



24. Januar 2026

15:00-17:00 Uhr



FORTBILDUNG

AWARENESS & MENTAL HEALTH FIRST AID IN SB-/SV-KURSEN

In unseren Kursen begegnen wir immer wieder emotionalen oder psychischen Ausnahmezuständen: Überforderung, Freeze, Weinen, Panik, Rückzug oder Wegdriften. Diese Situationen sind nicht außergewöhnlich – und doch oft herausfordernd für uns als Trainer:innen.

In dieser Fortbildung vermitteln wir klare Awareness-Haltung, grundlegendes Orientierungswissen und praxistaugliche Tools, um Menschen in solchen Momenten ruhig, sicher und sensibel zu begleiten. Gemeinsam erarbeiten wir, wie wir reagieren können, ohne zu therapieren, und wie wir in anspruchsvollen Situationen sowohl Teilnehmende als auch uns selbst schützen.

Wir verbindet *Fachwissen, Erfahrung, Haltung und praktische Übungen* – für einen sicheren Umgang mit Ausnahmesituationen in unseren Kursen. Ziel ist, eine *intersektionale, feministische und traumasensible Haltung* zu reflektieren und weiterzuentwickeln, die Sicherheit und Ruhe in herausfordernden Momenten bewahrt.

DIE REFERENTINNEN

Any & Kathi von *Stronger Together*

-  BV FeSt-zertifizierte Trainerinnen für feministische SB & SV
-  Zertifizierte Ersthelferinnen für Mentale Gesundheit
-  Expertise aus langjähriger Arbeit in zahlreichen Awareness-Prozessen

**STRONGER
together**



ANMELDUNG

Bis spätestens **18.01.2026** an:
anmeldung.bvfest@posteo.de

 Online via Zoom