

Mental Health First Aid

Take a class. Save a life. Mental Health First Aid (MHFA) is an 8-hour class that gives people the tools they need to help someone who might be developing a mental health problem or experiencing a mental health crisis. MHFA can save a life, just like CPR can help save someone who is having a heart attack.



Signs and symptoms of mental illness



Risk factors and warning signs of mental illness and drug and alcohol use



A 5-step action plan to help someone in need



Professional and self-help resources

Register Today

Visit bit.ly/MHFATexas or contact us at mhfa@integralcare.org or 512-804-3260.

Thanks to a grant from St. David's Foundation, no one will be turned away. However, a donation of \$10 is welcome.

Primeros auxilios para la salud mental

Tome una clase. Salve una vida. Primeros Auxilios para la Salud Mental (MHFA por sus siglas en inglés) es una clase de 8 horas que le proporcionará las herramientas que necesita para ayudar a alguien que pueda empezar a tener un problema de salud mental o que sufra de una crisis de salud mental. MHFA puede salvar una vida, tal como la RCP puede ayudar a salvar a alguien que sufre de un ataque del corazón.



Síntomas y señales de padecimiento mental



Factores de riesgo y señales de alerta de salud mental así como del uso de alcohol y drogas



Un plan de acción de 5 pasos para asistir a alguien que necesite ayuda



Recursos profesionales y de auto ayuda

¡Inscríbase Hoy!

Visite bit.ly/MHFATexas o escríbanos a atmhfa@integralcare.org o llámenos al 512-804-3260

Gracias a una beca de St. David's Foundation, no se le negará el curso a nadie. Sin embargo, agradeceríamos una donación de \$10.