formation-ARC.Suisse

Kursausschreibung

15. Oktober 2027, 09.00–12.00 Uhr

Erste Hilfe für psychische Gesundheit – Refresher Fokus Erwachsene

Hast du den ensa Kurs «Erste Hilfe Psychische Gesundheit – Fokus Erwachsene» besucht und möchtest dein Wissen auffrischen? Möchtest du mehr Sicherheit gewinnen, um Menschen bei Anzeichen einer psychischen Erkrankung oder in Krisensituationen beizustehen?

In diesem halbtägigen Kurs frischst du dein Wissen auf, vertiefst die fünf Schritte der Ersten Hilfe und festigst deine Fähigkeiten anhand praktischer Übungen.

Ziele
Ich ...
- ➔ aktualisiere mein Wissen über Erste Hilfe für psychische Gesundheit.
- ➔ übe und vertiefe die fünf Schritte der Ersten Hilfe.
- ➔ erkenne, wie ich Menschen bei Anzeichen einer psychischen Erkrankung unterstützen kann.
- ➔ handle sicherer im Umgang mit Menschen, deren psychische Erkrankung sich verschlechtert oder die sich in einer Krisensituation befinden.

Inhalt
Der Kurs verbindet die Auffrischung des Basiswissens mit aktuellen Informationen und praktischen Kommunikationstrainings. Du wiederholst zentrale Inhalte des Basiskurses und übst die fünf Schritte der Ersten Hilfe.

Wir arbeiten aktiv an folgenden Themen:
- Basiswissen zu psychischen Erkrankungen wie Depressionen und Angststörungen auffrischen
- Aktuelle Informationen aus der Forschung zur Ersten Hilfe für psychische Gesundheit
- Die fünf Schritte der Ersten Hilfe wiederholen und vertiefen
- Kommunikation in Erste-Hilfe-Situationen üben
- Menschen bei Anzeichen einer psychischen Erkrankung unterstützen
- Umgang mit einer Verschlechterung bestehender Erkrankungen
- Unterstützung in Krisensituationen

Kursleitung
Nadine Trudel, Regionalsekretärin transfair und ensa Instruktorin

Kursort:
NAIP Internationaler Bund GmbH, Herostrasse 7, 8048 Zürich

Adressatenkreis:
Der Kurs richtet sich an Personen, die den ensa Kurs «Erste Hilfe Psychische Gesundheit – Fokus Erwachsene» besucht haben und ihr Wissen auffrischen und vertiefen sowie ihr ensa Zertifikat erneuern möchten.

Kosten
Für Mitglieder werden die Kosten wie folgt übernommen:
- Syna: 4 Kurstage / Jahr bzw. 2 Kurstage für Rentner:innen und Lernende
- transfair / transfair Post: 2 Kurstage / Jahr, der gleiche Kurs darf innerhalb von drei Jahren nur einmal besucht werden.
- SwissPersona: bis zu CHF 1'000 / Jahr
- SCIV: bis zu CHF 450.- / Jahr

Anschliessend fallen die Kosten zu Lasten der Teilnehmenden.

Für Nicht-Mitglieder
CHF 565.— (inkl. Kursunterlagen, Mahlzeiten)

An- und Abmeldung
Anmeldung: Melden Sie sich zur Gewährleistung der Planung frühzeitig an, idealerweise bis zur Abmeldefrist**.** Ansonsten sind Anmeldungen möglich, solange das Anmeldeformular auf unserer Webseite geöffnet ist.
Abmeldung (ohne Kostenfolgen, danach wird der Kurs verrechnet): Bis spätestens am **10. September 2027** via **E-Mail** an arc@travailsuisse.ch.