



Instruktörsutbildning

MHFA - Mental Health First Aid
Första Hjälpn till psykisk hälsa



Information till dig som är chef i kommun eller region i Dalarnas län

Med en befarad ökad psykisk ohälsa och höga suicidtal i länet erbjuder Region Dalarna 20 platser till instruktörsutbildning i Mental Health First Aid (MHFA). Utbildningen ger behörighet att utbilda inom samtliga tre inriktningar: ungdom, vuxen och äldre.

Under pandemin har Region Dalarna genomfört 26 digitala utbildningar i Första hjälpen till psykisk hälsa med en rad olika professioner med totalt ca 200 deltagare. Deltagarna har fått konkreta verktyg i att möta människor med psykisk ohälsa och framförallt personer i en akut krissituation. Det har bidragit till att fler fått kunskap om psykisk hälsa/ohälsa samt skapat en ökad efterfråga av utbildningen.

Bakgrund

Mental Health First Aid-programmet startades i Australien 2000 och har sedan dess utvecklats till en global rörelse. Hittills har över 4 miljoner människor världen över utbildats och programmet togs till Sverige under 2010 efter ett regeringsbeslut till Karolinska Institutet och Nationellt centrum för suicidforskning och prevention av psykisk ohälsa (NASP) om att översätta utbildningen till svenska förhållanden.

MHFA är baserat på vetenskaplig evidens, experters och sakkunnigas gemensamma rekommendationer och ger en god överblick om förekomsten av olika former av psykisk sjukdom i Sverige. Kursdeltagare får ingående kunskap om de tecken och symtom som finns vid olika psykiska sjukdomstillstånd, särskilt depression, suicidnärlighet, psykossjukdomar och ångeststillstånd och om vilken behandling som finns för dessa tillstånd. Målet med utbildningen är att uppmärksamma tidiga signaler och att ha kunskap om att bemöta och stödja tills den drabbade fått professionell hjälp.

Syfte

Avsikten med att fler instruktörer utbildas är att sprida kunskap om psykisk ohälsa och sjukdom för att på så sätt minska fördomar och stigmatisering. 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 livskrisstillstånd. Trots att sannolikheten är större att fler idag behöver ingripa i ett krisstillstånd kopplat psykisk ohälsa på grund av en utbredd psykisk ohälsa i samhället.

Som chef godkänner du den anställdes deltagande i instruktörsutbildningen samt är införstådd med följande krav:

- För att säkerställa att många får ta del av utbildningssatsningen förutsätts att utbildningarna genomförs under minst två år.

Kontakt

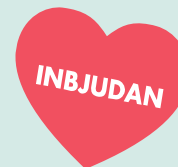
mhfa@regiondalarna.se





Instruktörsutbildning

MHFA - Mental Health First Aid
Första Hjälpen till psykisk hälsa



- För att få bedriva utbildningen krävs det två utbildade instruktörer som föreläser tillsammans, antingen från den egna verksamheten eller med instruktör från annan verksamhet i regionen eller näraliggande kommun.
- Instruktören ska hålla i minst två utbildningar per år med minst fem deltagare per utbildningstillfälle.
- Att instruktörerna får tid avsatt för att medverka i ett regionalt nätverk för instruktörer som Region Dalarna samordnar.
- Att finnas med på regiondalarna.se med information över utbildade instruktörer med kontaktuppgifter.

Kostnader

Instruktörsutbildningen kostar 24500 kr (exkl. moms) per deltagare och bekostas av Region Dalarna med stöd av statliga medel för arbete med suicidprevention.

Kostnader för utbildningar som sedan utförs av utbildade instruktörer står varje enhet/avdelning/organisation för. Detta kan regleras med en deltagaravgift ni själva beslutar om utifrån de omkostnader som uppstår.

När

Instruktörsutbildningen omfattar fem heldagar, 29 augusti – 2 september 2022 i Falun.

Ingår

Lunch och fika ingår i avgiften under samtliga fem dagar. Övriga kostnader såsom, resor och logi står respektive arbetsgivare för.

Läs mer om MHFA

Information om instruktörsutbildningen i Dalarna och intressanmälan via länken:
www.regiondalarna.se/mhfa-instruktorsutbildning

I Dalarna:

www.regiondalarna.se/mhfa

Nationellt:

[MHFA – Karolinska Institutet](#)

Internationellt:

[MHFA Internationellt](#)

Kontakt

mhfa@regiondalarna.se

