



Samariterverband St. Gallen
und Fürstentum Liechtenstein

Einladung HELP-Leiter Weiterbildung

Psychische Gesundheit

Samstag, 04. November 2023

Liebe Helpleiter

Die AGJA (Arbeitsgruppe Jugendarbeit) des Samariterverbandes SG/FL hat in Zusammenarbeit mit Remo Degani eine lehrreiche Weiterbildung rund um das Thema psychische Gesundheit vorbereitet.

In unserem Samariter-Alltag beschäftigen wir uns stetig mit der körperlichen Gesundheit. Aber genauso wichtig ist auch die psychische Gesundheit. Hat sie doch einen direkten Einfluss auf unser Wohlbefinden.

Wir wollen uns an der Weiterbildung vom 04. November 2023 deshalb mit dem Thema der Psychische Gesundheit auseinandersetzen. Wie können wir auf uns selbst achten? Wie können wir reagieren, wenn sich uns ein Helpi seine Sorgen anvertraut?

Der Kurs richtet sich an alle interessierten Helpleiter – unabhängig der bisher besuchten Aus- und Weiterbildung.

Datum/Zeit: **Samstag, 04. November 2023**
08:20 Uhr – 12:30 Uhr (Eintreffen ab 08:00 Uhr)

Kursort: Progy Zentrum, Bahnhofstrasse, 9445 Rebstein

Kurskosten: Fr. 20.- pro Teilnehmer aus den Verband SG/FL
Fr. 60.- pro Teilnehmer aus anderen Verbänden
(wird von allen Teilnehmern am Kurstag bar einkassiert)

Mittagessen: Im Anschluss an die Weiterbildung findet ein freiwilliges Mittagessen statt. Die Kosten des Mittagessens gehen zu Lasten der Teilnehmer.

Anmeldung: Bis **21. Oktober 2023** an Manuela Gerig, manuela.gerig@samariter-sgfl.ch oder 078 823 03 78, **inkl. Angabe mit oder ohne Mittagessen**

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, die Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt.

Auf einen lehrreichen Tag freuen sich das AGJA-Team und Remo Degani.

Mit freundlichen Grüssen
im Auftrag der AGJA

Manuela Gerig