

## HENKISEN TUEN PERUSKURSSI - NYT ETÄNÄ

**Aika:** to 14.5., ma 18.5. ja ke 20.5. klo 17.30-19.00 koulutukseen sis. ennakko ja välitehtävät

**Ilmoittautuminen** [https://www.lyyti.in/hetu\\_etakurssi\\_052020](https://www.lyyti.in/hetu_etakurssi_052020)

**Paikka:** Teams, ilmoittautuneille toimitetaan osallistumislinkki

**Kenelle:** Uusille ja jo toiminnassa mukana oleville vapaaehtoisille. Vapaaehtoisille jotka toimivat mm. puhelinauttajina, ensiapu- ja valmiustoiminnassa, ruoka-aputoiminnassa, omaishoitajien tukitoiminnassa, ystävä- ja nuorisotoiminnassa, maahanmuuttajien tukena tai kouluysteistyössä. Kurssi on myös ensimmäinen askel kohti henkisen tuen vapaaehtoisena toimimista hälytysryhmissä.

Kuka tahansa voi kohdata hädässä olevan ihmisen, joka kaipaa tunnetason ja käytännön tukea eli henkistä ensiapua. Kriisitilanteita syntyy jatkuvasti. Toisinaan ne ovat vähäisiä ja luonteeltaan henkilökohtaisia, ja niiden vaikutukset kohdistuvat vain yksittäiseen ihmiseen. Joskus taas kriisit ovat suuria ja aiheuttavat haittaa suurelle ihmisjoukolle. Kriisitilanteen laajuudesta riippumatta ihmiset saattavat tarvita henkistä ensiapua.

Punaisen Ristin vapaaehtoiset kohtaavat hädänalaisia ihmisiä omassa tehtävässään. Henkisen ensiavun taitojen opettelu ja kriisireaktioiden ymmärtäminen antavat valmiuksia auttaa muita ja myös itseä mahdollisissa kriisitilanteissa.

### **Kurssin sisällöt ovat:**

- mitä henkinen ensiapu on
- miksi tukea tarjotaan
- kuka voi tarjota henkistä ensiapua
- ketkä sitä tarvitsevat
- katso, kuuntele, yhdistä - toimintamalli
- psykososiaalisen tuen palvelujärjestelmä
- auttajan itsehoito
- lisävahingon välttämisen periaate

**Kouluttaja:** Henkisen tuen kouluttaja Anja Tunturi

Koulutus on ilmainen kaikille Punaisen Ristin jäsenille ja vapaaehtoisille, jotka toimivat Korona-aikana vapaaehtoistehtävissä, muille 45€.

Punaisen Ristin jäseneksi voit liittyä kalenterivuodeksi kerrallaan 20€, alle 29v. 10€.

Lisätiedot löydät täältä: <https://www.punainenristi.fi/medlemskap>.

Koulutus järjestetään Opintokeskus Siviksen tuella.

**Järjestäjä:** Punainen Risti Satakunnan piiri

### **YHTEYSHENKIÖ**

Anne-Mari Hakuni

anne-mari.hakuni@redcross.fi

p. 040 7607141