

-Erste Hilfe bei seelischen Krisen-

Kursangebot für Angehörige psychisch erkrankter Personen aus dem Landkreis Bad Dürkheim

Erste-Hilfe-Kurse für körperliche Gesundheit sind selbstverständlich: Fast jeder weiß, was nach einem Unfall oder bei Verdacht auf einen Herzinfarkt zu tun ist. Doch was können und sollen wir tun, wenn wir merken, dass ein Familienmitglied häufig niedergeschlagen und traurig wirkt, wenn ein guter Freund nicht mehr zum Fußballtraining kommt oder die Nachbarin ihr Haus nicht mehr verlassen möchte? Wie geht die stabile Seitenlage für die Psyche?

Mental Health First Aid (MHFA) bedeutet Erste Hilfe für die Seele. Den Kursteilnehmern wird zunächst Grundlagenwissen über die häufigsten psychischen Störungen vermittelt. Darauf aufbauend lernen sie, frühzeitig Störungen zu erkennen, Zugang zu Betroffenen zu finden und diese gezielt zu unterstützen. Mit diesem Wissen fühlen sich die Ersthelfer sicherer und kompetenter im Umgang mit und der Unterstützung von Betroffenen in ihrem persönlichen Umfeld. Jeder Teilnehmer erhält ein Handbuch zum Nachlesen für zu Hause.

3. Juni 2025 bis 11. Juni 2025,

vier Nachmittage von 15 bis 18 Uhr in Bad Dürkheim

Der viertägige Kurs findet am 3., 4., 10. und 11. Juni 2025 jeweils dienstags und mittwochs von 15 bis 18 Uhr im Mehrgenerationenhaus „Sonnenblume“, Dresdener Str. 2, 67098 Bad Dürkheim, statt. Der Ersthelfer-Kurs ist für Teilnehmende aus dem Landkreis Bad Dürkheim **kostenfrei**. Dies gilt ebenso, wenn die angehörige Person im Landkreis DÜW wohnt. Nach erfolgreicher Teilnahme an allen vier Terminen wird ein Zertifikat „Ersthelfer*in für psychische Gesundheit“ ausgestellt. Während des Kurses stehen Getränke und kleine Snacks bereit. Die Platzzahl ist begrenzt. Die Plätze werden nach der Reihenfolge der Anmeldungen vergeben.

- Informationen zur Referentin und zu „MHFA Ersthelfer“ finden Sie auf www.mhfa-ersthelfer.de
- Fragen beantwortet die Referentin per E-Mail an johanna.bissinger@diakonie-pfalz.de
- Anmeldung sind [hier](#) möglich:



in Zusammenarbeit mit

 **MHFA**
ERSTHELFER
Kurse für psychische Gesundheit

Wichtiger Hinweis zur Teilnahme:

Im MHFA Ersthelfer-Kurs werden auch schwierige Themen im Umgang mit psychischen Krisen besprochen. Personen, die derzeit selbst an ausgeprägten psychischen Problemen leiden, können häufig vom Kurs nicht vollständig profitieren.

Daher raten wir Personen mit aktuellen psychischen Problemen eine geeignete Zeit mit mehr Stabilität für den Kurs abzuwarten.

Ein Angebot der Fachstelle Glücksspielsucht und Medienabhängigkeit vom Diakonischen Werk Pfalz in Zusammenarbeit mit MHFA Ersthelfer und der Koordinierungsstelle für Gemeindepsychiatrie des Landkreises Bad Dürkheim. Mit freundlicher Unterstützung der Stiftung des Landkreises Bad Dürkheim für Kultur, Soziales, Umwelt, Bildung, Unterricht und Erziehung.