

ABENDSEMINAR

Erste Hilfe in Krisensituationen

GUNZENHAUSEN – Wie reagiert man, wenn ein Freund oder Bekannter in einer psychischen Krisensituation ist? Schweigen oder bedrängen? Trösten oder Lösungen vorschlagen? Im Erste-Hilfe-Kurs für die Seele wird auf solche Fragen eingegangen.

Zwei Termine in der Region stehen demnächst an: in Gunzenhausen und in Hilpoltstein. Es geht darum, Krisen wahrzunehmen und vorhandene Ressourcen zu stärken, Symptome psychischer Erkrankungen zu erkennen und Suizidgefahr abzuklären, aber auch Gesprächs- und Handlungsstrategien kennenzulernen. Dadurch kann es gelingen, bei seelischen Notfällen wertvolle Erste Hilfe zu leisten und bei Bedarf weitere Schritte über das professionelle Hilfesystem in die Wege zu leiten.

Die Kurse sind das Herzstück des Projekts „Psychisch fit trotz...“ der beiden Selbsthilfekontaktstellen Kiss Roth-Schwabach und Kiss Weißenburg-Gunzenhausen. Daniela Schmidt und Tanja Günther, beide Sozialpädagoginnen bei Kiss, haben darüber hinaus mit ihren Kolleginnen Diana Dasenbrock und Ute Zahn rund um das Thema noch einige Vorträge und Workshops sowie Film- und Gesprächsabende geplant. Anliegen sei es in erster Linie, Betroffenen und Angehörigen in Krisenzeiten hilfreiche Tipps an die Hand zu geben. Laut Schmidt sei es wichtig, Menschen die Scheu zu nehmen, Betroffene in Krisensituationen von sich aus anzusprechen. „Alles ist besser als nichts zu machen, wegzuschauen und sich später zu fragen, ob und was man hätte tun sollen.“

In Gunzenhausen ist der Termin am Mittwoch, 21. Oktober, im DVG-Bildungszentrum (Bahnhofstraße 37), Hilpoltstein folgt am Donnerstag, 19. November, im evangelischen Gemeindehaus (Altstadtring 46). Die Seminare sind jeweils von 18 bis 21 Uhr angesetzt. Zwei weitere Termine folgen im Frühjahr 2021. Anmeldungen sind bei der Kiss in Weißenburg (Tel. 09141/9762172) möglich. Der Kurs ist kostenlos, um eine kleine Spende für den Imbiss wird jedoch gebeten.

wt