

Bildungsprogramm 2019



Inhaltsverzeichnis

Unser Verständnis von Bildung	5
Lehrgang Pflegehelfer/-in SRK	6
Zertifikat Pflegehelfer/-in SRK Langzeitpflege ***	8
Weiterbildungen für das Zertifikat Langzeitpflege ***	
Gewalt und Aggression in der Betreuung und Pflege betagter Menschen ***	9
Pflege von Menschen mit Morbus Parkinson ***	10
Pflege von Menschen nach einem Schlaganfall ***	11
Palliative Pflege und Begleitung - Basiskurs Niveau A2 ***	12
Kinaesthetics in der Pflege - Grundkurs ***	13
Notfallsituationen im Wohn- und Pflegeheim ***	14
Richtig oder falsch? Das Dilemma von ethischen Entscheidungen in der Pflege ***	15
Validation VA-CH [®] - Basis I Kurs ***	16
Basale Stimulation in der Pflege - Basisseminar ***	17
Pflegedokumentation ***	18
Pflege von Menschen mit Demenz	
Menschen mit Demenz pflegen und betreuen - Grundkurs	19
Menschen mit Demenz pflegen und betreuen - Aufbaukurs	20
Biografie - die Lebensgeschichte im Pflegealltag	21
Validation VA-CH [®] - Basis II Kurs	22
Erinnerungen wecken mit der 10 Minuten Aktivierung	23
Aktuelles Wissen / Arbeitsfeld Pflege	
Pflege von Menschen mit Diabetes	24
Mundpflege im Alter - Basiskurs für Pflegefachpersonen	25
Kinaesthetics in der Pflege - Vertiefungstag	26
Psychische Erkrankungen im Alter	27
Nachtwache in der Pflege	28
Betreuung und Pflege von Menschen mit Beeinträchtigung	
Formen von Beeinträchtigungen	29
Unterstützte Kommunikation (UK)	30
Familie und Kind	
Babysitting-Kurs für Erwachsene	31
Gesundheit und Wohlbefinden für das Kind	32
Babysitting-Kurs SRK	33
Konfliktprävention/-intervention	
chili - Stark im Konflikt	34

Gesundheit und Wohlbefinden	
Hausmittel von Kopf bis Fuss.....	35
Achtsamkeitstraining mit und auf dem Pferd.....	36
Erste-Hilfe-Kurse für psychische Gesundheit	37
Sicherheit im Alter	
Sicherheit im Alter - Kantonspolizei Thurgau	38
Fitness im Kopf	39
Selbstschutz und Selbstsicherheit im Alter.....	40
Stimmbildung und Auftrittskompetenz.....	41
Altbekanntes und Neues im Strassenverkehr	42
Inhouse Schulung	
Weiterbildung in der Institution	43
Umgang mit Verlust, Abschied und Trauer.....	43
Übersicht der Rotkreuz-Dienstleistungen	44
Allgemeine Geschäftsbedingungen	50
Anmeldung	51



NIMM DIR
Zeit FÜR DIE
DINGE, DIE DICH
glücklich
MACHEN



Unser Verständnis von Bildung

- Unser Bildungsangebot richtet sich an alle Bevölkerungs- und Altersgruppen und bewegt sich im non-formalen Bereich der Gesundheitsförderung
- Lernen verstehen wir als lebenslangen Prozess und unsere Tätigkeit unterstützt Menschen in diesem Prozess. Wir sind überzeugt, dass jeder Mensch grundsätzlich die Fähigkeit besitzt, sein Leben verantwortungsbewusst zu gestalten und sich lebenslang weiterzuentwickeln.
- Wir betrachten den Menschen ganzheitlich und berücksichtigen neben geistigen, körperlichen und psychischen Aspekten auch dessen gegenwärtiges Umfeld.
- Mit unseren Angeboten unterstützen wir die Teilnehmenden ihre Möglichkeiten optimal zu nutzen, aufbauend auf ihren persönlichen Stärken und Bedürfnissen. Gleichermassen fördern wir die Fach- und Handlungskompetenz sowie die soziale und persönliche Kompetenz der Teilnehmenden.
- Die Gestaltung unserer Angebote ist zielgruppengerecht und praxisnah. Wir beziehen die Erfahrung der Teilnehmenden mit ein und bieten Raum für Selbstreflexion und das Arbeiten in Gruppen.
- Wir schaffen eine angenehme und entspannte Atmosphäre als Grundlage für das persönliche Lernen, welche geprägt ist von gegenseitigem Respekt, Wertschätzung und Vertrauen.

Lehrgang Pflegehelfer/-in SRK

Zielgruppe 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.

Inhalt Durch den Besuch des Lehrgangs und das Absolvieren eines Praxiseinsatzes werden die Teilnehmenden befähigt, hilfsbedürftige Menschen zu begleiten und sie in den Lebensaktivitäten kompetent zu unterstützen. Der Lehrgang ist nach einem national gültigen Rahmenlehrplan aufgebaut. Das Zertifikat Pflegehelfer/-in SRK ist somit in der ganzen Schweiz anerkannt. Dieser Lehrgang ist keine Berufsausbildung. Pflegehelfer/-innen SRK arbeiten immer unter Anleitung von Pflegefachpersonen.

Dauer Theorie: 120 Std. 16 ½ Tage / Abschluss: nach 6 Monaten ½ Tag

Praxis-einsatz 12 Tage (nach erfolgreichem Abschluss der Theorie)
Arbeitszeiten gemäss Regelung der Praxisinstitution
Keine Entschädigung während des Praxiseinsatzes

- Aufnahme-Bedingungen**
- Zurückgelegtes 18. Altersjahr
 - Bereitschaft und Interesse am Umgang mit pflegebedürftigen Menschen, insbesondere älteren Menschen
 - Gute mündliche und schriftliche Deutschkenntnisse
 - Zertifikat B2 empfohlen
 - Mindestanforderung Zertifikat B1 mit Prädikat gut
 - Deutschtest nach Bedarf
 - Verstehen von Schweizerdeutsch
 - Gute körperliche, geistige und seelische Gesundheit
 - Bereitschaft zur Auseinandersetzung mit neuen Themen, Bereitschaft, andere Menschen und sich selbst zu reflektieren
 - Bereitschaft zur Nachbereitung der Fachinhalte zwischen den Lehrgangstagen
 - Gültige Aufenthalts- und Arbeitsbewilligung
 - Besuch des Info-Anlasses

Stütz-unterricht Der Stützunterricht ist ein zusätzliches Angebot parallel zum Theorieteil. Das Angebot ist offen für Teilnehmende:

- die Deutsch als Zweitsprache haben und/oder
- sehr grosse Mühe beim Lernen haben

Daten	PH 1/19	Montag	14. Januar – 12. Juni 2019
	PH 2/19	Dienstag	15. Januar – 11. Juni 2019
	PH 3/19	Donnerstag	17. Januar – 13. Juni 2019
	PH 4/19	Freitag	18. Januar – 14. Juni 2019
	PH 5/19	Montag	12. August – 16. Dezember 2019
	PH 6/19	Dienstag	13. August – 17. Dezember 2019
	PH 7/19	Donnerstag	15. August – 19. Dezember 2019
	PH 8/19	Freitag	16. August – 20. Dezember 2019

Ort SRK Thurgau, Rainweg 3, 8570 Weinfelden

Zeiten 08.30 – 12.00 Uhr und 13.00 – 16.30 Uhr, Abweichungen möglich

Kosten Anmeldegebühr CHF 100.– (Rechnungsstellung bei Anmeldung)
 Lehrgangskosten CHF 2000.– (Rechnungsstellung nach Anmeldeverfahren, mit Teilnahmebestätigung)

Info-Anlass Der Info-Anlass für den Lehrgang Pflegehelfer/-in SRK ist obligatorisch. Die Anmeldung für den Lehrgang ist erst nach dem Besuch des Info-Anlasses möglich.

Ausbilderinnen **Manuela Müggler**
 dipl. Pflegefachfrau HöFa I, Ausbilderin FA

Gabi Sieger
 dipl. Pflegefachfrau HF, Ausbilderin FA

Daniela Gort
 dipl. Pflegefachfrau HF, Ausbilderin FA

Imelda Keller
 dipl. Pflegefachfrau HF, Berufsschullehrerin im Fachbereich Pflege

Informationen zu den Lehrgängen und Anmeldeformulare für den Info-Anlass sind erhältlich unter www.srk-thurgau.ch oder

Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Thurgau, Bildung
 Rainweg 3, 8570 Weinfelden

Tel. 071 626 50 85, kurse@srk-thurgau.ch

Zertifikat Pflegehelfer/-in SRK Langzeitpflege ***

Zielgruppe Pflegehelfer/-innen SRK, mit Berufserfahrung und einer Anstellung im Pflegebereich

Inhalt Pflegehelfer/-innen SRK arbeiten vorwiegend in der Langzeitpflege und besuchen regelmässig Fortbildungen und Fachkurse.
Um diese erweiterten Kompetenzen auszuweisen und sichtbar zu machen, bietet das SRK die nationale Zertifizierungsmöglichkeit Pflegehelfer/-in SRK Langzeitpflege an.

Die modulare Fortbildung setzt sich aus Schwerpunktthemen der Langzeitpflege zusammen. Somit haben Personen, die den Lehrgang Pflegehelfer/-in SRK erfolgreich abgeschlossen haben und in der Langzeitpflege tätig sind, die Möglichkeit das Zertifikat Pflegehelfer/-in SRK Langzeitpflege zu erwerben. Für diesen Leistungsnachweis ist der Besuch folgender Themen innerhalb von fünf Jahren nachzuweisen:

Themen	Dauer
• Gewalt und Aggression in der Betreuung und Pflege betagter Menschen	1 Tag
• Pflege von Menschen mit Morbus Parkinson	1 Tag
• Pflege von Menschen nach einem Schlaganfall	1 Tag
• Palliative Pflege und Begleitung, Niveau A2	6 Tage
• Kinaesthetics in der Pflege – Grundkurs	4 Tage
• Notfallsituationen im Wohn- und Pflegeheim	1 Tag
• Richtig oder falsch? Ethik in der Pflege	1 Tag
• Validation VA-CH - Basis I	2 Tage
• Basale Stimulation in der Pflege – Basisseminar	3 Tage
• Pflegedokumentation	1 Tag

Diese Themen sind im Bildungsprogramm speziell mit * gekennzeichnet.**

Pro Modul ist eine 90%-Präsenz erforderlich!

Weitere Informationen sind im Kurssekretariat erhältlich.

Gewalt und Aggression in der Betreuung und Pflege betagter Menschen ***

Zielgruppe Pflegehelfer/-innen und interessierte Pflegefachpersonen

Inhalt Die Teilnehmenden

- lernen verschiedene Formen von Aggressionen und Gewalt (Bewohnende gegen Pflegende) im Pflegealltag kennen
- verstehen die psychischen Folgen von Gewaltanwendungen und wissen wie sie die Spirale unterbrechen können
- kennen die verschiedenen Ursachen und lernen deeskalierende Massnahmen und Befreiungs-Techniken im Ansatz kennen
- wissen wie Gewaltereignisse dokumentiert werden und wo sie unterstützende Hilfe nach Gewaltereignissen holen können

Methode:

Theoretische Inputs, Beispiele aus dem Alltag, praktische Techniken

Leitung Loretta Giacopuzzi Schätti

Pflegeexpertin HöFa II, Pflegeleiterin psychiatrische Klinik Wil, Bereich Gerontopsychiatrie sowie Akutpsychiatrie und Forensik

Kosten CHF 170.–

Dauer 1 Tag

Ort SRK Thurgau, Rainweg 3, 8570 Weinfelden

Zeiten Freitag

12. Juli 2019

08.30 – 17.00 Uhr

Pflege von Menschen mit Morbus Parkinson ***

Zielgruppe Pflegehelfer/-innen und interessierte Pflegefachpersonen

Inhalt Parkinson ist eine langsam fortschreitende, neurologische Erkrankung. Im Gehirn kommt es zu einem beschleunigten, vorzeitigen Tod von bestimmten Nervenzellen. Dies führt zu den typischen Hauptsymptomen wie Zittern, Versteifung der Muskulatur und der Verlangsamung aller Bewegungen. Es treten aber auch zunehmend Begleitsymptome auf, die den Alltag der Betroffenen zusätzlich beeinträchtigen. Es gilt, die Betroffenen in ihrer selbständigen Lebensführung zu unterstützen und zu begleiten.

- Fachwissen über das Krankheitsbild des Morbus Parkinson vertiefen
- Möglichkeiten zur individuellen Unterstützung für die Betreuung und Pflege der Betroffenen kennen lernen
- Pflegerische Unterstützung und Alltagshilfe

Leitung Manuela Müggler
dipl. Pflegefachfrau HöFa I, Ausbilderin FA

Kosten CHF 170.–

Dauer 1 Tag

Ort SRK Thurgau, Rainweg 3, 8570 Weinfelden

Zeiten Donnerstag 20. Juni 2019 08.30 – 17.00 Uhr

Palliative Pflege und Begleitung - Basiskurs Niveau A2 ***

Zielgruppe Pflegehelfer/-innen SRK, die bereits in der Pflege tätig sind

Inhalt Der Kurs erweitert und vertieft Kompetenzen für die anspruchsvolle Begleitung von schwerkranken, chronisch kranken und sterbenden Menschen mit und ohne vorbestehende Beeinträchtigung. Die Teilnehmenden werden befähigt, das Pflegefachpersonal bei der Betreuung und Begleitung dieser Personengruppe gemäss des Konzeptes Palliative Care zu unterstützen.

Themen im Kurs sind:

- Allgemeine Grundlagen des Konzeptes Palliative Care
- SENS Modell
- Interdisziplinarität
- Miteinbezug von Angehörigen
- Trauer- und Abschiedskultur
- Symptomkontrolle
- Hydratation/Dehydratation
- Ethik Grundlagen, Patientenverfügung
- Formen von Sterbehilfe
- Familienzentrierte Pflege

Leitung Gabi Sieger, dipl. Pflegefachfrau HF, Ausbilderin FA

Daniela Gsell, dipl. Pflegefachfrau HF, Ausbilderin SVEB I

Karin Künzler, dipl. Pflegefachfrau HF, Leitung Pflege und Betreuung

Eva Oberwiler, dipl. Pflegefachfrau HF, Leitung Pflege und Betreuung

Alle Kursleiterinnen verfügen über vertiefte Weiterbildungen und Erfahrungen in Palliative Care

Kosten CHF 800.– inkl. Kursunterlagen

Dauer 6 Tage

Zeiten Mi. 3. April / Mi. 24. April / Mi. 29. Mai / Mi. 19. Juni
Mi. 26. Juni / Mi. 3. Juli jeweils 08.30 – 17.00 Uhr

Ort SRK Thurgau, Rainweg 3, 8570 Weinfelden

Kinaesthetics in der Pflege - Grundkurs ***

Zielgruppe Pflegehelfer/-innen und interessierte Pflegefachpersonen

Inhalt In Kinaesthetics Grundkursen lernen die Teilnehmenden, pflegebedürftige Menschen durch ihre Bewegungskompetenz in ihrer eigenen Bewegung lern- und gesundheitsfördernd zu unterstützen. Gleichzeitig lernen sie, ihre eigenen arbeitsbedingten, gesundheitlichen Risiken zu mindern.

Die Teilnehmenden

- erfahren und kennen die sechs Kinaesthetics – Konzepte und bringen diese mit ihren beruflichen Pflege- und Betreuungssituationen in Verbindung
- erfahren und verstehen den Zusammenhang zwischen der Qualität ihrer eigenen Bewegung und der Gesundheitsentwicklung aller Beteiligten
- entwickeln Ideen für ihre beruflichen Pflege- und Betreuungssituationen, um die Selbständigkeit pflegebedürftiger Menschen zu unterstützen und für sich selbst körperliche Entlastung zu finden

Leitung Helene Kappenthuler
Krankenpflegerin FA SRK, Kinaesthetics Trainerin Stufe 3

Kosten CHF 650.– inkl. Lehrmittel und Zertifikat

Dauer 4 Tage

Ort SRK Thurgau, Rainweg 3, 8570 Weinfelden

Zeiten Grundkurs 1: Mo. 7. Januar / Di. 8. Januar / Mi. 13. Februar /
Mi. 27. März 2019

Grundkurs 2: Mo. 24. Juni / Di. 25. Juni / Mi. 21. August /
Mi. 28. August 2019

Grundkurs 3: Mi. 4. September / Mi. 11. September /
Mi. 2. Oktober / Mi. 30. Oktober 2019

jeweils 08.30 – 17.00 Uhr

Notfallsituationen im Wohn- und Pflegeheim ***

Zielgruppe Pflegehelfer/-innen und interessierte Pflegefachpersonen

Inhalt Die Anwendung lebensrettender Sofortmassnahmen (BLS) ist im Langzeitbereich in der Regel sorgfältig abgeklärt. Dies bringt für alle Beteiligten Sicherheit. Im Arbeitsalltag können Pflegenden verschiedenen Notfallsituationen begegnen. Diese müssen nicht immer lebensbedrohlich sein, erfordern aber dennoch kompetentes Handeln. In dieser Weiterbildung wird das notwendige Wissen erworben, um solche Situationen zu beurteilen und kompetent handeln zu können.

Die Teilnehmenden sind fähig, in verschiedenen Situationen (bei Unfällen und medizinischen Vorfällen) das Richtige zur richtigen Zeit zu tun und die Zeit sinnvoll zu nutzen, bis professionelle Hilfe eintrifft.

- Die Rettungskette, Sofortmassnahmen und Notruf
- Berücksichtigung des hausinternen Notfallkonzeptes
- Anzeichen von Herzproblemen, Schlaganfall
- Atemnot / Sauerstoffmanagement
- Hypoglykämie
- Krampfanfälle / Epilepsien / Bewusstlosigkeit / Ohnmacht
- Freihalten der Atemwege, Fremdkörperaspiration
- Stabile Seitenlage
- Sturz, Gehirnerschütterung, Knochenbrüche, Verstauchungen
- Der Schock
- Blutungen / verschiedene Wunden
- Übergabe / Rapport

Leitung Nando Ochsner
Experte Notfallpflege HF, zert. Trainer Notfallsituationen SGS, Lehrer BLS-AED-SRC

Kosten CHF 170.–

Dauer 1 Tag

Ort SRK Thurgau, Rainweg 3, 8570 Weinfelden

Zeiten Donnerstag 10. Januar 2019 08.30 – 17.00 Uhr

Richtig oder falsch? Das Dilemma von ethischen Entscheidungen in der Pflege***

Zielgruppe Pflegehelfer/-innen und interessierte Pflegefachpersonen

Inhalt Müssen Pflegende für eine gute Pflegequalität ethisches Wissen mitbringen?

Sie stehen im Spannungsfeld von Erwartungen und Bedürfnissen der Patientinnen / Patienten, der Arbeitgeber, der Angehörigen, des Teams sowie der eigenen Ansprüche und Wünsche. Unterschiedliche Wertvorstellungen können den Pflegealltag belasten. Es ist nicht nötig, sich bei jeder pflegerischen Handlung die ethischen Prinzipien vor Augen zu halten. Dort aber, wo sich Schwierigkeiten zeigen, kann eine persönliche Reflexion oder ein Entscheidungsfindungsprozess hilfreich sein.

- Hinterfragen der eigenen Werte-Haltung und deren Prägungen
- Begriffserklärung Ethik/Moral
- Hätte man es auch anders machen können?
- Anhand praktischer Beispiele suchen die Teilnehmenden nach Wegen für einen respektvollen und fairen Umgang mit schwierigen Situationen im Pflegealltag
- Modelle zur Entscheidungsfindung bei ethischen Fragen

Leitung Gabi Sieger
dipl. Pflegefachfrau HF, Ausbilderin FA

Kosten CHF 170.–

Dauer 1 Tag

Ort SRK Thurgau, Rainweg 3, 8570 Weinfelden

Zeiten Donnerstag 27. Juni 2019 08.30 – 17.00 Uhr

Validation VA-CH® - Basis I Kurs ***

Zielgruppe Pflegehelfer/-innen und interessierte Pflegefachpersonen

Inhalt Erleben und Erlernen Sie mit Validation Schweiz VA-CH® einen neuen Zugang zu den Lebenswelten, Bedürfnissen und Gewohnheiten von Menschen mit Neurokognitiven Störungen (Demenz).

- Erkennen und Akzeptieren der Lebenswelten
- Theoretisches Wissen zum Mensch-sein, validierende Grundhaltung
- Neurokognitive Störungen (Demenzformen), Krankheitsbilder/Formen und Krankheitsverlauf
- Erlernen der VA-CH® Methode
 - Needs/Bedürfnis + Habitus/Gewohnheit
 - Ressourcenerkennung Needs + Habitus
 - Gefühle
 - Biografie + Lebenswelt
- Kommunikation
- Krise und Krisenintervention nach VA-CH®
- Diverse Praxisbeispiele bearbeiten

Der absolvierte VA-CH® Basis I- Kurs berechtigt zur Teilnahme am VA-CH® Basis II- Kurs.

Leitung Sabine Kundert
VA-CH® Referentin, Berufsschullehrerin im Gesundheitswesen, Gerontologin HF/SAG

Kosten CHF 350.–

Dauer 2 Tage

Ort SRK Thurgau, Rainweg 3, 8570 Weinfelden

Zeiten	Mittwoch	15. Mai 2019	08.30 – 17.00 Uhr
	Mittwoch	22. Mai 2019	08.30 – 17.00 Uhr

Basale Stimulation in der Pflege - Basisseminar ***

Zielgruppe Pflegehelfer/-innen und interessierte Pflegefachpersonen

Inhalt Erwachsene Menschen, deren Wahrnehmung durch Unfall, Krankheit oder Alter verändert ist, brauchen regelmässig Anregungen, um den eigenen Körper und die Aussenwelt in für sie verständlicher Weise zu erfahren. Fehlende Bewegung, der Verlust der vertrauten Umgebung, Demenz, usw. verändern die Wahrnehmung des Menschen. Interesse und Neugier am Alltag gehen zunehmend verloren. Betroffene Menschen sprechen immer weniger, ihr Verhalten verändert sich. Die Basale Stimulation eröffnet Möglichkeiten, auf der Grundlage einer verlässlichen nonverbalen Kommunikation, sensorische Erfahrungen in die alltägliche Pflege zu integrieren. Die Kursteilnehmenden lernen die Grundlagen der basalen Stimulation kennen, haben erste Erfahrungen zur Gestaltung des basalen Dialoges und kennen Möglichkeiten, um das Gelernte in ihrem Praxisfeld anzuwenden.

- Einführung in Wahrnehmung, Bewegung und Kommunikation
- Berührungen und pflegerische Interventionen als basalen Dialog gestalten
- Erfahrungen zur somatischen, vestibulären und vibratorischen Wahrnehmung

Leitung Marlies Müntener
dipl. Pflegefachfrau, Praxisbegleiterin für Basale Stimulation in der Pflege

Kosten CHF 560.– inkl. Kursunterlagen und Zertifikat

Dauer 3 Tage

Ort SRK Thurgau, Rainweg 3, 8570 Weinfelden

Zeiten Mi. 13. März / Mi. 20. März / Mi. 8. Mai 2019
jeweils 08.30 – 17.00 Uhr

Pflegedokumentation ***

Zielgruppe Pflegehelfer/-innen und interessierte Pflegefachpersonen

Inhalt Eine gezielte Dokumentation der geleisteten Pflege ist wesentlich für die Planung und Durchführung der Pflege. Die korrekte Dokumentation gibt Aufschluss über Zielanpassungen, Überprüfungsbedarf und Anpassungen im pflegerischen Handeln. Pflegehelfer/-innen werden vermehrt in diese anspruchsvolle Aufgabe einbezogen und müssen heute zusätzlich mit elektronischen Medien, wie z.B. einer elektronischen Pflegedokumentation arbeiten können. Besonders anspruchsvoll ist es, Wahrnehmungen aus dem Pflegealltag konkret und sprachlich präzise zu formulieren. Im Kurs wird der Umgang mit den Pflegedokumentationen konkret geübt.

- Verständliches, knappes und klares Formulieren eines Pflegeberichts
- Wertfreies Formulieren
- Rechtliche Aspekte
- Weitergabe von mündlichen und schriftlichen Informationen (Rapport und Pflegedokumentation)
- Aufgaben und Kompetenzen der Pflegehelfer/-innen SRK

Leitung Cristina De Biasio Marinello
dipl. Pflegefachfrau AKP, Pflegeexpertin HöFa 2, Coach Validation Schweiz VA-CH, Berufsschullehrerin im Fachbereich Pflege

Kosten CHF 170.–

Dauer 1 Tag

Ort SRK Thurgau, Rainweg 3, 8570 Weinfelden

Zeiten Dienstag 18. Juni 2019 08.30 – 17.00 Uhr

Menschen mit Demenz pflegen und betreuen - Grundkurs

Zielgruppe Pflegehelfer/-innen und interessierte Personen

Inhalt Demenzerkrankungen stellen den häufigsten Grund für Pflegebedürftigkeit im Alter dar. Nach Erhebungen der Alzheimer Schweiz erhält nur jeder zweite bis dritte Betroffene eine Diagnose. Bis zur Diagnosestellung und damit auch Behandlung vergehen häufig viele Jahre, die den Leidensweg der betroffenen Familien verlängern.

Das Wissen über die Erkrankung, die Auswirkungen auf das Verhalten und Erleben der Betroffenen, die Haltung den Betroffenen und Angehörigen gegenüber, kann die Lebensqualität von Menschen mit Demenz nachhaltig beeinflussen und verbessern.

Im Grundkurs lernen die Teilnehmenden die häufigsten Demenzformen kennen und sie zu unterscheiden. Auswirkungen der hirnrorganischen Veränderungen auf das Verhalten der Betroffenen und die Möglichkeiten zur Begegnung und Förderung von Selbstvertrauen und Ressourcen werden aufgezeigt und eingeübt.

Leitung Heidi Schänzle-Geiger
dipl. Psychologin, Klinische Neuropsychologin GNP, Psychotherapeutin
FSP, Gerontopsychologin SGGP, Pflegefachfrau

Kosten CHF 170.–

Dauer 1 Tag

Ort SRK Thurgau, Rainweg 3, 8570 Weinfelden

Zeiten	Mittwoch	6. Februar 2019	08.30 – 17.00 Uhr
	Mittwoch	10. Juli 2019	08.30 – 17.00 Uhr

Menschen mit Demenz pflegen und betreuen - Aufbaukurs

Zielgruppe Pflegehelfer/-innen und interessierte Personen, Teilnehmende haben Grundkenntnisse zu Demenz oder haben den Grundkurs besucht.

Inhalt In diesem Aufbaukurs zum Thema Demenz widmen wir uns selteneren Demenzformen (z.B. Frontotemporale Demenz) und den Herausforderungen für den Umgang mit den Betroffenen. Hier gehen wir auch auf die Auswirkung von Demenzerkrankungen auf jüngere Betroffene ein. Herausforderndes Verhalten und Delir stellen häufige Komplikationen im Verlauf von Demenzerkrankungen dar und fordern die Angehörigen und Pflegeteams auf besondere Art. Im Kurs wird das Verständnis gefördert sowie Möglichkeiten der Begegnung und Linderung vorgestellt und eingeübt.

Ein besonderes Augenmerk richten wir in diesem Kursteil auf die Unterstützung der Angehörigen. Angehörige sind mit dem schleichenden Verlust eines geliebten Menschen konfrontiert und brauchen Verständnis und die Möglichkeit zum Austausch. Im Kurs werden die Belastungsfaktoren und die Möglichkeiten zur Begegnung und Unterstützung aufgezeigt und praxisnah diskutiert.

Leitung Heidi Schänzle-Geiger
dipl. Psychologin, Klinische Neuropsychologin GNP, Psychotherapeutin
FSP, Gerontopsychologin SGGP, Pflegefachfrau

Kosten CHF 170.–

Dauer 1 Tag

Ort SRK Thurgau, Rainweg 3, 8570 Weinfelden

Zeiten Mittwoch 13. November 2019 08.30 – 17.00 Uhr

Biografie - die Lebensgeschichte im Pflegealltag

Zielgruppe Pflegehelfer/-innen und interessierte Pflegefachpersonen

Inhalt Kochte die ehemalige Hausfrau gerne oder doch nicht? Die Lebensgeschichte eines betagten oder dementen Menschen zu kennen ist Voraussetzung, um sein Verhalten zu verstehen und die passende Pflege und Hilfe zu entwickeln.

Wie kommen wir mit den Menschen in Kontakt, die wir pflegen und betreuen? Wenn wir wissen, woher jemand kommt, welches seine Einstellungen, Werte und Prägungen sind, lernen wir, verständliche Fragen zu stellen. Dieses gezielte Kennenlernen ist die Grundlage, um den Menschen mit seiner Vielfalt wertzuschätzen sowie angemessen und wirkungsvoll handeln zu können.

Wir vertiefen miteinander unser Wissen über die Bedeutung der Biografie in der Pflege:

- Was hat den betagten Menschen geprägt?
- Wie finden wir den Zugang zu ihm?
- Wo sind die Möglichkeiten und Grenzen der biografischen Methode?

Leitung Daniela Gort
dipl. Pflegefachfrau HF, Ausbilderin FA, Systemtherapeutin

Kosten CHF 170.–

Dauer 1 Tag

Ort SRK Thurgau, Rainweg 3, 8570 Weinfelden

Zeiten Mittwoch 5. Juni 2019 09.00 – 16.30 Uhr

Validation VA-CH® - Basis II Kurs

- Zielgruppe** Pflegehelfer/-innen und interessierte Pflegefachpersonen, mit Zertifikat Validation VA-CH® Basis I.
- Inhalt** Vertiefen Sie den wertschätzenden Zugang zu Menschen mit kognitiven Störungen (Demenz) und transferieren Sie das theoretische Wissen der Validation Schweiz VA-CH® in Ihre Praxissituation.
- Praxiserfahrung, Implementierung und Vertiefung der Validation Schweiz VA-CH®
 - Herausforderndes Verhalten und Krisenintervention mit VA-CH®
 - Vertiefen und Reflektieren der Kommunikationsebenen
 - Bearbeitung von Praxisbeispielen
- Leitung** Sabine Kundert
VA-CH® Referentin, Berufsschullehrerin im Gesundheitswesen, Gerontologin HF/SAG
- Kosten** CHF 170.–
- Dauer** 1 Tag
- Ort** SRK Thurgau, Rainweg 3, 8570 Weinfelden
- Zeiten** Mittwoch 18. September 2019 08.30 – 17.00 Uhr

Erinnerungen wecken mit der 10 Minuten Aktivierung

Zielgruppe Pflegehelfer/-innen und interessierte Pflegefachpersonen

Inhalt Die 10 Minuten Aktivierung ist eine geeignete Methode zur Förderung der Kommunikation mit betagten, demenziell veränderten Menschen. Als „Schlüssel“ zu vergessenen Handlungs- und Bewegungsabläufen orientiert sich die Methode an biografische Fähigkeiten aus der Lebenswelt von Menschen mit Demenz.

Sie spricht vorhandene Erinnerungen an und stärkt das Selbstwertgefühl. Diese Methode kann unmittelbar im Alltag von allen Mitarbeitenden in der Pflege angewandt werden.

Die Teilnehmenden

- kennen die Methode der 10 Minuten Aktivierung in der Pflege und Betreuung
- erkennen die Biographie als Potenzial und Ressource
- können gezielte Sequenzen vorbereiten und durchführen
- sind in der Lage, gelebte Antriebe wie Bewegungsdrang, Ordnungssinn usw. wahrzunehmen und in die Methode einzubeziehen
- erhalten einen grossen Ideenpool

Leitung Christine Dolder
dipl. Aktivierungsfachfrau AGERE, Erwachsenenbildnerin SVEB, NDK Gerontologie

Kosten CHF 170.–

Dauer 1 Tag

Ort SRK Thurgau, Rainweg 3, 8570 Weinfelden

Zeiten Mittwoch 16. Oktober 2019 09.00 – 16.30 Uhr

Pflege von Menschen mit Diabetes

Zielgruppe Pflegehelfer/-innen und interessierte Personen

Inhalt Diabetes ist eine chronische Krankheit, welche heute in der Schweiz nach Schätzung der Schweizerischen Diabetesgesellschaft bereits 350'000 Menschen betrifft. Trotz vielseitiger Behandlungsmöglichkeiten entwickeln sich meist mit zunehmendem Lebensalter Spätfolgen, welche sich negativ auf die Lebensqualität und Gesundheit der Betroffenen auswirken. Die Pflege und Betreuung von Menschen mit Diabetes stellen an die Pflegenden im Langzeitbereich besondere Anforderungen. Das Ziel des Kurses ist es, das Fachwissen zu festigen und zu erweitern sowie Unklarheiten zum Thema Diabetes zu klären.

- Was ist Diabetes?
- Diabetes und Ernährung
- Notfallsituationen erkennen und richtig handeln
- Welche Spätfolgen entstehen?
- Pflegerische Schwerpunkte
- Fragen klären, diskutieren

Leitung Doris Werz
dipl. Pflegefachfrau HF, Diabetesfachberaterin HöFa I

Kosten CHF 170.–

Dauer 1 Tag

Ort SRK Thurgau, Rainweg 3, 8570 Weinfelden

Zeiten Mittwoch 17. April 2019 08.30 – 17.00 Uhr

Mundpflege im Alter - Basiskurs für Pflegepersonen

Zielgruppe Pflegehelfer/-innen und interessierte Pflegefachpersonen

Inhalt Die wesentlichen Probleme und Erkrankungen der Mundhöhle sowie deren Ursachen werden unter besonderer Berücksichtigung der Situation bei betagten Menschen vorgestellt. Es werden einfache Untersuchungsmöglichkeiten und spezifische Mundhygiene-Massnahmen mit geeigneten Mundhygiene-Mitteln erlernt. Ebenso wird die korrekte Pflege und Aufbewahrung von abnehmbarem Zahnersatz gezeigt.

Die Teilnehmenden

- sind sich der Wichtigkeit der täglichen Mundhygiene, der oralen Gesundheit und dem Zusammenhang mit der allgemeinen Gesundheit bewusst
- erkennen die grundsätzlichen Probleme und/oder Erkrankungen in der Mundhöhle
- erhalten einen Überblick über geeignete Mundhygiene-Mittel
- sind in der Lage eine angepasste Mundhygiene bei betagten Menschen durchzuführen
- kennen den Ablauf der korrekten Reinigung und Aufbewahrung von abnehmbarem Zahnersatz
- wissen, wann sie fachmännische Hilfe zuziehen müssen

Leitung Corinne Kellenberger
dipl. Dentalhygienikerin HF, SVEB 1, Regionalverantwortliche Arbeitsgruppe Mundhygiene in der Pflege, Swiss Dental Hygienists

Kosten CHF 80.–

Dauer 3 Stunden

Ort SRK Thurgau, Rainweg 3, 8570 Weinfelden

Zeiten Mittwoch 20. November 2019 13.30 – 16.30 Uhr

Kinaesthetics in der Pflege - Vertiefungstag

Zielgruppe Pflegepersonen mit absolviertem Kinaesthetics Grundkurs

Inhalt Die einzelnen Teilnehmenden setzen sich mit dem Thema Kinaesthetics in der Pflege vertieft auseinander. Die persönliche Handlungsfähigkeit im Umgang mit Menschen, die auf Bewegungsunterstützung angewiesen sind, wird vertieft und erweitert.

- Erfassen und Bearbeiten der persönlichen Lernthemen / -fragen
- Vertiefen eines der sechs Kinaesthetics-Konzepte
- Praktisches Üben am Bett und mit Kursteilnehmenden
- Lernreflexion

Leitung Helene Kappenthuler
Krankenpflegerin FA SRK, Kinaesthetics Trainerin Stufe 3

Kosten CHF 170.–

Dauer 1 Tag

Ort SRK Thurgau, Rainweg 3, 8570 Weinfelden

Zeiten Mittwoch 4. Dezember 2019 08.30 – 17.00 Uhr

Psychische Erkrankungen im Alter

Zielgruppe Pflegehelfer/-innen und interessierte Pflegefachpersonen

Inhalt Die Teilnehmenden

- erhalten einen Einblick in psychischen Erkrankungen wie Depression, chronische Schizophrenie/Psychose, Sucht im Alter und Wahnvorstellungen/Halluzinationen (Delir)
- kennen die verschiedenen Symptome und die wichtigsten Pflege- und Betreuungsinterventionen

Methode: Theoretische Inputs, Beispiele aus dem Alltag

Leitung Loretta Giacopuzzi Schätti

Pflegeexpertin HöFa II, Pflegeleiterin psychiatrische Klinik Wil, Bereich Gerontopsychiatrie sowie Akutpsychiatrie und Forensik

Kosten CHF 170.–

Dauer 1 Tag

Ort SRK Thurgau, Rainweg 3, 8570 Weinfelden

Zeiten Mittwoch

27. November 2019

08.30 – 17.00 Uhr

Unterstützte Kommunikation (UK)

Zielgruppe Pflegehelfer/-innen und Pflegepersonen, die mit Menschen mit Kommunikationsbeeinträchtigungen arbeiten, sowie Angehörige

Inhalt Bei der Arbeit mit Menschen mit Beeinträchtigung wie auch in der stationären oder ambulanten Pflege sind wir zunehmend mit Menschen konfrontiert, die sich dauerhaft oder temporär sprachlich nicht mitteilen können. Unterstützte Kommunikation (UK) bietet Methoden und Hilfsmittel im Alltag – über Gebärden und Kommunikationstafeln bis hin zu elektronischen Geräten mit Augensteuerung.

- Was bedeuten Einschränkungen in der lautsprachlichen Kommunikation?
- Wer ist betroffen?
- Wie begegne ich einem Menschen, der nicht sprechen kann?
- Kommunikationsentwicklung
- Welche Möglichkeiten bietet Unterstützte Kommunikation?

Die Teilnehmenden

- wissen, was Unterstützte Kommunikation ist und für welchen Personenkreis sie eingesetzt wird
- kennen die Haltung und die Grundsätze Unterstützter Kommunikation
- kennen die verschiedenen Methoden und Hilfsmittel Unterstützter Kommunikation

Fallbeispiele der Teilnehmenden werden in den Kurs integriert.

Leitung Hanna Erasmus
Leiterin Fachstelle UK der Stiftung Sonnenhalde, Diplompädagogin, UK-Coach

Kosten CHF 170.–

Dauer 1 Tag

Ort SRK Thurgau, Rainweg 3, 8570 Weinfelden

Zeit Dienstag 4. Juni 2019 08.30 – 17.00 Uhr

Babysitting-Kurs für Erwachsene

Zielgruppe Grosseltern, Gotti, Götti, Nanny und interessierte Personen

Inhalt Grosseltern haben viel Lebenserfahrung, die Erfahrung mit den eigenen Kindern liegt aber oft eine Zeit zurück. Im Laufe der Jahre sind im Bereich der Kinderpflege neue Erkenntnisse dazugekommen.

Mit praktischen Beispielen und Diskussionsrunden werden die Teilnehmenden auf den neusten Stand gebracht.

Die Teilnehmenden

- lernen die aktuellen Ernährungsempfehlungen für Babys und Kleinkinder kennen
- frischen das Wissen um die Entwicklung des Kindes auf - was braucht das Kind in welchem Alter?
- lernen die heutige Methode vom Bewegen und Wickeln des Babys kennen – Kinaesthetics Infant Handling
- tauschen sich über Erziehungsfragen aus
- gehen der Fragen nach, was Kinderrechte im Alltag bedeuten

Fragen und Wünsche der Teilnehmenden zur Themengestaltung werden in den Kurs integriert.

Leitung Bea Etter
dipl. Pflegefachfrau, Mütter-Väterberaterin HFD, dipl. Erziehungsfachfrau AAI/SGIPA, Kursleiterin SRK, Bachblütenberaterin

Kosten CHF 170.–

Dauer 2 Vormittage

Ort SRK Thurgau, Rainweg 3, 8570 Weinfelden

Zeiten	Samstag	27. April 2019	09.00 – 12.00 Uhr
	Samstag	4. Mai 2019	09.00 – 12.00 Uhr

Gesundheit und Wohlbefinden für das Kind

Zielgruppe Eltern, Grosseltern, Gotti, Götti und interessierte Personen

Inhalt Eltern oder Betreuungspersonen sehen sich oft mit Fragen konfrontiert wie „Was fehlt dem Kleinen? Was kann ich tun?“, „Müssen wir zum Arzt oder kann ich noch abwarten?“

Der Kurs soll helfen zu erkennen, wann und wie das Kind mit Hausmitteln selbst kompetent behandelt werden kann oder wann es Zeit ist, den Kinderarzt zu konsultieren.

Die Teilnehmenden

- erkennen anhand von Beispielen der Kindermedizin den Handlungsbedarf (z.B. Kinderkrankheiten, Verbrennungen usw.)
- lernen bewährte Hausmittel und alternative Heilmethoden kennen
- erlernen die effiziente Anwendung der entsprechenden Hausmittel

Fragen und Wünsche der Teilnehmenden zur Themengestaltung werden in den Kurs integriert.

Leitung Bea Etter
dipl. Pflegefachfrau, Mütter- Väterberaterin HFD, dipl. Erziehungsfachfrau AAI/SGIPA, Kursleiterin SRK, Bachblütenberaterin

Kosten CHF 170.–

Dauer 2 Abende

Ort SRK Thurgau, Rainweg 3, 8570 Weinfelden

Zeiten	Dienstag	26. März 2019	19.30 – 22.00 Uhr
	Dienstag	2. April 2019	19.30 – 22.00 Uhr

Babysitting-Kurs SRK

Zielgruppe Jugendliche zwischen 13 und 15 Jahren

Inhalt Tagsüber oder am Abend während einigen Stunden eines oder mehrere Kinder zu hüten, ist eine verantwortungsvolle Tätigkeit. Im Kurs werden Jugendliche auf diese Aufgabe vorbereitet.

Leitung Daniela Guhl-Wolfer, dipl. Pflegefachfrau HF
Myriam Büchler, dipl. Pflegefachfrau HF, Berufsbilderin SVEB I

Kosten CHF 100.–

Dauer 10 Stunden

Ort SRK Thurgau, Rainweg 3, 8570 Weinfelden

Kurs 1	Freitag	11. Januar 2019	17.30 – 21.00 Uhr
	Samstag	12. Januar 2019	08.30 – 16.30 Uhr
Kurs 2	Freitag	5. April 2019	17.45 – 21.00 Uhr
	Samstag	6. April 2019	08.30 – 16.30 Uhr
Kurs 3	Freitag	20. September	17.45 – 21.00 Uhr
	Samstag	21. September	08.30 – 16.30 Uhr

Weitere Kurse werden an verschiedenen Orten im Kanton Thurgau durchgeführt.

Informationen und Unterlagen zu allen Angeboten sind auf unserer Homepage www.srk-thurgau.ch oder im Kurssekretariat erhältlich.

SRK Thurgau, Rainweg 3, 8570 Weinfelden
Telefon 071 626 50 85, kurse@srk-thurgau.ch

chili - Stark im Konflikt

Konflikte gehören zum Leben. Wo immer Menschen zusammenkommen, kann es Verständigungsprobleme und Missverständnisse geben. Streitereien, Ausgrenzung und Gewalt können die Folge davon sein.

chili - ist ein Angebot zur Konfliktbearbeitung und Gewaltprävention. In Kursen und Trainings üben die Teilnehmenden den konstruktiven Umgang mit Konflikten. chili stärkt das Selbstbewusstsein und die Eigenverantwortung der Teilnehmenden.

Kursangebote

Konstruktive Konfliktbearbeitung für Kinder und Jugendliche, für ihre Eltern und Lehrpersonen

Dieses chili-Angebot vertritt einen systemischen Ansatz und bezieht in seinen Angeboten die ganze Schule mit ein, um an einer gemeinsamen Sprache und Haltung zu arbeiten.

chili - Klassentrainings für Kinder und Jugendliche (Trainings von Kindergarten bis Oberstufe und weiterführende Schulen)

Die Kinder und Jugendlichen lernen wie sich in einer Streitsituation Gewalt, auch verbale, verhindern lässt.

chili - Elternarbeit

chili organisiert Informationsveranstaltungen für Eltern. Sie werden auf das Thema Gewaltprävention sensibilisiert und angeleitet, die Konfliktlösestrategien mit den Kindern zu Hause zu üben.

chili - Weiterbildung für Lehrpersonen und Schulgemeinden

Durch die Reflexion der Konfliktkultur im Schulhaus und Team wird die Zusammenarbeit gestärkt und gefördert.

Leitung

Alexa Link, Psychologin MAS, Mediatorin SKM-FSM, Schulsozialpädagogin FH, Berufsschullehrerin FH

Rena Heindel, Pädagogin, Mediatorin, Schulsozialarbeit (CAS)

Informationen und Unterlagen zu den einzelnen Angeboten sind auf unserer Homepage www.srk-thurgau.ch oder im Kurssekretariat erhältlich. Telefon 071 626 50 85, kurse@srk-thurgau.ch

Hausmittel von Kopf bis Fuss

Zielgruppe alle interessierten Personen

Inhalt Die Teilnehmenden lernen verschiedenste Hausmittel und Anwendungen aus dem Bereich der Naturheilkunde kennen. Die Anwendungen (Wickel etc.), Tipps und Rezepturen sind sehr praxisbezogen und werden am Kurs-tag in Theorie und Praxis besprochen und angewendet. Themen sind allgemeine Befindlichkeitsstörungen von Kopf bis Fuss, z.B. Schnupfen, Husten, Ohrenschmerzen, Muskelkater, Verdauungsstörungen, Pilzbefall, Läuse etc.

- Kennenlernen und Verstehen der Wirkungsmechanismen der einzelnen Anwendungen
- Erkennen der Grenzen dieser «Hausmittel»
- Praktisches Anwenden der entsprechenden Hausmittel

Der Kurs zeigt Möglichkeiten auf, wie mit erstaunlich einfachen Massnahmen akute und chronische Alltagsstörungen beseitigt oder zumindest gelindert werden können. Selbstverständlich werden im Kurs nach Möglichkeit auch Themen der Teilnehmenden berücksichtigt.

Die Bereitschaft zur Selbsterfahrung ist Voraussetzung für eine erfolgreiche Kursteilnahme.

Leitung Heidi Schönenberger
eidg. dipl. und kant. appr. Heilpraktikerin AR, Trogen, Prüfungsexpertin
Kanton AR, Dozentin, Präsidentin der OdA Alternativmedizin Schweiz

Kosten CHF 170.–

Dauer 1 Tag

Ort SRK Thurgau, Rainweg 3, 8570 Weinfelden

Zeiten Mittwoch 14. August 2019 09.00 – 16.30 Uhr

Achtsamkeitstraining mit und auf dem Pferd

Zielgruppe Personen, welche Stress ausgesetzt sind und auf natürliche Weise etwas für ihre Gesundheit tun möchten.

Inhalt Das Pferd repräsentiert Kraft, Mut, Würde, Schönheit, Durchhaltevermögen und Widerstandsfähigkeit. Pferde reagieren vor allem auf unsere Gefühle und helfen uns sie wahrzunehmen und bewusst einzusetzen, zum Beispiel über Anspannung und Entspannung. Sie führen uns immer wieder zurück zu unserem Körper, erinnern uns an die Sprache unseres Körpers und wie sie zusammenhängt mit unseren Emotionen und Gedanken.

Die Konzentration auf Wünsche, Ziele und Ressourcen zielen darauf ab, die Selbstwirksamkeit der Teilnehmenden zu aktivieren und auszubauen.

Stressmanagement und Resilienz Erfahrung auf angenehme und naturverbundene Weise mit Begleitung erleben.

- Achtsamer Umgang mit dem Pferd und mit sich selber
- Üben von nonverbaler und verbaler Kommunikation beim Führen
- Entspannungsübungen und Atemübungen mit und auf dem Pferd
- Wahrnehmungsförderung aller Sinne, Kräfte sammeln, neue Perspektive sehen und Freude erleben

Leitung Gabi Sieger
dipl. Pflegefachfrau HF, Ausbilderin FA, Reittherapeutin IPTH

Kosten CHF 190.– inkl. Mittagessen und Pausenverpflegung

Dauer 1 Tag

Ort Schönenbaumgarten TG, genau Adresse wird bei Anmeldung bekannt gegeben.

Zeiten Samstag 4. Mai 2019 09.00 – 16.00 Uhr
Ausweichdatum bei schlechter Witterung: Samstag, 11. Mai 2019

Erste-Hilfe-Kurse für psychische Gesundheit

Zielgruppe Alle Interessierten, insbesondere Personen, die Angehörige, Freunde oder Arbeitskollegen mit psychischen Problemen unterstützen möchten

Inhalt Wenn bei einer Person psychische Probleme auftreten, ein bestehendes psychisches Problem schlimmer wird oder eine akute Krise eintritt, sind Angehörige, Freunde oder Arbeitskollegen besonders gefordert. Sie können Probleme oder Krisen früh erkennen und der betroffenen Person Erste Hilfe leisten oder in Krisen beistehen.

Im Kurs lernen die Teilnehmenden dies anhand des Aktionsplans für psychische Gesundheit. Mit praktischen Fallbeispielen werden die Massnahmen geübt.

Erste Hilfe für Psychische Gesundheit beinhaltet: Sich der betroffenen Person annähern, ihr beistehen, sie ganzheitlich unterstützen und informieren, sie zu professioneller Hilfe ermutigen und weitere Ressourcen aktivieren.

- Aneignen von Grundwissen über verschiedene psychische Probleme und Krisen
- Erkennen und Einschätzen von psychischen Problemen und Krisen
- Lernen und Anwenden des Aktionsplans für psychische Gesundheit

Leitung **Bianca Indino**, erste Hilfe-Instruktorin psych. Gesundheit, Instruktorin MHFA, Ausbilderin FA

Yvonne Leist, erste Hilfe-Instruktorin psych. Gesundheit, Fachtherapeutin Psychotraumatologie

Manuela Müggler, erste Hilfe-Instruktorin psych. Gesundheit, dipl. Pflegefachfrau HöFa I, Ausbilderin FA

Gabi Sieger, erste Hilfe-Instruktorin psych. Gesundheit, dipl. Pflegefachfrau HF, Ausbilderin FA

Kosten CHF 380.– mit Lehrmittel, Zertifikat und Ausweis

Dauer 12 Stunden (4x3 Stunden)

Ort SRK Thurgau, Rainweg 3, 8570 Weinfelden

Zeiten Kurs 1: Sa. 9. März / Sa. 16. März / Sa. 23. März / Sa. 30. März 2019
Kurs 2: Mi. 3. April / Mi. 10. April / Mi. 17. April / Mi. 24. April 2019
Kurs 3: Do. 5. Sept. / Do. 12. Sept. / Do. 19. Sept. / Do. 26. Sept. 2019
Kurs 4: Sa. 2. Nov. / Sa. 09. Nov. / Sa. 16. Nov. / Sa. 23. Nov. 2019
Kurs 1 und 4 jeweils 09.00 – 12.00 Uhr
Kurs 2 und 3 jeweils 18.30 – 21.30 Uhr

Fitness im Kopf

Zielgruppe Seniorinnen, Senioren und interessierte Personen

Inhalte Können Sie sich Namen schlecht merken? Vergessen Sie öfters mal, wo Sie einen Gegenstand abgelegt haben? Geistige Wendigkeit lässt sich genauso wie körperliche Beweglichkeit bis ins hohe Alter trainieren. Sinnvolles Gehirntraining fördert gezielt verschiedene Hirnfunktionen. Die Merkfähigkeit, Konzentration, das Erinnerungsvermögen sowie kreatives Denken werden durch Gedächtnistraining gesteigert.

Leitung Jürg Hopfengärtner
Gedächtnistrainer SVGT

Rahel Hopfengärtner
Gedächtnistrainerin SVGT, dipl. Rückentrainerin, dipl. Beckenbodentrainerin, dipl. Fitness Instruktorin, Gesundheitsmasseurin

Kosten Die Kursnachmittage zum Thema Sicherheit im Alter verstehen sich als Spezialangebot vom SRK Thurgau. Die Module können einzeln gebucht werden oder alle zusammen.

Einzel-Modul	CHF	60.–
alle Module	CHF	240.–

Kosten für Freiwillige oder Mitglieder vom SRK Kanton Thurgau

Einzel-Modul	CHF	40.–
alle Module	CHF	160.–

Dauer 1 Nachmittag

Ort SRK Thurgau, Rainweg 3, 8570 Weinfelden

Zeit Dienstag 9. April 2019 14.00 – 17.00 Uhr

Selbstschutz und Selbstsicherheit im Alter

Zielgruppe Seniorinnen, Senioren und interessierte Personen

Inhalt Mit zunehmendem Alter und nachlassender Körperkraft kann das persönliche Sicherheitsgefühl abnehmen. Abends geht man nicht mehr gerne aus dem Haus, fühlt sich unsicher an Bahnhöfen, meidet abgelegene Wege. In den Medien hört man von Handtaschendiebstahl und Überfälle auf betagte Menschen. Wir setzen uns bewusst mit beängstigenden Situationen in und ausser Haus auseinander und suchen Lösungen dafür. An diesem Nachmittag können individuelle Fragen oder Situationen besprochen werden.

Die Teilnehmenden

- lernen wie sie in bedrohlichen Situationen effektiv Hilfe holen oder bekommen
- wie sie sich verbal oder körperlich abgrenzen können
- lernen wie sich körperlich schützen können

Leitung Barbara Holzer
Trainerin Selbstverteidigung, Gesamtleitung WoA
Yvonne Leist
Pflegefachfrau Psychiatrie, Trainerin Selbstverteidigung i.A.

Kosten Die Kursnachmittage zum Thema Sicherheit im Alter verstehen sich als Spezialangebot vom SRK Thurgau. Die Module können einzeln gebucht werden oder alle zusammen.

Einzel-Modul	CHF	60.–
alle Module	CHF	240.–

Kosten für Freiwillige oder Mitglieder vom SRK Kanton Thurgau

Einzel-Modul	CHF	40.–
alle Module	CHF	160.–

Dauer 1 Nachmittag

Ort SRK Thurgau, Rainweg 3, 8570 Weinfelden

Zeit Mittwoch 10. April 2019 14.00 – 17.00 Uhr

Stimmbildung und Auftrittskompetenz

Zielgruppe Seniorinnen, Senioren und interessierte Personen

Inhalte Unter fachkundiger Leitung haben die Teilnehmenden die Möglichkeit ihre Stimme zu schulen und damit die sprachlichen und gesanglichen Fähigkeiten nachhaltig zu verbessern, sowie grössere Sicherheit im Auftreten zu erlangen.

Themen des Kurses sind

- Arbeit an der Körperhaltung
- Verbesserung der Atmung
- Aufbau der Stimme
- Resonanzen einsetzen
- Sprechtechnik und Aussprache
- Gemeinsames Sprechen und Singen
- Verbesserung der Auftrittskompetenz

Der Stoff wird kurzweilig und interessant vermittelt und schliesslich zu einem klingenden Ganzen zusammengefügt.

Leitung Paul Steiner
Sänger, Gesangspädagoge, Chorleiter

Kosten Die Kursnachmittage zum Thema Sicherheit im Alter verstehen sich als Spezialangebot vom SRK Thurgau. Die Module können einzeln gebucht werden oder alle zusammen.

Einzel-Modul	CHF	60.–
alle Module	CHF	240.–

Kosten für Freiwillige oder Mitglieder vom SRK Kanton Thurgau

Einzel-Modul	CHF	40.–
alle Module	CHF	160.–

Dauer 1 Nachmittag

Ort Evangelisches Kirchgemeindehaus, Kirchgasse 2, 8570 Weinfelden

Zeit Donnerstag 11. April 2019 14.00 – 17.00 Uhr

Altbekanntes und Neues im Strassenverkehr

Zielgruppe Seniorinnen, Senioren und interessierte Personen

Inhalte Die heutige Situation auf den Strassen stellt oft nicht nur für ältere Menschen eine Herausforderung dar. Hohes Verkehrsaufkommen, Kreisverkehr, Velofahrer, Fussgänger – die Fahrprüfung liegt schon Jahre zurück.

Im Kurs werden das aktuelle Wissen vermittelt und individuelle Fragen der Teilnehmenden werden beantwortet.

Die Teilnehmenden gewinnen Sicherheit im Umgang mit der heutigen Situation im Strassenverkehr.

Themen des Kurses sind

- Verhalten im Kreisverkehr
- Rechtsvortritt: Ist der erste Eindruck immer richtig?
- Analyse von verschiedenen Situationen
- Neuerungen in der Verkehrsregelung

Leitung Walter Zwyssig
Fahrlehrer, Fahrschule AMZ, Fahrberater SRK Thurgau

Kosten Die Kursnachmittage zum Thema Sicherheit im Alter verstehen sich als Spezialangebot vom SRK Thurgau. Die Module können einzeln gebucht werden oder alle zusammen.

Einzel-Modul	CHF	60.–
alle Module	CHF	240.–

Kosten für Freiwillige oder Mitglieder vom SRK Kanton Thurgau

Einzel-Modul	CHF	40.–
alle Module	CHF	160.–

Dauer 1 Nachmittag

Ort SRK Thurgau, Rainweg 3, 8570 Weinfelden

Zeit Freitag 12. April 2019 14.00 – 17.00 Uhr

Inhouse - Schulungen

Wir kommen zu Ihnen

Unsere Bildungsangebote bieten wir Ihnen auch in der Institution an, massgeschneidert auf Ihre Bedürfnisse.

Nehmen Sie mit uns Kontakt auf. Gerne unterbreiten wir Ihnen eine unverbindliche Offerte.

Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton Thurgau
Rainweg 3
8570 Weinfelden

kurse@srk-thurgau.ch
www.srk-thurgau.ch

Umgang mit Verlust, Abschied und Trauer

Trennungen und Abschiede gehören zu unserem Leben. Wir kennen den Schmerz, die Trauer, die der Verlust von einem uns nahestehenden Menschen mit sich bringen. Der Tod ist die radikalste Form der Trennung. Wir erleben im Alltag das Abschiednehmen, den Verlust auch bei einer örtlichen oder persönlichen Trennung oder in einer speziellen Form auch bei einer demenziellen Erkrankung.

Vom 5. November bis zum 7. November 2019 finden verschiedene Anlässe rund um die Themen Verlust, Abschied und Trauer statt. Die Anlässe werden durch das SRK Thurgau organisiert und von *palliative ostschweiz* partnerschaftlich begleitet.

Die detaillierten Angaben über die Anlässe erhalten Sie zu einem späteren Zeitpunkt.

Informieren Sie sich dazu auch auf unserer Webseite, Sie finden dort Angaben zu unserem aktuellen Bildungsangebot.

Übersicht der Rotkreuz-Dienstleistungen

Bildung

Bildungsangebote in der Gesundheitsförderung

Telefon 071 626 50 85

Rotkreuz-Notruf

Sicherheit rund um die Uhr

Telefon 071 626 50 84

Rotkreuz-Fahrdienst

Menschlichkeit macht mobil

Telefon 071 626 50 87

Kinderbetreuung zu Hause

Rettungsanker in der Not

Telefon 071 626 50 83

Entlastungsdienst für pflegende Angehörige

Durchatmen und Kraft schöpfen

Telefon 071 626 50 83

Ergotherapie

Für Erwachsene und Kinder – handlungsfähig werden, teilhaben können

Telefon 071 622 88 25

Jugendrotkreuz Thurgau

Freiwillig und sozial engagieren

Telefon 071 626 50 94

Besuchs- und Begleitdienst

Menschen brauchen Menschen

Telefon 071 622 88 29

Sturzprävention

Wir lassen Sie nicht fallen

Telefon 071 622 88 25

Patientenverfügung SRK

Vorsorgeauftrag SRK

Damit Ihr Wille zählt

Telefon 071 626 50 83

Das Schweizerische Rote Kreuz setzt sich seit über 150 Jahren für mehr Menschlichkeit ein.

Der Mensch, seine Gesundheit und seine soziale Würde stehen im Mittelpunkt unserer Arbeit. Mit unseren Rotkreuz-Dienstleistungen helfen wir Menschen in schwierigen Lebenssituationen, fördern die Gesundheit und unterstützen die soziale Integration.

Partnerorganisationen des SRK



Die Samaritervereine des Kantons Thurgau führen im 2019 wieder folgende Kurse durch:

- Nothilfekurs (NHK) – erste Hilfe für Führerausweiserwerbende
Neu mit Blended Learning, somit kann der Kurs in einem Tag besucht werden
- BLS - AED – Jede Minute zählt bei einem Herznotfall
- Nothilfe bei Kleinkindern (NFK) – Ein Kurs für Mütter, Väter und Betreuungspersonen
- Ersthelfer Stufe 1 bis 3 IVR inkl. Refresher
- CZV - Kurse für Berufsschauffeure
- Häusliche Pflege bei Ansteckungsgefahr / Vorsorge und Selbsthilfe
- Firmenkurse – Erste Hilfe hilft nicht nur Leben retten, sie hilft auch Kosten sparen!

Weitere Infos unter: www.samariterverband-thurgau.ch

Mail: sekretariat@samariter-thurgau.ch oder Tel.: 071 620 10 22

Seit 20 Jahren **DAS** Gesundheits-
Fachgeschäft in Weinfelden
mit Kompetenz und Charme!



AEMISEGGER
APOTHEKE · DROGERIE · PARFÜMERIE

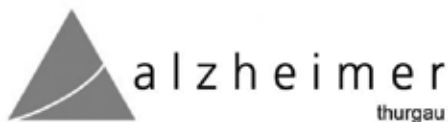


Marktplatz 3 · 8570 Weinfelden
Telefon 071 622 40 77 · Fax 071 622 13 12
www.aemisegger-apotheke.ch

Gesundheit fördern – Krankheiten vorbeugen

**Geschäftsstelle
Alzheimer Thurgau**

Bankplatz 5
8500 Frauenfeld
052 721 32 54
info.tg@alz.ch



Wir setzen uns dafür ein, dass Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen die nötige Unterstützung und Entlastung erhalten.

Anlaufstellen Demenz

Persönliche Beratung für Ihre individuellen Fragen, an acht Standorten im Kanton Thurgau. Gerne vereinbaren wir mit Ihnen einen Termin per Telefon oder E-Mail.
071 626 55 44
anlaufstellen@alz.ch

www.alz.ch/tg



Die freiwilligen Begleiterinnen und Begleiter des Hospizdienstes Thurgau begleiten Erwachsene, Kinder und Jugendliche auf ihrem Krankheitsweg. Wo Angehörige, Bezugspersonen und pflegende Dienste mit ihrer Zeit und ihren Kräften an Grenzen gelangen, bringt der Hospizdienst in enger Zusammenarbeit mit den Fachorganisationen Entlastung.

Geschäftsstelle
Bahnhofstrasse 5, 8570 Weinfelden
Telefon 071 940 07 90
info@hospizdienst-thurgau.ch
www.hospizdienst-thurgau.ch



**DREI STANDORTE – EIN ZIEL!
IHRE GESUNDHEIT IST BEI UNS
IN BESTEN HÄNDEN!**



PHYSIOMOVES

Anfang 2017 wurde aus der Physiotherapie Altstadt/Sunnwies die jetzige Physiomoves AG. Mittlerweile arbeiten wir in Weinfelden und Tobel an drei verschiedenen Standorten für Ihre Gesundheit. Unser Ziel ist es, Sie bei ihren medizinischen und persönlichen Anliegen zu unterstützen, zu begleiten und zu beraten.

**NEHMEN SIE MIT UNS KONTAKT AUF
FÜR EINE UNVERBINDLICHE BERATUNG**

PHYSIOMOVES ALTSTADT

Bahnhofstrasse 15, 8570 Weinfelden

Telefon: +41 71 622 85 44, E-Mail: info@physiomoves.ch

PHYSIOMOVES SUNNEWIES

Höhenstrasse 12, 9555 Tobel

Telefon: +41 71 571 40 60, E-Mail: info@physiomoves.ch

ORTHOPHYSIO WEINFELDEN

Rathausstrasse 17, 8570 Weinfelden

Telefon: +41 71 571 40 70, E-Mail: weinfelden@orthophysio.ch

naropa reha

für ihr wohlbefinden

Pflegebetten

Bade-/Duschhilfen

Gehhilfen

Rollstühle

Elektroscooter

Umlagerungshilfen

Unser Name steht für ein abgerundetes Programm im Rehabilitations- und Pflegebereich.

Naropa Reha AG

Hauptstrasse 82a

9422 Staad

T +41 (0)71 845 24 04

www.naropa-reha.ch



Im Alter zu Hause leben



Heimelig Betten möchte, dass Sie sich zuhause fühlen. Wir beraten Sie gerne und umfassend und übernehmen die erforderlichen administrativen Aufgaben mit den Kostenträgern. Heimelig Betten liefert schnell und zuverlässig, damit Sie Ihren Alltag zuhause weiterhin geniessen können.



Vermietung & Verkauf

Telefon 365 Tage persönlich besetzt

heimelig betten AG

8280 Kreuzlingen

Tel. ★ 071 672 70 80

www.heimelig.ch



Allgemeine Geschäftsbedingungen

**Informationen
und
Kontakt** SRK Thurgau, Rainweg 3, 8570 Weinfelden
Tel. 071 626 50 85
kurse@srk-thurgau.ch, www. srk-thurgau.ch

**Zahlungsbedin-
gungen** Nach Ihrer Anmeldung zu einem Kurs oder Lehrgang erhalten Sie eine Bestätigung und die Rechnung für den Gesamtbetrag des Kursgeldes. Der darin aufgeführte Zahlungstermin ist verbindlich. Die Anmeldung verpflichtet Sie zur Bezahlung des Kursgeldes.

Durchführung Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eintreffens berücksichtigt. Bei ungenügender Teilnehmerzahl wird der Kurs oder Lehrgang in der Regel abgesagt.

Bestätigung Eine Kursbestätigung wird bei einer Präsenz von mindestens 90% abgegeben.

**Abmeldungen
und
Umbuchungen** Lehrgang Pflegehelfer/-in SRK
Abmeldungen bis 20 Arbeitstage vor Beginn haben zur Folge, dass Ihnen das bezahlte Kursgeld mit Ausnahme der Anmeldegebühr zurückerstattet wird. Die Anmeldegebühr wird nicht zurückerstattet. Bei späterer Abmeldung ist das gesamte Kursgeld geschuldet, ebenso bei Fernbleiben vom Lehrgang.

Andere Angebote

Bis 10 Arbeitstage vor Beginn können Sie sich ohne Kostenfolge abmelden. Bei einer Abmeldung nach Ablauf dieser Frist oder bei Fernbleiben vom Kurs sind die gesamten Kurskosten geschuldet.

Versicherung Versicherung ist Sache der Kursteilnehmer/-innen

Anmeldung

Ich melde mich definitiv für folgenden Kurs an:

Kurstitel _____

Kurs-Datum _____

Vorname, Name _____

Strasse _____

PLZ/Ort _____

Geburtsdatum _____ **Telefon** _____

E-Mail Adresse _____

Ich bin Pflegehelfer/-in SRK

Ich arbeite in der Pflege

Datum _____ **Unterschrift** _____

Besuchen Sie die Homepage
für unsere Dienstleistungen und
aktuellen Bildungsangebote:

www.srk-thurgau.ch

www.redcross-edu.ch

Bitte
frankieren

Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton Thurgau
Rainweg 3
8570 Weinfelden

Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton Thurgau
Bereich Bildung
Rainweg 3
8570 Weinfelden
Telefon 071 626 50 85

kurse@srk-thurgau.ch
www.srk-thurgau.ch



Für Ihre Unterstützung
danken wir herzlich.

PC 85-702169-6
CH77 0900 0000 8570 2169 6

Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton Thurgau

