



## CHRISTUSTRÄGER TRIEFENSTEIN

Die Christusträger sind eine evangelische Kommunität, eine ordensähnliche Gemeinschaft innerhalb der evangelischen Kirche. Die Brüder, Familien, Ehepaare und Singles leben, beten und arbeiten in Deutschland im Kloster Triefenstein, weitere Brüder in Ralligen und Zürich (Schweiz), sowie in Vanga (Kongo) und für Kabul (Afghanistan). Unsere Arbeit im In- und Ausland wird mitgetragen durch unsere Freunde, Mitarbeiter und Spender.

*Im Kloster Triefenstein am Main führen wir ein Gästehaus. Wir wollen in die geschützte Atmosphäre unseres Klosters einladen, um Raum zur Begegnung mit Gott zu finden.*

## KONTAKT

Kloster Triefenstein - Gästebüro  
Am Klosterberg 2 · D-97855 Triefenstein

**TEL** +49 9395 777 110

**MAIL** [gaeste@christustraeger.org](mailto:gaeste@christustraeger.org)

**WEB** [www.christustraeger.org](http://www.christustraeger.org)

## WEGBESCHREIBUNG TRIEFENSTEIN

**mit dem Auto** — Autobahn A3 *Frankfurt – Nürnberg*, Ausfahrt Marktheidenfeld, dann in Richtung Triefenstein.

**mit der Bahn** — Vom Bahnhof Würzburg mit Buslinie 633 in Richtung Marktheidenfeld, Ausstieg *Erlenbach, Rathaus*. Vom Bahnhof Lohr mit Buslinie 630 nach *Marktheidenfeld* - [vwm-info.de](http://vwm-info.de)

Hier und vom Bahnhof *Wertheim* können wir Sie – nach vorheriger Absprache – mit dem Auto abholen.



## ERSTE HILFE FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT

*Kurs zum Umgang mit Menschen in psychischen Krisen*

Do 6. bis So 9. Februar 2025



# ERSTE HILFE FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT

*Kurs zum Umgang mit Menschen in psychischen Krisen*

„Erste Hilfe für die Seele“ oder englisch: „Mental-Health-First-Aid“ (MHFA)

Diese bereits in 29 Ländern etablierten MHFA-Kurse versetzen medizinische Laien in die Lage, bei psychischen Gesundheitsproblemen in ihrem Bekannten-, Freundes- und Kollegenkreis zu helfen.

Die Teilnehmenden werden darin geschult, psychische Krisen bei nahestehenden Personen zu erkennen und angemessen zu reagieren, bis professionelle Hilfe zur Verfügung steht. Dieser Ersthelfer-Kurs verbessert das Wissen über psychische Gesundheit, vermindert ausgrenzendes Verhalten, steigert das Vertrauen in die eigenen Helferkompetenzen und stärkt die eigene psychische Gesundheit.

Es ist kein Selbsthilfe-Kurs und kein Seelsorge-Kurs. Voraussetzung für die Teilnahme ist psychische Stabilität und ein Mindestalter von 18 Jahren.

*Nach vollständiger Teilnahme an den 12 Unterrichtsstunden und dem Bestehen einer kleinen Online-Prüfung erhält man ein Zertifikat als MHFA-Ersthelfer. Manche Betriebe fördern die Teilnahme als betriebliches Gesundheitsmanagement.*

*Dr. med. Oliver Dodt*

Sie sind herzlich willkommen bei den Gebetszeiten der Christusträger (Morgen- und Abendgebet, Sonntagsgottesdienst), wenn Sie mögen.

## AN- UND ABREISE

Anreise am Donnerstag zwischen 16.00 und 17.30 Uhr. Der erste Programmpunkt ist das gemeinsame Abendgebet um 18.00 Uhr in der Kirche, danach Abendessen. Abreise ist am Sonntag nach dem Mittagessen.

## TAGUNGSBEITRAG

Für die Tage berechnen wir pro Person für Verpflegung und Übernachtung (inkl. bezogenem Bett und Handtüchern) im

Einzelzimmer mit Waschbecken	216 €
Einzelzimmer mit Dusche und WC	252 €
Doppelzimmer mit Waschbecken	186 €
Doppelzimmer mit Dusche und WC	222 €

*Hinzu kommt eine Kursgebühr in Höhe von 100 €.*

Die Bezahlung ist möglich mit EC-Karte, in bar vor Ort oder durch nachträgliche Überweisung. Für Gäste, die noch in der Ausbildung sind oder ein geringes Einkommen haben, haben wir ermäßigte Preise. Fragen Sie bitte in unserem Gästebüro nach.

*Falls Sie dann doch nicht kommen...*

Bei Absage unter 4 Wochen vor Beginn entstehen Ausfallgebühren. Wir empfehlen Reiserücktrittsversicherungen. Mehr dazu finden Sie in den Hausinfos, die auch auf unserer Webseite eingestellt sind: [www.christustraeeger.org/hausinfo](http://www.christustraeeger.org/hausinfo)

## ANMELDUNG

an umseitige Adresse oder per Mail an: [gaeste@christustraeeger.org](mailto:gaeste@christustraeeger.org)

## ERSTE HILFE FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT

**DO 06.– SO 09.02.2025**

NAME \_\_\_\_\_

VORNAME \_\_\_\_\_

STRASSE \_\_\_\_\_

PLZ/ORT \_\_\_\_\_

TELEFON \_\_\_\_\_

E-MAIL \_\_\_\_\_

*Ich wünsche, wenn möglich,*

- [ ] Einzelzimmer
- [ ] Doppelzimmer mit \_\_\_\_\_
- [ ] Zimmer mit eigener Nasszelle
- [ ] Allergikerbett
- [ ] vegetarisches Essen
  
- [ ] \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
**DATUM, UNTERSCHRIFT**