

# Erste Hilfe für die Seele – 12h Seminar

Im Alltag werden wir zunehmend mit Krisen konfrontiert. Dennoch besteht weiterhin ein Stigma in Hinblick auf psychische Erkrankungen. Psychische Probleme und Erkrankungen haben einen erheblichen Einfluss auf das Wohlbefinden **aller** Menschen. Gerade deshalb ist Erste Hilfe für die mentale Gesundheit von entscheidender Bedeutung!

Indem wir lernen, die Anzeichen psychischer Probleme zu erkennen und angemessen darauf zu reagieren, können wir sowohl das Leben von Menschen in Not, als auch unser eigenes, positiv beeinflussen. Das Seminar "Erste Hilfe für die Seele" bietet Ihnen die Möglichkeit, wichtige Kenntnisse über mentale Gesundheit zu erwerben und konkrete Hilfe-Maßnahmen zu erarbeiten und umzusetzen. So können Sie dazu beitragen, Krisensituationen zu bewältigen, den Zugang zu professioneller Hilfe für Menschen in Not zu erleichtern und Betroffenen die Sicherheit zu geben, nicht auf sich allein gestellt zu sein.

In diesem von der australischen Initiative "Mental Health First Aid International" zertifizierten Kurs lernen Sie von geschulten Trainer:innen in insgesamt 12 Stunden (exkl. Pausen) erste Anzeichen psychischer Erkrankungen zu erkennen. Sie erhalten Grundwissen über die häufigsten und schwerwiegendsten psychischen Erkrankungen, wie Depression, Angststörungen, Psychosen und Suchtverhalten. Außerdem setzen Sie sich mit Krisenintervention und -prävention auseinander. Neben der theoretischen Wissensvermittlung sind vor allem gemeinsame Übungen und Rollenspiele zur Anwendung des erworbenen Wissens fester Bestandteil des Seminars. Diese ermöglichen Ihnen, das Erlernte direkt anzuwenden und Ihre Fähigkeiten in der Ersten Hilfe für die mentale Gesundheit zu festigen. Als Ersthelfer:in sind Sie in der Lage, nach dem 5-Schritte-Prinzip "R.O.G.E.R." (**R**eagiere - höre **O**ffen zu - **G**ib Unterstützung - **E**rmutige zu professioneller Hilfe - **R**eaktiviere Ressourcen), angemessene Unterstützung zu bieten, in akuten Situationen Ruhe zu bewahren, sowie Präventionsmaßnahmen zu setzen.

Die Teilnehmer:innen erhalten für die Teilnahme am Seminar eine Bestätigung, sowie nach bestandener Wissensüberprüfung im Anschluss an das Seminar ein Zertifikat zum:zur zertifizierten Ersthelfer:in. Sie erhalten außerdem das im Seminarpreis inkludierte 320-seitige Handbuch "Erste Hilfe für die Seele".

Nähere Informationen zu der Initiative "Erste Hilfe für die Seele" erhalten Sie auf:  
[www.erstehilfefuerdieseele.at](http://www.erstehilfefuerdieseele.at)

 **Uhrzeit:** jeweils von 09:00 - 17:00 Uhr (inkl. Pausen) oder 16:00 - 20:00 Uhr (inkl. Pausen)

 **Seminarort:** pro mente Wien, Grüngasse 1A, 1040 Wien

 **Teilnahmegebühr:** € 200,- inkl. MWSt.

 **Teilnehmer:innen:** mindestens 15 & maximal 20 Personen

 **Anmeldeschluss:** 3 Wochen vor dem jeweiligen Termin

# Anmeldeformular

## Erste Hilfe für die Seele - 12h Seminar

THEMA	TRAINER:IN	TERMINE	<input type="checkbox"/>
Erste Hilfe für die Seele - 12h Seminar	Alexis Thibaut, MSc	MO 04.12.2023 / 09:00 - 17:00 Uhr MO 11.12.2023 / 09:00 - 17:00 Uhr	<input type="checkbox"/>
Erste Hilfe für die Seele - 12h Seminar	Alexis Thibaut, MSc	MI 31.01.2024 / 09:00 - 17:00 Uhr MI 07.02.2024 / 09:00 - 17:00 Uhr	<input type="checkbox"/>
Erste Hilfe für die Seele - 12h Seminar	Alexis Thibaut, MSc	MO 11.03.2024 / 09:00 - 17:00 Uhr MO 18.03.2024 / 09:00 - 17:00 Uhr	<input type="checkbox"/>
Erste Hilfe für die Seele - 12h Seminar	Alexis Thibaut, MSc	DO 18.04.2024 / 09:00 - 17:00 Uhr DO 25.04.2024 / 09:00 - 17:00 Uhr	<input type="checkbox"/>
Erste Hilfe für die Seele - 12h Seminar	Alexis Thibaut, MSc	DI 28.05.2024 / 09:00 - 17:00 Uhr DI 04.06.2024 / 09:00 - 17:00 Uhr	<input type="checkbox"/>
Erste Hilfe für die Seele - 12h Seminar	Alexis Thibaut, MSc	SA 29.06.2024 / 09:00 - 17:00 Uhr SO 30.06.2024 / 09:00 - 17:00 Uhr	<input type="checkbox"/>

Bitte Termin ankreuzen

Titel, Name, Vorname	
Telefonnummer	
E-Mail (Privat/Beruf)	
Adresse	
Anmeldedatum	
Unterschrift	

Bitte übermitteln Sie das Anmeldeformular an die pro mente Akademie GmbH via email an:  
[amelia.rimac@promenteakademie.at](mailto:amelia.rimac@promenteakademie.at)