in Zusammenarbeit mit MHFA ERSTHELFER

ICO



MHFA ERSTHELFERKURS FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT

Mental Health First Aid (MHFA) ist ein globales, innovatives Programm nach dem Leitbild der körperlichen Ersten Hilfe. Es wurde 2000 in Australien entwickelt und seitdem regelmäßig wissenschaftlich evaluiert. MHFA ist in mehr als 40 Ländern aktiv und international mehrfach ausgezeichnet (u.a. Australien, England, USA).

Warum MHFA wichtig ist: Mehr als 30 % der deutschen Bevölkerung erleben mindestens einmal im Leben eine behandlungsbedürftige psychische Störung. Fast alle kennen in ihrem Umfeld Menschen, die aktuell oder früher betroffen sind. Entscheidend ist, Anzeichen früh zu erkennen, auf Betroffene zuzugehen und Hilfe anzubieten - je früher professionelle Unterstützung erfolgt, desto höher die Chancen auf Gesundung.

Jede:r kann Ersthelfer:in werden: Im MHFA Ersthelfer-Kurs lernen Erwachsene, psychische Störungen und Krisen bei Angehörigen, Freund:innen oder Kolleg:innen frühzeitig zu erkennen und wertschätzend anzusprechen. Die Teilnehmenden erwerben Grundwissen zu häufigen Störungsbildern und praktische Gesprächstechniken, um Betroffene gezielt zu unterstützen, zu informieren und zur Inanspruchnahme professioneller Hilfe zu ermutigen - inklusive Training, wie weitere Ressourcen aktiviert werden können.

WAS MACHT DAS KONZEPT SO ERFOLGREICH?

- **Lizenziert:** MHFA Ersthelfer ist der von Mental Health First Aid International lizenzierte Anbieter für Ersthelfer-Kurse und Instruktor:innen-Trainings in Deutschland.
- **Evidenzbasiert & wissenschaftlich begleitet:** Die Wirksamkeit ist wiederholt belegt und wird fortlaufend evaluiert.
- **Weltweit etabliert:** In mehr als 40 Ländern verbreitet; über 8 Millionen geschulte Personen.

WAS LERNEN TEILNEHMENDE?

- **Belastungsanzeichen erkennen:** Frühzeitig psychische Probleme erkennen und kompetent ansprechen.
- **Basiswissen psychische Störungen:** u.a. Depression, Angststörungen, Suizidalität, Psychosen, Substanzkonsum und Abhängigkeit.
- **Empathische Gesprächsführung:** Betroffene zu niederschwelligen Angeboten und professioneller Hilfe ermutigen; Ressourcen aktivieren.

Wichtig: Der Kurs ist kein Selbsthilfe- oder Seelsorgekurs. Teilnahme nur möglich für ehemalige und aktuelle Ausbildungsteilnehmer:innen der systemischen Coaching-Ausbildung, Change-Ausbildung und Teamcoach-Ausbildung am ICO.

AUF EINEN BLICK

Zielgruppe:
Coaches, Mitarbeitende & Führungskräfte; Personen in beratenden Rollen; Alle, die sicherer helfen möchten, wenn psychische Krisen sichtbar werden.

Umfang: 2 Tage
Termin: 22. –23. Oktober 2027
1. Tag: 10.00–17.00 Uhr
2. Tag: 09.00–16.00 Uhr
Ort: Augsburg
Teilnehmer: mind. 10, max. 20

Teilnahmegebühr:
269,00 € zzgl. MwSt./
320,11 € inkl. MwSt.

Zertifikat:
akkreditierte:r MHFA-Ersthelfer:in

WEITERE INFOS

ICO Institut für Coaching & Organisationsberatung
Telefon: 0821 - 5697 5670
E-Mail: info@ico-online.de

IHRE TRAINERIN



IRENE RAH

ist Psychologin und verbindet in ihrer Arbeit fundiertes psychologisches Wissen mit ihrer Erfahrung als ehemalige Profisportlerin und langjährige Trainerin. Seit 2018 ist sie auf Mentale Gesundheit in der Betrieblichen Gesundheitsförderung spezialisiert. Ihr Herzensthema ist es, Menschen in ihren MHFA-Kursen zu befähigen, Anzeichen psychischer Gesundheitsprobleme frühzeitig zu erkennen, passende Unterstützung zu finden und sich gegenseitig kompetent zu helfen. Dieses Wissen vermittelt sie mit herzlicher Leichtigkeit, Klarheit und Praxisnähe.

Termin:	22.–23. Oktober 2027
Zeiten:	1. Tag: 10:00–17:00 Uhr, 2. Tag: 9:00–16:00 Uhr
Ort:	ICO – Institut für Coaching & Organisationsberatung, Provinostraße 52, 86153 Augsburg
Teilnehmer:	mindestens 10, maximal 20
Teilnahmegebühr:	269,00 € zzgl. MwSt. */ 320,11 € inkl. MwSt.*
	(inkl. Zertifikat als akkreditierte:r MHFA-Ersthelfer:in nach vollständiger Teilnahme und kurzer Online-Prüfung)
Teilnahmebedingungen:	Mindestalter 18 Jahre und psychische Stabilität; kein Vorwissen erforderlich.
	Du bist ehemaliger oder aktueller ICO-Ausbildungsteilnehmender.

Wichtige Infos:

- Wenn ein Teilnehmer an einem Modul (insgesamt 4 Module zu je 3 Stunden) nicht anwesend sein kann, kann das Modul in einem anderen Präsenzkurs nachgeholt werden.
- MHFA erhebt für die Umbuchung eine Bearbeitungsgebühr von 20 €. Um zur Prüfung zugelassen zu werden, gilt eine Anwesenheitspflicht von mindestens 11 Stunden.
- Die Prüfung für das MHFA Ersthelferzertifikat findet online statt und kann innerhalb von 6 Wochen selbstständig durchgeführt werden.
- Neben dem Zertifikat erhalten die Teilnehmenden bei bestandener Prüfung eine MHFA Ersthelfer-Plakette, mit der sie sich als MHFA Ersthelfer im Unternehmen kenntlich machen können.

Anmeldung

zum Kurs » Psychologischer Ersthelfer (MHFA) «

ANMELDUNG ÜBER DIE HOMEPAGE *ODER* PER E-MAIL AN INFO@ICO-ONLINE.DE

Bitte beachten Sie, dass die Auseinandersetzung mit psychischen Gesundheitsproblemen im MHFA-Ersthelferkurs emotional herausfordernd sein kann. Daher ist es wichtig, dass Sie sich **ausschließlich anmelden, wenn Sie sich zum Zeitpunkt der Anmeldung selbst als psychisch stabil einschätzen.**

Vorname Nachname

Straße PLZ/Ort

E-Mail Mobil

Firma

Rechnungs-E-Mail

☐ Ich akzeptiere die Teilnahmebedingungen und die allgemeinen Geschäftsbedingungen und bin damit einverstanden, dass meine Daten gemäß der Datenschutzbestimmungen des ICO verarbeitet werden.

Ort/Datum/Unterschrift:

TEILNAHMEBEDINGUNGEN: Der Rechnungsbetrag wird 4 Wochen vor der Veranstaltung fällig. Im Falle der Verhinderung eines Dozenten behält sich ICO vor einen vergleichbar qualifizierten Dozenten mit der Durchführung zu beauftragen. **Stornoregelungen**: Das ICO ist berechtigt, bis zu 2 Wochen vor der Veranstaltung zurückzutreten, wenn sich nicht genügend Teilnehmer verbindlich angemeldet haben. Zahlungen des Teilnehmers werden in diesem Fall in voller Höhe erstattet. Es bestehen keine darüber hinausgehenden Ansprüche des Teilnehmers. Der Teilnehmer ist berechtigt bis zu 2 Monaten vor Beginn des Seminars kostenlos zurückzutreten. Erfolgt die Stornierung zwischen 2 Monaten und 6 Wochen vor Beginn des Seminars, werden 150,- € inkl. MwSt. Bearbeitungsgebühr erhoben. Im Falle einer späteren Stornierung (< 6 Wochen bis 0 Tage) werden 90 % der Netto-Teilnahmegebühr als Stornogebühren erhoben. Diese Regel gilt für den Fall, dass die angemeldete Person keine vom ICO akzeptierte Ersatzperson stellt und der Platz nicht durch einen Teilnehmer von der Warteliste besetzt werden kann. **Sonstiges**: Der Veranstalter verpflichtet sich, alle Informationen, die er über die Teilnehmer erfährt, Dritten nicht zugänglich zu machen.

Über uns





Seit 20 Jahren ist das ICO Institut ein etablierter Partner für **hochwertige systemische Beratung**, **Weiterbildung, Coaching-Kompetenz und Begleitung in Veränderungsprozessen.** Als Ausgründung aus dem **Lehrstuhl für Personalwesen** (Prof. Dr. Oswald Neuberger) der **Universität Augsburg** im Jahr 2006 verbinden wir **fundierte Methoden mit praxisnaher Beratung**. Unser Ziel ist es, **Menschen, Teams und Organisationen** gezielt dabei zu unterstützen, ihre Ziele zu erreichen und nachhaltige Veränderungen zu gestalten.

Unsere Schwerpunkte: Systemisches Coaching & Beratung I Workshop-Moderation I Teamentwicklung I Change Management I Prozessbegleitung & Organisationsentwicklung I Nachhaltige Unterstützung in Transformationsprozessen I Führungskräfte- & Personalentwicklung I Konfliktmanagement & Mediation

Als anerkanntes Lehrinstitut des dvct (Deutscher Verband für Coaching & Training), der ECA (European Coaching Association) und des Qualitätsrings Coaching (QRC) stehen wir für höchste Qualitätsstandards in unseren Aus- und Weiterbildungen.

Wir begleiten **Kunden aus vielfältigen Branchen** - von sozialen Einrichtungen über mittelständische Unternehmen bis hin zu internationalen Konzernen - mit **maßgeschneiderten, praxisorientierten Lösungen**.

AECOM – AOK Bayern – Arag Versicherungen – AUDI – BMW AG – Bristol-Myers Squibb – Erwin Müller Group – FC Augsburg– Gardena GmbH – Nürnberger Versicherung – Ortovox – Sasol Germany – Stadtsparkasse Augsburg – ROCHE Pharma AG – St. Gregor Jugendhilfe – Swiss Re Germany AG – Siemens – Versicherungskammer Bayern – Volvo Truck – Paul Hartmann AG.

Weitere Referenzen auf Anfrage

ICO









ICO Institut für Coaching & Organisationsberatung | Provinostr. 52, D-86153 Augsburg
info@ico-online.de | + 49 (0) 821 - 5697 5670 | www.ico-online.de