



ERSTE HILFE FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT

REFERAT UND PODIUMSDISKUSSION
DIENSTAG, 4. OKTOBER 2022, 18 BIS 20 UHR
ALTER GEMEINDESAAL, METZGPLATZ 2, LENZBURG



ERSTE HILFE FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT

**REFERAT UND
PODIUMSDISKUSSION**

**DIENSTAG
4. OKTOBER 2022
18 BIS 20 UHR**

**ALTER
GEMEINDESAAL
METZGPLATZ 2
LENZBURG**

Wohl fast alle kennen in ihrem persönlichen Umfeld Personen, denen es psychisch nicht gut geht. Wie kann jede und jeder von uns psychische Probleme rechtzeitig erkennen, aktiv auf den Freund, die Angehörige oder den Arbeitskollegen zugehen und Unterstützung leisten – und dies auch als «Laie»?

Nach einem Fachinput «Was ist eigentlich psychische Gesundheit und wie kann ich erkennen, dass jemand meine Unterstützung benötigt?» gehen wir in einer Podiumsdiskussion mit Fachpersonen und einem Betroffenen den praktischen Fragen nach: Was hilft und was nicht? Warum ist es so wichtig, dass jede und jeder auch bezüglich der psychischen Gesundheit Erste Hilfe leisten kann?

Anmeldung: kurse@srk-aargau.ch oder 062 835 70 47
Die Veranstaltung ist kostenlos.

Regula Kiechle

Geschäftsführerin SRK Kanton Aargau, ensa Instruktorin

Ariana Ramisch

Dr.med. Fachärztin FMH für Psychiatrie und Psychologie

Margrit Volkart

ensa Ersthelferin

Marie-Theres Keller

VASK Aargau, Vorstandsmitglied

