

Weiterbildungskurs* für Ihre Mitarbeitenden

*auch als CZV-Kurs

Erste-Hilfe-Kurs für psychische Gesundheit

Ich habe einen Beinbruch.

Ich werde gefragt, wie es dazu gekommen ist,
es wird gute Besserung gewünscht,
es wird über den Heilungsprozess gesprochen.

Ich habe ein Burnout.

Ich werden nicht gefragt, wie es dazu gekommen ist,
es wird nicht gute Besserung gewünscht,
es wird nicht über den Heilungsprozess gesprochen.

Über psychische Krankheiten wird weitgehend geschwiegen.

Das führt dazu, dass die Betroffenen leiden und professionelle Hilfe sehr spät erfolgt.
Der ensa Erste-Hilfe-Kurs will das ändern.

Dank ensa können alle Menschen Hilfe leisten.

Dank ensa profitieren alle: die Betroffenen, ihr Umfeld, die Firma.
In firmeninternen ensa Kursen wird das Wissen über psychische Gesundheit
breit im Unternehmen verankert und das Team gestärkt.





Helfen lernen und sich selber stärken!

Kursziel

Sie haben Basiswissen über psychische Krankheiten und sind in der Lage, auf Betroffene mit psychischen Schwierigkeiten zuzugehen und Erste Hilfe zu leisten.

Kursinhalt

Sie lernen die Erste Hilfe für psychische Gesundheit in 5 Schritten kennen und beschäftigen sich mit den häufigsten bzw. gravierendsten psychischen Erkrankungen. Erste Hilfe in Krisensituationen wird im Verlauf des Kurses ebenso besprochen und geübt, wie die Ansprache und Unterstützung von Menschen, bei denen sich erste Anzeichen einer psychischen Erkrankung zeigen. Gruppenübungen und Rollenspiele zur Anwendung des erworbenen Wissens sind neben der Wissensvermittlung fester Bestandteil des Kurses.

ensa¹

- ist in der Schweiz ein Programm der Stiftung [Pro Mente Sana](#).
- bedeutet Antwort auf die Unsicherheit im Kontakt mit Menschen mit psychischen Schwierigkeiten.
- ist ein international anerkanntes und wissenschaftlich begleitetes Projekt.
- vermittelt fundiert konkrete Handlungsweisen für Laien.
- befähigt, sich selbst zu stärken und anderen zu helfen.

¹ heisst Antwort in einer der über 300 Sprachen der australischen Ureinwohner.

Kursdauer

normaler Kurs – Präsenzkurs: 12 Stunden (exkl. Pausen)

Der Kurs findet an 2 bis 4 von Ihnen gewählten Terminen statt.

– Webinar: 14 Stunden (inkl. Pausen)

Der Kurs findet an 7 von Ihnen gewählten Terminen statt.

CZV-Kurs

– Präsenzkurs: 14 Stunden (exkl. Pausen)

Der Kurs findet an 2 von Ihnen gewählten Terminen statt.

Der Kurs gilt als 2 Weiterbildungstage.

Kurssprachen Der Kurs wird in D, F, I, E angeboten

Anzahl Kursteilnehmende

normaler Kurs max. 20 Personen

CZV-Kurs max. 16 Personen

Kursleitende ensa zertifizierte Instruktor*innen von Pro Mente Sana

Kurskosten pro TN: 480.– (Mindestpreis 4'800.–)

Preisreduktion für Schulen/NPO

Gerne unterbreiten wir Ihnen eine Offerte.

Links www.ensa.swiss
www.fachschule-mobilitaet.ch

Veranstalter Fachschule Mobilität AG
info@fachschule-mobilitaet.ch

Nehmen Sie mit uns Kontakt auf, wir unterbreiten Ihnen gerne ein Angebot.



Testimonials

«Wie geht es Dir? ensa schenkt mir Vertrauen, Menschen anzusprechen und damit einen Beitrag zur Sensibilisierung und Entstigmatisierung rund um das Thema psychische Gesundheit leisten zu können.»

Anita Beyeler, Personallistentin

«Psychische Erkrankungen nehmen zu, doch zu viele Betroffene schweigen noch. «ensa», die Antwort auf eine aktuelle Herausforderung. Packen wir sie gemeinsam an!» *Anita Beyeler, Personallistentin*

Marita Hirt, ensa Instruktorin

«Psychische Gesundheit muss in der Arbeitswelt vermehrt ein Thema werden: Störungen können mit einer engagierten Führungskultur präventiv angegangen werden. Dafür will ich einen Beitrag leisten.»

Rolf Maegli, Beratungen für Sozialmanagement

«Durch den Kurs fühlte ich mich befähigt, zu reagieren und Unterstützung anzubieten. *Vanessa Falco, Kursteilnehmerin*

«Wenn man im Kurs über Suizidgeudenken spricht, wirkt das befreiend.»

Livia, Kursteilnehmerin

«Ich empfehle jeder Firma diesen Kurs.»

Benno Maggi, CEO Partner & Partner