



Kostnadsfria HLR-kurser i höst

Vill du känna dig tryggare i hur du kan hjälpa till om något händer? Under hösten 2026 erbjuder Röda Korset Nacka kostnadsfria kurser i första hjälpen och hjärt- och lungräddning.

Kurserna vänder sig både till dig som vill lära dig HLR för vuxna och till dig som vill lära dig HLR för barn. Innehållet varvas med praktiska moment och utgår från situationer som kan uppstå i vardagen.

Praktisk information

Anmälan: via länk eller QR-kod på nästa sida.

Antal platser: max 15 deltagare per tillfälle – först till kvarn.

Kostnad: kurserna är kostnadsfria och kursmaterial ingår.

Medlemskap: alla deltagare får ett års gratis medlemskap i Röda Korset.

Fika: finns att köpa till självkostnadspris.

Kontakt: Har du frågor, mejla kursansvarig Eva von Zweigbergk på: kurser.nacka@redcross.se

Avbokning sker via: utbildning@redcross.se.

Du behövs!

rodakorset.se/engagera-dig

 Svenska Röda Korset



Bebis och barn (0-18 år) – Första hjälpen och HLR

Dag: Torsdag 19 november

Tid: 17.00–20.15

Plats: Nacka Rödakorskrets, Smedjan vid Nacka Forum
Nya Gatan 14.

Länk: <https://app.eduadmin.se/form/rodakorset/2305029>



Vuxen – Första hjälpen och HLR

Dag: Torsdag 26 november

Tid: 17.00–20.15

Plats: Nacka Rödakorskrets, Smedjan vid Nacka Forum
Nya Gatan 14.

Länk: <https://app.eduadmin.se/form/rodakorset/2305031>

Vuxen – Första hjälpen och HLR

Dag: Torsdag 10 december

Tid: 17.00–20.15

Plats: Nacka Rödakorskrets, Smedjan vid Nacka Forum
Nya Gatan 14.

Länk: <https://app.eduadmin.se/form/rodakorset/2305722>

