

Bildungsprogramm 2023

Lehrgänge, Kurse, Workshops und Vorträge



Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton Solothurn



PFLEGEHELFFENDE SRK

Lehrgang Pflegehelfende SRK

Der Lehrgang Pflegehelfende SRK richtet sich an Personen, die einen beruflichen Einstieg in den Pflegebereich planen oder sich auf die Pflege von Angehörigen vorbereiten möchten.

Olten und **Solothurn** • Details und nähere Angaben auf Anfrage oder auf der Website www.srk-solothurn.ch

Zertifikat «Lehrgang Langzeitpflege SRK»

Pflegehelfenden SRK, die in der Pflege und Betreuung tätig sind, bietet der Lehrgang die Möglichkeit, die Kompetenzen zu vertiefen und das Wissen zu erweitern.

Zielgruppe: Pflegehelfende SRK
Details: www.srk-solothurn.ch oder auf Anfrage

Zertifikat «Betreuung von Menschen mit einer Demenzerkrankung» Lehrgang SRK

Der Zertifikatslehrgang ist eine Vorbereitung für eine zukünftige Aufgabe in der Betreuung von Menschen mit Demenz und richtet sich an Pflegenden, die ihr Fachwissen gezielt vertiefen wollen.

Zielgruppe: Pflegehelfende SRK, Pflegeassistentinnen/ Pflegeassistenten, Mitarbeitende Spitex
Details: www.srk-solothurn.ch oder auf Anfrage

Deutsch als Zweitsprache (DaZ) in Pflege und Betreuung

Der Kurs bietet ein massgeschneidertes Deutschangebot für fremdsprachige Personen, die bereits oder zukünftig in der Pflege tätig sind.

Abschluss Kompetenzprofil **B1**
Olten, 30x2 Lektionen • Start 20. Februar 2023
Solothurn, 30x2 Lektionen • Start 14. August 2023
Details: www.srk-solothurn.ch oder auf Anfrage

ensa – Erste Hilfe-Kurse für psychische Gesundheit

Details und nähere Angaben auf Anfrage oder auf der Website www.srk-solothurn.ch

Individuelle Begleitung bei der Stellensuche/Bewerbungscoaching

Gute Bewerbungsunterlagen sind heute die Grundvoraussetzung für die erfolgreiche Stellensuche. Im Bewerbungscoaching werden Pflegehelfende SRK von qualifizierten Mitarbeitenden des Bereichs Bildung bei der Stellensuche oder bei der Vorbereitung eines Vorstellungsgesprächs unterstützt.

Zielgruppe: Pflegehelfende SRK
Details: www.srk-solothurn.ch oder auf Anfrage

PFLEGE UND GESUNDHEITSFÖRDERUNG

LP = Anerkannt für das Zertifikat «Lehrgang Langzeitpflege SRK»

LD = Anerkannt für das Zertifikat «Betreuung von Menschen mit einer Demenzerkrankung» Lehrgang SRK

Flucht und Trauma

Viele geflüchtete Menschen leiden unter traumatischen Erfahrungen. Wie kann man mit den Herausforderungen und belastenden Situationen umgehen? Wie erkennt man die eigenen Grenzen und Möglichkeiten der Selbstfürsorge?

Solothurn, 01. Februar 2023
Olten, 07. November 2023 • 09.00–12.00/
13.30–16.30 Uhr • Fr. 180.00 • Doz. Andrea Stähli

LP Nähe und Distanz

Beim Begleiten, Betreuen oder Pflegen von Menschen entstehen Beziehungen. Einen Weg zwischen Empathie und Abgrenzung zu finden ist wichtig.

Solothurn, 01. März 2023 • 09.00–12.00/
13.00–16.00 Uhr • Fr. 180.00 • Doz. Andrea Stähli

Glückskurs – 11 Schritte für die psychische Gesundheit

Wie können wir mit den Herausforderungen des Alltags so umgehen, dass wir trotz allem gesund bleiben? Auf dem Hintergrund der Positiven Psychologie vermittelt der online-Kurs elf einfache Möglichkeiten, wie die eigene Psyche gestärkt werden kann.

Online – als Webinar, 07. März 2023/14. März 2023 und 28. März 2023 • 19.00–21.00 Uhr via Zoom
Fr. 60.00 • Doz. Annette Hitz

LP Kinaesthetics® – Grundkurs

Über Berührung und Bewegung wird vermittelt, wie mit anderen Menschen kommuniziert und Menschen, die Pflege und Betreuung benötigen, einfacher bewegt werden können.

Solothurn, 15.+16. März/18.+19. April 2023
Olten, 30.+31. Oktober/13.+14. November 2023
08.30–12.00/13.00–16.30 Uhr • Fr. 740.00 inkl. Kursbuch und oblig. Registrierung • Doz. Pia Schindelholz

LP/LD Integrative Validation IVA® nach Nicole Richard

Mit Menschen mit Demenz im Alltag zu kommunizieren ist eine Herausforderung. Die Integrative Validation bietet eine wertschätzende Kommunikationsweise.

Olten, 12.+13. April 2023 und **Solothurn**, 05.+06. September 2023 • 08.30–12.00/13.00–16.30 Uhr
Fr. 500.00 inkl. Zertifizierung • Doz. Franziska Büttler

LP/LD Alltagsgestaltung mit 10 Min. Aktivierung

In der Betreuungsarbeit kann durch gezielte, kurze Interventionen den Menschen viel an Lebensqualität gegeben werden. Kurzaktivierungs-Sequenzen mit verschiedensten Materialien können zu einem anregenden und wirkungsvollen Ereignis werden.

Olten, 19. April 2023 • 09.00–12.00/13.30–16.30 Uhr
Fr. 180.00 • Doz. Gaby Hasler

LP Menschen begleiten empathisch, authentisch, reflektiert

Menschen in schwierigen Situationen zu begleiten ist anspruchsvoll. Ein fürsorglicher Umgang mit sich selbst ist eine wichtige Voraussetzung. Die Weiterbildung ist eine Mischung aus Reflexion, kennenlernen von theoretischen Modellen und das Arbeiten an eigenen Ressourcen.

Solothurn, 20. April 2023 und **Olten**, 24. Oktober 2023
09.00–12.00/13.00–16.00 Uhr • Fr. 180.00/Fr. 60.00 für Passage TN • Doz. Gabriela Egeli

LP PASSAGE SRK® – Lehrgang in Palliative Care

Der Lehrgang ist eine Vorbereitung für die Begleitung von schwerkranken und/oder sterbenden Menschen nach den Prinzipien der Palliative Care.

8 Module à 6 Stunden Theorie und Praxis
Olten, Start 22. April 2023 und **Solothurn**, Start 19. August 2023 • 09.00–12.00/13.00–16.00 Uhr
Fr. 1040.00 inkl. Unterlagen • Doz. Daniel Emmenegger / weitere Fachpersonen

Einfache Sprache – Leichte Sprache

In einfachen Worten zu kommunizieren ist schwierig. Wie gelingt es uns mit Menschen in Kontakt zu kommen und zu bleiben, die aus unterschiedlichsten Gründen auf eine einfache Sprache angewiesen sind?

Olten, 25. April 2023 • 13.30–17.00 Uhr
Fr. 90.00 • Doz. Andrea Leonhardt, Andrea Stähli

LP/LD Umgang mit herausforderndem Verhalten bei Menschen mit Demenz

Menschen mit Demenz zeigen oft herausfordernde Verhaltensweisen. Durch was können diese ausgelöst werden? Wie können Pflegendе und Betreuende besser mit diesen Situationen umgehen? Strategien und Kommunikationsmöglichkeiten werden beleuchtet.

Solothurn, 25. Mai 2023 • 09.00–12.00/
13.30–16.30 Uhr • Fr. 180.00 • Doz. Franziska Büttler

LP Wenn der Schmerz der tägliche Begleiter wird

Chronische Schmerzen sind ein Phänomen im Alter. Wie entsteht Schmerz? Wie kann jemand mit chronischen Schmerzen unterstützt werden?

Olten, 26. Mai 2023 • 09.00–12.00/13.30–16.30 Uhr
Fr. 180.00 • Doz. Michael Spangenberg

LP/LD Ethik in der Pflege

Angesichts der vielen Handlungsmöglichkeiten stehen Berufstätige im Gesundheitswesen oft vor schwierigen ethischen Situationen und Entscheidungen. Beispiele aus der Praxis werden besprochen.

Olten, 12. September 2023 • 09.00–12.00/
13.00–16.00 Uhr • Fr. 180.00 • Doz. Barbara Aerni-Kopp

LP Lebensrettende Sofortmassnahmen

Bei vielen Notfallsituationen tritt die Problematik des Herz- und Atemstillstandes ein. Das Lernen und Üben grundlegender Massnahmen zur Herz- und Lungen-Wiederbelebung stehen im Zentrum.

Olten, 14. September 2023 • Fr. 100.00
18.30–21.30 Uhr • Doz. notfallTraining schweiz GmbH

LP Notfallsituationen im Alltag

Im (beruflichen) Alltag wird man immer wieder mit Notfallsituationen konfrontiert. Wo kann, soll, muss ich als Laie oder Pflegende Hilfe leisten?

Olten, 21. September 2023 • 18.30–21.30 Uhr
Fr. 100.00 • Doz. notfallTraining schweiz GmbH

LP/LD Basale Stimulation® in der Pflege

Basale Stimulation versucht, den Pflegealltag nach dem Normalitätsprinzip zu gestalten, um Orientierung zu ermöglichen und die Ressourcen der Betroffenen möglichst lange zu erhalten.

Olten, 26.+27. September 2023 / 25. Oktober 2023
08.30–12.00/13.00–16.30 Uhr • Fr. 600.00 inkl. Kursbuch
und oblig. Registrierung • Doz. Karin Wysz

LP Pflege dokumentieren, aber wie?

Die Dokumentation der Pflege ist die Grundlage der Pflegeplanung. Wie kann ich als Pflegehelfende SRK die eigenen Beobachtungen bei der Pflege nachvollziehbar, verständlich und wertfrei dokumentieren?

Solothurn, 29. September 2023 • 09.00–12.00/
13.00–16.00 Uhr • Fr. 180.00 • Doz. Karin Saner

LD Praxistransfer Integrative Validation IVA®

Am Vertiefungstag werden Inhalte des Grundkurses repetiert und mit praktischen Übungen vertieft. Neue Inhalte werden vermittelt, welche die Wahrnehmungs- und Handlungskompetenz erweitern und die Beziehungsgestaltung zu Menschen mit Demenz fördern.

Olten, 17. Oktober 2023 • 09.00–12.00/
13.30–16.30 Uhr • Fr. 180.00 • Doz. Franziska Büttler

Der Trauer begegnen

An diesen zwei Abenden wird ein grundlegendes Verständnis des Phänomens Trauer erarbeitet. Die TN sollen im persönlichen Umfeld dazu befähigt werden, Menschen vor, während und nach einer Verlusterfahrung zu begegnen und zu begleiten.

Solothurn, 24.+31. Oktober 2023 • 19.00–21.00 Uhr
Fr. 120.00 • Doz. Daniel Emmenegger

LP Massage Rücken und Schultergürtel

Griffe für die Massage des Rückens und des Schultergürtels in Bauchlage, Seitenlage und im Sitzen werden geübt. Die Integration der Massage in die tägliche Körperpflege wird aufgezeigt. Ein Kurs von und für Frauen.

Solothurn, 29. November 2023 • 09.00–12.00/
13.00–16.00 Uhr • Fr. 180.00 • Doz. Marina Derendinger



ALLGEMEINE BEDINGUNGEN

Anmeldung

Die Anmeldungen können schriftlich, telefonisch, per E-Mail oder über unsere Webseite bis zehn Tage vor Beginn der Fortbildung erfolgen. Für den Lehrgang Pflegehelfende SRK, Lehrgang Passage SRK und für Deutsch als Zweitsprache (DaZ) in Pflege und Betreuung finden Sie das Anmeldeformular auf unserer Webseite www.srk-solothurn.ch oder wir senden es Ihnen auf Wunsch zu. Ihre Anmeldung ist verbindlich und wird von uns schriftlich bestätigt.

Ausbildende und Dozierende

Unsere Bildungsangebote werden von qualifizierten Fachpersonen geleitet.

Details siehe Webseite.
www.srk-solothurn.ch

Durchführung

Die definitive Bestätigung sowie den Einzahlungsschein erhalten Sie zehn Tage vor Beginn der Fortbildung. Falls die Fortbildung mangels Teilnehmender oder aus anderen Gründen nicht durchgeführt werden kann, informieren wir Sie rechtzeitig.

Zahlungsbedingungen

Die Rechnung ist bis zum Beginn der Fortbildung zu bezahlen. Die Zahlung berechtigt Sie zur Teilnahme.

Versicherung

Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

Abmeldung

Abmeldungen müssen schriftlich erfolgen. Erfolgt eine Abmeldung weniger als 14 Tage vor der Fortbildung, stellen wir Ihnen 50% der Kosten in Rechnung; bei Abmeldungen drei Tage vor Beginn oder bei Nichterscheinen stellen wir Ihnen 100% der Kosten in Rechnung.

Anmeldung:

www.srk-solothurn.ch/bildung
bildung@srk-solothurn.ch
032 622 38 29

VORTRAG

Patientenverfügung: Damit Ihr Wille zählt

In der Patientenverfügung kann schriftlich festgehalten werden, welche medizinischen Behandlungen und Massnahmen wir wünschen und welche nicht, falls wir nicht mehr selbst entscheiden können. Eine Patientenverfügung sorgt für Klarheit.

Olten, 22. März 2023

Solothurn, 22. November 2023 • 19.00–20.30 Uhr
kostenlos • Doz. Katharina Simonet, Felix Schaerer

PFLEGE UND BETREUUNG ZU HAUSE

Angehörige betreuen und pflegen

Ein Teil der älteren Menschen lebt zu Hause und wird von Angehörigen betreut. Diese Aufgabe braucht viel Kraft, Ausdauer und Wissen. In 8 Sequenzen erhalten Angehörige und Interessierte fachkundige Informationen, konkrete Anleitungen und Bestärkung für den Alltag.

Solothurn, Start 02. März 2023

Olten, Start 24. August 2023 14.00–16.30 Uhr
kostenlos • Verschiedene Fachpersonen • Details und nähere Angaben auf Anfrage oder auf der Webseite www.srk-solothurn.ch

FAMILIE

Hilfe ein Notfall! Was muss ich tun?

Dieser Kurs gibt Sicherheit und Bestätigung im Umgang mit unerwarteten Situationen mit Kindern: Richtig reagieren im Notfall; 1. Hilfe-Massnahmen; Gefahren der Bewusstlosigkeit; Wundversorgung; Unfallverhütung und die Notfallapotheke zu Hause.

Olten, 14.+21. März 2023 / 05.+12. September 2023

Solothurn, 07.+14. November 2023 • 19.00–22.00 Uhr
Fr. 120.00 / Paare Fr. 200.00 • Doz. Tanja Anker-Matzku

Das hochsensible Kind

Dem Verhalten von Kindern wird in unserer Gesellschaft immer mehr Beachtung geschenkt. Wann aber ist ein solches Verhalten wirklich auffällig oder doch dem Kind und seiner Individualität, seinem Alter entsprechend angemessen?

Olten, 28. April 2023

Solothurn, 08. November 2023 • 19.00–21.30 Uhr
Kostenlos • Doz. Daniela Caruso Barba

Die ganze Familie eingewickelt

Gegen (fast) alles ist ein Kraut gewachsen. Wickel und Kompressen können den Krankheitsverlauf positiv beeinflussen und Beschwerden auf sanfte und wohltuende Art lindern. Unkompliziert und einfach angewendet, wirken sie auch präventiv auf das Wohlbefinden der ganzen Familie.

Olten, 26. Oktober 2023 • 19.00–22.00 Uhr

Fr. 65.00 / Paare Fr. 120.00 inkl. Material
Doz. Tanja Anker-Matzku

VORTRAG

Eltern flott dabei – Zigis, Alk und Co.

Kinder und Jugendliche werden in Ihrem Alltag mit Suchtmitteln direkt oder indirekt konfrontiert. Eine förderliche Begleitung in dieser Altersphase ist nicht immer einfach. Gut informierte Eltern können diese Aufgabe besser wahrnehmen.

Solothurn, 04. April 2023

Olten, 08. November 2023 • 19.30–21.00 Uhr
Kostenlos • Doz. Perspektive Solothurn und Suchthilfe Ost Olten

JUGENDLICHE

Babysitting – ein Vertrauensjob

Tagsüber oder abends Kinder hüten ist ein faszinierendes Erlebnis, eine willkommene Abwechslung und will gelernt sein. Wichtige Themen wie Entwicklung, Bedürfnisse des Kindes, Körperpflege, Ernährung, Spiel und Beschäftigung sowie Unfallverhütung werden behandelt.

Solothurn, 10.+11. Februar 2023 / 14.+15. April 2023 / 06.+13. Mai 2023 / 11.+12. August 2023 / 19.+20. Oktober 2023, 18.+25. November 2023

Olten, 18.+20. April 2023 / 06.+13. Mai 2023 / 10./11. Juli 2023 / 09.+11. August 2023 / 17./20. Oktober 2023 • je 09.00–11.30 / 12.30–15.00 Uhr
Fr. 110.00 • Jugendliche ab 13 Jahren

Notfälle bei Kleinkindern

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

Solothurn, 04. Mai 2023

Olten, 07. September 2023 • 17.30–20.30 Uhr
Fr. 30.00 pro Kurs • Jugendliche ab 13 Jahren, welche den Babysitterkurs besucht haben.

Die Zyklusshow – MFM-Projekt®

In einer spannenden Show mit viel Material und Musik erfährst du, was in deinem Körper passiert, wenn du eine Frau wirst und warum Frauen einen Zyklus und eine Menstruation haben.

Mädchen von 10–13 Jahren

Solothurn, 24. Februar 2023 Infoabend / 25. Februar 2023 Workshop • 03. November 2023 Infoabend / 04. November 2023 Workshop

Olten, 03. März 2023 Infoabend / 04. März 2023 Workshop • 27. Oktober 2023 Infoabend / 28. Oktober 2023 Workshop • Infoabend 19.30–21.00 Uhr und Workshop 09.30–16.30 Uhr • Workshop inkl. Infoabend Fr. 120.00 • Doz. Jacqueline Kusch

Agenten auf dem Weg – MFM-Jungs®

Wie du als Junge deinen eigenen Körper erlebst und bewertest, hat grossen Einfluss auf dein Selbstbild und dein Lebensgefühl. Es ist wichtig, dass du positiv auf die körperlichen Veränderungen während der Pubertät vorbereitet bist.

Jungs von 10–13 Jahren

Solothurn, 03. März 2023 Infoabend / 04. März 2023 Workshop

Olten, 08. September 2023 Infoabend / 09. September 2023 Workshop • Infoabend 19.30–21.00 Uhr und Workshop 09.30–16.30 Uhr
Workshop inkl. Infoabend: Fr. 120.00
Doz. Gianluca Venditti

Selbstverteidigungskurs für Mädchen

Im Kurs übst du Mut zu zeigen, dir selbst zu vertrauen, auf die eigenen Gefühle zu hören sowie in schwierigen Situationen richtig und angepasst zu reagieren. Du lernst und übst Techniken der Selbstverteidigung.

Mädchen zwischen 13 und 16 Jahren

Solothurn, 01. Dezember 2023 • 18.00–21.00 Uhr
02. Dezember 2023 • 09.00–17.00 Uhr
Doz. Kathrin Kuckelsberg-Abele • Fr. 120.00
Geschwister Fr. 100.00

Für weitere Informationen:

Regionalstelle Solothurn

Dornacherplatz 7, 4500 Solothurn

Regionalstelle Olten

Ringstrasse 17, 4600 Olten

Telefon 032 622 38 29

bildung@srk-solothurn.ch

www.srk-solothurn.ch/bildung



Unsere Angebote:

Bildung

- Pflegehelfende SRK
- Lehrgang Passage SRK®
- Babysitting-Kurs SRK
- Weitere Bildungsangebote

Unterstützung im Alltag

- Rotkreuz-Notruf
- Rotkreuz-Fahrdienst
- Besuchs- und Begleitdienst
- Entlastungsdienst für pflegende Angehörige
- Helpdesk Entlastung
- Kinderbetreuung zu Hause *RoKi*
- Babysittervermittlung
- Patientenverfügung SRK

Ergotherapie

Integration

- Femmes-Tische
- Seite an Seite
- Arbeitsintegrationsprojekte
- Weitere Integrationsprojekte



Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton Solothurn

