukset ja lisätiedot
punainenristinkauppa.fi,
myynti@punainenristi.fi,
puh 020 701 2211.

Hinta 19 €
sisältää avainlaatan
sekä 12 kk palautus-
palvelun.



Merkkipäivä tulossa?

Perusta oma keräyksesi sinulle tärkeään kohteeseen osoitteessa
facebook.com/fund/punainenristi

Seuraa meitä somessa



facebook.com/punainenristi
twitter.com/PunainenRisti
youtube.com/SuomenPunainenRisti

Apusi menee perille

Katso netistä, mitä muuta katastrofirahastoon lahjoitetuilla varoilla on tehty:
punainenristi.fi/tyomme-maailmalla