

ensa – Erste Hilfe für psychische Gesundheit

NPG-Mitgliederanlass, 24. Januar 2019

Norina Schwendener

pro *mente* sana

Mental Health First Aid

- Entwickelt 2000/2001 von Betty Kitchener und Tony Jorm in Australien
- Zielpublikum: alle (Laien)
- Evidenzbasierter Kursinhalt
- Kursziel: Basiswissen zu psychischer Gesundheit und zu den wichtigsten psychischen Krankheiten, Erste Hilfe leisten, Menschen in einer Krise beistehen
- Kursdauer: 4 mal 3 Stunden
- Verbreitung: mehr als 20 Länder haben eine Lizenz, v.a. englischsprachige, aber auch NL, DK, FIN und gleichzeitig mit CH auch F

Mental Health First Aid



pro mente sana

MHFA: verschiedene Kurse

- **Standard-Kurs, Jugendliche-Kurs, Senioren-Kurs**
- gleicher Inhalt – zugeschnitten auf spezifische Zielgruppe

In der Schweiz:

- Jetzt: **ensa Standard-Kurs**
- Wenn bewährt: ab 2020 auch ensa Kurs Jugendliche und ensa Kurs Senioren



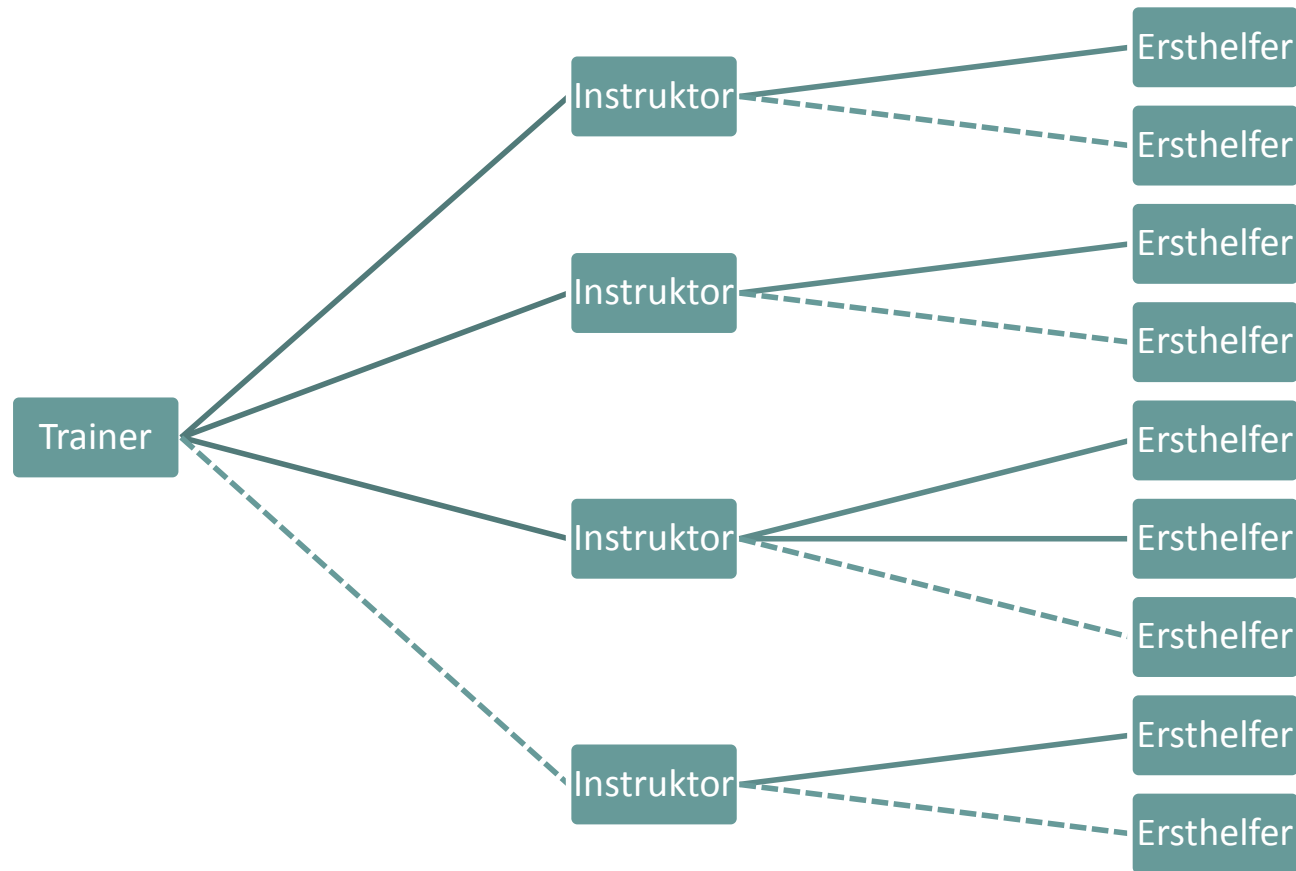
Ersthelfende (Laien)

- Verbessern ihr Wissen zu Problemen der psychischen Gesundheit
- Reduzieren Vorurteile und bauen Distanz gegenüber Betroffenen ab
- Erhöhen ihr Vertrauen, jemandem in einer Krise helfen zu können
- Kennen professionelle und Selbsthilfe-Angebote für Menschen mit psychischen Problemen
- Verbessern ihre eigene psychische Gesundheit

Instruktoren

- Die Instruktoren führen die 12h-Standardkurse für Ersthelfende durch
- Die Instruktoren werden durch Pro Mente Sana ausgebildet (5-tägiger Kurs)
- Es besteht eine Vereinbarung zwischen jedem Instruktor und Pro Mente Sana
- Instruktoren verfügen über Interesse an psychischer Gesundheit, eine hohe Motivation und Skills für Erwachsenenbildung

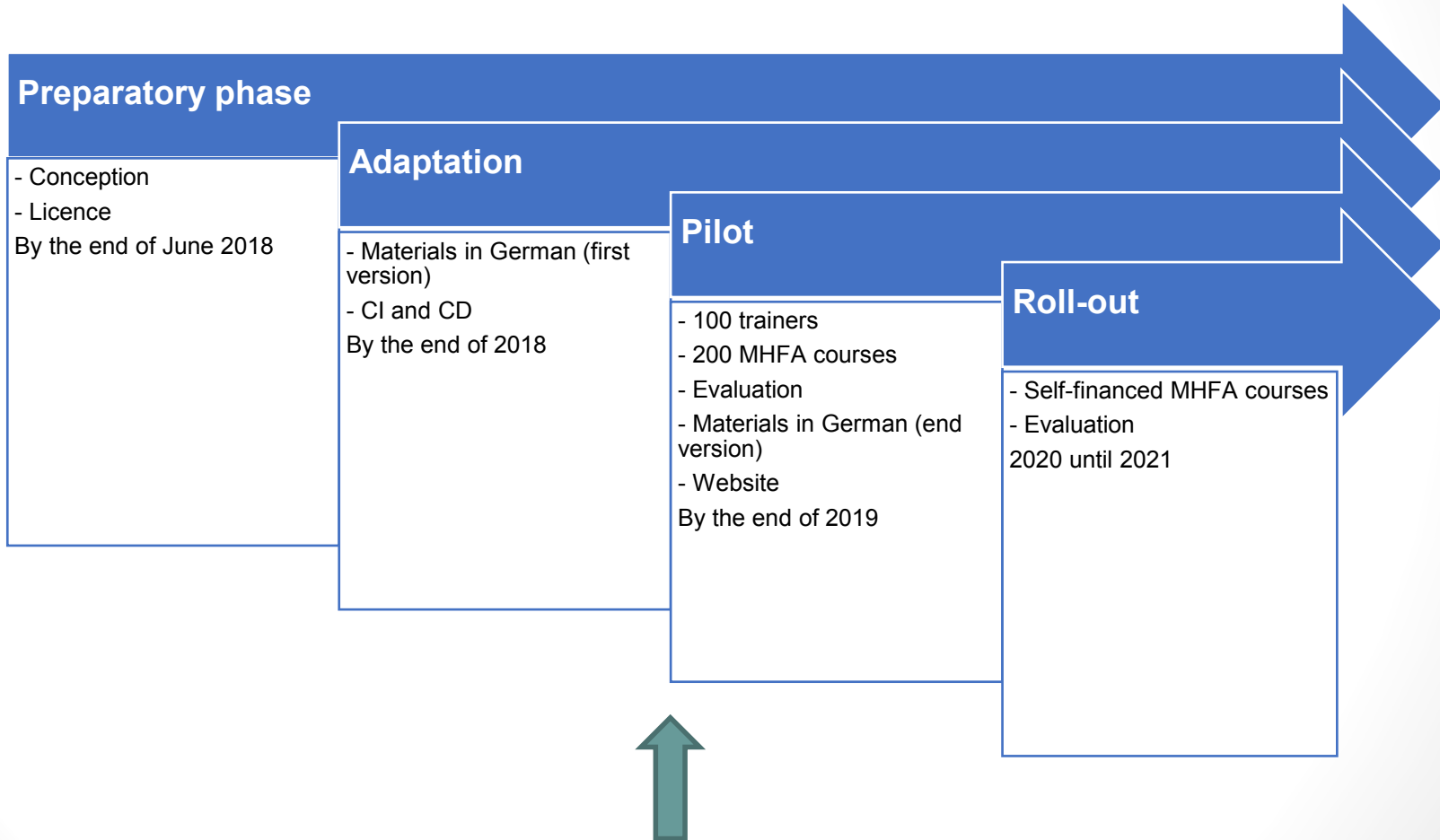
Trainer der Pro Mente Sana - Instruktoren - Ersthelfende



Erste-Hilfe-Kurse

- Unternehmen lassen Instruktoren ausbilden und bieten Kurse im BGM innerbetrieblich an
- Partner wie das SRK, der Samariterbund und weitere lassen Instruktoren ausbilden und bieten Kurse intern und/oder öffentlich an
- Selbständig tätige Instruktoren bieten Kurse öffentlich an
- Öffentliche Kurse sind über die ensa-Plattform zugänglich

Erste-Hilfe-Kurse Schweiz: Meilensteine



Erste-Hilfe-Kurse Schweiz

Phasen «Vorbereitung» und «Adaptation» sind abgeschlossen:

- Kursunterlagen liegen vor in Deutsch
- Name, CI, CD liegen vor

Erste-Hilfe-Kurse Schweiz

Phase „Pilot“ (2019):

- Ausbildung von **ca. 60 Instruktoren**
- Bald auch in Französisch
- **1'000 Teilnehmer**
- Nach 1'000 Teilnehmern Evaluation und Optimierung und Finalisierung deutscher Kurs

Informationen und Kontakt

Interesse am Kurs?

Laufende Angebote auf www.ensa.ch

Inhaltliche Fragen:

Roger Staub, r.staub@promentesana.ch

Administrative Fragen:

Tim Jaenecke, t.jaenecke@promentesana.ch

**Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!**

pro *mente* sana