

MENTAL HEALTH FIRST AID COURSE



RCS IS AN AWARD-WINNING WELSH COMPANY OFFERING SPECIALIST WELLBEING TRAINING & SUPPORT TO HELP PEOPLE AND WORKPLACES THRIVE.

Our Adult Mental Health First Aid Wales training course provides you with expert guidance and support in recognising and supporting the mental health needs of the people around you, such as friends, family and colleagues.

Delivery is available in Welsh or English, on-line or on-site at your workplace. The eight hours learning can be delivered in one day, or over two half-days, to suit your preference.



THE COURSE WILL:

- Explore what a Mental Health First Aider (MHFA) is, and what it is not
- Explain the role and responsibilities of a Mental Health First Aider
- Provide an introduction to mental health and some of the challenges to wellbeing
- Introduce the MHFA Action Plan and how to put it into practice
- Help delegates develop skills in empathetic and active listening

GET IN TOUCH TO DISCUSS YOUR NEEDS OR FIND OUT ABOUT OUR COSTS.

01745 336442
hello@rcs-wales.co.uk



WWW.RCS-WALES.CO.UK

SCAN TO FIND
OUT MORE



CWRS CYMORTH CYNTAF IECHYD MEDDWL



MAE RCS YN GWMNI CYMREIG SYDD WEDI ENNILL SAWL GWOBUR, SY'N CYNNIG HYFFORDDIANT LLESANT ARBENIGOL A CHYMORTH I HELPUR POBL A GWEITHLEOEDD I FFYNNU.

Mae ein cwrs hyfforddiant, Cymorth Cyntaf Iechyd Meddwl Cymru, yn darparu arweiniad a chymorth arbenigol i chi i gydnabod a chefnogi anghenion iechyd meddwl y bobl o'ch cwmpas, fel ffrindiau, aelodau teulu a chydweithwyr.

Gellir cyflwyno'r cwrs trwy gyfrwng y Gymraeg neu'r Saesneg, ar-lein neu yn eich gweithle. Gellir darparu'r cwrs dysgu wyth awr mewn diwrnod, neu ar ffurf dau sesiwn hanner diwrnod, yn ôl yr hyn sydd orau gennych chi.



BYDD Y CWRS YN:

- Archwilio beth mae Swyddog Cymorth Cyntaf Iechyd Meddwl (CCIM) yn ei wneud, neu ddim yn ei wneud
- Egluro rôl a chyfrifoldebau Swyddog Cymorth Cyntaf Iechyd Meddwl
- Darparu cyflwyniad i iechyd meddwl a rhai o'r heriau o ran llesiant
- Cyflwyno Cynllun Gweithredu CCIM a sut i'w roi ar waith
- Helpu cynrychiolwyr i ddatblygu sgiliau o ran gwrando empathig a gweithredol

CYSYLLTWCH I DRAFOD EICH ANGHENION NEU I GAEL GWYBODAETH AM EIN COSTAU.

01745 336442
hello@rcs-wales.co.uk



WWW.RCS-WALES.CO.UK

SGANIWCH I
DDARGANFOD
MWY

