



Instruktörsutbildning

MHFA - Mental Health First Aid
Första Hjälpen till psykisk hälsa



Inbjudan till dig som är anställd i kommun eller region i Dalarnas län

De flesta känner till första hjälpen genom hjärt- och lungräddning vid akut kroppslig sjukdom men alla är inte lika bekanta med att det numera finns en Första hjälpen-utbildning kring psykiskt livskristillstånd. Trots att sannolikheten är större att fler idag behöver ingripa i ett kristillstånd kopplat psykisk ohälsa på grund av en utbredd psykisk ohälsa i samhället.

Region Dalarna vill därför nå ut med mer kunskap kring människors psykiska hälsa genom att erbjuda 20 platser till en instruktörsutbildning i MHFA med syfte att öka antalet första hjälpare samt att minska stigma kring psykisk ohälsa och förebygga suicid.

Första hjälpen till psykisk hälsa är en evidensbaserad utbildning som ökar deltagarens kompetens att identifiera och bemöta personer med psykisk ohälsa. Deltagaren får framförallt verktyg i att kommunicera lyhört och fördomsfritt med människor i behov av stöd tills den drabbade får professionell hjälp. Som instruktör får du behörighet att utbilda i alla tre inriktningarna: ungdom, vuxen och äldre.

Målgrupp

Anställda inom Dalarnas kommuner och Region Dalarna.

För att gå instruktörsutbildningen bör du:

- vara pedagogisk och ha en positiv attityd till personer med psykisk ohälsa.
- trivas med att prata inför andra och vara inställd på att hålla i utbildningar.
- med fördel själv ha gått utbildningen Första hjälpen till psykisk hälsa.
- ha en förankrad långsiktig planering för uppdraget som instruktör av din chef.

När

Instruktörsutbildningen ges under fem dagar av huvudinstruktörer från Nationellt centrum för suicidforskning och prevention, Karolinska institutet. **29 augusti – 2 september 2022 i Falun.**

Som instruktör

- kan du bidra till att utbilda första hjälpare genom att öka deras kunskaper och färdigheter i mötet med människor som har en psykisk ohälsa.
- kan du bidra till att fler får kunskap om vår gemensamma omfattande folkhälsoutmaning som kräver god samverkan mellan olika aktörer.
- får du behörighet att organisera och utföra egna utbildningar i Första hjälpen till psykisk hälsa inom områdena vuxen, äldre och ungdom.

Läs mer om utbildningen och skicka intresseanmälan **senast 22 juni 2022** via webben:

www.regiondalarna.se/mhfa-instruktorsutbildning

Läs mer om MHFA

I Dalarna: www.regiondalarna.se/mhfa

Nationellt: [MHFA – Karolinska Institutet](http://MHFA - Karolinska Institutet)

Internationellt: MHFA Internationellt

Kontakt: mhfa@regiondalarna.se

