



KATALOG DER FORTBILDUNGEN UND DER MASSNAHMEN ZUR SENSIBILISIERUNG IM BEREICH DER PSYCHISCHEN GESUNDHEIT

des Service Information et Prévention de la Ligue

Diese Aktionen wurden im Rahmen des „Plan National de Prévention du Suicide pour le Luxembourg 2015 – 2019“ entwickelt.

Aktionen N° 5, N° 16 und N° 29.



SERVICE INFORMATION ET PRÉVENTION DE LA LIGUE
75, RUE DE MAMER • L-8081 BERTRANGE
T. 45 55 33 • INFO@PREVENTION.LU

INHALTS- VERZEICHNIS

Wer sind wir?	3
UNSERE WEITERBILDUNGEN	4
› INTERVENTION IM FALLE EINER SUIZIDALEN KRISE	4
› DEPRESSION: VERSTEHEN, HANDELN, VORBEUGEN	5
› ANGSTSTÖRUNGEN: VERSTEHEN, HANDELN, VORBEUGEN	6
› POSTTRAUMATISCHE BELASTUNGSSTÖRUNG: VERSTEHEN, HANDELN, VORBEUGEN.....	7
› AUF SICH AUFPASSEN UM ANDEREN BESSER ZU HELFEN.....	8
Unsere Konferenzen, Themenabende und Workshops zur Sensibilisierung	9
Unsere Wanderausstellung zum Thema mentale Gesundheit A Normal	10
Unsere Broschüren zur Sensibilisierung	10

Wer sind wir?

Der Service Information et Prévention (früher Centre d'Information et de Prévention) ist ein Dienst der Ligue (früher Ligue Luxembourgeoise d'Hygiène Mentale). Seine Mission ist es, im Bereich der psychischen Gesundheit zu informieren, zu kommunizieren, auszubilden, Familien zu unterstützen, Zusammenarbeit zwischen Hilfsstrukturen zu fördern und Präventionsmaßnahmen mit hohem Mehrwert zu entwickeln. Seine Maßnahmen haben zum Ziel, gegen die Stigmatisierung anzukämpfen indem die Gemeinschaft sensibilisiert wird, psychische Störungen, ihre Behandlung und deren Organisation besser zu verstehen. Diese Maßnahmen richten sich sowohl an Betroffene (Patienten, Umfeld, Familie) als auch an Fachleute der psychischen Gesundheit, Politiker, Journalisten, usw.

Die 6 Missionen des Service Information et Prévention



Diese Broschüre stellt die Missionen für Ausbildung, Information und Kommunikation des Service d'Information et de Prévention vor.

Das Team des Service d'Information et de Prévention steht Ihnen für weitere Informationen von Montag bis Freitag von 08:30 bis 17:30 zur Verfügung. Unsere Geschäftsräume befinden sich 75, rue de Mamer in Bertrange.

INTERVENTION IM FALLE EINER SUIZIDALEN KRISE

Die Ausbildung „Intervention im Falle einer suizidalen Krise“ hat zum Ziel die Aufmerksamkeit für Warnhinweise zu erhöhen, suizidale Krisen besser zu erkennen und die Handlungsfähigkeit im Kontakt mit einer gefährdeten Person zu verbessern. Diese Ausbildung wurde im Quebec entwickelt und bekommt große internationale Anerkennung. Sie wird oft mit dem Erlernen von erster Hilfe bei physischen Notfällen verglichen.

Diese Ausbildung zählt zu den Maßnahmen, die im Rahmen des Nationalen Suizidpräventionsplans für Luxemburg (2015–2019) ausgearbeitet wurden.

- Zielgruppe** Die Ausbildung bezweckt Pluridisziplinarität und jede Person, die erste Hilfsmaßnahmen in suizidalen Krisensituationen erlernen möchte, ist willkommen.
- Warnung** Diese Weiterbildung wird nicht für Personen empfohlen die, aus verschiedenen Gründen, noch zu emotional durch das Problem des suizidalen Verhaltens betroffen sind.
- Programm der Ausbildung**
- Infragestellung der eigenen Vorstellungen zum Thema Suizid
 - Epidemiologie des Suizids
 - Krisen und suizidale Krisen verstehen
 - Die dreifache Evaluation des Suizidpotentials
 - Klinische Fälle und Rollenspiele
- Dauer** 15 Stunden
- Kosten** 250 € für beide Tage
(Kaffeepausen und Kursmaterial inbegriffen)
- Ort** Service Information et Prévention
75, rue de Mamer, L-8081 Bertrange

DEPRESSION: VERSTEHEN, HANDELN, VORBEUGEN

Was ist eigentlich Depression und was ist sie eher nicht? Was verändert es, wenn jemand sich oder andere als depressiv beschreibt? Welchen Einfluss hat das auf unser professionelles Denken und Handeln? Diese Weiterbildung widmet sich diesen und weiteren Fragen zum Thema Depression.

Methodisch wechseln sich Theorieanteile mit vielen praktischen Übungen und Fallbeispielen ab. Um die Ausbildung zielgerichteter gestalten zu können, laden wir Sie ein, eigene Fallbeispiele aus Ihrem beruflichen Alltag mitzubringen, welche in der Gruppe bearbeitet werden können.

Die vorgestellten Erkenntnisse und Methoden fundieren auf aktuellen evidenzbasierten Ansätzen, vor allem der kognitiven Verhaltenstherapie.

- Zielgruppe** Professionelle aus dem medizinischen, sozialen oder psychosozialen Bereich, die ihr Wissen über Störungsbilder erweitern oder auffrischen und ihren Umgang mit psychisch kranken Menschen reflektieren möchten.
- Programm** Inhaltlich werden die Schwerpunkte Prävalenz, Ätiologie, Diagnostik und Intervention bei depressiven Störungen umrissen. Ein wichtiger Bestandteil der Weiterbildung ist die Selbstreflexion der Teilnehmer, sowohl zu der eigenen Rolle, als auch zu den eigenen Grenzen in der Arbeit mit psychisch erkrankten Menschen.
- Dauer** 15 Stunden
- Kosten** 250 € für beide Tage
(Kaffeepausen und Kursmaterial inbegriffen)
- Ort** Service Information et Prévention
75, rue de Mamer, L-8081 Bertrange

ANGSTSTÖRUNGEN: VERSTEHEN, HANDELN, VORBEUGEN

Warum haben wir Angst? Ab wann wird Angst zur Angststörung? Wie gehe ich als Helfer selbst mit dem Thema Angst um und wie kann ich Klienten mit Angststörungen helfen? Diese Weiterbildung widmet sich diesen und weiteren Fragen zu dem Thema Angst.

Methodisch wechseln sich Theorieanteile mit vielen praktischen Übungen und Fallbeispielen ab. Um die Ausbildung zielgerichteter gestalten zu können, laden wir Sie ein, eigene Fallbeispiele aus Ihrem beruflichen Alltag mitzubringen, welche in der Gruppe bearbeitet werden können.

Die vorgestellten Erkenntnisse und Methoden fundieren auf aktuellen, evidenzbasierten Ansätzen, vor allem der kognitiven Verhaltenstherapie.

- Zielgruppe** Professionelle aus dem medizinischen, sozialen oder psychosozialen Bereich, die ihr Wissen über Störungsbilder erweitern oder auffrischen, und ihren Umgang mit psychisch kranken Menschen reflektieren möchten.
- Programm** Inhaltlich werden die Schwerpunkte Prävalenz, Ätiologie, Diagnostik und Intervention bei Angststörungen umrissen. Ein wichtiger Bestandteil der Weiterbildung ist die Selbstreflexion der Teilnehmer, sowohl zu der eigenen Rolle, als auch zu den eigenen Grenzen in der Arbeit mit psychisch erkrankten Menschen.
- Dauer** 15 Stunden
- Prix** 250 € für beide Tage
(Kaffeepausen und Kursmaterial inbegriffen)
- Ort** Service Information et Prévention
75, rue de Mamer, L-8081 Bertrange



POSTTRAUMATISCHE BELASTUNGSSTÖRUNG: VERSTEHEN, HANDELN, VORBEUGEN

Was ist ein psychisches Trauma? Wie wird ein psychisches Trauma zu einer posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS)? Wie gehe ich als Helfer selbst mit dem Thema Traumatisierung um und wie kann ich Klienten mit PTBS helfen? Diese Weiterbildung widmet sich diesen und weiteren Fragen zu dem Thema Psychotrauma.

Methodisch wechseln sich Theorieanteile mit vielen praktischen Übungen und Fallbeispielen ab. Um die Ausbildung zielgerichteter gestalten zu können, laden wir Sie ein, eigene Fallbeispiele aus Ihrem beruflichen Alltag zum Thema Trauma mitzubringen, welche in der Gruppe bearbeitet werden können.

Die vorgestellten Erkenntnisse und Methoden fundieren auf aktuellen, evidenzbasierten Ansätzen, vor allem der kognitiven Verhaltenstherapie.

- Zielgruppe** Professionelle aus dem medizinischen, sozialen oder psychosozialen Bereich, die ihr Wissen über Störungsbilder erweitern oder auffrischen, und ihren Umgang mit psychisch kranken Menschen reflektieren möchten.

- Programm** Inhaltlich werden die Schwerpunkte Prävalenz, Ätiologie, Diagnostik und Intervention bei PTBS umrissen. Ein wichtiger Bestandteil der Weiterbildung ist die Selbstreflexion der Teilnehmer, sowohl zu der eigenen Rolle, als auch zu den eigenen Grenzen in der Arbeit mit psychisch erkrankten Menschen.

- Dauer** 15 Stunden

- Kosten** 250 € für beide Tage
(Kaffeepausen und Kursmaterial inbegriffen)

- Ort** Service Information et Prévention
75, rue de Mamer, L-8081 Bertrange

AUF SICH SELBER AUFPASSEN, UM ANDEREN BESSER HELFEN ZU KÖNNEN*

Die Fortbildung hat zum Ziel, Personen, die mit belasteten Menschen arbeiten, über Symptome einer solchen Erschöpfung aufzuklären und ihnen praktische Analysemethoden ihres eigenen Zustands an die Hand zu geben. Darüber hinaus werden mit den TeilnehmerInnen konkrete Strategien entwickelt, die ihnen erlauben, präventiv Erschöpfungszustände zu verhindern.

Während der Weiterbildung wird ein individuelles Notfallset erstellt, das allen TeilnehmerInnen aber ggf. auch anderen Kolleginnen und Kollegen im Team im Krisenfall zur Verfügung steht. Die Frage, wie parallel zur Sorge um den Klienten/die Klientin Selbstfürsorge betrieben werden kann, steht im Fokus der Weiterbildung.

- Zielgruppe** Alle Personen, die im secteur social und médico-psychosocial arbeiten und noch besser lernen wollen, für das eigene Wohl zu sorgen – und das gerade auch während der Interaktion mit den KlientInnen.
- Programm**
- Theorie und Praxis: Stress, Burnout, Sekundärtraumatisierung
 - Prävention: Selbstfürsorge
 - Praktische Übungen, gut anwendbar im Beratungsalltag
- Dauer** 15 Stunden
- Kosten** 250 € für beide Tage
(Kaffeepausen und Kursmaterial inbegriffen)
- Ort** Service Information et Prévention
75, rue de Mamer, L-8081 Bertrange

* Früher „Selbstfürsorge für Menschen in helfenden Berufen.“

Unsere Konferenzen, Themenabende und Workshops zur Sensibilisierung

Unsere Konferenzen werden entweder als Themenabende für das breite Publikum, in Form eines „eat and learn“ für das Fachpublikum oder in Form von Workshops für Schulen oder Jugendgruppen angeboten.

Mögliche Themen sind:

- Psychische Störungen: verstehen, um besser vorzubeugen!
- Depression: verstehen, um besser vorzubeugen!
- Angststörungen: verstehen, um besser vorzubeugen!
- Posttraumatische Belastungsstörung: verstehen, um besser vorzubeugen!
- Alkohol- oder Medikamentenabhängigkeit: verstehen, um besser vorzubeugen!
- Suizid im beruflichen oder schulischen Umfeld: verstehen, um besser vorzubeugen!
- Stress: verstehen, um besser vorzubeugen!
- Die betriebliche Reintegration eines Angestellten nach langer Krankmeldung.

Auf Anfrage können weitere Themen ausgearbeitet und angeboten werden.



Unsere Wanderausstellung zum Thema psychische Gesundheit A|Normal

Die Ausstellung beinhaltet

- 22 Plakattafeln (Roll-ups, 85cm x 200cm; leicht aufbaubar, zweisprachig französisch/deutsch),
- Erklärungen, wie man seine psychische Gesundheit im Alltag erhalten kann
- einfache und anschauliche Informationen zu psychischen Störungen (Angststörungen, Abhängigkeiten, Depression, Zwangsstörung und Schizophrenie) und
- Aussagen von Betroffenen, um die theoretischen Erklärungen zu veranschaulichen.

Die Ausstellung kann Ihnen zur Verfügung gestellt werden

- kostenlos
- in ihrer Gesamtheit, zum Teil oder nach Themengebiet
- nach Verfügbarkeit



Unsere Broschüren zur Sensibilisierung

Unsere Broschüren zur Sensibilisierung können kostenlos beim Sekretariat des Service Information et Prévention de la Ligue bestellt werden.

- Suizidprävention geht uns alle an
- Stressprävention am Arbeitsplatz
- Informationen zu Trauma und möglichen Folgen
- Depression – Lass uns darüber reden