

Resilienz Forum 2024

GESOND OPWUESSEN

VORTRAG

Stärkung der Resilienz bei Jugendlichen

Nadia Ruef & Dr. Fränz D'Onghia

Dieses Referat setzte den Schwerpunkt auf die Erste-Hilfe-Kurse für mentale Gesundheit in Luxemburg, die seit 2020 von der Ligue Santé Mentale im Rahmen des Nationalen Plans zur Suizidprävention angeboten werden.

**Éischt-Hëllef-Coursë fir psychesch
Gesondheet zu Lëtzebuerg**

(PSSM – premiers secours en santé mentale)



Standard	Youth	Teen
		

Dieser Erste-Hilfe-Kurs kommt aus Australien, lizenziert von der Mental Health First Aid (MHFA) International, Melbourne und wird aktuell in 29 Ländern durchgeführt.

Weltweit wurden schon 7 Millionen Ersthelfer/-innen ausgebildet.

In Luxemburg wurden seit 2020 über 7000 Ersthelfer/-innen ausgebildet.

PSSM Standard: Kurs für Erwachsene zur Hilfeleistung bei psychischen Erkrankungen von Erwachsenen.

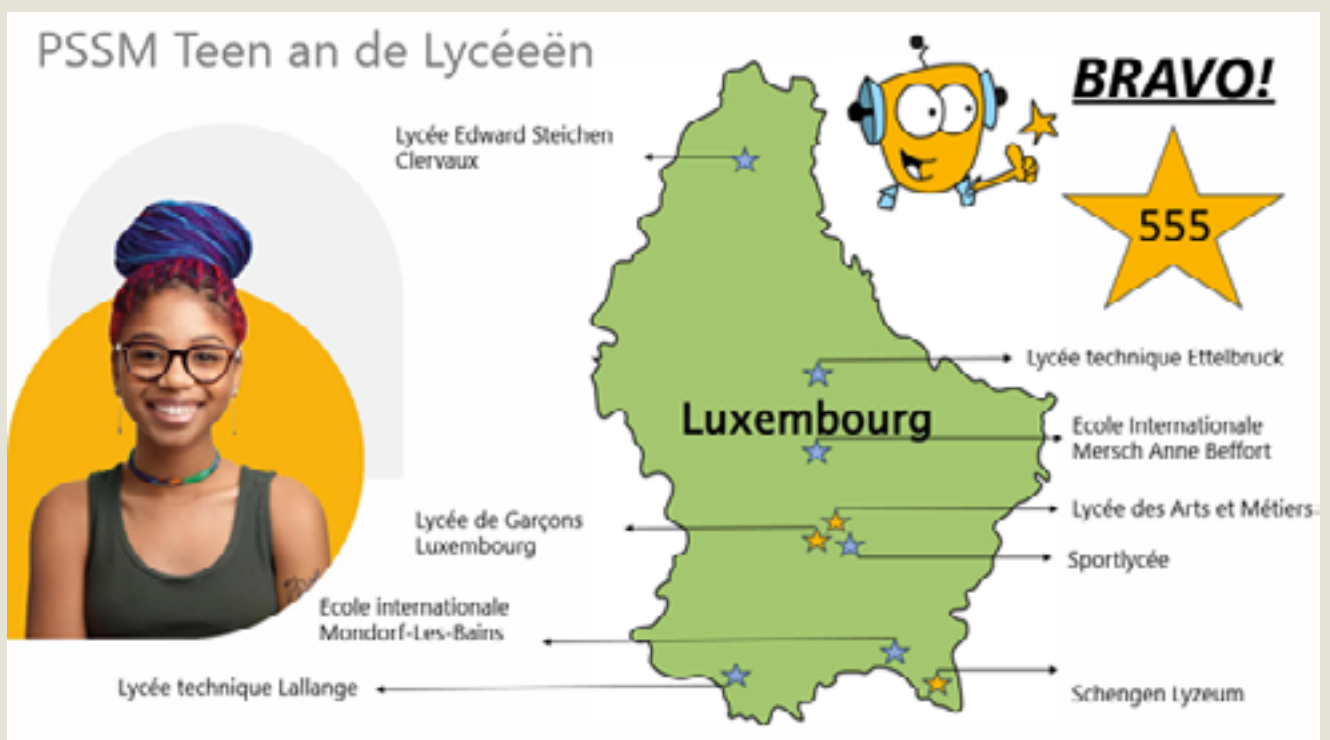
PSSM Youth: Kurs für Erwachsene in Bezug auf mentale Erkrankungen bei Jugendlichen.

PSSM Teens: Kurs für Jugendliche ab 16 Jahren. Dieser Kurs wird in einigen Luxemburger Sekundarschulen für Schüler/-innen der 4ième Klassen angeboten.

Bedingung für Schulen zur Durchführung des PSSM Teens:

- Mindestens 20% des gesamten Personals muss eine PSSM Youth absolviert haben.
- Bereitschaft der Schule diesen Kurs für alle Schüler/-innen der 4ième anzubieten und dafür 3 Doppelstunden im Jahr abzugeben
- Keine einmalige Sache: Dieser Kurs muss jedes Jahr für dieselben Klassen (4ième) angeboten werden.

Es wurden bereits 555 Schüler/-innen an Luxemburger Schulen ausgebildet.



Die Wichtigkeit dieses Kurses wird bestärkt durch Tatsache, dass 49% aller Jugendlichen sich am ehesten Hilfe bei Freund/-innen holen.

Ziel dieser PSSM Kurse:

- Entstigmatisierung psychischer Erkrankungen
- Menschen befähigen, Anzeichen psychischer Erkrankungen schnellstmöglich zu erkennen und Hilfe anzubieten

Botschaft: aufmerksam sein, sich um Mitmenschen kümmern, denen es nicht so gut geht und Unterstützung anbieten.

mit der Unterstützung von



CEUVRE
Nationale de Secours
Grande-Duchesse Charlotte

Rotary
Luxembourg-Horizon



CNAIPA
Centre National
de Prévention des Addictions