

FAMILIE

rauchen, kiffen, trinken

Als Eltern mit Kindern in der (Vor-) Pubertät (10-14) bereit sein für die Herausforderungen der Teenagerjahre! Wo erhalte ich gute Informationen? Was schützt vor Missbrauch? Was bewährt sich bei anderen Eltern? Ansätze für konstruktive Gespräche mit dem eigenen Kind werden aufgezeigt.

Solothurn, 05. März 2020 • **Olten**, 03. September 2020 • 19.00 – 21.30 Uhr • CHF 40.00 / Paare CHF 60.00 • Doz. Ueli Imhof, PERSPEKTIVE Solothurn, Katharina Jost, Suchthilfe Ost, Olten.

Chill's Läbe – Wenn Eltern schwierig werden

Die Pubertät ist eine anstrengende Zeit für Eltern und Kinder. Der Abend gibt Anregungen wie man sie am besten übersteht und ermutigt dazu, neben den Herausforderungen, auch immer wieder die Chancen dieser Entwicklungsphase zu sehen.

Olten, 14. Mai 2020 • **Solothurn**, 24. November 2020 • 19.00 – 21.30 • CHF 40.00 / Paare CHF 60.00 • Doz. Irma Bachmann, Fachstelle kompass

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 zuhause.

Olten, 19./26. Mai 2020 • **Solothurn**, 16./23. September 2020 • 19.00 – 22.00 Uhr • CHF 90.00 / Paare CHF 160.00 • Doz. Tanja Anker-Matzku

Kleine Aromahausapotheke

Schnupfen, Husten, Kopfschmerzen und ein verspannter Rücken? Mit ätherischen Ölen kann auf natürliche Weise geholfen und die Hausapotheke mit natürlichen Ölen und Aromaanwendungen ergänzt werden.

Solothurn, 26. Mai 2020 • **Olten**, 14. September 2020 • 19.00 – 21.30 Uhr • CHF 40.00 / Paare CHF 60.00 • Doz. Eveline Goff

VORTRAG

Mobbing unter Kindern und Jugendlichen

Kinder erfahren auf ihrem Entwicklungsweg Konflikte mit Gleichaltrigen, aus welchen Ausgrenzungssituationen entstehen können. Der Abend liefert Informationen und zeigt Zusammenhänge auf, regt zur Reflexion an und bietet die Möglichkeit Fragen zu klären.

Solothurn, 29. April 2020 • **Olten**, 27. Oktober 2020 • 19.00 – 20.30 Uhr • kostenlos • Doz. Silvia Salathe, Fachstelle kompass

JUGENDLICHE

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**, 14. Februar 2020 (Infoabend)/15. Februar 2020 (Workshop), 20. November 2020 (Infoabend)/21. November 2020 (Workshop) • **Olten**, 28. Februar 2020 (Infoabend)/29. Februar 2020 (Workshop), 06. November 2020 (Infoabend)/07. November 2020 (Workshop) • Infoabend (19.30 – 21.00 Uhr)/Workshop (09.30 – 16.30 Uhr) • Workshop inkl. Infoabend: CHF 100.00 • Doz. Jacqueline Kusch

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.

Thierstein-Laufental, Siehe Homepage • **Grenchen**, 07./14. März 2020, 07./14. November 2020 • **Solothurn**, 16./17. April 2020, 06./13. Juni 2020, 03./04. August 2020, 15./16. Oktober 2020 • **Olten**, 14./17. April 2020, 09./16. Mai 2020, 14./16. Juli 2020, 05./07. August 2020, 13./15. Oktober 2020 • 9.00 – 12.00/13.00 – 15.00 Uhr • CHF 100.00 • Jugendliche ab 13 Jahren

Fortbildungen für Babysitter

Die Fortbildung vertieft ein Thema oder zeigt neue Aspekte auf, welche für dich als Babysitter interessant sind.

Notfälle bei Kleinkindern • **Solothurn**, 30. April 2020 • **Olten**, 02. September 2020 • 17.30 – 20.30 Uhr

Besuch in der Kinderkrippe • **Olten**, 23. Oktober 2020 • 14.00 – 17.00 Uhr • CHF 20.00 pro Kurs • Jugendliche ab 13 Jahren, welche den Babysitterkurs besucht haben.

Besuch bei der Frauenärztin

Fragen rund um das «Frau sein» stellen sich die meisten Girls früher oder später. Bei diesem Besuch erhältst du Einblicke in eine moderne Praxis und kannst einer Frauenärztin alle Fragen stellen, die dir auf dem Herzen liegen.

Mädchen ab 13 Jahren • **Olten**, 03. Juni 2020 • Doz. Ina Hoffmann, Oberärztin Solothurner Spitäler AG • **Solothurn**, 22. April 2020 • Doz. Daphné Dougoud, Oberärztin Solothurner Spitäler AG • 17.00 – 18.00 Uhr • kostenlos

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**, 24. April 2020 (Infoabend)/25. April 2020 (Workshop) • **Olten**, 04. Sept. 2020 (Infoabend)/05. Sept. 2020 (Workshop) • Infoabend (19.30 – 21.30 Uhr)/Workshop (09.30 – 16.30 Uhr) • Workshop inkl. Infoabend: CHF 100.00 • Doz. Gianluca Venditti

Selbstverteidigungskurs für Mädchen

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

Mädchen zwischen 13 und 16 Jahren • **Solothurn**, 27. November 2020, 18.00 – 21.00 Uhr • 28. November 2020, 09.00 – 17.00 Uhr • CHF 120.00 / Geschwister CHF 100.00 • Doz. Kathrin Kuckelsberg-Abele

Bildungsprogramm 2020

Lehrgänge, Kurse, Workshops und Vorträge



Für weitere Informationen:

Regionalstelle Solothurn

Dornacherplatz 7, 4500 Solothurn
Telefon 032 622 38 29

Regionalstelle Olten

Ringstrasse 17, 4600 Olten
Telefon 062 207 02 50

bildung@srk-solothurn.ch
www.srk-solothurn.ch/bildung
redcross-edu.ch/de/rotes-kreuz-solothurn



PFLEGEHELPER/-IN SRK

Lehrgang Pflegehelfer/-in SRK

Der Lehrgang Pflegehelfer/-in 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 • Kosten: CHF 2 300.00 inkl. Anmeldegebühr

Zertifikat «Lehrgang Langzeitpflege SRK»

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

Zielgruppe: Pflegehelfer/-in SRK • Details: www.srk-solothurn.ch oder auf Anfrage

«Betreuung von Menschen mit einer Demenzerkrankung» Lehrgang SRK

Der Lehrgang ist einerseits eine Vorbereitung für eine zukünftige Aufgabe in der Betreuung von Menschen mit einer Demenzerkrankung. Und andererseits für Personen, welche bereits in diesem Bereich arbeiten.

Zielgruppe: Pflegehelfer/-in SRK • Details: www.srk-solothurn.ch oder auf Anfrage

Deutsch für fremdsprachige Pflegendе

Der Kurs bietet ein massgeschneidertes Deutschangebot für fremdsprachige Personen, die bereits oder zukünftig in der Pflege tätig sind. Abschluss Kompetenzprofil B1.

Deutschkurs Olten, 30x2 Lektionen, Start 17. Februar 2020 • **Deutschkurs Solothurn**, 30x2 Lektionen, Start 10. August 2020 • Kosten: www.srk-solothurn.ch oder auf Anfrage.

PFLEGE UND GESUNDHEITSFÖRDERUNG

LP = Anerkannt für das Zertifikat des Lehrgangs «Pflegehelfer/-in SRK Langzeitpflege»

LD = «Betreuung von Menschen mit einer Demenzerkrankung» Lehrgang SRK

Wechseljahre - Wandeljahre

Wechseljahre sind für Frauen ein ganz natürlicher Vorgang. Die Kraft der Wechseljahre kann für die persönliche Entwicklung genutzt werden.

Solothurn, 10./17. März 2020 • **Olten**, 01./08. September 2020 • 19.00 – 21.30 Uhr • CHF 125.00 inkl. Material • Doz. Jacqueline Kusch

Mit Fusspflege zum besseren Wohlbefinden

Die Fussmassage kann eine andere Art der Kontaktaufnahme sein. Sie lernen einen unkomplizierten Massageablauf zur praktischen Anwendung.

Solothurn, 18. März 2020 • 17.30 – 21.30 Uhr • CHF 100.00 / Paare CHF 160.00 • Doz. Monika Maibach

LP Psychische Verhaltensauffälligkeiten im Alter

Häufige psychische Veränderungen, im Speziellen die Depression, werden erläutert. Verhaltensmöglichkeiten bei der Begegnung sowie im Umgang mit betroffenen Menschen werden aufgezeigt.

Olten, 30. März 2020 • 9.00 – 12.00/13.30 – 16.30 Uhr • CHF 160.00 • Doz. Michael Spangenberg

LP Einführung in die Palliative Care

Unter Palliative Care versteht man eine Haltung und Massnahmen, die das Leiden der betroffenen Menschen lindert und eine bestmögliche Lebensqualität zulässt.

Olten, 17. April/07. Mai 2020 • 19.00 – 21.30 Uhr • Einführung und Vertiefung ins Thema an zwei Abenden • CHF 140.00 • Doz. Daniel Emmenegger

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.

Solothurn • 23. April 2020 (Infoabend), 19.00 – 20.15 Uhr • Ab 22. August • 9.30 – 12.00/13.00 – 16.30 Uhr • 8 Modules à 6 Stunden Theorie und Praxis • CHF 960.00 inkl. Unterlagen • Doz. Daniel Emmenegger / weitere Fachpersonen

LP/LD Ethik in der Pflege

Angesichts der vielen Handlungsmöglichkeiten stehen Berufstätige im Gesundheitswesen oft vor schwierigen ethischen Situationen. Beispiele aus der Praxis werden unter dem ethischen Blickwinkel betrachtet.

Solothurn, 23. April 2020 • 09.00 – 12.00/13.00 – 16.00 Uhr • CHF 160.00 • Doz. Barbara Aerni-Kopp

Nähe und Distanz in Pflege und Betreuung

Menschen zu pflegen und zu betreuen bedingt Nähe. Sie besteht körperlich durch Pflegehandlungen und seelisch durch Beziehungen. Dieses Spannungsfeld bedingt die Wahrung einer gesunden Distanz.

Olten, 23. April 2020 • 09.00 – 12.00/13.00 – 16.00 Uhr • CHF 160.00 • Doz. Gabriele Hasler

LD Demenz – was Sie darüber wissen müssen

Mit dem Kennen der Krankheiten, deren Ausdrucksformen und Behandlungsmöglichkeiten gelingt es besser, den Zugang zu Menschen mit Demenz zu finden.

Olten, 28. April 2020 • 09.00 – 12.00/13.30 – 16.30 Uhr • CHF 160.00 • Doz. Franziska Büttler

Mit Handmassage zum besseren Wohlbefinden

Eine Handmassage schafft Wohlbefinden und Entspannung. Durch praktisches Anwenden wird eine beruhigende Handmassage geübt.

Olten, 04. Juni 2020 • 19.00 – 21.30 Uhr • CHF 60.00 / Paare CHF 100.00 • Doz. Eveline Goff

LD Spielen mit Menschen mit Demenz

Gespielt wird nur, wenn nichts Wichtigeres zu tun ist. Aber Spielen aktiviert den ganzen Menschen: Es trainiert Geschicklichkeit, Beweglichkeit, Konzentration und das Gedächtnis.

Solothurn, 18. Juni 2020 • 09.00 – 12.00/13.30 – 16.30 Uhr • CHF 160.00 • Doz. Gabriele Hasler

LP Kinaesthetics® – Grundkurs

Über Berührung und Bewegung kommunizieren wir mit anderen Menschen. Die Sensibilisierung der Bewegungswahrnehmung ermöglicht einen Beitrag zur Gesundheitsförderung in der Pflege.

Olten, 8./9./15. September/20. Oktober 2020 • 8.30 – 12.00/13.00 – 16.30 Uhr • CHF 650.00 inkl. Kursbuch und oblig. Registrierung • Doz. Pia Schindelholz

LP Lebensrettende Sofortmassnahmen Teil 1

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.

Solothurn, 08. September 2020 • 18.30 – 21.30 Uhr

LP Notfallsituationen im Alltag Teil 2

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

Solothurn, 15. September 2020 • 18.30 – 21.30 Uhr • CHF 80.00 pro Abend • Doz. Beat Walser / Peter von Arx

LP/LD Umgang mit herausforderndem Verhalten bei Menschen mit Demenz

Zusammenhänge zwischen herausfordernden Verhaltensweisen und dem Krankheitsbild Demenz werden beleuchtet. Strategien und Kommunikationsmöglichkeiten werden aufgezeigt.

Olten, 22. September 2020 • 09.00 – 12.00/13.30 – 16.30 Uhr • CHF 160.00 • Doz. Franziska Büttler

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 Kommunikationsform.

Olten, 29./30. September 2020 • 08.30 – 12.00/13.00 – 16.30 Uhr • CHF 440.00 inkl. Zertifizierung • Doz. F. Büttler

Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen betreuen und pflegen

Fragen zu Selbstbestimmung, Autonomie sowie der Umgang mit Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen stehen im Zentrum.

Solothurn, 28. Oktober 2020 • 08.30 – 12.00/13.30 – 17.00 Uhr • CHF 180.00 • Doz. Stephan Oberli

LP/LD Biographie, der Schlüssel zur individuellen Pflege

Biografiearbeit bedeutet, bei der Pflege die Lebensgeschichte der älteren Menschen zu erfahren und einzubeziehen, um sie besser wahrnehmen und verstehen zu können.

Olten, 19. November 2020 • 09.00 – 12.00/13.30 – 16.30 Uhr • CHF 160.00 • Doz. Franziska Büttler

LP/LD Basale Stimulation® in der Pflege

Basale Stimulation ist eine Möglichkeit des Verstehens bei Menschen mit beeinträchtigter Wahrnehmung, Kommunikation oder Bewegung und wird zur Aktivierung oder Beruhigung eingesetzt.

Solothurn, 19./26. November/10. Dezember 2020 • 8.30 – 12.00/13.00 – 16.30 Uhr • CHF 550.00 inkl. Kursbuch und oblig. Registrierung • Doz. Daniel Emmenegger

VORTRAG:

Plaisir – Genuss im Alter

Ein Gläschen Wein zu einem feinen Essen oder ein Bier mit Freunden gehört zum Alltag vieler Erwachsenen. Wir gehen der Frage nach, was einen genussvollen, gesunden Alkoholkonsum im Alter ausmacht.

Olten, 17. März 2020 • **Solothurn**, 27. Oktober 2020 • 19.00 – 21.00 Uhr • kostenlos • Doz. Ueli Imhof, PERSPEKTIVE Solothurn, Katharina Jost, Suchthilfe Ost, Olten

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 11 Sequenzen erhalten Angehörige und Interessierte fachkundige Informationen, konkrete Anleitungen und Bestärkung für den Alltag.

Olten, Start 21. Oktober 2020 • **Solothurn**, Start 20. Oktober 2020 • 19.00 – 21.00 Uhr • CHF 120.00 gesamter Zyklus • Verschiedene Fachpersonen

ALLGEMEINE BEDINGUNGEN

Anmeldung

Die Anmeldungen können schriftlich, telefonisch, per E-Mail oder über unsere Website bis zehn Tage vor Beginn der Fortbildung erfolgen. Für den Lehrgang Pflegehelfer/-in SRK, Lehrgang Passage SRK und für Deutsch für fremdsprachige Pflegendе senden wir Ihnen ein spezielles Anmeldeformular. 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 schicken wir Ihnen zehn Tage vor Beginn der Fortbildung zusammen mit dem Einzahlungsschein und dem Lageplan. Falls die Fortbildung mangels Teilnehmender (mind. 8) 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. Als Eingangsdatum gilt der Poststempel. Erfolgt eine Abmeldung weniger als zehn 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
062 207 02 50

