



Éischt Hëllef

fir mental Gesondheet

Premier secours en santé mentale

Langue du cours : luxembourgeois. Des cours dans d'autres langues peuvent être organisées sur demande.



Eng Wonn?

Verband.

Bewusstlos?

Stabil Säitelag.

Häerzstëllstand?

Häerzmassage.

Eng Panikattack?

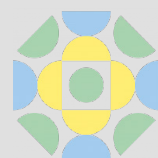
...

Eng depressiv Kris?

...

Wéisst du, wat ze maachen ass?

Léier erkennen. Léier reagéieren. Léier hëllefen.



**Ligue
Santé
Mentale**

Gratis

Wéini? Wou?

12/10/2026 | 18:30 - 21:30 Auer
15/10/2026 | 18:30 - 21:30 Auer
19/10/2026 | 18:30 - 21:30 Auer
22/10/2026 | 18:30 - 21:30 Auer



www.pssm.lu

zu Ell am Centre Camille Ney (40, Haaptstrooss L-8530 Ell)

D'Plaze si limitéiert (max. 20 Leit), dofir mellet iech un bis
spéitstens de 5. Oktober 2026 : commissionsports@ell.lu
Nom Ofschloss vun de 4 Coursë kritt dir een Zertifikat ausgestallt.
De Cours gëtt op Lëtzebuergesch gehalten.

Wat ass PSSM?

De Cours „Premiers Secours en Santé Mentale“ vermëttelt
Basiswëssen a praktesch Instrumenter fir Mënschen an enger
psychescher Kris z'ënnerstëtzen.

- psychesch Problemer fréi erkennen
- empathesch a passend reagéieren
- Leit an enger Kris begleeten
- professionell Hëllef empfeelen
- méi Sécherheet am Ëmgang mat mentaler Gesondheet kréien

(En cas d'intérêt pour une formation dans une autre langue,
veuillez nous contacter)

**Mental Gesondheet geet eis all eppes un.
Léieren. Verstoen. Hëllefen.**