

Heidelberger Selbsthilfebüro  
Alte Eppelheimer Str. 40/1  
69115 Heidelberg  
Tel. 06221 / 18 42 90  
E-Mail: info@selbsthilfe-heidelberg.de



## Kurs für Selbsthilfeaktive

# Mental Health First Aid (MHFA):

## Ersthelfer\*in für psychische Gesundheit werden

Die Abkürzung MHFA steht für Mental Health First Aid. An zwei Tagen werden Interessierte zu Ersthelfenden ausgebildet, um bei psychischen Problemen und Krisen unterstützen und ermutigen zu können. Vor dem Hintergrund der Zunahme psychischer Erkrankungen will dieser Kurs Wissens- und Handlungskompetenz vermitteln. Dabei werden unter anderem auch Filmsequenzen abgespielt, die sehr deutlich die Befindlichkeit von Personen in psychischen Ausnahmesituationen zeigen. Die Teilnahme am Kurs erfordert daher eine psychische Stabilität.

Die Schirmherrschaft liegt beim Zentralinstitut für Seelische Gesundheit in Mannheim. Teilnehmen können Interessierte aus Selbsthilfegruppen. Dank freundlicher Unterstützung der Krankenkassen können wir den Kurs günstig anbieten: Die Teilnahmegebühr für Selbsthilfeaktive beträgt 50€.

Referentin: Ute Fehr, psychologische Psychotherapeutin, Heidelberg

**Kosten: 50€**

**28.-29. März, jeweils 10 – 17.30 Uhr**

**Ort: Forum am Park, Poststraße 11, 69115 Heidelberg**

Anmeldung bis zum 23. Februar beim Heidelberger Selbsthilfebüro  
Tel. 06221 - 18 42 90, info@selbsthilfe-heidelberg.de