

## Capacitación de primeros auxilios de salud mental para adultos

Los primeros auxilios de salud mental es un programa internacional reconocido por su efectividad. Estudios revisados por expertos en Australia donde se originó el programa muestra que las personas capacitadas en el programa:

- Aumentan en su conocimiento sobre los signos, síntomas y factores de riesgo de las enfermedades mentales y adicciones.
- Pueden identificar múltiples tipos de recursos profesionales y autoayuda para personas con una enfermedad mental o adicción.
- Incrementan su confianza y probabilidad de ayudar a una persona con una enfermedad mental o en situación de crisis.
- Muestra una mayor salud mental personal.

Los estudios también demuestran que el programa reduce la distancia social creada por actitudes negativas y percepciones hacia las personas con enfermedades mentales.

Cuándo: Viernes, 13 de marzo de 2026

Hora: 9:00am-4:30pm CST

Almuerzo 12pm -1pm (por su cuenta)

Instructor: Diego Gamero

Dónde: Central Community College

1501 Plum Creek Parkway

Lexington, NE 68850

**NO hay costo de inscripción para asistir. Esta clase es en español.**

Patrocinado por Region II Human Services and Central Community College, Lexington Center

### Inscripción:

Por favor, complete la información de registro y envíela a Relena Lyddon at [relenalyddon@cccneb.edu](mailto:relenalyddon@cccneb.edu) o llame a Maira al 1-308-338-4081 para registrarse. AVOR 9000 CLE26

Si tiene preguntas adicionales, llame a Shannon al 308-529-0595 or [shannonsell@r2hs.com](mailto:shannonsell@r2hs.com)

Los CEU's no están disponibles para esta capacitación, pero se entregará un certificado de finalización después del entrenamiento.

**Registrese antes del Miércoles, 11 de marzo del 2026. Espacio limitado.**

Apellido: \_\_\_\_\_ Nombre: \_\_\_\_\_ MI \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_ Ciudad \_\_\_\_\_ Estado \_\_\_\_\_ CP \_\_\_\_\_

Fecha de nacimiento \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ Teléfono \_\_\_\_\_ Correo \_\_\_\_\_

Ocupación \_\_\_\_\_



### ALGEE, the Mental Health First Aid Action Plan

**Assess for risk of suicide or harm**

**Listen nonjudgmentally**

**Give reassurance and information**

**Encourage appropriate professional help**

**Encourage self-help and other support strategies**

This project is funded by the 2023-2027 CDC Comprehensive Suicide Prevention Grant Program.