



Kurs i Psykiska första hjälpen – en kurs för alla

Psykisk hälsa är en resurs som möjliggör mycket i livet. Psykisk hälsa är inte bara frånvaro av psykiska problem utan det är psykiskt välbefinnande och förmåga att klara av vardagen och mänskliga relationer. Psykiska hälsan kan övas upp och färdigheter tränas.

Psykiska första hjälpen är lämpliga för alla som är intresserade att främja sitt eget och andras psykiska välbefinnande och förbättra sina kunskaper om psykisk hälsa. Kurserna är registrerade och administrerade vid Föreningen för mental hälsa i Finland.

Det finns två kurser att välja mellan:

- Psykiska första hjälpen^{®1} där temat är psykisk hälsa, tränar upp färdigheter i välbefinnandet och
- Psykiska första hjälpen^{®2} som berör psykisk ohälsa, med information och verktyg för att tillämpa stegen i psykiska första hjälpen.

Kurserna består av 14 timmar undervisning över två dagar

Pris och plats:

Kurserna äger rum vid **Lappvikens sjukhus** och **avgiftsfria!** Kursmaterialet ingår.

Kaffe och tilltugg ingår, lunch på egen bekostnad

Besök www.psykiskaforstahjalpen.fi för mera information.

Kurs	Tid	Plats	Sista anmälningdag
Psykiska första hjälpen ^{®1}	10 & 11.9.2015 kl. 09.00 - 16.00	Lappvikens Sjukhus, Helsingfors	27.8.2015
Psykiska första hjälpen ^{®2}	19 & 20.11.2015 kl. 09.00 - 16.00	Lappvikens Sjukhus, Helsingfors	2.11.2015
Psykiska första hjälpen ^{®2}	8 & 9.12.2015 kl. 09.00 - 16.00	Lappvikens Sjukhus, Helsingfors	23.11.2015

Anmälningar och frågor till

Miivi Selin-Patel

verksamhetsledare på Psykosociala föreningen
Sympati
Tel. nr: 050 446 2974
E-post: miivi.selin-patel@sympati.fi

Kurserna arrangeras av Sympati rf och Föreningen för mental hälsa i Finland med stöd av Stiftelsen Tre Smeder.



Psykosociala
föreningen
Sympati

mieli
Föreningen för
Mental Hälsa i Finland