

Nichts tun ist immer falsch!

Werden Sie Ersthelferin oder Ersthelfer für psychische Gesundheit



Jede zweite Person erlebt in ihrem Leben psychische Probleme. Neun von zehn Personen kennen jemanden, der psychische Belastungen erlebt und würde gerne helfen. Aber wie?

Der ensa-Kurs «Erste Hilfe für psychische Gesundheit» unterstützt Sie dabei. Anfangs 2024 findet ein Kurs, durch die kirchliche Arbeitsgemeinschaft Spiez (KAS) unterstützt, in Spiez statt!

Seit 2019 wird der Kurs durch die Stiftung Pro Mente Sana in der Schweiz angeboten. Der ensa-Erste-Hilfe-Kurs ist die Schweizer Version des australischen Programms «Mental Health First Aid». Laien lernen Erste Hilfe leisten, wenn Personen in ihrem privaten oder beruflichen Umfeld psychische Belastungen oder Krisen durchleben.

Die Teilnehmenden erarbeiten Wissen sowie ein vertieftes Verständnis, um derartige Situationen rechtzeitig wahrzunehmen, anzusprechen und passende Unterstützung zu organisieren. Dadurch leisten Sie einen wertvollen Beitrag, Vorurteile und falsche Annahmen in der Gesellschaft abzubauen.

Im Januar 2024 findet in Spiez der vierteilige ensa-Erste-Hilfe-Kurs mit Fokus Erwachsene statt:

Donnerstag, 11. Januar 2024, 18.30–22.00 Uhr – Teil 1
Samstag, 13. Januar 2024, 09.00–12.30 Uhr – Teil 2
Donnerstag, 18. Januar 2024, 18.30–22.00 Uhr – Teil 3
Samstag, 20. Januar 2024, 09.00–12.30 Uhr – Teil 4

Kurskosten: Fr 380.-. Teilnehmende dürfen bei ihrer Kirchgemeinde um Unterstützung anfragen.

Anmeldung und weitere Informationen finden Sie unter **ensa.swiss**

Kursleitung: Esther Schläppi, Oberhofen, Thun und Arnold Ruef, Spiez



KAS
Kirchliche Arbeitsgemeinschaft Spiez:
Kath. und Ref. Landeskirche
Evang. Gemeinschaftswerk