

# Erste Hilfe für psychische Gesundheit

## Eine sozialdiakonische Aufgabe

«Anderen helfen, sich selber stärken»

In der Schweiz erleidet jeder zweite Mensch einmal im Leben eine psychische Erkrankung. Psychische Probleme sind oft ein Tabu – das wollen wir ändern. In Zusammenarbeit mit «pro mente sana» bieten wir «ensa Erste-Hilfe-Kurse» an für engagierte Personen in Kirchgemeinden.

Praxisnah vermittelt der Kurs Grundlagenwissen zu psychischen Krankheiten. Die Teilnehmenden werden befähigt, psychische Probleme frühzeitig zu erkennen und den Betroffenen die notwendige Unterstützung zu geben. Sie erfahren auch, was Personen in akuten psychischen Krisen brauchen und wie professionelle Hilfe vermittelt werden kann. Die Kurse werden durch die Reformierten Kirchen Bern-Jura-Solothurn finanziell mitgetragen.

Weitere Auskünfte und Anmeldung:

Helena Durtschi (031 340 25 71, [helena.durtschi@refbejuso.ch](mailto:helena.durtschi@refbejuso.ch))

Alena Gaberell (031 340 25 72, [alena.gaberell@refbejuso.ch](mailto:alena.gaberell@refbejuso.ch))



Weitere Informationen unter:  
[www.diakonierefjuso.ch](http://www.diakonierefjuso.ch) oder  
via nebenstehendem QR-Code.

pro mente sana

ensa



Reformierte Kirchen  
Bern-Jura-Solothurn  
Eglises réformées  
Berne-Jura-Soleure