



Nr. 200229 | **Kurzkurs**

HSN-Kurs - „Helfen in seelischer Not“ Der Erste-Hilfe-Kompaktkurs für seelische Krisen

am Do. 11.06..2026 von 19.00-21.00 Uhr

Was kann ich tun, wenn mein Bruder eine Panikattacke hat? - Oder wie gehe ich damit um, wenn die Nachbarin immer wieder sagt, dass sie am liebsten gar nicht mehr leben möchte...?

Psychische Belastungen und seelische Krisen sind hochaktuell und begegnen uns in allen Kontexten. Schnell entstehen dann Unsicherheit, Hilflosigkeit oder Ohnmacht, wie damit umzugehen ist.

Mit dem Kurs vermitteln wir einfache Handlungsstrategien zur direkten Deeskalation & Linderung seelischer Not im direkten Umfeld. Der / die Ersthelfer*in gewinnt durch die Handlungskette: „Hinschauen – Sprechen – Netzwerken“ (HSN) mehr Sicherheit, Knowhow und Selbstvertrauen.

Leitung: Friederike Spörl-Springer, Diakonin, Sozialpädagogin, Anleiterin für HSN, Coach

Kursort: eckstein, Nürnberg

Kursgebühr: 30,- €

Teilnehmer: mind. 7

Anmeldung: bis 26.05.2026



Kontakt: PPC im eckstein, Burgstraße 1-3, 90403 Nürnberg

Tel: 0175 50 27 669, Fax: 0911 - 214 2154, mail: ppc-nuernberg@elkb.de, www.ppc-nuernberg.de