

ERSTE HILFE KURS MENTALE GESUNDHEIT

Qualifizierung

DEMNÄCHST

GANZHEITLICH



ACADEMY



SENSIBILITÄT SCHAFFEN MENSCHEN STÄRKEN

Wie klassische Erste-Hilfe-Kurse für die körperliche Gesundheit können Erste-Hilfe-Kurse für **mentale Gesundheit** dazu beitragen, ein unterstützendes Umfeld zu schaffen, in dem Menschen sich gegenseitig besser verstehen, unterstützen und ermutigen können, insbesondere in Organisationen.

Dies trägt zur **Stärkung** des Teams, zur **Prävention** von psychischen Problemen und zur **Förderung des allgemeinen Wohlbefindens** am Arbeitsplatz.

Interessierte werden darin geschult, **angemessen auf psychische Herausforderungen der Menschen in ihrem Umfeld zu reagieren** mögliche **Interventionen zu kennen** und **weiterführende passende Hilfsangebote empfehlen zu können**.

Damit steigt die **Sprach- und Handlungsfähigkeit der Einzelperson** in der Organisation und die Organisation in ihrer Ganzheit wird gestärkt.



konzipiert für Menschen mit und ohne Vorkenntnisse



praxisnahe Gestaltung
8 Sessions á 90 Min online



inklusive
Zertifikatsausstellung



ganzheitlich mentale
Gesundheit fördern



Schulung nach WHO MENTAL HEALTH Definition

Die Kurse ermöglichen es Teilnehmenden auf anschauliche Weise grundlegende Fähigkeiten im Umgang mit mentalen Herausforderungen zu erlernen.

Dabei werden alle Bereiche der WHO zum Thema mentale Gesundheit berücksichtigt, um ein umfassendes Verständnis für das Wohlbefinden von Körper, Geist und Seele zu fördern.

Wir integrieren in unser Format ebenso den spirituellen Aspekt als wichtigen protektiven und ganzheitlichen Faktor mentaler Gesundheit.

Mehr Info und Finanzierung

Dieses Angebot ist überwiegend spendenbasiert.

Werde Fördermitglied, um dieses Angebot weiter zu ermöglichen und auszubauen!

