

Mental Health First Aid (MHFA) teaches you how to identify, understand and respond to signs of mental health and substance use challenges and teaches a 5-step action plan to offer initial help to people with signs and symptoms of a mental illness or in a crisis, and connect them with the appropriate professional, peer, social, or self-help care.

What MHFA covers:

- Common signs and symptoms of mental health challenges.
- Common signs and symptoms of substance use challenges.
- How to interact with a person in crisis.
- How to connect a person with help.
- Expanded content on trauma, substance use and self-care.

Two Ways to Learn:

- In-person – Learners will receive their training as an 8-hour, Instructor-led, in-person course.
- Virtual – Learners complete a 2-hour, self-paced online course, and participate in a virtual 6-hour, Instructor-led training.

Two different trainings:

- For adults
- For adults working/living with children and adolescents ages 6- 18

Upcoming Trainings:

To register click on the date of each training

- [February 24, 2022, 9 am - 3:30pm - Adult - Virtual](#)
- [March 24, 2022, 9am - 3:30pm - Adult - Virtual](#)
- [April 16, 2022, 9am - 3:30pm - Youth - Virtual](#)
- [May 19, 2022, 8:30am - 5pm - Adult - In Person -For Spanish Speakers](#)
- [June 14, 2022, 9am - 3:30pm - Youth - Virtual](#)

Questions? Contact: Dámaris Caro at 415-858-55-26 or dcaro@marincounty.org

Entrenamiento de Primeros Auxilios para la Salud Mental

El entrenamiento de Primeros Auxilios para la Salud Mental (PASM) enseña como identificar, entender y responder a las dificultades de salud mental o de uso de sustancias. Y enseña un plan de acción de 5 pasos para ofrecer ayuda inicial a personas con signos o síntomas de una enfermedad de salud mental o de uso de sustancias o que este pasando por una crisis.

Que cubre PASM:

- Signos y síntomas comunes de los problemas de salud mental.
- Signos y síntomas comunes de desafíos por uso de sustancias.
- Como interactuar con una persona que esta pasando por una crisis.
- Como conectar a una persona con ayuda.
- Información sobre trauma, uso de sustancias y el cuidado personal

Dos formas diferentes de aprender:

- En persona – participantes recibirán una capacitación presencial de 8 horas.
- Virtual – participantes deben completar un curso en línea de 2 horas antes del entrenamiento virtual de 6 horas.

Dos tipos diferentes de entrenamientos:

- Para adultos
- Para adultos que viven o trabajan con jóvenes de 6 a 19 años

Próximos entrenamientos:

Para registrarse haga clic en la fecha de cada entrenamiento

- [Febrero 24, 2022, 9am - 3:30pm - Adultos - Virtual- Ingles](#)
- [Marzo 24, 2022, 9am - 3:30pm - Adultos - Virtual - Ingles](#)
- [Abril 16, 2022, 9am - 3:30pm - Jóvenes - Virtual - Ingles](#)
- [Mayo 19, 2022, 8:30am - 5pm - Adultos - En persona -Español](#)
- [Junio 14, 2022, 9am - 3:30pm - Jóvenes - Virtual - Ingles](#)

Preguntas? Contacte a: Dámaris Caro at 415-858-5526 or dcaro@marincounty.org