

My Self Reviewer - Unit 12 Benchmark Tasks

Copyright © 2026 PinoyUpNorth.com by Dii Roqz

Self-made tips/reviewer based on topics studied during the online Finnish language course by NLRC/Silkkitie.

Not official NLRC or Silkkitie course material. For personal learning use only. This reviewer cannot be sold.

For Finnish language study only - not medical advice.

BM #1 - Give simple first aid instructions over the phone

Haava - Wound

NURSE - FIN	NURSE - ENG	CALLER - FIN	CALLER - ENG
Tervetuloa lääkärikeskus! Sairaanhoidaja puhelimesta. Kuka siellä?	Welcome to the Medical Centre! Nurse on the phone. Who is this?	Hi, tässä on (Name).	Hi, this is (Name).
Hei, kuinka voin auttaa?	Hi, how can I help?	No, mä leikkasin sormeni veitsellä.	Well, I cut my finger with a knife.
Sen täytyy on tuskallista. Mä näytän sulle, mitä tehdä.	That must be painful. I'll show you what to do.	Okei.	Okay.
Pese haava juoksevan veden alla.	Wash the wound under running water.	Okei.	Okay.
Kuivaa se sit ja laita vähä antiseptistä ainetta. Sido haava sitten siteellä.	Then dry it and put some antiseptic on it. Then dress the wound with a bandage.	Okei.	Okay.
Se siit! Tarkkaile tulehduksen varalta.	That's it! Observe for infection.	Okay, kiitos paljon.	Okay, thank you so much.

Paha nenäverenvuoto - Bad Nosebleed

NURSE - FIN	NURSE - ENG	CALLER - FIN	CALLER - ENG
Tervetuloa lääkärikeskus! Sairaanhoidaja puhelimesta. Kuka siellä?	Welcome to the Medical Centre! Nurse on the phone. Who is this?	Hi, tässä on (Name).	Hi, this is (Name).
Hei, kuinka voin auttaa?	Hi, how can I help?	Nenästäni vuotaa tosi pahasti verta. Mitä mä teen?	My nose is bleeding really badly. What should I do?
No, istu vähän etukenossa ja paina sitä sieraimen.	Well, lean forward and press your nostrils.	Okei, mä tein sen.	Okay, i did it.
Hyvä. Pidä paikoillaan noin 10 minuuttia. Yritä hengittää samalla suun kautta.	Good. Hold still for about 10 minutes. And try to breath through your mouth while you do it.	Okei.	Okay.
Erinomaista. Jos verenvuoto ei loppu, niin nipistä sun nenää taas, mut tällä kertaa enintään 15 minuuttia.	Excellent. If the bleeding doesn't stop, pinch your nose again, but this time for no more than 15 minutes.	Okay, kiitos paljon.	Okay, thank you so much.

Äkillinen rintakipu - Sudden Chest Pain

NURSE - FIN	NURSE - ENG	CALLER - FIN	CALLER - ENG
Tervetuloa lääkärikeskus! Sairaanhoidaja puhelimesta. Kuka siellä?	Welcome to the Medical Centre! Nurse on the phone. Who is this?	Hi, tässä on (Name).	Hi, this is (Name).
Hei, kuinka voin auttaa?	Hi, how can I help?	Mulla on äkillinen rintakipu.	I'm having sudden chest pain.
Istu alas, hengitä ja rauhoitu. Me lähetään ambulanssin hakemaan sua.	Sit down, breathe and relax. We'll send an ambulance to pick you up.	Okei.	Okay.
Voinko sillä välin kysyä teiltä muutaman kysymyksen?	In the meantime, can I ask you a few questions?	Okei, ei ongelmaa	okay, no problem.
Hyvä. Kuinka pitkään sulla on ollut tätä rintakipua?	Good. How long have you had this chest pain?	Mulla on ollut rintakipua jo 10 (kymmenen) minuuttia.	I've had chest pain for 10 minutes now.
Onko tää ensimmäinen kerta?	Is this the first time?	Joo.	Yes.
Lopuksi, oot sä allerginen asetyylisalisyylihapolle tai aspiriinille?	Lastly, are you allergic to acetylsalicylic acid or aspirin?	En.	No.
Ambulanssimme on tulossa. Se saapuu sun kotiin 3 minuutissa.	Our ambulance is on its way. It will arrive at your home in 3 minutes.	Okay, kiitos paljon.	Okay, thank you so much.

My Self Reviewer - Unit 12 Benchmark Tasks

BM #1 - First Aid Phone Conversations (continued)

Palovamma Ensiapu - Burn First Aid

NURSE - FIN	NURSE - ENG	CALLER - FIN	CALLER - ENG
Tervetuloa lääkärikeskus! Sairaanhoitaja puhelimessa. Kuka siellä?	Welcome to the Medical Centre! Nurse on the phone. Who is this?	Hi, tässä on (Name).	Hi, this is (Name).
Hei, kuinka voin auttaa?	Hi, how can I help?	No, mulla on palovamma kädessä, mua jännittää.	Well, I have a burn on my hand, I'm nervous.
Rauhoitu, niin mä kerron sulle, mitä tehdä.	Calm down and I'll tell you what to do.	Okei.	Okay.
Ensin, laita palovammaa juoksevan veden alla noin 10 minuuttia. Sit käytä siihen palovammavoidetta.	First, put the burn under running water for about 10 minutes. Then apply a burn cream to it.	Okei, mä tein sen.	Okay, i did it.
Hyvä. Sitten, suojaa palovamma steriilillä sideharsolla.	Good. Then, protect the burn with sterile gauze.	Okei.	Okay.
Älä nyt riko tota rakkoa, ettei tuu mitään tulehdusta, ja sä voit ottaa kipuun myös parasetamolia.	Don't break the blister now, so you don't get any inflammation, and you can also take paracetamol for the pain.	Okei.	Okay.
Toivottavasti paranet pian. Jos tarvitset lisäapua, ota yhteyttä lähimpään lääkäriin.	I hope you get better soon. If you need further help, contact your nearest doctor.	Okay, kiitos paljon.	Okay, thank you so much.

Lankeaminen tai kaatuminen - Falling down

NURSE - FIN	NURSE - ENG	CALLER - FIN	CALLER - ENG
Tervetuloa lääkärikeskus! Sairaanhoitaja puhelimessa. Kuka siellä?	Welcome to the Medical Centre! Nurse on the phone. Who is this?	Hi, tässä on (Name).	Hi, this is (Name).
Hei, kuinka voin auttaa?	Hi, how can I help?	Moi, kaaduin ja loukkasin käitäni.	Hi, I fell and hurt my hand.
Mä ymmärrän, asetetaan kyseinen käsi mukavaan asentoon. Yritä löytää mukava asento, jossa kipu on lievempi.	I understand, let's put the affected hand in a comfortable position. Try to find a comfortable position where the pain is less.	Okei, löysin mukavan asennon.	Okay, I found a comfortable position.
Hyvä. Nyt läitä jääpussi noin 15 minuutia ja laita tulehduksia estävä voide. Se auttaa vähentämään tulehdusta ja edistämään paranenista.	Good. Now apply an ice pack for about 15 minutes and apply an anti-inflammatory cream. It will help reduce inflammation and promote healing.	Okei.	Okay.
Lopuksi, kiinnitä kaarielastinen side. Se tukee kättä ja auttaa välttämään lisävammoja.	Finally, attach the arched elastic bandage. It supports the hand and helps to avoid further injury.	Mä ymmärrän.	I understand.
Erinomaista. Muista myös soittaa hätänumeroon 112, jos tilanne pahenee.	Excellent. Also remember to call 112 if the situation worsens.	Okay, kiitos paljon.	Okay, thank you so much.

My Self Reviewer - Unit 12 Benchmark Tasks

BM #2 - Talk about a schedule using the -mA verb form	
FORM	USE
-mÄssA	an on-going action, as an upcoming action, and as doing something in general.
-mAAAn	refers to future events
-mAttA	without doing something or that something is not done, or something is, literally, in a state of being incomplete.

SCHEDULE	FINNISH	ENGLISH
Monday 8am work	Maanantaina kahdeksalta, mä oon menossa käymässä töinen.	Monday at eight o'clock, I'm going to work.
Tuesday 7:30 watch TV	Tiistaina puoli seitsemältä, mä meen katsomaan televisiota.	On Tuesday at 6.30pm, I go to watch TV.
Thursday 12:15 not eat rice	Torstaina varttia yli kahdeltatoista, mä oon syomatta riisiä.	On Thursday at a quarter past twelve, I'm not eating rice.
Friday 17:00 come home from work	Perjantaina viideltä, mä tulin toistä.	Friday at five o'clock, I came in for the second one.
Monday 6am drink coffee	Maanantaina kuudelta, mä oon juomässä kahvia.	Monday at six o'clock, I'm having coffee.
Tuesday 11am buy juice	Tiistaina puoli kahdeltätoista, mä meen ostamaan mehua.	On Tuesday, I'm going to buy some juice.
Friday 19:15 not read book	Perjantaina varttia yli seitsemältä, mä oon lukematta kirjaa.	Friday at quarter past seven, I'm not reading a book.
Sunday 9:15 came from church	Sunnuntaina varttia yli yhdeksältä, mä tulin kirkosta.	At a quarter past nine on Sunday, I came home from church.
Monday 5:30 take shower	Maanantaina puoli kuudelta, mä oon suihkumassa.	Monday at half past five, I'm in the shower.
Tuesday 11:30 restaurant	Tiistaina puoli kahdeltatoista, mä meen kavelemaan ravintolaan.	Tuesday at half past eleven, I'm going to a restaurant.
Thursday 3 not sleep	Torstaina kolmelta, mä oon nukumatta.	Thursday at three o'clock, I'm not sleeping.
Friday 9 come from shopping	Perjantaina yhdeksältä, mä tulin ostosilasta.	Friday at nine o'clock, I came back from shopping.
Monday 14:00 shop	Maanantaina kähdeltä, mä oon käymässä kaupassa.	Monday at noon, I'm going to the store.
Tuesday 9:15 bake bun	Tiistaina varttia yli yhdeksältä, mä meen leipomaan pullaa.	At a quarter past nine on Tuesday, I'm going to bake a bun.
Thursday 12:30 off work	Torstaina puoli yhdeltä, mä oon toissämatta.	Thursday at 12:30, I'll be back at 12:30.
Sunday 16:30 come from mall	Sunnuntaina puoli viideltä, mä tulin ostoskeskusta.	On Sunday at 4:30, I came from the mall.