

# Erste Hilfe für psychische Gesundheit

Jeder zweite Mensch in der Schweiz erleidet einmal im Leben eine psychische Erkrankung. Fast alle Menschen kennen in ihrem persönlichen Umfeld Personen, denen es psychisch nicht gut geht oder eine Zeit lang nicht gut gegangen ist.

ensa vermittelt, wie Angehörige, Freunde oder Arbeitskollegen bei psychischen Problemen Erste Hilfe leisten können. Statt zu warten, bis jemand anderes das Thema – meist viel zu spät – anspricht, lernen Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer, rechtzeitig Probleme zu erkennen, auf Menschen zuzugehen und Hilfe anzubieten.

Im wissenschaftlich fundierten ensa Erste-Hilfe-Kurs werden in vier Modulen à drei Stunden Grundwissen zu psychischen Störungen vermittelt sowie konkrete Erste-Hilfe-Massnahmen bei Problemen und Krisen erlernt und geübt. Der Kurs ist für alle Personen ab 18 Jahren geeignet und kostet CHF 380.-, inklusive Kursmaterial, Zertifikat und Ausweis.

Mehr Informationen und ein laufend aktualisiertes Kursangebot auf:  
[www.ensa.swiss](http://www.ensa.swiss)

Kursangebote in der Region Seeland...  
werden auch von muellerservices und P-PROFIL angeboten!

Weitere Infos unter [www.muellerservices.ch/p-profil-ch/ensa](http://www.muellerservices.ch/p-profil-ch/ensa)

