

962 Kompetent handeln bei psychischen Problemen, ensa Kurs

Was tun, wenn Sie merken, dass es jemandem mental nicht gut geht?

Viele Menschen wissen nicht, wie sie reagieren können, wenn es Menschen in ihrem privaten oder beruflichen Umfeld nicht gut geht. Es fehlen die Worte und die Sicherheit, das Richtige zu tun. Kennen auch Sie das Gefühl der Hilflosigkeit in einer solchen Situation? ensa Kurse greifen diesen Aspekt auf und vermitteln Ihnen einfache und leicht anzuwendende Instrumente, um im Alltag auf Betroffene zugehen zu können, sie zu unterstützen und zu professioneller Hilfe zu ermutigen. Denn nichts tun ist immer falsch.

Jeder kann Erste Hilfe für psychische Gesundheit leisten!

In mehr- oder halbtägigen Kursen erwerben Ersthelfer*innen ein Grundwissen über verschiedene oder spezifische psychische Probleme und Krisen. Nebst theoretischem Wissen werden auch praktische Kompetenzen in interaktiven Übungen und Rollenspielen geübt. Mit den neu erworbenen Fertigkeiten leisten Sie einen wichtigen Beitrag zur Lebensqualität der Menschen in Ihrem Leben. Und mit dem Wissen über psychische Gesundheit stärken Sie nicht zuletzt auch sich selbst.

Ziel	Erste-Hilfe-Kurse Fokus Jugendliche Sie lernen die Grundlagen über verschiedene psychische Probleme und üben die 5 Schritte der Ersten Hilfe, wenn Jugendliche Hilfe brauchen.
Zeit/Dauer	Mittwoch, 10. Januar 2024, 17.00 – 21.00, Modul 1 Mittwoch, 24. Januar 2024, 17.00 – 21.00, Modul 2 Mittwoch, 7. Februar 2024, 17.00 – 21.00, Modul 3 Mittwoch, 6. März 2024, 17.00 – 21.00, Modul 4 14 Stunden
Anzahl Teilnehmer	max. 20 Personen
Kursleiter/in	Henry Goldmann, Pro Mente Sana, Hauptinstruktor Gaby Beer, Pro Mente Sana, Co-Instruktorin
Ort	Berufsbildungszentrum Goldau Zaystrasse 44 6410 Goldau
Kursgeld	Fr. 450.--, Kurs inkl. Kursunterlagen
Anmeldung	041 855 27 77 oder online via Anmeldeformular