

# MIELENTERVEYDEN ENSIAPU 1

**Koulutuksen tavoitteena on mielenterveyden edistäminen ja mielenterveysosaamisen lisääminen vahvistamalla tietoja ja taitoja.**

## **Koulutuspäivät**

Kysy seuraavaa koulutusajankohtaa oppilaitoksestamme!

## **Koulutuksen sisältö**

MEEA1® kurssi on mielenterveyttä painottava koulutus, jossa keskitytään mielen hyvinvoinnin kehittämiseen ja tukemiseen oppimalla tunne-, vuorovaikutus- ja selviytymistaitoja. Koulutuksessa on viisi osiota

1. Mielenterveys osana terveyttä ja hyvinvointia
2. Tunnetaidot
3. Elämän monet kriisit
4. Ihmissuhteet ja vuorovaikutus
5. Elämänhallinta

## **Oppimateriaali**

Mielenterveys elämäntaitona, mielenterveyden ensiapu 1 – kirja, sähköinen materiaali

## **Koulutuksen kohderyhmä**

Koulutukseen ovat tervetulleita kaikki, jotka ovat kiinnostuneita mielenterveyden eri näkökulmista. Koulutus soveltuu sosiaali-, terveys- ja opetusalaa opiskeleville henkilöille sekä alalla työskenteleville ammattilaisille, kolmannen sektorin toimijoille, asiakaspalvelussa sekä vapaaehtoistyössä työskenteleville henkilöille sekä organisaatioiden kehittämis- ja työhyvinvointipäiviksi

Mielenterveyden ensiapu 1® -koulutuksen suorittuaan henkilö voi jatkaa kouluttautumista Mielenterveyden ensiapu 2® -koulutuksessa, jonka sisällöt sopivat edelleen tukemaan työskentelyä lasten, nuorten ja aikuisten parissa ammattilaisena tai vapaaehtoistyössä.

## **Hinta ja kesto**

Koulutuksen kesto 14 h (2 pv), 178 € sis. alv 24%

## **Ilmoittautuminen**

[neuvonta@kvlak.fi](mailto:neuvonta@kvlak.fi), tai 020 7879 200

Vähimmäisosallistujamäärä 8 henkilöä

## **Lisätietoja**

Kouluttaja Sari Laiho, [sari.laiho@kvlak.fi](mailto:sari.laiho@kvlak.fi)

Järjestämme koulutuksia myös ryhmille ja yrityksille, pyydä tarjous: Liena Silen, [liena.silen@kvlak.fi](mailto:liena.silen@kvlak.fi), p. 020 7879 211