SPR Hätäensiapukurssi 8 t®

– Osaatko auttaa, kun hätä on suurin?

Sairauskohtaus, tapaturma tai äkillinen elvytystilanne – hätätilanne ei varoita etukäteen. Ensiaputaito on halpa henkivakuutus, joka antaa varmuutta toimia silloin, kun sekunnit ratkaisevat.

Tule mukaan käytännönläheiseen ja viralliseen SPR Hätäensiapukurssiin hakemaan rohkeutta ja taitoa auttamiseen!

Kurssin tiedot:

🗓️ **Aika:** Keskiviikko 2.12.2026 klo 8.30–16.00

📍 **Paikka:** Liessaarenkatu 3e, 08100 Lohja (3.kerros)

🎓 **Kouluttaja:** Työterveyshoitaja, ensiavun ja terveystiedon kouluttaja (ETK)

💰 **Hinta:** 105,80 € / osallistuja + rekisteröintimaksu 18,90 € / osallistuja
(hintoihin lisätään arvonlisävero)

Mitä kurssilla opitaan?

Kurssi toteutetaan tehokkaana lähikoulutuksena (8 x 45 min), ja se sisältää seuraavat aiheet:

- Toiminta auttamistilanteessa
- Tajuttoman henkilön tunnistaminen ja ensiapu
- Painelu-puhalluselvytys sekä neuvovan defibrillaattorin käyttö
- Ensiapu tukehtumassa olevalle henkilölle
- Raajassa olevan suuren verenvuodon tyrehdyttäminen
- Sokki
- Tavallisimpien sairauskohtauksien ensiapu
- Tyypillisimpien haavojen ja palovammojen ensiapu
- Tapaturmien ehkäisy & terveyden edistäminen
- Henkinen ensiapu
- Valmius ja varautuminen

Hyvä tietää osallistujalle:

🧘 **Varustus:** Laita päälle **rennot vaatteet**, sillä teemme harjoituksia myös lattialla.

🍽️ **Ruokailu:** Kurssiin kuuluu 1 tunnin pituinen ruokatauko. Voit suunnata lounaalle esimerkiksi Lohjan keskustaan, tai ottaa omat eväät mukaan – kurssitiloista löytyy jääkaappi ja mikroaaltouuni eväiden lämmitystä varten.

Ilmoittaudu kurssille:

👉 **Suvi Lahtinen**
suvi.lahtinen@umtt.fi

Varmista paikkasi ajoissa ja hanki itsellesi elintärkeät taidot! Tervetuloa mukaan.