



Digital kurs i första hjälpen till psykisk hälsa

Mental Health First Aid (MHFA)

Vill du bli första hjälpare i psykisk hälsa?

Välkommen till en digital kurs för att bli första hjälpare i psykisk hälsa. Som första hjälpare får du lära dig att stödja och uppmuntra en drabbad person tills ett tillfälligt kristillstånd är över eller tills personen fått lämplig professionell hjälp. För att gå kursen behöver du inga förkunskaper.

Första hjälpen till psykisk hälsa (vuxen/standard) är en 12-timmarskurs där deltagarna får lära sig om de vanligaste psykiatriska diagnosgrupperna och hur tecken på olika slag av psykiskt lidande kan vägleda oss att upptäcka, ta kontakt och hjälpa till på rätt sätt. Kursen lär ut en handlingsplan för detta och består av fallövningar, gruppdiskussioner och filmer.

Kursen vänder sig i första hand till Sveriges samebyar. Kursen är kostnadsfri och det utgår ett arvode för en person per sameby à 3 400 kr. Företräde ges till deltagare från samebyar som inte tagit del av motsvarande erbjudande tidigare. I mån av plats tar vi också emot deltagare från andra delar av det samiska samhället.

Kursen genomförs digitalt. För att delta behöver du tillgång till dator, webbkamera och headset. Det fungerar EJ med en smartphone. Läs mer om kursdatum och hur du ska anmäla dig på nästa sida.

Varmt välkommen! Buerie bæteme! Buorisbohten! Bures boahhtin!

Burist báhtem! Buerest báhhtieme!



SÁMIID RIEKKASEARVI
Svenska Samernas Riksförbund · SSR



Första hjälpen till psykisk hälsa

Det finns två kursomgångar att välja på

Du kan inte växla mellan olika kursomgångar, utan behöver följa de angivna datumen för en och samma kursomgång. En kursomgång består av fyra halvdagar. Viktigt att du kan vara med på alla fyra halvdagar. Detta krävs för att få intyg från Karolinska Institutet. Varje kursomgång kommer att bestå av ca 12 deltagare och 2 instruktörer.

Anmäl dig via denna länk: <https://forms.gle/EizVjBzc8D7Xy2BU6>

Frågor

Sofia Kling: sofia.kling@regionvasterbotten.se

Datum våren 2023

Kursomgång 1

19, 20, 24 och 26 april kl. 13-16.30
alla dagar

Kursomgång 2

10, 11, 15 och 16 maj, kl. 13.00-
16.30 alla dagar

Instruktörer

Anna Samuelsson och Ann-Jeanett
Stål, Region Dalarna

Viveka Nutti, Region Norrbotten

Åsa Skum, Sorsele kommun

Kursen arrangeras av Kunskapsnätverket för samiska hälsa och SSR. Kunskapsnätverket omfattar Region Dalarna, Jämtland Härjedalen, Norrbotten, Västerbotten, Sametinget samt ett antal samiska organisationer däribland SSR. Sorsele kommun är också medarrangör för vårens kursomgångar.



SÁMIID RIEKKASEARVI
Svenska Samernas Riksförbund · SSR