

# Ablaufplan: MHFA-Ersthelfer-Kurs



1. Ausbildungstag	
09:00 – 12:00 Uhr	Einführung in die Ausbildung, Vorstellung, Ziele und Erwartungen <ul style="list-style-type: none"><li>• Risikofaktoren und Auswirkung psychischer Störungen,</li><li>• Wie und wo können MHFA-Ersthelfer unterstützen bzw. helfen.</li></ul>
13:00 – 16:00 Uhr	<b>Wie gestalten wir die Erste Hilfe?</b> <b>Einführung in das Thema Depression /</b> <b>Kleingruppenarbeit zum Thema Depression</b>
2. Ausbildungstag	
09:00 – 12:00 Uhr	<b>Erste Hilfe bei Depressionen (Übungen anhand von Fallbeispielen)</b> <b>Einführung in das Thema Angststörungen</b> Erste Hilfe bei Angststörungen <b>Einführung in das Thema Psychosen</b> Erste Hilfe bei Psychosen
13:00 – 16:00Uhr	<b>Substanzmissbrauch und -abhängigkeit</b> Erste Hilfe bei Substanzmissbrauch <b>Ende des MHFA-Ersthelfers – Kurses</b> <b>Zusammenfassung des Seminars, Reflektion, Abschluss</b>