



FORTBILDUNGEN FÜR  
HAUPT- & EHRENAMTLICHE  
DER JUGENDARBEIT

# Helfen in seelischer Not

Erste-Hilfe-Kurs für  
seelische Notsituationen

**Donnerstag, 6. Februar 2025**  
**19:00 – ca. 21:30 Uhr**

Was ist HSN? H-S-N steht für "Helfen in seelischer Not" und ist ein Erste-Hilfe-Kurs für seelische Notsituationen. Dabei werden konkrete Handlungsstrategien vermittelt, damit man in Krisensituationen sicherer reagieren kann. Typische Beispiele sind: Was kann ich tun, wenn mein Bruder eine Panikattacke hat? Wie gehe ich damit um, wenn die Nachbarin immer wieder sagt, dass sie am liebsten gar nicht mehr leben möchte oder ein kleines Kind weinend im Freizeitpark seine Eltern sucht?

In der Schulung werden praktische Vorgehensweisen in Bezug auf Hinschauen & Handeln vermittelt. Diese sind niedrigschwellig und praxisnah, d. h. es werden auch die Erfahrungen der Teilnehmenden besprochen.

**Wichtig: Zum Kurs gehört auch eine ca. 30-minütige Onlineschulung, die man hinterher zu Hause macht. Diese ist auch Voraussetzung für eine Teilnahmebestätigung. Bitte bringen Sie ein internetfähiges Handy zur Schulung mit!**

### **Ort**

Begegnungsstätte Spielecafé der Generationen  
Plinganserstr 13+15 | 84347 Pfarrkirchen  
(Parkplatz: Bahnhof Pfarrkirchen, ca. 5 Minuten zu Fuß)

**Referentin** Franziska Ferstl, HSN-Anleiterin

**Kosten** keine

**Teilnehmende** min. 8 Personen, max. 20 Personen

### **Anmeldung**

<https://eveeno.com/HSN-Kurs>  
*bis spätestens: 05.02.2025*



### **Infos unter**

08561 20-519 oder [verwaltung.koja@rottal-inn.de](mailto:verwaltung.koja@rottal-inn.de)

