

Osaa auttaa.



**NOPEA ENSIAPU VOI PELASTAA TYÖKAVERISI TAI LÄHEISESI HENGEN. TILAA KURSSI PUNAISELTA RISTILTÄ, ENSIAVUN ASiantuntijalta. TUET SAMALLA VAPAAEHTOISTA ENSIAPURYHMÄ- JA YSTÄVÄTOIMINTAAMME.**



## Ensiapu EA 1<sup>®</sup>, 16 tuntia

Ensiavun peruskurssilla oppii auttamaan onnettomuuksissa ja tavallisimmissa sairauskohtauksissa sekä pienemmissä koti- ja vapaa-ajan turmissa.

Toteutamme kaikki kurssimme niin, että osanottajat saavat harjoitella runsaasti. Ryhmässä voi olla enintään 15 henkilöä/kouluttaja.

**ANNAMME ENSIAPUKURSSEISTA PUNAISEN RISTIN TODISTUKSEN. SUOSITTELEMME TAITOJEN PÄIVITYSTÄ KOLMEN VUODEN VÄLEIN.**

### KURSSIN SISÄLTÖ

- Auttaminen onnettomuus-tilanteissa ja sairauskohtausten sattuessa
- Hätäensiavun perusteet
  - Tajuttomalle annettava ensiapu
  - Peruselvytys
  - Vierasesine hengitysteissä
  - Verenkierron häiriötila (sokki)
- Haavat
- Tavallisimmat sairauskohtaukset
- Palovammat
- Nivelvammat ja murtumat
- Myrkytykset
- Ryhmäkohtaiset painotukset
- Käytännön harjoitukset

### Lisätietoa ja tilaukset

Suomen Punainen Risti  
Helsingin ja Uudenmaan piiri  
Koulutussihteeri  
Leena Lepistö 020 701 2376,  
leena.lepisto@punainenristi.fi

Kurssikalenteri  
[www.punainenristi.fi/opi-ensiapua](http://www.punainenristi.fi/opi-ensiapua)

**Valtakunnallinen ensiapu-  
koulutusnumero 020 701 2376**

**Valtakunnalliset sopimukset**

Ensiapukoulutuksen päällikkö  
Mirja Sjöberg 020 701 2378  
[mirja.sjoberg@punainenristi.fi](mailto:mirja.sjoberg@punainenristi.fi)



[www.punainenristi.fi](http://www.punainenristi.fi)

**PUNAINEN RISTI – SUOMEN JOHTAVA ENSIAVUN ASiantuntija.**  
Järjestimme ensimmäiset ensiapukurssit jo vuonna 1885 ja viemme koulutusta eteenpäin yhteistyössä kansainvälisen Punaisen Ristin ja eurooppalaisten sisaryhdistysten kanssa. Järjestämme ensiapukursseja niin työpaikoilla kuin koulutuskeskuksissamme.

Laadukkaat ensiapuvälineet: [www.punainenristinkauppa.fi](http://www.punainenristinkauppa.fi)