



Rode Kruis  
Vlaanderen

## Organisatieaanbod 2022 'Eerste hulp bij psychische problemen'

Vanaf 2021 biedt de dienst Bedrijfsopleidingen van Rode Kruis-Vlaanderen de opleiding 'Eerste hulp bij psychische problemen' aan voor bedrijven en organisaties. Deze opleiding heeft als doel de collega's te versterken in het bieden van eerste hulp aan mensen die het psychisch moeilijk hebben.

Als je weet dat bijna 1 op 3 aangeeft zich niet goed in zijn vel te voelen, kent eenieder van ons iemand die onze steun kan gebruiken, bijv. familie, collega's, vrienden, burens, ... . Hierbij is het niet de bedoeling om extra hulpverleners op te leiden, maar wel mensen sterker maken om vanuit hun natuurlijke rol als collega, familielid, kennis, , ... anderen bij te staan en eerste hulp te bieden.

Daarnaast komen heel wat mensen vanuit hun professioneel of vrijwilligersengagement vaak in contact met mensen die mogelijk psychische problemen ervaren, zoals loketbedienden, thuisverzorgenden, maaltijdbezorgers, taxi/buschauffeurs, buurtwerkers, kappers, ...

Vanuit deze rol kunnen zij mee een verschil maken in jouw bedrijf of organisatie door bijv. steunend te luisteren, aangepast te communiceren, het netwerk te vergroten, .... Deze opleiding richt zich dan ook tot alle volwassenen die meer handvaten willen om andere volwassenen te steunen bij eventuele psychische problemen.

### Wat leer je?

Tijdens een EHBP-opleiding leer je op een interactieve manier:

- hoe je signalen kan herkennen dat iemand psychische problemen ondervindt;
- hoe je die persoon gericht kan ondersteunen;
- hoe je hem kan helpen om professionele hulp te vinden als dit nodig lijkt;
- hoe je tijdens dit proces goed voor jezelf kan zorgen en je eigen grenzen kan bewaken

Tijdens de opleiding zullen we vooral oefenen, discussiëren, samenwerken, ... om je sterk te maken in het helpen van anderen. Tussen de opleidingsessies in zal je ook thuis leren door o.a. te lezen in ons handboek.



## Opgelet!

- We bieden een basisopleiding eerste hulp, om basis steun te bieden aan familie, vrienden, collega's, ... Je leert dus geen diagnose stellen of zelf therapie of andere professionele begeleiding toe te passen.
- De opleiding is gericht op het helpen van anderen en dus niet bedoeld om met eigen psychische problemen om te gaan.
- De opleiding richt zich op het helpen van (jong)volwassenen. De focus ligt niet op eerste hulp aan kinderen.
- Er is geen examen of brevet gekoppeld aan deze opleiding. Deelnemers kunnen wel een deelname-attest verkrijgen.
- 

## Voor wie?

Werknemers van je organisatie. Per opleiding kunnen 6 tot 12 mensen deelnemen.

Focusgroep is mensen die vanuit hun functie veel kans hebben om met kwetsbare mensen in contact te komen of hen een (niet-psychosociale) begeleiding bieden. Bijv. collega's, loketbedienden, taxi/buschauffeurs, thuisverzorgenden, buurtwerkers, trajectbegeleiders, kappers, apothekers, ...

## Hoe lang?

14 uur opleiding, gespreid over 2 dagen (weekend ertussen).

Deze opleiding wordt enkel overdag tijdens weekdays aangeboden.

## Taal

Nederlands

## Prijs

Overdag: Forfaitprijs van €2090 voor 12 deelnemers.

Elke deelnemer ontvangt het boek 'Luister! Eerste hulp bij psychische problemen'. Het boek is ook vrij verkrijgbaar via onze [webshop](#).

## Opleiding organiseren?

- Stel je vraag tot opleiding via [bedrijfsopleidingen@rodekruis.be](mailto:bedrijfsopleidingen@rodekruis.be) en laat meteen ook weten aan welke groep deelnemers van je organisatie deze opleiding wil aanbieden.
- Deze opleiding kan best wel wat ervaringen of zorgen losmaken gerelateerd aan de opleidings-thema's en je organisatiecontext. Voorzie als organisatie gepaste ondersteuning voor je medewerkers doorheen het opleidingstraject en ook nadien.
- Minimaal herinner je deelnemers aan de bestaande kanalen binnen de organisatie waar medewerkers terecht kunnen met psychosociale vragen.

