

MHFA ERSTHELFERAUSBILDUNG FÜR PSYCH. GESUNDHEIT

RC Schwabach Distrikt 1950



Freundin Sabine Schuhmann-Haudeck mit 15 Lehrenden des Wolfram-von-Eschenbach-Gymnasiums, die an dem MHFA Ersthelfer-Kurs teilgenommen haben, Bildrechte RC Schwabach

Prävention psychischer Erkrankungen mit der MHFA (Mental Health First Aid) Ersthelfer Ausbildung

Psychische Gesundheit - ein Thema für uns alle!

Projekt für 15 Lehrende des WEG Schwabach

Im MHFA Ersthelferkurs, mit einem Umfang von 12 Stunden, lernen die Teilnehmenden:

- Frühwarnzeichen psychischer Erkrankungen zu erkennen – von Angst über Depression bis Suizidrisiko.
- Sicher und einfühlsam zu kommunizieren – ohne zu bewerten, dafür mit echter Unterstützung.
- In akuten Krisen zu helfen, bis professionelle Hilfe übernimmt - zum Beispiel bei Panikattacken oder psych. Ausnahmesituationen.

Die Ersthelferausbildung ist ein Kurs der Brücken baut:

Zwischen Betroffenen und Angehörigen, zwischen Unsicherheit und Handlungsfähigkeit, zwischen Wissen und Mitgefühl.

Der Kurs hat mit einem offiziellen Zertifikat abgeschlossen.

Die Lehrenden sind nun „MHFA Ersthelfer für psychische Gesundheit“.

Sie sind durch die Teilnahme an diesem Kurs noch mehr für psychische Störungen sensibilisiert und profitieren von dieser Ausbildung in ihrem beruflichen und persönlichen Alltag.

Der Kurs wurde von unserer rotarischen Freundin Sabine Schuhmann-Haudeck ehrenamtlich durchgeführt. Das Material und die Gebühren für den Kurs wurden vom RC Schwabach finanziert.

Informationen und Kontakt:

Sabine Schuhmann-Haudeck, RC Schwabach und unter www.mhfa.de



DISTRIKTKONFERENZ D1950

17. Mai 2025, Ansbach

