

## Information till chefer i SAMLA om utbildningen "Första hjälpen till psykisk hälsa" (MHFA)

### Vad

Kursen "Första hjälpen till psykisk hälsa" ges i tre olika versioner; ungdom, vuxen och äldre, och utförs av utbildade instruktörer. Utbildningen genomförs under två heldagar. Man kommer att få litteratur när man kommer till utbildningen som sedan får behållas vid utbildningens slut. Man kommer även att få ett utbildningsbevis om att man är "Första hjälpare". I SAMLA har vi i dagsläget 4 utbildade instruktörer.

### Innehåll

Utbildning ger kunskap i de vanligaste psykiatriska diagnoserna exempelvis; ångest och depression. Fokus är det förebyggande arbetet, att upptäcka och se signaler på psykisk ohälsa. Utbildningen ger en förståelse om orsaker till att en person känner att enda utvägen är att avsluta sitt liv, men utbildningen ger inte konkreta råd angående suicidbedömning. Utöver kunskapshöjande föreläsningar ger dagarna en möjlighet att bygga relationer, skapa nätverk och lära av varandra.

### Målgrupp

Kursen riktar sig till medarbetare som arbetar inom kommun eller region (Alingsås och Lerum) och som behöver mer *grundläggande kunskap* om psykisk ohälsa och i hur man bemöter personer med ångest, depression och självmordstankar. Instruktörerna erfar att medarbetare med många års erfarenhet eller utbildning av att möta personer med psykisk ohälsa kan uppleva att utbildningen är grundläggande men positivt är möjlighet till dialog och erfarenhetsutbyte.

Exempel på verksamheter att bjuda in:

Målgrupp ungdom: pedagoger, elevassistenter, familjehem, kontaktpersoner, kontaktfamiljer, personlig assistent, personal på fritidsgårdar, inom regionen personal som behöver mer grundläggande kunskap

Målgrupp vuxna: boendestöd, daglig sysselsättning, BMSS, ledsagning, personlig assistent, socialsekreterare och legitimerad personal i kommunen som behöver mer grundläggande kunskap, inom regionen personal som behöver mer grundläggande kunskap

Målgrupp äldre: hemtjänst, SÄBO, dagverksamhet, socialsekreterare och legitimerad personal i kommunen som behöver mer grundläggande kunskap, inom regionen personal som behöver mer grundläggande kunskap

### Frågor

Om du har frågor kontakta delregional samordnare i SAMLA  
[karolina.wolmhag@lerum.se](mailto:karolina.wolmhag@lerum.se)