

Zürich, 12. Januar 2022

**Medienmitteilung: ensa Erste-Hilfe-Kurs Fokus Jugendliche startet in Bern**

## **Mitarbeitende des BSC YB lernen Erste Hilfe für psychische Gesundheit Jugendlicher**

**Am Montag, 17. Januar 2022 startet ein ensa Erste-Hilfe-Kurs Fokus Jugendliche in Bern. Der Kurs wird von der Stiftung Pro Mente Sana mit Unterstützung des BSC Young Boys angeboten. Der Berner Fussballclub sensibilisiert seine Mitarbeitenden für die psychische Gesundheit und schickt den Nachwuchstrainer André Niederhäuser an den Kurs.**

Der Übergang vom Jugend- ins Erwachsenenalter ist eine besonders vulnerable Phase. Bei manchen Jugendlichen treten psychische Schwierigkeiten auf, die sich längerfristig auswirken und das spätere Erwachsenenleben massgeblich beeinträchtigen können. Der ensa Erste-Hilfe-Kurs Fokus Jugendliche richtet sich an Erwachsene, die (ihnen anvertrauten) Jugendlichen Erste Hilfe bei psychischen Problemen leisten wollen: also an Eltern, Lehrpersonen, Schulsozialarbeitende, Jugendgruppenleitende, Berufsbildner\*innen und Nachwuchstrainer\*innen. Praxisnah wird Basiswissen über die häufigsten psychischen Krankheiten und Krisen Jugendlicher vermittelt. Die Teilnehmer\*innen lernen, Probleme rechtzeitig zu erkennen, wertfrei anzusprechen sowie Betroffene zu professioneller Hilfe zu ermutigen.

Bereits letztes Jahr hat der BSC YB begonnen, seine Mitarbeitenden in Erste Hilfe für psychische Gesundheit zu schulen. YB-CEO Wanja Greuel: «Die Erkenntnisse aus dem Kurs haben mich bewegt. In der Schweiz sterben fünfmal mehr Menschen an Suizid als an Verkehrsunfällen. Es ist wichtig, dass wir weiter in diese Richtung arbeiten und psychische Probleme normalisieren. Jeder sollte darüber sprechen können und Hilfe erhalten.»

Die Stiftung Pro Mente Sana und der BSC Young Boys engagieren sich seit 2019 im Rahmen ihrer [Corporate Social Responsibility-Partnerschaft](#) für die Enttabuisierung von psychischen Erkrankungen.

Der ensa Erste-Hilfe-Kurs Fokus Jugendliche mit Start am 17. Januar ist öffentlich und es sind noch wenige Plätze frei. [Hier](#) finden Sie weitere Informationen sowie eine Übersicht mit weiteren Durchführungen.

### **Kontakt für Medienanfragen**

Stiftung Pro Mente Sana  
Marcel Wisler  
Co-Leiter Gesundheitsförderung & Kommunikation  
079 303 25 38  
[m.wisler@promentesana.ch](mailto:m.wisler@promentesana.ch)

## Datum und Zeit

### Teil 1 von 4:

17.1.2022

17.00 – 21.30 Uhr

### Teil 3 von 4:

31.1.2022

17.00 – 21.30 Uhr

### Teil 2 von 4:

24.1.2022

17.00 – 21.30 Uhr

### Teil 4 von 4:

14.2.2022

17.00 – 21.30 Uhr

**Adresse:** EGW Bern-Zentrum, Nägeligasse 9, 3011 Bern. Kursraum Edelweiss, 3. Stock

**Sprache:** Deutsch (der Kurs wird auch in Französisch angeboten)

**Dauer:** 14 Stunden (zuzüglich Pausen)

**Kurskosten:** CHF 450

**Weitere Informationen:** [FAQs](#)

[Zur Kursanmeldung](#)

---

## Schweizerische Stiftung Pro Mente Sana

Die 1978 gegründete Schweizerische Stiftung Pro Mente Sana ist im Interesse psychisch beeinträchtigter Menschen in der Schweiz tätig. Sie fördert und unterstützt Projekte und Dienstleistungen zur Stärkung der psychischen Gesundheit und engagiert sich gemeinsam mit Betroffenen, Angehörigen und Fachleuten von anderen Organisationen für Recovery und Peerarbeit.

Pro Mente Sana ist eine gemeinnützige Stiftung. Sie ist parteipolitisch und konfessionell unabhängig. Die Finanzierung ihrer Dienstleistungen erfolgt mehrheitlich über Beiträge von Institutionen wie Bund, Kantone und Gemeinden sowie Spenden.

[www.promentesana.ch](http://www.promentesana.ch)

## Die ensa Kurse

ensa ist die Schweizer Version des australischen Programms «Mental Health First Aid». Das Programm wurde 2019 in der Schweiz von der Stiftung Pro Mente Sana mit Unterstützung der Beisheim Stiftung lanciert. Der Kurs «Erste Hilfe für psychische Gesundheit» wurde inzwischen von über 5000 Menschen besucht. Seit Oktober 2020 bietet ensa den Kurs «Erste Hilfe Fokus Jugendliche» an, der auf Erwachsene, denen Jugendliche anvertraut sind, zugeschnitten ist. Seit September 2021 wird dieser Kurs auch in Französisch angeboten. Künftig wird der ensa Kurs Fokus Jugendliche auch auf Englisch (ab April 2022) und auf Italienisch (in Planung) angeboten.

[www.ensa.swiss](http://www.ensa.swiss)