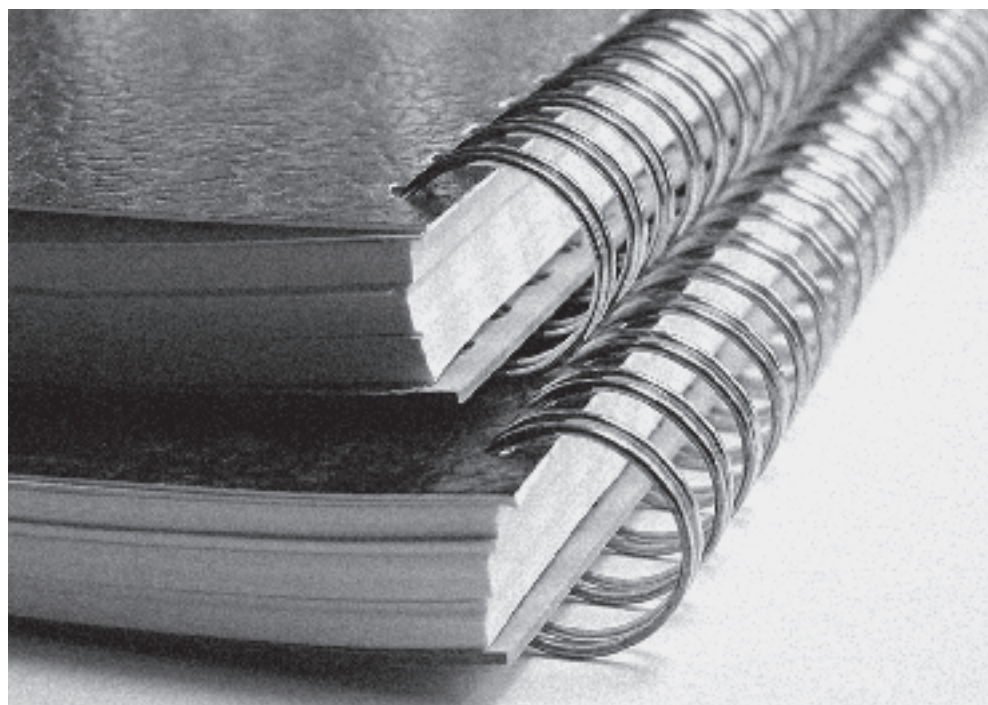


Bildungsprogramm 2007



Editorial

Das Schweizerische Rote Kreuz hat auch in diesem Jahr für alle Generationen interessante Bildungsangebote ausgearbeitet. Mit einem Blick in die Bereiche «Fortbildungen in Gesundheitsförderung und Pflege» und «Eltern und Erziehende» kann man eine grosse thematische Vielfalt erkennen. Spannend sind auch die Kurse und Workshops für die Jugendlichen sowie die zahlreichen Vorträge für Menschen der verschiedenen Altersgruppen.

Ein ganz spezieller Schwerpunkt im Bildungsprogramm 2007 ist der zehnteilige Zyklus für «Pflegerische Angehörige».

Die Lebenserwartung hat sich in den letzten Jahrzehnten stark erhöht. Die Mehrheit der älteren Menschen kann die nachberufliche Lebensphase bei guter Gesundheit erleben. Diejenigen jedoch, die pflegebedürftig sind, werden von Angehörigen, häufig in Zusammenarbeit mit ambulanten Diensten wie der Spitex, zu Hause gepflegt. Trotz Entlastungsangeboten übersteigen die Pflege- und Betreuungsanforderungen oft die Kräfte und Möglichkeiten der Angehörigen. Deshalb wurde, zusammen mit Fachleuten aus dem Bereich Gesundheitsförderung im Alter, der Zyklus «Pflegerische Angehörige» entwickelt.

Das SRK möchte mit diesem Angebot die Verantwortung und Leistung der pflegenden Angehörigen in einem öffentlichen Rahmen thematisieren, ihre Arbeit wertschätzen und sie in ihren Fähigkeiten und Fertigkeiten für die täglichen Herausforderungen stärken. Ebenso bieten die Abende Gelegenheit Erfahrungen einzubringen, sich auszutauschen, sich Wissen anzueignen und Informationen über Unterstützungs- und Entlastungsmöglichkeiten zu erhalten. Die Auseinandersetzung mit der eigenen Situation und Rolle soll helfen, ein Gleichgewicht der Kräfte in der Belastung und Entlastung zu finden.

Sie fühlen sich von unserem Bildungsprogramm angesprochen. Dann freuen wir uns, Sie in unseren Fortbildungen und Kursen willkommen zu heissen.

Schweizerisches Rotes Kreuz

Kanton Solothurn

Katharina Simonet, Leiterin Bildung/Migration

Yvonne Ingold, Fachmitarbeiterin

Luzia Stocker, Fachmitarbeiterin

Inhaltsverzeichnis

- 3 Editorial
- 4 Inhaltsverzeichnis
- 6 Information/Auskunft
- 7 Organisation
- 8 Laienschulung Pflegehelferin/Pflegehelfer SRK
- 11 Pflegetreff • – Abendveranstaltung

Fortbildungen und Gesundheitsförderung für Pflegende und Laien

- 12 Deutsch in Alters- und Pflegeheimen für fremdsprachiges Pflegepersonal
- 13 Kinaesthetics – Grundkurs
- 14 Gedächtnistraining im Alltag
- 15 Basisseminar: Basale Stimulation® in der Pflege
- 16 Wahrnehmen – Beobachten – Dokumentieren
- 17 Massage – Rücken und Schultergürtel
- 18 Kinaesthetics-Aufbaukurs
- 19 Leben mit Hemiplegie
- 19 Alles rund um die Wickel
- 20 Aktivierung alter Menschen
- 21 Depressive Menschen begleiten – Resignation und Aggression
- 22 Richtig geschminkt und gepflegt bei der Arbeit
- 23 2er-Zyklus: Notfälle
 - 23 Teil 1, Lebensrettende Sofortmassnahmen – Jede Minute zählt
 - 23 Teil 2, Notfallsituationen im Alltag
 - (Gilt als Ergänzung zu Kurs «Lebensrettende Sofortmassnahmen»)
- 24 2er-Zyklus: Möglichkeiten und Wege im Umgang mit Krebs
 - 24 Teil 1, Begleitung von Krebspatienten
 - 24 Teil 2, Palliativ-Care – Der Zeit Leben geben
- 25 2er-Zyklus: Gestaltung des Betreuungsalltags
 - 25 Teil 1, Herzhaft kommunizieren
 - 25 Teil 2, Kreativität im Betreuungsalltag
- 26 4er-Zyklus: Alterskrankheiten
 - 26 Teil 1, Diabetes mellitus
 - 26 Teil 2, Multiple Sklerose
 - 27 Teil 3, Begleitung und Betreuung von Alzheimerkranken
 - 27 Teil 4, Leben mit Parkinson

-
- 28 3er-Zyklus: Sterbebegleitung
 - 28 Teil 1, Menschen im Sterben begleiten
 - 28 Teil 2, Palliative Medizin und Pflege
 - 29 Teil 3, Rituale um Abschied, Sterben und Tod
 - 30 2er-Zyklus: Gesundheitsförderung im Alter
 - 30 Teil 1, Osteoporose – Referat
 - 31 Teil 2, Lustvoll Essen – jetzt und im Alter
 - 32 Pflegende Angehörige
 - 33 Einjährige Weiterbildung Demenz

Angebote für Eltern und Erziehende

- 34 Eltern werden – Ein neuer Lebensabschnitt beginnt
- 35 Entlastung im Schulalltag mit bewegtem Lernen
- 35 Was ist Triple P? Eine Einführung in die Grundsätze der positiven Erziehung
- 36 Krankheiten im Säuglings- und Kleinkindesalter – Natürlich behandeln
- 37 Abenteuer Vater werden
- 38 Hilfe ein Notfall! Was muss ich tun? Unfallverhütung und Erste-Hilfe-Massnahmen bei Notfällen mit Kindern
- 39 Grenzen setzen in der Kindererziehung
- 39 Kinderängste
- 40 Gehirngerecht Lernen
- 40 Erziehung Gestern – Erziehung Heute
- 41 Jugendgewalt

Angebote für Jugendliche

- 42 Babysitting – ein Vertrauensjob
 - 43 Fortbildung/Babysittertreff
 - 44 Pickel, Petting, Pariser & Co.
 - 45 Schminken – aber richtig!
 - 46 Die Zyklus-Show – MFM-Projekt®

 - 47 Dozentinnen und Dozenten
 - 50 RoKi-Kinderbetreuung zu Hause
 - 51 Anmeldetalon für Fortbildungen und Kurse
 - 53 Anmeldetalon für Fortbildungen und Kurse
 - 55 Notrufsystem
 - 57 Beherzt helfen – das Rote Kreuz für Ihre Region
- Rückseite Umschlag, das Rote Kreuz für Ihre Region – unsere Dienstleistungen

Information/Auskunft

Regionalstelle Olten

Schweizerisches Rotes Kreuz
Ringstrasse 17
Postfach
4603 Olten
Telefon 062 207 20 50
Telefax 062 207 02 45
E-Mail bildung@srk-olten.ch

Regionalstelle Solothurn

Schweizerisches Rotes Kreuz
Rossmarktplatz 2
Postfach
4502 Solothurn
Telefon 032 622 38 29 vormittags
032 622 37 20
Telefax 032 622 01 63
E-Mail bildung@srk-solothurn.ch

Regionalstelle Grenchen

Schweizerisches Rotes Kreuz
Bettlachstrasse 8
2540 Grenchen
Telefon 032 652 42 04
Telefax 032 653 91 26
E-Mail bildung@srk-grenchen.ch

Website

www.srk-solothurn.ch

Organisation

Zielgruppen

Unser Bildungsprogramm spricht folgende Zielgruppen an:

- Pflegende und begleitende Angehörige
- Pflegende
- Menschen in der nachberuflichen Lebensphase
- Mitarbeitende der Freiwilligenarbeit
- Migrantinnen/Migranten
- Eltern und Erziehende
- Jugendliche

Anmeldung

Die Anmeldungen können schriftlich (Anmeldetalon am Ende des Bildungsangebotes), telefonisch oder per E-Mail bis zwei Wochen vor Beginn der Fortbildung erfolgen. Ihre Anmeldung ist in jedem Fall verbindlich und wird Ihnen schriftlich bestätigt.

Die Durchführung der Fortbildung werden wir Ihnen 10 Tage vor Beginn bestätigen.

Mit gleicher Post erhalten Sie einen Lageplan sowie den Einzahlungsschein.

Eine Ausnahme ist die Anmeldung für die Laienschulung Pflegerhelferin/ Pflegehelfer SRK.

Bitte verlangen Sie die entsprechenden Unterlagen.

Fortbildungen in Institutionen

Auf Anfrage führen wir Fortbildungen in Alters- und Pflegeheimen, Spitex-Organisationen, (Eltern-) Vereinen und Schulen durch.

Ausbilderinnen/Ausbilder und Dozentinnen/Dozenten

Alle Bildungsangebote werden von qualifizierten Fachpersonen erteilt.

Durchführung

Voraussetzung für die Durchführung der Angebote sind genügend Teilnehmerinnen und Teilnehmer, das heisst eine Gruppengrösse von mindestens acht Personen. Falls Fortbildungen nicht durchgeführt werden können, informieren wir Sie rechtzeitig.

Zahlungsbedingungen

Die Fortbildung ist bis Beginn zu bezahlen. Beim Besuch eines gesamten Zyklus (3er- oder 4er-Zyklus) im Bereich Fortbildungen zu Gesundheitsförderung und Pflege erhalten Sie eine Ermässigung von 10%.

Abmeldung

Erfolgt eine Abmeldung weniger als 10 Tage vor Beginn, müssen wir 50% des Betrages in Rechnung stellen. Erfolgt eine Abmeldung drei Tage vor der Fortbildung oder bei Nichterscheinen wird der gesamte Betrag in Rechnung gestellt.

Versicherung

Die Versicherung ist Sache der Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

Laienschulung Pflegehelferin/Pflegehelfer SRK

Liegen Ihnen Menschen am Herzen?

Möchten Sie sich Kenntnisse im pflegerischen Bereich aneignen?

Planen Sie einen Wiedereinstieg ins Berufsleben?

Die Schulung Pflegehelferin/Pflegehelfer SRK bietet Ihnen die Grundlagen für eine Tätigkeit im Bereich der Gesundheits- und Krankenpflege.

Die Schulung vermittelt das notwendige Fachwissen, um als Pflegehilfe unter Anleitung von ausgebildetem Pflegepersonal im Heimbereich oder in der spitalexternen Pflege zu arbeiten.

Voraussetzungen

Sie arbeiten gerne mit Menschen zusammen und sind interessiert an Fragen, die Kranke und Betagte und deren Umfeld betreffen. Sie bringen persönliche Reife und Lebenserfahrung mit, körperliche und seelische Gesundheit, Belastbarkeit sowie gute Kenntnisse der deutschen Sprache.

Inhalte

Grundschulung

In der Grundschulung, welche 12 Tage dauert, setzen Sie sich mit den Bedürfnissen des kranken und betagten Menschen auseinander. Sie erfahren, wie Sie ihn gezielt unterstützen und im Alltag begleiten können. Sie lernen ihn in seiner Lebenssituation wahrzunehmen und ihn in seinen Bedürfnissen zu unterstützen.

Praktikum

Um den theoretischen Inhalt in die Praxis umzusetzen, arbeiten Sie 12 Tage als Praktikantin/Praktikant in einem Alters- und Pflegeheim bzw. in einer Institution für Behinderte.

Transferschulung

In der fünftägigen Transferschulung werden Inhalte der Grundschulung vertieft und erweitert und ein bedürfnis- und ressourcenorientierter Praxistransfer ermöglicht.

Kosten

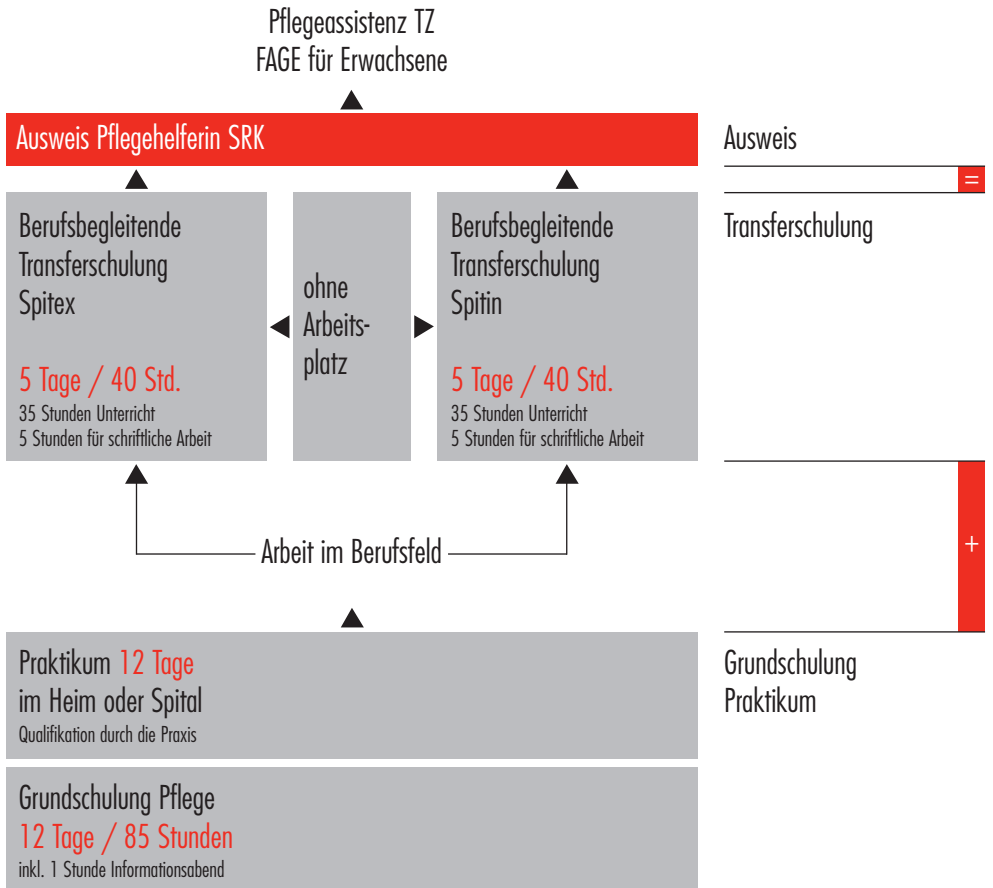
Grundschulung CHF 1280.– plus CHF 50.– für Lehrmittel/Administrationskosten

Transferschulung CHF 600.– plus CHF 50.– Materialkosten/ Administrationskosten

Ziel

Wenn Sie Unterricht und Praktikum erfolgreich abgeschlossen haben, erhalten Sie den Ausweis Pflegehelferin/Pflegehelfer SRK

Laienschulung Pflegehelferin/Pflegehelfer SRK



Allgemeine Informationen

Der Einstieg für alle Grundschulungen ist der obligatorische Informationsabend. Das Praktikum findet zwischen der Grundschulung und der Transferschulung statt. Wenn Sie weitere Informationen möchten oder Fragen haben, melden Sie sich bitte bei einer unserer Regionalstellen. Wir senden Ihnen gerne die Anmeldeunterlagen.

Breitenbach

Grundschulung 17
Transferschulung Spitin

Schulungsort

Zentrum Passwang, Breitenbach

Olten

Grundschulung 16
Transferschulung Spitin

Grundschulung 18
Transferschulung Spitin

Grundschulung 19
Transferschulung Spitin

Grundschulung 20
Transferschulung Spitin

Zusätzliche Transferschulung Spitin

Schulungsort

Hammerallee 19, Olten

Solothurn

Info- und Einstiegsabend
Grundschulung 11

Info- und Einstiegsabend
Grundschulung 12

Info- und Einstiegsabend
Grundschulung 13

Transferschulung Spitin 11
Transferschulung Spitin 12
Transferschulung Spitin 13

Zusätzliche Transferschulung Spitin

Schulungsort

Grundschulung, APH Blumenstein, Zuchwil
Transferschulung, APH Wengistein, Solothurn

Beginn

Montag, 8. Januar 2007
Montag, 29. Oktober 2007

Freitag, 5. Januar 2007
Dienstag, 23. Oktober 2007

Montag, 19. Februar 2007
Dienstag, 27. November 2007

Montag, 20. August 2007
Frühling/Sommer 2008

Freitag, 24. August 2007
Sommer 2008

Dienstag, 27. Februar 2007

15. November 2006
Dienstag, 9. Januar 2007

17. Januar 2007
Dienstag, 24. April 2007

13. Juni 2007
13. Dienstag, 14. August 2007

Donnerstag, 25. Januar 2007
Donnerstag, 26. April 2007
Donnerstag, 25. Oktober 2007

Montag, 4. Juni 2007

Grenchen

Informationsabend
Grundschulung Nr. 8

Informationsabend
Grundschulung Nr. 9

Transferschulung Spitin 7

Transferschulung Spitin 8

Schulungsort

Altes Spital, Grenchen

Oensingen

Transferschulung Spitex Nr. 9

Schulungsort

VEBO, Oensingen

Beginn

Donnerstag, 7. März 2007

Donnerstag, 26. April 2007

Mittwoch, 27. Juni 2007

Donnerstag, 16. August 2007

Donnerstag, 22. Februar 2007

Dienstag, 21. August 2007

Donnerstag, 26. April 2007

Vorankündigung

Pflegetreff • – Abendveranstaltung

Frauen und Männer denken, reden, fabulieren und diskutieren an unserem Pflegetreff •.

Zielgruppe

Pflegehelferinnen/Pflegehelfer SRK

Pflegassistentinnen/Pflegeassistenten und weitere Interessierte

Ort / Datum / Zeit

Solothurn / Herbst 2007 / 19.30 – 21.30 Uhr

Olten / Herbst 2007 / 19.30 – 21.30 Uhr

Die Veranstaltung mit anschliessendem Apéro ist gratis.

Deutsch in Alters- und Pflegeheimen für fremdsprachiges Pflegepersonal

Heimbewohnerinnen und -bewohner äussern immer wieder den Wunsch, besser von den Pflegenden verstanden zu werden. Umgekehrt stossen fremdsprachige Pflegendes auf Probleme im Umgang mit Betagten, die aufgrund der mangelnden Kommunikationsfähigkeit in der Muttersprache der Bewohner entstehen. Ebenso sind Kompetenzen wie Texte lesen und verstehen, Umgang mit Fachliteratur sowie Beobachtungen dokumentieren von Pflegehelferinnen und Pflegehelfern gefordert.

Inhalt	<ul style="list-style-type: none">- Konversation über Themen aus dem Alltag im Alters- und Pflegeheim- Verstehen der schweizerdeutschen Sprache- Texte lesen und verstehen- Dokumentieren von Beobachtungen- Umgang mit Fachliteratur (z. B. Buch Laienschulung Pflegehelferin/Pflegehelfer SRK)	
Zielgruppe	Migrantinnen und Migranten in der Pflege oder die in die Pflege einsteigen möchten	
Ort	Olten	Solothurn
Datum	13./20./27. März 2007 3./24. April 2007 1./8./15. Mai 2007	23./30. Oktober 2007 6./13./20./27./29. November 2007 4. Dezember 2007
Zeit	jeweils 18.00 – 20.00 Uhr	jeweils 18.00 – 20.00 Uhr
Kosten	CHF 300.–	
Leitung	Edith Widmer-Rey	

Kinaesthetics – Grundkurs

Mit dem Grundkurs Kinaesthetics in der Pflege erhöhen Sie Ihre Kompetenz und Produktivität im Beruf. Durch die Schulung der Eigenwahrnehmung lernen Sie bewusster über Berührung und Bewegung mit anderen Menschen zu kommunizieren.

Die eigene körperliche Belastung wird reduziert und Überlastungsschäden können vermieden werden.

Inhalt	<ul style="list-style-type: none"> - Bedeutung der Selbstkontrolle im pflegerischen Tun kennen - Die grundlegenden Konzepte der Kinaesthetics kennen und deren Bedeutung für Ihr Arbeitsfeld reflektieren - In der Lage sein, Menschen einfacher zu bewegen - Entwickeln der persönlichen Bewegungs- und Handlungsfähigkeiten, um das Risiko von berufsbedingten Verletzungen zu reduzieren
Ort	Olten
Datum	28./29. März 2007 2. Mai 2007 14. Juni 2007
Zeit	jeweils 8.30 – 12.00 Uhr / 13.00 – 16.30 Uhr
Mitbringen	Wolldecke, bequeme Kleidung, warme Socken, Schreibmaterial
Kosten	CHF 610.– inkl. Kursbuch und Zertifizierung
Leitung	Pia Schindelholz

Gedächtnistraining im Alltag

«Hilfe, mein Namensgedächtnis!»

«Ich vergesse so vieles!»

«Wo führt das noch hin?»

Das sind oft gehörte Sätze von Menschen in jedem Alter. Die Angst vor dem Gedächtnis und Erinnerungsverlust macht sehr vielen von uns zu schaffen. Wissen hilft Angst zu vermindern und Tipps und Tricks können in Alltagssituationen hilfreich sein.

Inhalt	<ul style="list-style-type: none">- Unser Gehirn, bevorzugtes Sinnesorgan, Lerntypen- Vergesslichkeit: Vom «normalen Altern» zur gefürchteten Alzheimerkrankheit- Gedächtnistraining praktisch und Umsetzungsmöglichkeiten im (Berufs-) Alltag
Ort	Solothurn
Datum	8./15./22. Mai 2007
Zeit	jeweils 19.00 – 21.00 Uhr
Kosten	CHF 120.–
Leitung	Susanne Held

Basisseminar: Basale Stimulation® in der Pflege

Bettlägerige, verwirrte, bewusstlose Patienten neigen zu einem Verlust ihrer Beweglichkeit und somit auch ihrer Wahrnehmungsfähigkeit. Der Betroffene verliert allmählich sein eigenes Ich sowie den Kontakt zur Aussenwelt. Die Basale Stimulation® ist ein Konzept, das dem Betroffenen Angebote über die Sinnesorgane zur Förderung der Wahrnehmung, Bewegung und Kommunikation macht. Dazu nutzen wir unsere tägliche Betreuungs- und Pflege Tätigkeit.

Inhalt	<ul style="list-style-type: none"> - Grundlagen der Basalen Stimulation - Bedeutung von Wahrnehmung, Bewegung und Kommunikation, ein Schwerpunkt in der Basalen Stimulation - Die Bedeutung der Hände als unser wichtigstes Werkzeug - Stimulationsformen und ihre Umsetzung in die tägliche Pflege 	
Ort	Solothurn	Olten
Datum	24./25. Mai 2007 17. August 2007	21./22. August 2007 20. September 2007
Zeit	jeweils 8.30 – 12.00 Uhr / 13.00 – 16.30 Uhr	jeweils 8.30 – 12.00 Uhr / 13.00 – 16.30 Uhr
Kosten	CHF 400.–	
Leitung	Kathrin Schori	Petra Bolick

Wahrnehmen – Beobachten – Dokumentieren

Berichten ist eine wichtige Form der Kommunikation. Pflegende übermitteln gezielt Informationen über Klienten, Bewohner und Patienten und ihre Situation an andere. Jede Kommunikation beginnt mit einer Wahrnehmung. Dies gilt auch für Berichte.

Inhalt	<ul style="list-style-type: none">- Die Wahrnehmung- Übung zur Wahrnehmung- Der Pflegeprozess/die Pflegeplanung- Anforderungen an den Verlaufsbericht:- Für wen ist er bestimmt und welchen Zweck soll er erfüllen?- Beobachtungen klar und verständlich dokumentieren- Mündlich berichten
---------------	--

Ort	Solothurn
------------	------------------

Datum	5. Juli 2007
--------------	--------------

Zeit	13.30 – 17.30 Uhr
-------------	-------------------

Kosten	CHF 80.–
---------------	----------

Leitung	Esther Cavegn
----------------	---------------

Massage – Rücken und Schultergürtel

Die meisten Menschen tragen heutzutage (zu)vieles auf den Schultern. Nebst Haltungsverfehlern und mangelnder Bewegung ist Stress sicher ein entscheidender Verspannungsauslöser. Auch immobile und bettlägerige Menschen sind davon betroffen, führt doch die Bewegungsarmut oft zu schmerzhaften Verspannungen.

Inhalt	<ul style="list-style-type: none">- Einfache Griffe für die Massage des Rücken- und Schultergürtels- Gezielte Lockerungsübungen- Integration der Massage in die Körperpflege- Dokumentieren von Beobachtungen- Wie kann ich Verspannungen vermeiden?
---------------	--

Ort	Solothurn
------------	------------------

Datum	31. August 2007
--------------	-----------------

Zeit	9.00 – 12.00 Uhr / 13.30 – 16.30 Uhr
-------------	--------------------------------------

Kosten	CHF 120.–
---------------	-----------

Leitung	Béatrice Kaiser
----------------	-----------------

Kinaesthetics-Aufbaukurs

Sie haben einen Kinaesthetics-Grundkurs absolviert und wollen Ihr Wissen erweitern.

Inhalt

- Sie vertiefen Ihr Verständnis der sechs Konzepte der Kinaesthetics
- Sie lernen, alltägliche Unterstützung für andere Menschen so zu gestalten, dass diese sich aktiv beteiligen können
- Sie lernen den Kinaesthetics Raster als Instrument einzusetzen um die Fähigkeiten des Patienten/Bewohners einzuschätzen
- Sie erweitern die Bewegungs- und Handlungsfähigkeiten um andere Menschen fortzubewegen, so dass diese über die Selbstkontrolle des Geschehens verfügen
- Sie lernen entsprechende pflegerische Tätigkeiten abzuleiten, zu planen und zu dokumentieren

Zielgruppe

Pflegende/Betreuende aller Fachgebiete, die bereits an einem registrierten Kinaesthetics-Grundkurs teilgenommen haben

Ort

Solothurn

Datum

24./25. Oktober 2007

14. November 2007

5. Dezember 2007

Zeit

jeweils 8.30 – 12.00 Uhr / 13.00 – 16.30 Uhr

Kosten

CHF 610.– inkl. Kursbuch und Registrierung

Leitung

Pia Schindelholz

Leben mit Hemiplegie

Die Hemiplegie (Halbseitenlähmung) infolge Apoplexie (Hirnschlag) ist neben dem Herzinfarkt das häufigste Krankheitsbild des Herz-Kreislaufsystems. Die Symptome der Hemiplegie sind sowohl positiv wie auch negativ stark beeinflussbar. Deshalb ist der richtige Umgang mit den Betroffenen für einen möglichst guten Verlauf der Krankheit von besonderer Wichtigkeit.

Inhalt	<ul style="list-style-type: none"> - Einfache theoretische Erläuterungen über den Hirnschlag und dessen Auswirkungen - Anregungen, wie man das Krankheitsbild positiv beeinflussen kann - Vertiefung von praktischen Tätigkeiten wie Lagerungen, Transfer, Heimübungen, An- und Ausziehen usw.
Ort	Olten
Datum	19. Oktober 2007
Zeit	9.00 – 12.00 Uhr / 13.30 – 16.30 Uhr
Kosten	CHF 120.–
Leitung	Béatrice Kaiser

Alles rund um die Wickel

Wickel sind eine wirksame, unterstützende und wohltuende Anwendung im Bereich der Gesundheits- und Krankenpflege.

Inhalt	<ul style="list-style-type: none"> - In dieser praktischen Fortbildung erleben Sie die Wirkung kalter, temperierter und heisser Wickel. Sie erfahren grundsätzliches zu den Wickelanwendungen und den verschiedenen Zutaten. Im Kurs lernen Sie verschiedene Wickelmaterialien und deren Gebrauch kennen
Ort	Olten
Datum	24./31. Oktober 2007
Zeit	jeweils 19.00 – 22.00 Uhr
Kosten	CHF 120.–
Leitung	Franziska Büttler-Jeker

Aktivierung alter Menschen

Aktivierung, verstanden als Anregung, Ermunterung, Belebung der Seele, des Geistes und des Körpers, brauchen alle Menschen. Aktivierung im Pflegealltag ist nicht einfach ein «Machen» und Organisieren, sondern eine Haltung, die sich positiv auf das Wohlbefinden des Pflegeempfängers auswirkt. Sie ist ein integrativer Teil jeder pflegerischen Handlung.

Inhalt	<ul style="list-style-type: none">- Auseinandersetzung mit dem Thema Alter- Grundsätze für die Aktivierung bei verschiedenen Krankheitsbildern: Hemiplegie, Parkinson, Multiple Sklerose, Diabetes mellitus, Rheuma- Kennen lernen von Alltagshilfsmittel- Aktivierung dementer Betagter- Festgestaltung und Themen im Jahreskreis
Zielgruppe	Personen, welche in der Aktivierung alter Menschen tätig sind oder werden möchten
Ort	Solothurn
Datum	29. Oktober 2007 5./12./19./26. November 2007 3. Dezember 2007
Zeit	jeweils 13.30 – 17.30 Uhr
Kosten	CHF 420.–
Leitung	Colette Carroz und Markus Scheidegger

Depressive Menschen begleiten – Resignation und Aggression

Gesunde kennen eine grosse Breite möglicher Gefühle von rasender Wut bis zu stillem Glück – je nach Situation sind auch extreme Gefühlsregungen adäquat und normal. Andererseits können Gefühle unangemessen erscheinen, selbst wenn sie wenig dramatisch sind, z. B. Gleichgültigkeit, mürrische Gereiztheit. Die Fortbildung gibt Einblick in die Hintergründe einer Depression, mögliche Auswirkungen auf die Pflege und welche Grundhaltungen wichtig sind im Umgang mit depressiven Menschen.

Inhalt	<ul style="list-style-type: none">- Depressive Stimmung, Antrieb, Denken und Fühlen- Vitalgefühle und vegetative Funktionen erkennen- Grundhaltung mit depressiven Menschen, Stolpersteine und Möglichkeiten im Umgang- Besprechen von Fallbeispielen
---------------	--

Ort	Grenchen
Datum	8. November 2007

Zeit	8.30 – 12.00 Uhr / 13.30 – 17.00 Uhr
-------------	--------------------------------------

Kosten	CHF 140.–
---------------	-----------

Leitung	Peter Zahnd
----------------	-------------

Richtig geschminkt und gepflegt bei der Arbeit

Schon die ersten Fältchen und keine Zeit für die richtige Hautpflege und ein angepasstes Make-up? Das wollen wir ändern. Jede Frau kann ihren Typ durch das richtige Make-up vorteilhaft betonen. Das Gefühl gut auszusehen, beschwingt uns für den ganzen Tag.

Inhalt

- Wie pflege ich meine nicht mehr ganz junge Haut richtig
- Welches Make-up passt zu meinem Gesicht und zu meinem Wesen
- Professionelles Kaschieren und «langlebiges Schminken»

Zielgruppe

Frauen in der turbulenten Lebensmitte

Ort

Solothurn

Datum

20. November 2007

Zeit

19.00 – 22.00 Uhr

Kosten

CHF 50.–

Leitung

Chantal Kury

2er-Zyklus: Notfälle

Teil 1 Lebensrettende Sofortmassnahmen – Jede Minute zählt

Nach wie vor gehören in der Schweiz Krankheiten des Herz-Kreislauf-Systems zu den wichtigsten Todesursachen. Auch bei vielen anderen Notfallsituationen treffen wir die Problematik des Herz- und Atemstillstandes. Das unverzügliche In-die-Wege-Leiten der Basis-Massnahmen bei einem Kreislaufversagen ist für alle Beteiligten wertvoll, denn bei einem Kreislaufstillstand reduziert sich durch jede ungenutzte Minute die Chance einer vollständigen Wiederherstellung der Lebensfunktionen des Betroffenen.

Inhalt - Beherrschen der grundlegenden Massnahmen
zu Herz- und Lungen-Wiederbelebung

Ort Solothurn

Datum 25. Januar 2007

Zeit 18.30 – 21.30 Uhr

Kosten CHF 60.–

Leitung Beat Walser und Peter von Arx

Teil 2 Notfallsituationen im Alltag

(Gilt als Ergänzung zu Kurs «Lebensrettende Sofortmassnahmen»)

Im (beruflichen) Alltag werden wir immer wieder mit Notfallsituationen konfrontiert. Wo kann, soll, muss ich als Laie (Pflegende) Hilfe leisten? Welche Massnahmen liegen in meiner Verantwortlichkeit? Dieser Kurs zeigt Ihnen verschiedene 1.-Hilfe-Möglichkeiten auf und soll Ihnen mehr Sicherheit im (Pflege)-Alltag vermitteln.

Inhalt Beobachten, reagieren, Hilfe leisten bei
- Schwäche, Schwindel, Kollaps
- Atembeschwerden, Störungen des Bewusstseins
- Sturz, Verletzung

Ort Solothurn

Datum 13. März 2007

Zeit 18.30 – 21.30 Uhr

Kosten CHF 60.–

Leitung Beat Walser und Peter von Arx

2er-Zyklus: Möglichkeiten und Wege im Umgang mit Krebs

Teil 1 Begleitung von Krebspatienten

Krebs ist sowohl für die Betroffenen als auch für das ganze Umfeld eine grosse Herausforderung. Wir setzen uns mit verschiedensten Aspekten dieser Krankheit auseinander.

Inhalt	<ul style="list-style-type: none">- Was genau ist Krebs und wie verhält sich der damit betroffene Körper- Behandlungsmöglichkeiten und Nebenwirkungen- Was kann ich als Pflegende/Angehörige tun, wo unterstützen?- Komplementärmedizin – Scharlatanerie- Krebsprofil – gibt es das wirklich?
---------------	---

Ort	Olten
Datum	13. Juni 2007

Zeit	13.30 – 17.30 Uhr
-------------	-------------------

Kosten	CHF 80.–
---------------	----------

Leitung	Zita Wirth
----------------	------------

Teil 2 Palliativ-Care – Der Zeit Leben geben

Palliativ-Care ist die Auffassung von Medizin und Pflege, welche die Selbstbestimmung und das Wohlbefinden der Betroffenen und ihrer Angehörigen in den Mittelpunkt stellt. Sie wird besonders wichtig, wenn voraussichtlich keine Heilung mehr möglich ist. Palliativ-Care setzt Lebensqualität vor Lebensverlängerung.

Inhalt	<ul style="list-style-type: none">- Was ist Palliativ-Care? Erklärung und Auseinandersetzung- Konkrete Beispiele aus der Praxis der SEOP SO (Spital Externe Onkologie Pflege Solothurn)- Schwerpunkte in der Praxis der Palliativ-Care- Offene Diskussion, Möglichkeit zur Fragestellung
---------------	---

Ort	Olten
Datum	20. Juni 2007

Zeit	13.30 – 17.30 Uhr
-------------	-------------------

Kosten	CHF 80.–
---------------	----------

Leitung	Beatrix Juchli
----------------	----------------

2er-Zyklus: Gestaltung des Betreuungsalltags

Teil 1 Herzhaft kommunizieren

In der alltäglichen Kommunikation werden für ältere Menschen, unabhängig von Einschränkungen, Beschwerden oder Störungen, die inhaltlichen Aspekte einer Botschaft weniger zugänglich. Die Beziehungsaspekte jedoch, die nonverbalen Anteile wie die Stimmlage, der Klang, der Rhythmus, die Körperhaltung, die Mimik und Gestik gewinnen an Bedeutung.

Inhalt	<ul style="list-style-type: none"> - Kommunikation mit Musik, Texten, Liedern, Bildern, Fotografien, Berührung, Bewegung und dem Körper - Kommunikation mit an Demenz erkrankten Menschen - Basale Kommunikation im Betreuungsalltag 	
---------------	---	--

Zielgruppe	Personen, die mit älteren Menschen leben oder arbeiten	
-------------------	--	--

Ort	Solothurn	Olten
Datum	2. Mai 2007	12. September 2007
Zeit	13.30 – 17.30 Uhr	13.30 – 17.30 Uhr
Kosten	CHF 80.–	
Leitung	Otto Spirig	

Teil 2 Kreativität im Betreuungsalltag

Im Betreuungsalltag geraten wir oft in Situationen, die uns beschäftigen, belasten und betreffen machen. Wir finden uns damit ab, wir schlucken es, wir reden darüber, beschreiben es, analysieren es usw. Vielfach ändert sich jedoch nichts. In all diesen Situationen steckt viel Energie, die, wenn wir sie richtig lenken, unsere Beziehungen beleben und bereichern kann.

Inhalt	<ul style="list-style-type: none"> - Wir sammeln Situationen, die belasten - Wir spielen die Situationen und erhellen sie - Wir nützen die «gestaute» Energie und finden neue Strategien für den Alltag 	
---------------	--	--

Zielgruppe	Pflegende und freiwillige Helfer/Helferinnen	
-------------------	--	--

Ort	Solothurn	Olten
Datum	6. Juni 2007	24. Oktober 2007
Zeit	13.30 – 17.30 Uhr	13.30 – 17.30 Uhr
Kosten	CHF 80.–	
Leitung	Otto Spirig	

4er-Zyklus: Alterskrankheiten

Teil 1 Diabetes mellitus

Diabetes mellitus Typ 2 ist eine der häufigsten Erkrankungen unserer Gesellschaft. Durch unseren Lebensstil, nimmt die Häufigkeit zu.

- Inhalt**
- Überblick über das Krankheitsbild, die Komplikationen und aktuellen Behandlungsmethoden
 - Grundsätze der Ernährung bei Diabetes – wie kann man ein Menü für den Diabetiker abändern?
-

Ort Solothurn

Datum 27. März 2007

Zeit 13.30 – 17.30 Uhr

Kosten CHF 80.–

Leitung Erhard Jenni und Cornelia Albrecht

Teil 2 Multiple Sklerose

Von Multiple Sklerose (MS) betroffene Menschen leben in einer ständigen Ungewissheit über den Verlauf ihrer Krankheit. Dies fordert die Betroffenen selbst, aber auch ihr Umfeld immer wieder neu heraus. Für die Pflege und Begleitung von MS-Betroffenen stellt dies eine komplexe und manchmal auch schwierige Aufgabe dar.

Die Krankheit MS ist sehr vielschichtig. Sie haben in diesem Kurs die Möglichkeit, das Krankheitsbild aus medizinisch-pflegerischer und psychosozialer Sicht kennen zu lernen, bzw. Ihre Kenntnisse zu vertiefen. Es werden praxisnahe Möglichkeiten für den Umgang im Alltag erarbeitet.

- Inhalt**
- Kennen lernen der pflegerischen, medizinischen und psychosozialen Aspekte bei MS und deren Auswirkungen
 - Auseinandersetzung über den Beziehungsaufbau zu MS-Betroffenen um eine kooperative Zusammenarbeit zu fördern
 - Dienstleistungen und Aufgaben der MS-Gesellschaft
-

Ort Olten

Datum 24. April 2007

Zeit 13.30 – 17.30 Uhr

Kosten CHF 80.–

Leitung Annemarie Helmink

Teil 3 Begleitung und Betreuung von Alzheimerkranken

Die Zahl der verwirrten alten Menschen nimmt mit steigender Lebenserwartung zu. Eine umfassende Betreuung und Begleitung stellt sehr hohe Anforderungen an alle Beteiligten.

Inhalt	<ul style="list-style-type: none"> - Was versteht man unter der Alzheimerkrankheit? - Was bedeutet Demenz für Betroffene, Angehörige, Pflegende - Gespräch mit einem pflegenden Angehörigen - Unterstützungs- und Entlastungsmöglichkeiten im Kanton
---------------	--

Ort	Grenchen
------------	-----------------

Datum	27. April 2007
--------------	----------------

Zeit	13.30 – 17.30 Uhr
-------------	-------------------

Kosten	CHF 80.–
---------------	----------

Leitung	Margrit Rebsamen
----------------	------------------

Teil 4 Leben mit Parkinson

Eine Krankheit mit vielen Gesichtern und unterschiedlichem Verlauf. Um mit ihr möglichst gut zu leben, ist es wichtig sie zu verstehen.

Inhalt	<ul style="list-style-type: none"> - Was passiert in meinem Gehirn? - Was sind die Folgen, Symptome? - Wie gehe ich als Betreuer damit um? - Wie kann ich den Betroffenen gezielt und förderlich unterstützen?
---------------	--

Ort	Solothurn
------------	------------------

Datum	14. September 2007
--------------	--------------------

Zeit	13.30 – 17.30 Uhr
-------------	-------------------

Kosten	CHF 80.–
---------------	----------

Leitung	Béatrice Kaiser
----------------	-----------------

3er-Zyklus: Sterbebegleitung

Teil 1 Menschen im Sterben begleiten

Sterbebegleitung heisst, das letzte Stück Lebensweg eines Menschen mitzugehen. Beruflich oder persönlich stellen wir uns dieser fordernden Aufgabe nach den uns eigenen Möglichkeiten. Dafür ist die Auseinandersetzung mit der eigenen Sterblichkeit, mit Tod und Abschied nötig, aber auch der Umgang mit Grenzen, Chancen und Ängsten in der Begleitung von sterbenden Menschen.

Inhalt	Die Teilnehmenden
	<ul style="list-style-type: none">- setzen sich mit ihrer eigenen Erfahrung mit Sterben, Tod und Leiden in ihrem Umfeld auseinander- werden mit dem Thema «Sterben» konfrontiert und reflektieren ihre eigene Betroffenheit- tasten sich an die Komplexität des Themas heran

Ort	Olten	Solothurn
Datum	10. Mai 2007	6. September 2007
Zeit	13.30 – 18.00 Uhr	13.30 – 18.00 Uhr
Kosten	CHF 90.–	
Leitung	Verena Weber-Wolf	

Teil 2 Palliative Medizin und Pflege

Was können wir tun, wenn nichts mehr getan werden kann? Palliative Medizin und Pflege sind die notwendige Ergänzung zur kurativen, auf Heilung ausgerichteten Behandlung und Pflege. Ziel der palliativen Medizin und Pflege ist, schwerkranken und sterbenden Menschen ein sinnvolles Leben bis zum letzten Moment zu ermöglichen und das Leben nicht um jeden Preis zu verlängern.

Inhalt	Die Teilnehmenden
	<ul style="list-style-type: none">- kennen die Grundsätze der palliativen Medizin und Pflege- setzen sich mit der Frage «In Würde sterben» auseinander- gestalten die interdisziplinäre Zusammenarbeit aktiv mit und vertreten die Bedürfnisse der Pflegeempfängerinnen und -empfänger

Ort	Olten	Solothurn
Datum	24. Mai 2007	13. September 2007
Zeit	13.30 – 18.00 Uhr	13.30 – 18.00 Uhr
Kosten	CHF 90.–	
Leitung	Verena Weber-Wolf	

Teil 3 Rituale um Abschied, Sterben und Tod

Einen Menschen loslassen müssen, ist ein von Trauer, Schmerz, Wut und Ohnmacht begleiteter Lebensprozess. Rituale schaffen einen Rahmen für Gefühle, die sonst in unserem gewohnten Alltag wenig Raum finden.

Wir tauschen Rituale als Lebenshilfe zusammen aus und gestalten und erleben gemeinsam ein Ritual. Besonders in Zeiten von Krisen, bei Krankheit, Sterben und Tod haben Rituale eine wichtige Bedeutung. Sie helfen schwierige Situationen und Lebensübergänge besser zu ertragen und zu verarbeiten.

Inhalt	Die Teilnehmenden	
	<ul style="list-style-type: none"> - reflektieren über Sinn und Bedeutung von Ritualen bei Lebensübergängen - kennen die innere Strukturen eines Rituals - erkennen, dass Rituale – bewusst eingesetzt und gelebt – im persönlichen und beruflichen Alltag eine heilvolle Wirkung haben 	
Ort	Olten	Solothurn
Datum	31. Mai 2007	20. September 2007
Zeit	13.30 – 18.00 Uhr	13.30 – 18.00 Uhr
Kosten	CHF 90.–	
Leitung	Verena Weber-Wolf	

2er-Zyklus: Gesundheitsförderung im Alter

Teil 1 Osteoporose – Referat

Osteoporose ist eine häufige, volkswirtschaftlich relevante und wegen der höheren Lebenserwartung im Zunehmen begriffene Knochenerkrankung. Es wird geschätzt, dass es in den nächsten Jahren weltweit bedingt durch Osteoporose zu mehr als 6 Millionen Schenkelhalsfrakturen kommt. Ältere Menschen verlieren mit dieser Komplikation oft ihre Selbstständigkeit und sind lebenslang auf fremde Hilfe angewiesen. Durch sportliche Betätigung, gezielte Bewegungstherapie und Ernährung kann der Knochenmassenverlust jedoch gebremst und das Sturzrisiko verringert werden.

Inhalt

- Was ist Osteoporose?
- Wie wird Osteoporose festgestellt und welches sind die heutigen Behandlungsmöglichkeiten?
- Kann Osteoporose verhindert werden? Möglichkeiten der Gesundheitsförderung und (Sturz-)Prävention

Ort	Olten	Solothurn
Datum	Frühling 2007	Herbst 2007
Zeit	19.30 – 21.00 Uhr	19.30 – 21.00 Uhr
Kosten	Die Veranstaltung ist gratis	
Referenten	Dr. Jürg Bernhard und Rita Sigrist	

Teil 2 Lustvoll Essen – jetzt und im Alter

Täglich können wir aus einem reichhaltigen Angebot auswählen, was wir essen wollen. Viele Menschen, auch ältere und alleinstehende, ernähren sich unausgewogen. Sie essen zu viel oder zu wenig, zu fetthaltig, zu einseitig oder lustlos. Diese Fortbildung soll Anregungen geben, wie mit Lust und Freude die tägliche Nahrungsaufnahme gestaltet werden kann.

Inhalt	<ul style="list-style-type: none"> - Eigenes Essverhalten reflektieren - Neueste Ernährungstheorien kennen lernen - Zusammenstellen eines ausgewogenen Tagesmenüplanes, der einfach umgesetzt werden kann 	
---------------	--	--

Ort	Solothurn	Olten
Datum	28. Juni 2007	18. September 2007
Zeit	13.30 – 17.30 Uhr	13.30 – 17.30 Uhr
Kosten	CHF 80.–	
Leitung	Anne Allemann	

Pflegende Angehörige

Ein grosser Teil der Personen, die an einer Demenz oder an einer anderen Krankheit leidet, lebt zu Hause und wird von den Angehörigen – meist der Ehepartnerin/dem Ehepartner – gepflegt. Die Betreuung von kranken Menschen zu Hause stellt für Angehörige eine grosse psychische und körperliche Belastung dar und kann zu gesundheitlichen Problemen führen. In zehn Sequenzen erhalten pflegende Angehörige fachkundige Informationen und werden in ihrer Aufgabe bestärkt und ermutigt.

Zielgruppe Pflegende Angehörige oder Angehörige, welche eine Pflege übernehmen möchten, Pflegende, Interessierte

Zeit Donnerstag, jeweils 19.00 – 21.00 Uhr

Kosten CHF 25.– pro Sequenz oder CHF 200.– ganzer Zyklus

Leitung Esther Cavegn (Solothurn), Franziska Büttler-Jeker (Olten) und weitere Fachpersonen aus dem Bereich Gesundheitsförderung im Alter

Ort	Olten	Solothurn	Inhalte
Datum	15. Februar	6. September	Die Übernahme der Pflege
	22. Februar	13. September	Die Bedeutung der Lebensgeschichte
	1. März	20. September	Die Demenzerkrankung
	8. März	27. September	Umgang mit demenzkranken Menschen
	15. März	18. Oktober	Unterstützung und Entlastungsmöglichkeiten
	22. März	25. Oktober	Organisatorische und finanzielle Aspekte
	29. März	8. November	Der Heimeintritt
	5. April	15. November	Palliativ-Pflege
	12. April	22. November	Sterben und Tod
	19. April	29. November	Wo sind meine Grenzen?

Einjährige Weiterbildung Demenz

Viele Verrichtungen und Tätigkeiten, die für den Gesunden eine Selbstverständlichkeit sind, werden für den demenzkranken Menschen zunehmend schwieriger und schliesslich gar unmöglich. Die deutlichen und einschneidenden Erschwernisse, wie Kontakte zu pflegen und sinnvollen Beschäftigungen nachzugehen, stellen eine enorme Belastung dar. Diese psychosozialen Bedürfnisse der Erkrankten bleiben aber trotzdem bestehen. In irgendeiner Form möchten sie auf die Umgebung Einfluss nehmen und mit anderen Menschen kommunizieren, wenn auch in ihrer eigenen Art und Weise.

Inhalt	<ul style="list-style-type: none"> - Psychologie des Alters - Biographiearbeit - Milieugestaltung - Kommunikation - Gedächtnistraining - Kreatives Gestalten / Malen - Basale Stimulation - Projektarbeit - usw.
Zielgruppe	Interessierte Pflegende und Betreuende von Demenzkranken
Ort	Schweizerisches Rotes Kreuz Basellandschaft, Fichtenstrasse 17 / 2. Stock, 4410 Liestal Tel. 061 905 82 10, E-Mail: bildung@rkbl.ch Weitere Informationen erhalten Sie direkt beim SRK in Liestal
Dauer	19. Oktober 2007 – 19. September 2008 Der Kurs ist modular aufgebaut, es können sowohl alle Lerneinheiten als auch einzelne Module/Themen separat gebucht werden. Alle Module: 36 Tage / 1 Tag pro Woche jeweils freitags Einzelmodule: Dauer je nach Thema, aber mindestens 1 Tag
Zeit	8.30 – 12.00 Uhr / 13.30 – 17.00 Uhr
Kosten	CHF 3420.– (alle Lerneinheiten)
Leitung	ausgewiesene Fachdozenten/Fachdozentinnen

Eltern werden – Ein neuer Lebensabschnitt beginnt

Sie erwarten Ihr erstes Kind. Damit beginnt ein neuer und spannender Lebensabschnitt. Ihr Leben wird sich verändern und es erwarten Sie viele neue Aufgaben. Unsere Kursleiterin, möchte Sie auf die Rolle als Mutter und Vater vorbereiten und fachkundig in die Pflege und Betreuung Ihres Kindes ab Geburt und bis und mit dem ersten Lebensjahr einführen.

Inhalt	<ul style="list-style-type: none">- Vom Paar zur Familie- Das Neugeborene- Wickeln/Handling/Stillen/Ernährung- Das schreiende Baby- Leichte gesundheitliche Störungen- Entwicklung/Spiel- Unfallverhütung
---------------	---

Zielgruppe	Werdende Mütter und Väter, Grosseltern
-------------------	--

Ort	Olten	
Kurs-Nr. 2/1	26. Februar / 5./12./19. März 2007	19.30 – 22.00 Uhr
Kurs-Nr. 2/2	14./21./29. Mai / 4. Juni 2007	19.30 – 22.00 Uhr
Kurs-Nr. 2/3	20./27. August / 3./10. September 2007	19.30 – 22.00 Uhr
Kurs-Nr. 2/4	9. November	18.00 – 21.00 Uhr
	10. November 2007	9.00 – 12.00 Uhr / 13.00 – 17.00 Uhr

Kosten	CHF 150.– / Paare CHF 230.– inkl. Pro-Juventute-Buch «Das erste Lebensjahr»
---------------	---

Leitung	Patricia Laesser (1, 2, 3), Astrid Demarmels (4)
----------------	--

Entlastung im Schulalltag mit bewegtem Lernen

Kinder sind in ihrem Schulalltag teilweise belastenden Situationen ausgesetzt. Der Kurs will Ihnen anhand von effizienten Übungen und Techniken aus verschiedenen Methoden Möglichkeiten aufzeigen, wie Sie Kinder unterstützen und ihre Selbstwahrnehmung und ihr Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten stärken können.

Inhalt	<ul style="list-style-type: none"> - Gehirngymnastik (Brain-Gym) - Förderung der Hirnleistung mit Jonglieren - Gezielte Übungen für den Stress- und Angstabbau
Ort	Solothurn
Datum	13./20./27. März 2007
Zeit	jeweils 19.00 – 21.00 Uhr
Kosten	CHF 120.– / Paare CHF 200.–
Leitung	Othmar Metzler

Was ist Triple P?

Eine Einführung in die Grundsätze der positiven Erziehung

Kinder zu erziehen ist eine Herausforderung, die manchmal auch belastend und überfordernd erlebt wird. Erziehungsbedingter Stress in der Familie muss jedoch nicht sein. Eltern, die sich in der Erziehung kompetent fühlen, erleben weniger Stress, sind gelassener und zufriedener mit sich selbst und ihrer Familie.

Inhalt	<ul style="list-style-type: none"> - Was ist Triple P? - Grundsätze der positiven Erziehung kennen lernen - Erste Erziehungsstrategien anwenden lernen
Ort	Olten
Datum	14. März 2007
Zeit	19.00 – 21.00 Uhr
Kosten	CHF 20.– / Paare CHF 30.–
Leitung	Verena Tresch Widmer

Krankheiten im Säuglings- und Kleinkindesalter – Natürlich behandeln

Wer von uns kennt sie nicht, die Angst, dass das Kind krank wird und wir nicht wissen, wie handeln.

Soll ich den Kinderarzt anrufen oder noch warten? Wie kann ich mein Kind auf natürliche Weise gesund pflegen und mit welchen alternativen Heilmethoden kann ich den Heilungsprozess auch während einer Medikamenteneinnahme unterstützen? Wie kann ich das Immunsystem meines Kindes stärken? Was gehört in eine Hausapotheke?

Dieser Kurs zeigt Ihnen verschiedene Infektionskrankheiten und allgemeine Krankheitszeichen im Säuglings- und Kleinkindesalter auf und soll Ihnen Sicherheit vermitteln beim Entscheiden erster Massnahmen. Sie erleben eine Auswahl an alternativen Heilmethoden und üben deren Anwendung.

Inhalt

- Aufgaben und Stärkung des Immunsystems
- Was ist das Positive an Fieber?
- Fieberkrämpfe – richtig reagieren
- Infektionskrankheiten und allgemeine Krankheitszeichen wie Hautausschläge, Husten, Schmerzen, Erbrechen, Durchfall und Verstopfung
- Erste Massnahmen
- Natürliche Behandlung und Hausmittel für Kinder kennen und anwenden lernen (Wickel, Kräuter, Tee, Aromatherapie, Massage usw.)
- Insekten- und Zeckenstiche
- Was gehört in jede Hausapotheke?

Ort	Olten	Solothurn
Datum	2./9. Mai 2007	20./27. September 2007
Zeit	jeweils 19.00 – 21.30 Uhr	jeweils 19.00 – 21.30 Uhr
Kosten	CHF 60.– / Paare CHF 100.– Buch «Sanfte Heil- und Hausmittel für den Alltag» wird empfohlen und kann im Kurs (CHF 13.–) bezogen werden.	
Leitung	Tanja Matzku	

Abenteuer Vater werden

Vater werden ist ein Abenteuer mit Hochs und Tiefs. Es stellen sich viele Fragen, denen wir aus Sicht des Mannes nachgehen wollen.

Inhalt	<ul style="list-style-type: none"> - Meine Rolle während der Schwangerschaft und Geburt - Vom Paar zur Familie / neue Rollenfindung - Ich und mein Kind - Partnerschaft/Beziehung
---------------	---

Zielgruppe	(werdende) Väter und interessierte Männer
-------------------	---

Ort	Solothurn	Grenchen
Datum	16. Mai 2007	5. September 2007
Zeit	19.15 – 21.45 Uhr	19.15 – 21.45 Uhr
Kosten	CHF 30.–	
Leitung	Max Umbricht und Pasquale Catena	

Hilfe ein Notfall! Was muss ich tun?

Unfallverhütung und Erste-Hilfe-Massnahmen bei Notfällen mit Kindern

Ihr Kind ist gestürzt, hat sich verbrannt, einen Gegenstand verschluckt oder gar das Abwaschmittel leer getrunken. Fühlen auch Sie sich unsicher, was dann zu tun ist? Gefahren für Kinder lauern überall. Wie können Sie Unfälle verhindern, wie handeln, falls doch etwas passiert? Dieser Kurs zeigt Ihnen verschiedene Notfallsituationen im Kindesalter auf. Er soll Ihnen Sicherheit vermitteln beim Anwenden der 1.-Hilfe-Massnahmen. Ausserdem ist vorbeugen besser als heilen. Sie erkennen, wo Gefahren für Ihr Kind lauern und wissen, wie Sie Ihr Kind vor Unfällen schützen können.

Inhalt

- Sinnvolle Unfallverhütung in den verschiedenen Altersstufen
- Erstversorgung von Rissquetschwunden und Brüchen, Verbände machen
- Notfallsituationen im Kindesalter, wie Atemnot, Krämpfe, Bewusstlosigkeit, Vergiftung, Stromunfälle, Ertrinken (beinhaltet keine Beatmung und Herzmassage)
- 1.-Hilfe-Massnahmen
- Wie alarmiere ich Hilfe?
- Was gehört in eine Notfallapotheke?

	Grenchen	Olten
Ort		
Datum	30. Mai 2007	13. September 2007
Zeit	19.00 – 22.00 Uhr	19.00 – 22.00 Uhr
Kosten	CHF 40.– / Paare CHF 60.–	
Leitung	Tanja Matzku	

Grenzen setzen in der Kindererziehung

Kinder fordern uns täglich immer wieder heraus. Oftmals geht es ihnen darum, dabei eigene Grenzen auszuloten oder zu erweitern, sie überfordern dabei sich selbst und ihre Umgebung. Auch oder gerade in der heutigen Zeit benötigen Kinder klare und verbindliche Leitlinien.

Inhalt	<ul style="list-style-type: none"> - Aufmerksamkeitskämpfe der Kinder - Probleme zwischen Eltern und Kindern - Grenzen setzen lernen
---------------	---

Ort	Solothurn
Datum	22. August 2007

Zeit	19.30 – 22.00 Uhr
-------------	-------------------

Kosten	CHF 30.– / Paare CHF 50.–
---------------	---------------------------

Leitung	Marianne Stadelmann
----------------	---------------------

Kinderängste

Obwohl wir wissen, dass Angst zum Leben gehört, möchten wir unsere Kinder davor bewahren. Der Kurs möchte Ihnen Möglichkeiten aufzeigen, wie Sie und Ihr Kind damit umgehen können.

Inhalt	<ul style="list-style-type: none"> - Entwicklungsbedingte Ängste - Umgang mit der kindlichen Angst - Unterstützende Massnahmen zum Überwinden der Angst
---------------	--

Ort	Solothurn
Datum	29. August 2007

Zeit	19.30 – 22.00 Uhr
-------------	-------------------

Kosten	CHF 30.– / Paare CHF 50.–
---------------	---------------------------

Leitung	Marianne Stadelmann
----------------	---------------------

Gehirngerecht Lernen

«Lernen ist eine natürliche, Freude bereitende Aktivität,
welche sich durch das ganze Leben zieht.»

Diese Aussage ist sehr provozierend und entspricht nicht der Welt, in der unsere Kinder leben.
Wie viel leichter könnte Lernen sein, wenn es wirklich Freude bereiten würde?

Inhalt	- Dieser Kurs gibt Einblick in ein ganzheitliches Konzept, das lernen, sich konzentrieren und damit bessere Leistungen erbringen, möglich macht
Ort	Grenchen
Datum	17. September 2007
Zeit	18.00 – 22.00 Uhr
Kosten	CHF 60.– / Paare CHF 100.–
Leitung	Othmar Metzler

Vortrag

Erziehung Gestern – Erziehung Heute

20% aller Kinder werden regelmässig von den Grosseltern betreut. Grosseltern leisten einen grossen (meist unentgeltlichen) Beitrag zur Entlastung berufstätiger Mütter. Die Aufgabenverteilung zwischen Eltern und Grosseltern ist nicht immer einfach.

Der angebotene Themenabend will:

Inhalt	- Das Spannungsfeld zwischen Grosseltern-Eltern-Kind beleuchten - Die Aufgaben und Rolle der Grosseltern klären - Erziehungskompetenzen von Grosseltern würdigen - Grosseltern mit neueren Erziehungsansätzen bekannt machen
---------------	---

Zielgruppe	Grosseltern und Eltern, Erziehende
-------------------	------------------------------------

Ort	Olten
Datum	7. November 2007
Zeit	19.00 – 21.00 Uhr
Kosten	CHF 20.– / Paare CHF 30.–
Leitung	Verena Tresch Widmer

Vortrag

Jugendgewalt

In den Schulen und in der Öffentlichkeit wird seit einigen Jahren eine zunehmende Gewaltbereitschaft wahrgenommen. Werden die Jugendlichen brutaler? Was sagen die Zahlen dazu? Kann man etwas gegen die Gewaltbereitschaft von Jugendlichen unternehmen?

Hintergründe und Erscheinungsformen der Jugendgewalt werden thematisiert. Möglichkeiten, was die Gesellschaft und jeder einzelne tun kann um die Gewaltbereitschaft zu vermindern, werden aufgezeigt.

Ort	Olten	Solothurn
Datum	Frühling 2007	Herbst 2007
Zeit	20.00 Uhr	20.00 Uhr
Kosten	gratis	
Leitung	Fachleute aus den Bereichen Repression und Prävention	

Babysitting – ein Vertrauensjob

Tagsüber oder abends Kinder hüten ist ein faszinierendes Erlebnis, eine willkommene Abwechslung und will gelernt sein. Ein spannender Kurs auch für dich. Am Ende des Kurses bekommst du eine Kursbestätigung des Schweizerischen Roten Kreuzes.

Inhalt	<ul style="list-style-type: none"> - Normale Entwicklung und Bedürfnisse des Kindes - Körperpflege - Ernährung - Spiel und Beschäftigung - Krankheiten und Unfallverhütung
---------------	---

Zielgruppe	Jugendliche ab 13 Jahren
-------------------	--------------------------

Kursdauer	10 Stunden
------------------	------------

Kosten	CHF 90.– (inkl. Kursbuch)
---------------	---------------------------

Besonderes	Kursabsenz nicht mehr als eine Stunde erlaubt
-------------------	---

Ort	Olten
Kurs-Nr. 101	17./19./24./26. Januar 2007 18.00 – 20.30 Uhr
Kurs-Nr. 102	17./19. April 2007 9.00 – 11.30 Uhr / 12.30 – 15.00 Uhr
Kurs-Nr. 103	3./4./7./11. Mai 2007 18.30 – 21.00 Uhr
Kurs-Nr. 104	11./12. Juli 2007 9.00 – 11.30 Uhr / 12.30 – 15.00 Uhr
Kurs-Nr. 105	6./7. August 2007 9.00 – 11.30 Uhr / 12.30 – 15.00 Uhr
Kurs-Nr. 106	17./18. Oktober 2007 9.00 – 11.30 Uhr / 12.30 – 15.00 Uhr

Kursleiterinnen	Astrid Demarmels (5/6), Patricia Laesser (2/4), Yvonne Zeltner (1/3)
------------------------	--

Ort	Solothurn
Kurs-Nr. 201	17./19./20. April 2007 08.30 – 11.50 Uhr
Kurs-Nr. 202	7./8./9. August 2007 08.30 – 11.50 Uhr
Kurs-Nr. 203	16./17./18. Oktober 2007 08.30 – 11.50 Uhr

Kursleiterin	Karin Moser
---------------------	-------------

Ort	Grenchen
Kurs-Nr. 301	6./13./20./27. November 2007 18.00 – 20.30 Uhr
Kurs-Nr. 302	7./14./21./28. November 2007 18.00 – 20.30 Uhr

Kursleiterin	Karin Moser
---------------------	-------------

Ort	Thierstein-Laufental / Babysittingkurse in Breitenbach finden regelmässig statt. Bitte erkundigen Sie sich nach den nächsten Daten. Telefon 062 207 02 50.
------------	---

Kursleiterin	Jacqueline Gerber
---------------------	-------------------

Fortbildung Babysittertreff

Spiele mit Kleinkindern

Für Kinder ist das Spiel ein Weg zum Kennen lernen ihrer Welt. Spielen ist neben Essen, Trinken und Schlafen ein Grundbedürfnis für das Kind und eine Hauptbeschäftigung für den Babysitter. In diesem Kurs erhältst du viele Ideen kreativer Spiele für verschiedene Altersstufen, Situationen, Jahreszeiten sowie Anregungen für Basalarbeiten mit Natur- und Abfallmaterial.

Kursleitung	Yvonne Zeltner	
Ort	Olten	
Kurs-Nr. 107	28. März 2007	18.00 – 21.00 Uhr

Notfälle bei Kleinkindern

Auch bei pflichtbewusster Betreuung kann einmal ein Unfall passieren – richtig reagieren zu können, ist deshalb von grosser Bedeutung.

Kursleitung	Astrid Demarmels	
Ort	Olten	
Kurs-Nr. 108	25. April 2007	14.00 – 17.00 Uhr
Ort	Solothurn	
Kurs-Nr. 204	30. Mai 2007	14.00 – 17.00 Uhr

Besuch in der Kinderkrippe

Wir besuchen die «Profi-Babysitter» in der Kinderkrippe Schürmatt in Olten. Du erhältst einen Einblick in den Krippenalltag und das Berufsbild der Kleinkinderzieherin.

Kursleitung	Yvonne Zeltner	
Ort	Olten	
Kurs-Nr. 109	27. Juni 2007	14.00 – 17.00 Uhr
Kurs-Nr. 110	21. November 2007	14.00 – 17.00 Uhr

Kosten CHF 20.– pro Fortbildung / Treff

Pickel, Petting, Pariser & Co.

Ein Angebot für Mädchen ab 13 Jahren (7.–9.Klasse)

Möchtest du wissen, wie man ein Präservativ benutzt?
Ob du während deiner Regel schwanger werden kannst?
Wie du bei dem Jungen deiner Träume landen kannst?
Wo der G-Punkt liegt?
Und, und, und...?

...dann komm in diesen Workshop und diskutiere mit Anderen,
was diese erleben und meinen.

Ort	Olten
Kurs-Nr. 111	16./18. April 2007
Kurs-Nr. 112	15./16. Oktober 2007

Zeit	14.00 – 17.00 Uhr
-------------	-------------------

Kosten	CHF 20.–
---------------	----------

Leitung	Marlène Fretz
----------------	---------------

Ort	Solothurn
Kurs-Nr. 111	5./12. Mai 2007
Kurs-Nr. 112	10./17. November 2007

Zeit	14.00 – 17.00 Uhr
-------------	-------------------

Kosten	CHF 20.–
---------------	----------

Leitung	Katharina Simonet
----------------	-------------------

Weitere Kurse mit Familien-/Elternvereinen oder Jugendorganisationen,
im Speziellen für Jungs, auf Anfrage.

Schminken – aber richtig!

Ich entwickle mich, werde erwachsen und will schön aussehen.

Erwachsen werden und die richtige Entscheidung für das eigene Aussehen, den eigenen Stil treffen, ist nicht immer leicht.

Inhalt	<ul style="list-style-type: none">- Wie pflege ich meine junge Haut richtig?- Wie kann ich Unreinheiten kaschieren?- Welches Make-up passt zu meinem Gesicht und zu meinem Wesen?
---------------	---

Zielgruppe	Mädchen zwischen 13 und 16 Jahren
-------------------	-----------------------------------

Ort	Solothurn
------------	------------------

Datum	28. April 2007
--------------	----------------

Zeit	14.00 – 17.00 Uhr
-------------	-------------------

Kosten	CHF 30.–
---------------	----------

Leitung	Chantal Kury
----------------	--------------

Die Zyklus-Show – MFM-Projekt®

**Dem Geheimcode deines Körpers auf der Spur...
alles, was Mädchen über ihren Körper wissen wollen...**

Der Mädchenworkshop

In einer spannenden Show erfährst du, was in deinem Körper passiert, wenn du eine Frau wirst und warum Frauen einen Zyklus und eine Menstruation haben. Du erlebst wie sich die Östrogen-Freundinnen in deinem Körper um dein Wohl sorgen, wie die Eizelle jeden Monat ihren Sprung ins grosse Abenteuer wagt und was das Progesteron-Team in deinem Körper immer wieder neu vorbereitet. Lass dich überraschen!

Zielgruppe Mädchen von 10–13 Jahren

Der Informationsabend

Vor dem Workshop für die Mädchen findet die Veranstaltung «Wenn meine Tochter ihre erste Mens bekommt» statt. Nebst Informationen zum MFM-Projekt® erwartet Sie ein neuartiger Blick auf das Zyklusgeschehen sowie Tipps und Erfahrungen zur (ersten) Menstruation.

Ort Solothurn

**Info-Abend
Workshop**

1. Juni 2007
2. Juni 2007

Dauer ca. 1½ Stunden
Dauer 1 Tag à 6 Stunden

Leitung Annina Kramer

Ort Olten

**Info-Abend
Workshop**

1. März / 25. Oktober 2007
3. März / 27. Oktober 2007

Dauer ca. 1½ Stunden
Dauer 1 Tag à 6 Stunden

Leitung Katharina Berger-Bielsler

Kosten Workshop inkl. Infoveranstaltung CHF 100.–
nur Informationsabend CHF 25.–

Weitere Informationen unter www.mfm-projekt.ch oder bei den zuständigen SRK-Regionalstellen.

Dozentinnen und Dozenten

Albrecht Cornelia	Dipl. Ernährungsberaterin
Allemann Anne	Dipl. Pflegefachfrau, Gesundheitsschwester mit pädagogischer Weiterbildung, Präventionsfachfrau
Berger-Bielsler Katharina	Ausgebildete MFM-Projekt®-Kursleiterin, Hebamme
Bernhard Jürg, Dr.	Rheumatologe, Leitender Arzt Rehabilitationszentrum Bürgerspital Solothurn
Bolick Petra	Dipl. Pflegefachfrau, Fähigkeitsausweis in der Intensivpflege, Praxisbegleiterin Basale Stimulation
Büttler-Jeker Franziska	Dipl. Pflegefachfrau, Ausbilderin mit eidg. FA, Wickelfachfrau, Nachdiplomkurs in Gerontologie
Carroz Colette	Dipl. Ergotherapeutin
Catena Pasquale	Sozialarbeiter und Spielgruppenleiter, Vater von drei Kindern
Cavegn Esther	Dipl. Pflegefachfrau, dipl. Gesundheitsschwester, SVEB I, Spitexdienste Galmis, Nachdiplomkurs in Gerontologie
Demarmels Astrid	Dipl. Pflegefachfrau Kind, SVEB I, Familienfrau
Fretz Marlène	Dipl. Pflegefachfrau, Paar- und Familientherapeutin
Gerber Jacqueline	Dipl. Pflegefachfrau Kind, SVEB I
Held Susanne	Lehrerin, Mitarbeiterin in der Aktivierung, Gedächtnistrainerin
Helmink Annemarie	Dipl. Pflegefachfrau, Bildungsbeauftragte MS-Gesellschaft Zürich
Hendry Manuela	Dipl. Pflegefachfrau, Ausbilderin mit eidg. FA
Jenni Erhard	Diabetesfachmann HöFa I
Juchli Beatrix	Dipl. Pflegefachfrau, Höfa I Onkologie
Kaiser Béatrice	Dipl. Physiotherapeutin, Dozentin an diversen Schulen
Kaufmann Renata	Betagtenbetreuerin, Validations-Anwenderin
Kramer Annina	Ausgebildete MFM-Projekt-Kursleiterin®, Heilpraktikerin für Frauennaturheilkunde
Kury Chantal	Ausgebildete Visagistin und Maskenbildnerin

Laesser Patricia	Dipl. Pflegefachfrau Kind, SVEB I, Familienfrau
Lüthi Nadja	Dipl. Pflegefachfrau, in Ausbildung SVEB I
Matzku Tanja	Dipl. Pflegefachfrau Kind, Ausbilderin mit eidg. FA
Metzler Othmar.	Lehrer, Kinesiologe, Lernberater und Vater
Mollet Karin	Dipl. Pflegefachfrau, Ausbilderin mit eidg. FA, Familienfrau
Moser Karin	Dipl. Pflegefachfrau Kind, Familienfrau
Mürset Esther	Dipl. Pflegefachfrau mit pädagogischer Weiterbildung, Teacher Validation
Rebsamen Margrit	Sozialarbeiterin HF, Präsidentin der Schweizerischen Alzheimervereinigung Solothurn
Rösti Margrit	Dipl. Pflegefachfrau Kind, pädagogische Zusatzausbildung, Familienfrau
Scheidegger Markus	Mitarbeiter der Aktivierung im Bürgerspital Solothurn, Absolvent der Schule für angewandte Gerontologie, Lehrer
Schindelholz Pia	Dipl. Pflegefachfrau, Kinaesthetics-Trainerin Stufe III
Schori Kathrin	Dipl. Pflegefachfrau, dipl. Erwachsenenbildnerin AEB, Praxisbegleiterin Basale Stimulation in der Pflege
Sigrist Rita	Leiterin Sturzprävention, Pro Senectute Kanton Solothurn
Simonet Katharina	Dipl. Pflegefachfrau, Berufsschullehrerin im Gesundheitswesen, Psychologische Zusatzausbildung, Sexualpädagogin FH
Spirig Otto	Lic. phil., Musiker, Musiktherapeut, Ausbilder mit heilpädagogischer und therapeutischer Weiterbildung
Stadelmann Marianne	Dipl. Pflegefachfrau Kind
Umbricht Max	Agoge und Ausbildner, Vater von zwei Kindern
Tresch Widmer Verena	Paar- und Familientherapeutin, Triple-P-Trainerin, Sozialarbeiterin FH
von Arx Peter	Dipl. Pflegefachmann, Stv. Leiter Rettungsdienst Bürgerspital Solothurn

Walser Beat	Dipl. Pflegefachmann, Leiter Rettungsdienst Bürgerspital Solothurn, Betriebsausbilder IAP
Weber-Wolf Verena	Dipl. Pflegefachfrau, Ausbilderin mit eidg. FA
Widmer-Rey Edith	Primarlehrerin
Wirth Zita.	Dipl. Pflegefachfrau, dipl. Gesundheitsschwester mit psychologischer Weiterbildung, Mitarbeiterin Krebsliga Solothurn
Zahnd Peter	Dipl. Pflegefachmann Psychiatrie, dipl. Erwachsenenbildner AEB
Zeltner Yvonne	Dipl. Kleinkinderzieherin, dipl. Krippenleiterin, Familienfrau

RoKi-Kinderbetreuung zu Hause

Eine Rotkreuz-Dienstleistung

Für Eltern ist es nicht immer einfach, eine Betreuung für ihre Kinder zu organisieren. Dies gilt vor allem, wenn sich etwas Unvorhergesehenes ereignet.

In derartigen Fällen bietet das SRK den Dienst «RoKi-Kinderbetreuung zu Hause» als willkommene Unterstützung an.

Er richtet sich an Eltern,

- deren übliche Betreuungslösung ausnahmsweise nicht zur Verfügung steht,
- die während ihrer Arbeitszeit ihr plötzlich erkranktes Kind einer Betreuungsperson anvertrauen möchten,
- die gesundheitliche Probleme haben oder sich vorübergehend in einer schwierigen Situation befinden.

Erfahrene, vom SRK ausgebildete Betreuerinnen, begeben sich zur Familie nach Hause und sorgen während der Abwesenheit der Eltern für das Wohlbefinden der Kinder. Das Kind ist somit in guten Händen: Die für ihre Aufgabe gut vorbereitete Betreuerin beaufsichtigt das Kind, spielt mit ihm, bereitet die Mahlzeiten zu und verabreicht ihm – nur nach Anweisungen – Medikamente.

Das Schweizerische Rote Kreuz organisiert die «Kinderbetreuung zu Hause» so schnell als möglich.

Die Tarife sind sozialverträglich abgestuft und richten sich nach dem Einkommen der Familie. Einige Krankenkassen übernehmen die anfallenden Kosten. Interessierte sollten sich bei ihrer eigenen Versicherung informieren.

Schweizerisches Rotes Kreuz

Kanton Solothurn

Bettlachstrasse 8

2540 Grenchen

Ursula Müller-Furrer

Telefon 079 702 99 82

Montag bis Freitag, 07.00 – 09.00 Uhr / 18.00 – 19.00 Uhr

Anmeldetalon für Fortbildungen und Kurse

Name der Fortbildung _____

Datum _____

Persönliche Angaben

Name _____

Vorname _____

Adresse _____

PLZ / Ort _____

Telefon P _____

Telefon G _____

Mobile _____

E-Mail _____

Beruf / Institution _____

Für unsere Statistik

Geburtsdatum _____ weiblich männlich

Nationalität _____

Ich bin mit den Anmeldebestimmungen und den allgemeinen Hinweisen im Bildungsprogramm einverstanden

Datum _____ Unterschrift _____

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung! SRK Kanton Solothurn

Regionalstelle Olten
Bildung/Migration
Ringstrasse 17, Postfach
4603 Olten
Telefon 062 207 02 50
bildung@srk-olten.ch

Regionalstelle Solothurn
Bildung/Migration
Rossmarktplatz 2, Postfach
4502 Solothurn
Telefon 032 622 38 29 (vormittags)
Telefon 032 622 37 20
bildung@srk-solothurn.ch

Regionalstelle Grenchen
Bildung/Migration
Bettlachstrasse 8
2540 Grenchen
Telefon 032 652 42 04
bildung@srk-grenchen.ch

Anmeldetalon für Fortbildungen und Kurse

Name der Fortbildung _____

Datum _____

Persönliche Angaben

Name _____

Vorname _____

Adresse _____

PLZ / Ort _____

Telefon P _____ Telefon G _____

Mobile _____ E-Mail _____

Beruf / Institution _____

Für unsere Statistik

Geburtsdatum _____ weiblich männlich

Nationalität _____

Ich bin mit den Anmeldebestimmungen und den allgemeinen Hinweisen im Bildungsprogramm einverstanden

Datum _____ Unterschrift _____

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung! SRK Kanton Solothurn

Regionalstelle Olten
Bildung/Migration
Ringstrasse 17, Postfach
4603 Olten
Telefon 062 207 02 50
bildung@srk-olten.ch

Regionalstelle Solothurn
Bildung/Migration
Rossmarktplatz 2, Postfach
4502 Solothurn
Telefon 032 622 38 29 (vormittags)
Telefon 032 622 37 20
bildung@srk-solothurn.ch

Regionalstelle Grenchen
Bildung/Migration
Bettlachstrasse 8
2540 Grenchen
Telefon 032 652 42 04
bildung@srk-grenchen.ch

Notrufsystem

Gerade für ältere, kranke oder behinderte Menschen ist Sicherheit die wichtigste Voraussetzung, um selbständig und unabhängig in ihrer vertrauten Umgebung leben zu können. Wer hilft bei einem unglücklichen Sturz, bei einem plötzlichen Unwohlsein oder in einer schwierigen Situation?

Das Rotkreuz-Notrufsystem bietet die nötige Sicherheit, umfassend und unkompliziert. Gerade auch Angehörige können darauf vertrauen, dass in kritischen Situationen rasche und zuverlässige Hilfe geleistet wird.

Das Notrufsystem funktioniert ganz einfach: Jeder Benutzer erhält ein Armband mit einer Alarmtaste sowie ein mit einem Lautsprecher ausgestattetes Gerät. So ist es jederzeit möglich, per Knopfdruck in persönlichen Kontakt mit der Notrufzentrale zu kommen.



Auskunft und Beratung

Regionalstelle Olten

Ringstrasse 17
4603 Olten
Telefon 062 207 02 54
Fax 062 207 02 45
E-Mail sandra.rauber@srk-olten.ch

Regionalstelle Solothurn

Rossmarktplatz 2
4502 Solothurn
Telefon 032 622 37 20
Fax 032 622 01 63
E-Mail olga.probst@srk-solothurn.ch

Regionalstelle Grenchen

Bettlachstrasse 8
2540 Grenchen
Telefon 032 652 42 47
Fax 032 653 91 26
E-Mail susanne.kiener@srk-grenchen.ch

Beherzt helfen – das Rote Kreuz für Ihre Region

Solidarität

Ohne finanzielle Mittel wären all die vielen und wertvollen Aktivitäten und Angebote unseres Kantonalverbandes nicht möglich. Ausserordentlich wichtig für uns sind die Passivmitglieder sowie Gönnerinnen und Gönner mit ihren regelmässigen Beiträgen.

Suchen Sie eine sinnvolle Aufgabe?

Für den Autofahrdienst suchen wir freiwillige Fahrerinnen und Fahrer für Fahrten zum Arzt, ins Spital oder in die Therapie. Helfen Sie mit!

Wenn Sie sich angesprochen fühlen, rufen Sie uns an oder füllen Sie den untenstehenden Talon aus. Wir geben Ihnen gerne über weitere Einsatzmöglichkeiten Auskunft.

Bitte ausschneiden

- Ich möchte mich beim Roten Kreuz als freiwillige Mitarbeiterin oder freiwilliger Mitarbeiter engagieren. Bitte schicken Sie mir Unterlagen für den Einsatz im Rotkreuz-Fahrdienst.

Gerne unterstütze ich das Rote Kreuz in meiner Region:

Ich werde Passivmitglied (ab Fr. 20.–/Jahr) Fr. _____

Ich mache eine einmalige Spende Fr. _____

Name _____

Vorname _____

Strasse _____

PLZ / Ort _____

Geburtsdatum _____ Beruf _____

Ort _____ Datum _____

Unterschrift _____

Bitte senden Sie diesen Abschnitt an die Regionalstelle in Ihrer Nähe.

Notizen

Das Rote Kreuz für Ihre Region – unsere Dienstleistungen

Rotkreuz-Fahrdienst

- Freiwillige begleiten betagte, rekonvaleszente und behinderte Menschen zum Arzt, zur Therapie, ins Spital und zu Kuraufenthalten.

Rollstuhlbus

- Mit diesem Bus fahren wir Rollstuhlpatienten kostengünstig zum Arzt, in die Therapie, ins Spital und zu Kuraufenthalten.

Rotkreuz-Behindertencar

- Der Car steht Institutionen für Ausflüge mit Rollstuhlpatienten zur Verfügung.

Besuchs- und Begleitdienst

- Freiwillige engagieren sich mit regelmässigen Besuchen und nehmen sich Zeit für Gespräche, Spaziergänge usw.

Rotkreuz-Notrufsystem

- Gewährt Sicherheit und rasche Hilfe für kranke, rekonvaleszente oder betagte Menschen zu Hause.

Rotkreuz-Kinderhütendienst

- Betreuung kranker Kinder von berufstätigen Eltern, Unterstützung für erkrankte und belastete Eltern.

Babysitter-Vermittlung

- Wir bilden Jugendliche ab dem 13. Lebensjahr zu Babysittern aus.

Migration und Gesundheit

- Wir haben Angebote im Bereich Gesundheitsförderung und Integration.

Ergotherapie

- Wir haben eine ambulante Ergotherapie eingerichtet. Die Möglichkeit der gezielten Aktivierung steht allen Patienten nach ärztlicher Verordnung offen.

Aktivierungstherapie

- Aktivierungstherapeutinnen betreuen regelmässig die Gäste einer regionalen Tagesstätte.

SRK-Tagesstätten

- Zur Entlastung der häuslichen Pflege von Betagten, Kranken und Behinderten.

2 x Weihnachten

- Freiwillige verteilen Produkte des täglichen Bedarfs, die von der Bevölkerung anlässlich der Aktion 2 x Weihnachten dem SRK übergeben werden an Sozialämter, Tagesstätten und Heime.

Krankenmobilenmagazin

- Zu günstigen Preisen werden in Grenchen Hilfsmittel an Kranke, Verletzte und Betagte abgegeben um deren Alltag zu erleichtern.

Chili

- Chili ist ein Angebot für einen konstruktiven Umgang mit Konflikten und bietet mögliche Strategien zur Gewaltprävention. Das Angebot richtet sich an Schulen, Gemeinden und Quartiere. Diese Dienstleistungen werden teilweise flächendeckend, teilweise nur regional angeboten.

Diese Dienstleistungen werden teilweise flächendeckend, teilweise nur regional angeboten.