

ENSIAPUKOULUTUS 2. JA 9.10

Perusrunko ja tärkeimmät käsiteltävät asiat:

Toiminta onnettomuustilanteessa
Tajuton autettava
Elottomuus ja elvytys
Sydäniskuri eli defibrillaattori
Vierasesine hengitysteissä
Sairauskohtaukset
Iso haava

2.10 klo 13-15

Keskustelua, kysymyksiin vastauksia, ryhmän tarpeiden ja toiveiden mukaan

- jutellaan, miksi on tärkeää opetella ensiaputaitoja
- mitä tehdä, kun jotakin sattuu eli **Hätäensiaputaidot**

- 112

- kodin ensiapuvälineet ja vaaranpaikat
- miten voisi yrittää ennaltaehkäistä tapaturmia ja sairauskohtauksia
- juttelua, kysymyksiä ja rentoa mietintää

9.10 klo 13-15

Harjoitellaan ensiaputaitoja omien resurssien mukaan, terveys ja jaksaminen huomioiden

Tajuttoman kylkiasento

Elvytys harjoitusnuken avulla ja sydäniskuriin tutustuminen

Tukehtumassa olevan henkilön auttaminen

Sairauskohtauspalapeli (ei ole vaikea, enemmänkin mietintää ja mahdollisia omia kokemuksia muistellen)

Haavojen, palovammojen, myrkytysten, venähdysten yms. ensiapua

Mukana auttamassa

Soile Wilén, terveydenhoitaja ja ensiapukouluttaja