

MENTAL HEALTH MATTERS

Kostenloser
Online-Kurs

Junge Menschen stärken

Krisen früh erkennen

www.kijufoe-dadi.de

 **KIJUfö**
Kinder- & Jugendförderung
Landkreis Darmstadt-Dieburg



Hessisches Ministerium für
Arbeit, Integration, Jugend
und Soziales

Mental Health First Aid

Ersthelfer-Kurs Youth

Gerade in der Phase der beruflichen Orientierung und des Übergangs von der Schule in den Beruf erleben junge Menschen psychische Belastungen. Fachkräfte können dabei eine wertvolle Rolle spielen, indem sie Warnsignale frühzeitig erkennen und angemessen handeln.

Der MHFA Ersthelfer-Kurs Youth vermittelt fundiertes Wissen über psychische Gesundheit im Jugendalter und stärkt die Handlungskompetenz für eine frühzeitige Unterstützung. Die Teilnehmenden lernen, psychische Auffälligkeiten zu erkennen, betroffene Jugendliche anzusprechen und bis zum Erhalt professioneller Hilfe angemessen zu begleiten.

Kursinhalte

- Entwicklung und psychische Gesundheit im Jugendalter
- Früherkennung von Warnzeichen und Symptomen
- Psychische Gesundheitsprobleme und Krisensituationen (u.a. Stimmungsprobleme, substanzbezogene Probleme, Essstörungen, suizidale Gedanken und Handlungen, traumatische Ereignisse, aggressives Verhalten)
- Evidenzbasierte Erste-Hilfe-Maßnahmen bei psychischen Gesundheitsproblemen
- Informationen zu passenden Unterstützungs- und Hilfsangeboten

Zielgruppe

- Fachkräfte im Übergang Schule-Beruf, Lehrkräfte, Mitarbeitende in der Jugendhilfe, Trainer*innen in Sportvereinen und Multiplikator*innen, die lernen möchten, Erste Hilfe für psychische Gesundheit bei Jugendlichen zwischen 12 und 18 Jahren zu leisten.

Format

- Zertifizierter, kostenfreier Online-Kurs über die Plattform Zoom
- Material: MHFA Ersthelfer Youth-Handbuch und -Workbook
- Anzahl Teilnehmende: 15 Personen

Anbieter

- MHFA Ersthelfer - Zentralinstitut für Seelische Gesundheit Mannheim (lizensierter Anbieter für Ersthelfer-Kurse für psychische Gesundheit in Deutschland)

Termine:

4.11.2026, 11.11.2026, 16.11.2026, 25.11.2026, 2.12.2026, 9.12.2026, 16.12.2026, jeweils 13-15 Uhr

Anmeldung bis 1.10.2026 unter jbh@ladadi.de

Kreisausschuss des Landkreises Darmstadt-Dieburg
Jugendamt, Prävention und Bildung
Kinder- und Jugendförderung – Fachstelle Jugendberufswegebegleitung

Jägertorstraße 207
64289 Darmstadt

Tel: 06151 881-1394

www.kijufoe-dadi.de



Kinder- & Jugendförderung
Landkreis Darmstadt-Dieburg