



# MENTAL HEALTH FIRST AID ERSTHELFER-KURS YOUTH

ERWACHSENE  
HELFEN  
JUGENDLICHEN

## Was ist der MHFA Ersthelfer-Kurs?

Der Kurs richtet sich an alle Menschen, die mit Kindern und Jugendlichen im Alter von 12-18 Jahren zusammenarbeiten. Er vermittelt Wissen und Handlungskompetenz im Umgang mit psychischen Problemen. Ziel ist es, Frühwarnzeichen zu erkennen, offen anzusprechen und Unterstützung zu bieten, bis professionelle Hilfe greift.

## Sie lernen im Kurs:

- ✓ psychische Gesundheitsprobleme und Krisen frühzeitig zu erkennen
- ✓ offen, verständnisvoll und unterstützend zu reagieren
- ✓ in Krisensituationen richtig zu handeln
- ✓ Stigmatisierung und Vorurteile abzubauen

## Themen des Kurses

- Stimmungs- und Angstprobleme
- Psychosen
- Essstörungen
- Substanzkonsum
- Umgang mit akuten Krisen

**Die Teilnahme ist kostenlos!**



**Hinweis:** Sofern Sie aus dem Bereich Schule kommen, würden wir uns wünschen, dass Sie am Schulstandort Tandems bilden und sich zu zweit oder im Team anmelden, um einen Praxistransfer der Inhalte zu gewährleisten. Dies ist für die Anmeldung jedoch keine Voraussetzung!