



© Scott Griesse | Dreamstime

Nichts tun  
ist immer  
falsch!

Pro Senectute Kt. Bern organisiert mit Pro Mente Sana CH folgenden Workshop:

## Erste-Hilfe-Kurs psychische Gesundheit, Fokus Erwachsene

Kennen Sie die Unsicherheit, wenn Sie merken, jemandem geht es nicht gut und Sie wissen nicht was tun? Damit sind Sie nicht allein! Viele Menschen kennen mindestens eine Person, die von psychischen Schwierigkeiten oder einer Krisensituation betroffen ist.

In diesem ensa Erste-Hilfe-Kurs vermitteln wir Basiswissen zu psychischer Gesundheit und psychischen Krankheiten. Praxisnah werden die 5 Schritte zur ersten Hilfe geübt. Sie lernen konkrete Handlungsempfehlungen und üben, unterstützende Gespräche zu führen.

- Wann** Mittwoch, 15.5.24 / 22.5. / 29.5 / 5.6., jeweils 17.00 – 20.30 Uhr
- Wo** Berner Generationenhaus, Bahnhofplatz 2, 3011 Bern
- WS-Leitung** Sylvia Wicky, Bereich Gesundheitsförderung Pro Senectute Kanton Bern, Ensa Instruktorenin
- Kursnummer** 15335.24.B209
- Kosten** 380.– für 4 x 3½ Stunden
- Abschluss** Prüfung inkl. Zertifikat
- Anmeldung** bis 30.4.24 mittels Anmeldetalon, Teilnehmer:innen begrenzt



### Anmeldung

Ich melde mich an für den Workshop «**Erste-Hilfe-Kurs psychische Gesundheit, Fokus Erwachsene**», Kurs Nr. 15335.24.B209.

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_ Geburtsdatum: \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_ PLZ, Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Natel: \_\_\_\_\_ E-Mail: \_\_\_\_\_

Ort, Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

**Pro Senectute Kanton Bern**  
Generationenhaus · Bahnhofplatz 2 · Postfach 152 · 3011 Bern · Telefon 031 359 03 00  
bildungundsport@be.prosenectute.ch · www.be.prosenectute.ch

Spendenkonto  
IBAN CH98 0900 0000 3000 0890 6

