

# Kursprogramm 2022

## Wissen fürs Leben



*«Eine professionelle Schulung für unsere Betreuer ist eine wichtige Voraussetzung, um die Pflegeinstitutionen in Notsituationen unterstützen zu können. Mit grossem Engagement stellte das Schweizerische Rote Kreuz (SRK) Kanton Aargau einen massgeschneiderten Kurs zusammen. Unter dem Titel «Einführung in pflegerische Tätigkeiten» wurden Themen wie «Hygiene», «Essen und Trinken im Alter» oder auch «Mobilisation» behandelt. Boris Grumbt, Ausbilder SRK Kanton Aargau, gestaltete den Unterricht praxisnah und motivierend und bereitete die Teilnehmenden umfassend auf das anschliessende Praktikum vor.»*

*Gregor Müller, Zivilschutzkommandant ZSO aargauSüd*

### **Massgeschneiderte Kurse**

Das SRK Kanton Aargau bietet massgeschneiderte Kurse für Heime, Vereine und Schulen an.

### **Informationen**

Telefon 062 835 70 47  
kurse@srk-aargau.ch

# Vorwort

*Liebe Leserin, lieber Leser*

*Die psychische Gesundheit ist eine wichtige Grundlage für ein positives Empfinden. Mit einer gesunden Psyche fühlt sich der Mensch wohl. Er kann sich weiterentwickeln und am sozialen Leben aktiv teilnehmen.*

*Jede zweite Person in der Schweiz erleidet mindestens einmal im Leben eine psychische Erkrankung, die behandlungsbedürftig ist.*

*Genau dort setzt das SRK Kanton Aargau an. Mit den beiden neuen Kursen «Betreuung von Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen» und «Erste Hilfe für psychische Gesundheit» erweitern wir unser vielseitiges Kursprogramm.*

*Unsere eduQua-zertifizierten Kurse und Vorträge richten sich nicht nur an das Pflegepersonal, sondern auch an die breite Bevölkerung aller Altersgruppen. Die Kurse aus den Fachthemen Pflege und Gesundheit, Sterbebegleitung, Eltern, Familie und Jugendliche weisen einen hohen Praxisbezug auf und orientieren sich stets an neusten Erkenntnissen und Entwicklungen. Mit unserem Angebot bieten wir Ihnen die Möglichkeit, sich auf diverse Herausforderungen jeder Lebensphase (beispielsweise die Betreuung von Angehörigen) vorzubereiten oder darauf zu reagieren.*

*Für Auskünfte oder eine persönliche Beratung stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung. Wir freuen uns auf Ihren Kursbesuch!*

Schweizerisches Rotes Kreuz  
Kanton Aargau



*Regula Kiechle*

Regula Kiechle  
Geschäftsführerin



*D. Priori*

Daniela Priori  
Leiterin Bildung

# Inhaltsverzeichnis

Pflegehelfer/-in SRK	Informationsveranstaltung «Pflegehelfer/-in SRK»	4
	Lehrgang «Pflegehelfer/-in SRK»	5
	«Pflegehelfer/-in SRK» – Lernforum	6
	Deutsch für fremdsprachige Pflegende – Basiskurs	7
Pflege und Gesundheit	Zertifikat «Pflegehelfer/-in SRK Langzeitpflege»	8
	Zertifikat «Demenzbetreuung SRK Kanton Aargau»	9
	Validation nach Feil® – Grundkurs <sup>**/**</sup>	10
	Validation nach Feil® – Vertiefungstag	11
	Biografiearbeit – der Schlüssel zur individuellen Pflege <sup>**/**</sup>	12
	Ethik in der Pflege <sup>**</sup>	13
	Wenn alles nur noch grau erscheint – Depression im Alter	14
	Schlaganfall – Pflegeschwerpunkte <sup>*</sup>	15
	Wie schreibe ich Pflegeberichte? <sup>**</sup>	16
	Basale Stimulation® – Basiskurs <sup>**/**</sup>	17
	Kinaesthetics® – Grundkurs <sup>**</sup>	18
	<i>NEU</i> Umgang mit Sexualität im Pflege- und Betreuungsalltag	19
	Gewaltfrei kommunizieren – ohne Streit Gehör verschaffen <sup>*</sup>	20
	Vorbeugen statt Ausbrennen – Burnout Prophylaxe	21
	Kurzaktivierung im Alltag <sup>**/**</sup>	22
	Das Einmaleins der Medikamentenlehre – Grundlagenmodul	23
	Das Einmaleins der Medikamentenlehre – Vertiefung A	24
	Das Einmaleins der Medikamentenlehre – Vertiefung B	25
	Resilienz – das Immunsystem der Seele	26
	Notfallsituationen in der Pflege und Erste Hilfe <sup>**</sup>	27

<b>Pflege und Gesundheit</b>	Demenzkranke Menschen betreuen – eine anspruchsvolle Aufgabe***	28
	Demenz – herausforderndes Verhalten*	29
	<i>NEU</i> Freude am Essen trotz Krankheit oder Alter	30
	Aktivierung und Betreuung von Männern	31
	<i>NEU</i> Erste Hilfe für psychische Gesundheit – ein Kurs für Laien	32
	<i>NEU</i> Betreuung von Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen – Basismodul	33
	<i>NEU</i> Betreuung von Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen – Vertiefungskurs	34
	<b>Begleitung und Pflege zu Hause</b>	Angehörige pflegen – die ersten Schritte
	Angehörige betreuen – demenzkranke Menschen	37
<b>Sterbebegleitung</b>	Passage – ein Lehrgang in Palliative Care**	38
	Patientenverfügung SRK – Vortrag	40
<b>Eltern/Familie</b>	Säuglingspflege – ein Kurs für werdende Eltern	41
	<i>NEU</i> Die motorische Entwicklung des Kleinkindes unterstützen	42
	Notfälle bei Kleinkindern	44
<b>Babysitter/-in SRK</b>	Babysitting – ein Vertrauensjob	45
	Hilfe, ein Notfall! Was kann ich tun?	46
<b>Freiwillige</b>	Kursangebote für Freiwillige des SRK Kanton Aargau	48
	Kurse von BENEVOL Aargau	51
<b>Lageplan Rotkreuz-Haus</b>		52
<b>Anmeldebedingungen und -talon</b>		Umschlag

\* Wahlmodul zum Zertifikat «Pflegehelfer/-in Langzeitpflege SRK»

\*\* Pflichtmodul zum Zertifikat «Pflegehelfer/-in Langzeitpflege SRK»

\*\*\* Modul zum Zertifikat «Demenzbetreuung SRK Kanton Aargau»

## Pflegehelfer/-in SRK

### Informationsveranstaltung «Pflegehelfer/-in SRK»

An der Informationsveranstaltung «Pflegehelfer/-in SRK» werden die wichtigsten Aspekte dieses Lehrgangs erläutert. Der Besuch der kostenlosen Informationsveranstaltung ist eine zwingende Voraussetzung für die Aufnahme in den Lehrgang.

---

Inhalte/Ziele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Aufbau des Lehrgangs</li><li>• Aufnahmevoraussetzungen</li><li>• Ziele und Anforderungen</li><li>• Kosten und Zahlungsbedingungen</li></ul>
Besonderes	Die Informationsveranstaltung muss im Kanton Aargau besucht werden.
Zielgruppen	Interessierte (Mindestalter 18 Jahre)
Dauer	1 x 2 Stunden
Kosten	Die Informationsveranstaltung ist kostenlos.
Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
Anmeldung	Bitte melden Sie sich online an oder kontaktieren Sie uns unter 062 835 7047.
Daten	<a href="http://www.srk-aargau.ch/pflegehelfer-srk">www.srk-aargau.ch/pflegehelfer-srk</a>

---

## Pflegehelfer/-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. Der Besuch des Lehrgangs (inkl. das Absolvieren eines Praktikums) befähigt die Teilnehmenden, im Auftrag von Pflegefachpersonen, 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.

---

Inhalte/Ziele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Hygiene und Sicherheit</li><li>• Pflege und Betreuung</li><li>• Krisen und Notfall</li><li>• Gesundheitsförderung</li><li>• Alltagsgestaltung</li></ul>
---------------	---

---

Zielgruppen	Interessierte (Mindestalter 18 Jahre)
-------------	---------------------------------------

---

Bedingungen	<ul style="list-style-type: none"><li>• Bereitschaft und Interesse am Umgang mit hilfs- und pflegebedürftigen Menschen, insbesondere älteren Menschen</li><li>• Bereitschaft zur Zusammenarbeit in einem Team</li><li>• Verstehen des deutschschweizer Dialektes</li><li>• Fähigkeit sich in Deutsch mündlich und schriftlich verständlich auszudrücken (Sprachniveau Deutsch B1)</li><li>• Gute körperliche, geistige und seelische Gesundheit</li><li>• Vor der Kursanmeldung muss die Informationsveranstaltung im Kanton Aargau besucht werden</li></ul>
-------------	--

---

Dauer	120 Stunden Theorie, im Anschluss 12 Tage Praktikum in einer Institution mit pflegebedürftigen Bewohnern
-------	--

---

Kosten	CHF 2450.– (inkl. Kursunterlagen und Zertifikat)
--------	--

---

Daten und Orte	<a href="http://www.srk-aargau.ch/pflegehelfer-srk">www.srk-aargau.ch/pflegehelfer-srk</a>
----------------	--

---

## Pflegehelfer/-in SRK

### «Pflegehelfer/-in SRK» – Lernforum

Das Lernforum ist ein Ergänzungs- und Vertiefungsangebot zum Lehrgang «Pflegehelfer/-in SRK». Diese Lernbegleitung findet parallel zu den Lehrgängen statt. Dabei können Unklarheiten und Fragen geklärt wie auch der Unterrichtsstoff individuell vertieft werden. Anmeldeformular wird direkt im Lehrgang Pflegehelfer/-in SRK abgegeben.

---

Inhalte/Ziele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Umgang mit den Unterrichtsunterlagen</li><li>• Vertiefung des Unterrichtsstoffes nach individuellem Bedarf</li><li>• Klärung von Fragen und Unklarheiten</li><li>• Kennen von Lern- und Arbeitstechniken, die Sie bei der Stoffverarbeitung und Erweiterung des Fachwortschatzes unterstützen</li><li>• Vorbereitung auf Lernkontrollen</li></ul>
---------------	---

---

Zielgruppen	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kursteilnehmende, die sich eine unterstützende Lernbegleitung wünschen.</li></ul>
-------------	---

---

Dauer	Einstieg jederzeit möglich
-------	----------------------------

---

Kosten	<ul style="list-style-type: none"><li>• CHF 30.– pro Treffen für Privatpersonen</li><li>• CHF 200.– für 5 Treffen wenn von die Kosten von einer Institution übernommen werden. Weitere Treffen werden zusätzliche in Rechnung gestellt</li><li>• Bei nicht erscheinen werden die Stunden in Rechnung gestellt</li></ul>
--------	---

---

Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
---------	----------------------

---

Kursreferenten	Kursleitende Lehrgang Pflegehelfer/-in SRK
----------------	--

---

Daten	Kurs 1: 17.01. / 24.01. / 31.01. / 07.02. / 14.02. / 21.02. / 28.02. / 07.03. / 14.03. / 21.03. / 28.03. / 04.04. / 25.04. / 02.05. / 09.05. / 16.05. / 23.05. / 30.05. / 13.06. / 20.06. / 27.06. / 04.07.2022
-------	---

---

	Kurs 2: 15.08. / 22.08. / 29.08. / 05.09. / 12.09. / 19.09. / 26.09. / 24.10. / 31.10. / 07.11. / 14.11. / 21.11. / 28.11. / 05.12. / 12.12.2022
--	--

---

Zeit	17.30–19.30 Uhr
------	-----------------

---



## Pflegehelfer/-in SRK

### Deutsch für fremdsprachige Pflegende – Basiskurs

Dieser Kurs ist ein arbeitsplatzbezogenes Deutschlernangebot für fremdsprachige Personen, die schon in der Pflege tätig sind oder in den Lehrgang «Pflegehelfer/-in SRK» einsteigen möchten. Das Sprachverständnis in Schriftsprache und im Schweizer Dialekt wird verbessert.

---

Inhalte/Ziele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Fachbegriffe aus der Pflege</li><li>• Erweiterung der Deutschkenntnisse auf dem Kompetenzprofil B1</li><li>• Berufsspezifisches Vokabular</li></ul>
Zielgruppen	Interessierte, die in das Berufsfeld Pflege einsteigen möchten oder ihr arbeitsbezogenes Deutsch für den Pflegeberuf verbessern wollen.
Bedingungen	Ihre Deutschkenntnisse müssen sich zu Kursbeginn auf dem GER-Kompetenzprofil B1 bewegen. Die Anmeldung erfolgt über das vorgesehene Anmeldeformular. Anschliessend erhalten Sie einen Termin für den Deutschtest. Definitive Zulassung zum Kurs erfolgt nach dem bestandenen Deutschtest.
Dauer	24 × 2.5 Stunden (60 Lektionen)
Kosten	<ul style="list-style-type: none"><li>• CHF 400.– für Privatpersonen</li><li>• CHF 800.– für Institutionen</li></ul>
Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
Kursreferent	Kursleiter/-in von der «machbar Bildungs-GmbH»
Daten	Kurs 1: 11.01. / 13.01. / 18.01. / 20.01. / 25.01. / 27.01. / 15.02. / 17.02. / 22.02. / 24.02. / 01.03. / 03.03. / 08.03. / 10.03. / 15.03. / 17.03. / 22.03. / 24.03. / 29.03. / 31.03. / 05.04. / 07.04. / 26.04. / 28.04.2022  Kurs 2: 16.08. / 18.08. / 23.08. / 25.08. / 30.08. / 01.09. / 06.09. / 08.09. / 13.09. / 15.09. / 20.09. / 22.09. / 27.09. / 29.09. / 18.10. / 20.10. / 25.10. / 27.10. / 01.11. / 03.11. / 08.11. / 10.11. / 15.11. / 17.11.2022
Zeit	18.00–20.30 Uhr

---

## Pflege und Gesundheit

### Zertifikat «Pflegehelfer/-in SRK Langzeitpflege» (Modullehrgang)

Sie sind in der Langzeitpflege tätig und bilden sich laufend weiter, um auf dem neuesten Stand zu bleiben? Wir bieten Ihnen das Zertifikat des Lehrganges «Pflegehelfer/-in SRK Langzeitpflege» an. Durch den Besuch verschiedener Module belegen Sie, dass Sie wichtige Elemente der pflegerischen Arbeit von betagten und dementen Menschen beherrschen.

---

<b>Inhalte/Ziele</b>	<b>Pflichtmodule (mind. 118 Stunden) sind im Kursprogramm mit ** gekennzeichnet:</b>
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Grundkurs Validation Richards® oder Feil® (mind. 16 Stunden) Seite 10</li><li>• Ethik in der Pflege (6 Stunden) Seite 13</li><li>• Pflegedokumentation (6 Stunden) Seite 16</li><li>• Basale Stimulation® in der Pflege (mind. 18 Stunden) Seite 17</li><li>• Kinästhetics® Grundkurs (mind. 24 Stunden) Seite 18</li><li>• Erste Hilfe (6 Stunden) Seite 27</li><li>• Palliative Care (mind. 42 Stunden) Seite 35</li></ul>

---

**Wahlmodule (mind. 18 Stunden) sind im Kursprogramm mit  
\* gekennzeichnet:**

- Biografiearbeit – der Schlüssel zur indiv. Pflege (6 Stunden) Seite 12
- Schlaganfall – Pflegeschwerpunkte Seite 15
- Gewaltfrei kommunizieren (6 Stunden) Seite 20
- Kurzaktivierung (6 Stunden) Seite 22
- Demenz – herausforderndes Verhalten (7 Stunden) Seite 29

---

<b>Zielgruppen</b>	<b>Pflegehelfer/-in SRK</b>
--------------------	-----------------------------

- 
- |                    |  |
|--------------------|--|
| <b>Bedingungen</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Zertifikat «Pflegehelfer/-in SRK»</li><li>• Besuch der sieben Pflichtmodule</li><li>• Besuch von mindestens drei Wahlmodulen</li></ul> |
|--------------------|--|

---

<b>Zusatzinfos</b>	<b>Detaillierte Informationen erhalten Sie online unter <a href="http://www.srk-aargau.ch/weiterbildung-fuer-pflegehelfer">www.srk-aargau.ch/weiterbildung-fuer-pflegehelfer</a> oder unter 062 835 7047.</b>
--------------------	---

---

## Pflege und Gesundheit

### Zertifikat «Demenzbetreuung SRK Kanton Aargau»

In der Schweiz leben über 154 000 Menschen mit einer Demenz. Eine Zahl, die mit einer zunehmend älter werdenden Gesellschaft noch weiter ansteigen wird. Pflegende oder Angehörige stehen in der Betreuung und Begleitung immer wieder vor schwierigen und belastenden Situationen.

Das Zertifikat «Demenzbetreuung SRK Kanton Aargau» berücksichtigt sowohl Schwerpunkte in der Pflege zu Hause und in Heimen als auch in spezialisierten Institutionen für an Demenz erkrankten Menschen.

Wir bereiten Sie mit dem Zertifikat einerseits auf diese anspruchsvolle Tätigkeit vor, andererseits bieten wir eine gezielte Fachvertiefung für Pflegehelferinnen und Pflegehelfer, die bereits in diesem Fachgebiet arbeiten.

---

<b>Inhalte/Ziele</b>	Module sind im Kursprogramm mit *** gekennzeichnet:
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Grundkurs Validation Richards® oder Feil® (16 Stunden) Seite 10</li><li>• Biografie (6 Stunden) Seite 12</li><li>• Basale Stimulation® Grundkurs (21 Stunden) Seite 17</li><li>• Kurzaktivierung im Alltag (6 Stunden) Seite 22</li><li>• Demenzkranke Menschen betreuen (14 Stunden) Seite 28</li></ul>
<b>Zielgruppen</b>	Pflegehelfer/-in SRK
<b>Bedingungen</b>	«Zertifikat Pflegehelfer/-in SRK»
<b>Zusatzinfos</b>	Detaillierte Informationen erhalten Sie online unter <a href="http://www.srk-aargau.ch/weiterbildung-fuer-pflegehelfer">www.srk-aargau.ch/weiterbildung-fuer-pflegehelfer</a> oder unter 062 835 7047.

---

## Pflege und Gesundheit

### Validation nach Feil® – Grundkurs<sup>\*\*/\*\*</sup>

Bei der Begleitung von desorientierten Menschen fühlen wir uns oft hilflos und verunsichert. Validation ist eine Kommunikationsform für den Umgang mit desorientierten, älteren Menschen. Sie basiert auf Wertschätzung und Einfühlungsvermögen. Dies ist in der Begleitung und Pflege von älteren Menschen ein wichtiger Bestandteil.

---

Inhalte/Ziele	Die Teilnehmenden <ul style="list-style-type: none"><li>• lernen die Grundhaltung der Validation kennen und wenden sie an.</li><li>• wissen, wo Gefühle wie Wut, Trauer, Verlust herkommen und können damit umgehen.</li><li>• üben Validation anhand von Fallbeispielen aus eigener Praxis.</li></ul>
---------------	--

---

Zielgruppen	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pflegehelfer/-innen</li><li>• Personen, die in der Pflege tätig sind</li></ul>
-------------	--

---

Dauer	3 x 7 Stunden (21 Lektionen)
-------	------------------------------

---

Kosten	CHF 520.–
--------	-----------

---

Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
---------	----------------------

---

Kursreferentin	Desirée Gysin-Smulders
----------------	------------------------

---

Daten	17.10. / 01.11. / 29.11.2022
-------	------------------------------

---

Zeit	09.00–17.00 Uhr
------	-----------------

---

<sup>\*\*</sup> Pflichtmodul zum Zertifikat «Pflegehelfer/-in Langzeitpflege SRK»

<sup>\*\*\*</sup> Modul zum Zertifikat «Demenzbetreuung SRK Kanton Aargau»

## Pflege und Gesundheit

### Validation nach Feil® – Vertiefungstag

Das Erlernte des Grundkurses Validation wird anhand konkreter Fallbeispiele gefestigt und ergänzt.

---

Inhalte/Ziele	Die Teilnehmenden <ul style="list-style-type: none"><li>• wiederholen und vertiefen das im Grundkurs Gelernte.</li><li>• reflektieren die eigenen Gefühle und den Umgang mit Gefühlen von alten Menschen.</li><li>• üben Validation anhand von Fallbeispielen aus eigener Praxis.</li></ul>
Zielgruppen	Personen, die den Grundkurs Validation nach Feil® besucht haben
Dauer	1 x 7 Stunden (7 Lektionen)
Kosten	CHF 170.–
Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
Kursreferentin	Desirée Gysin-Smulders
Daten	02.03.2022
Zeit	09.00 – 17.00 Uhr

---

## Pflege und Gesundheit

### Biografiearbeit – der Schlüssel zur individuellen Pflege<sup>\*/\*\*\*</sup>

Biografiearbeit bedeutet, bei der Pflege die Lebensgeschichte der älteren Menschen zu erfahren und einzubeziehen, um sie besser wahrnehmen und verstehen zu können. Die Beschäftigung mit der Lebensgeschichte älterer Menschen ermöglicht einen besseren Zugang und ist der Schlüssel zur individuellen Pflege. In diesem Kurs lernen Sie Möglichkeiten und Methoden kennen, wie die Biografie erfasst werden kann und wie Sie diese Informationen bei der pflegerischen Arbeit einbeziehen können.

---

Inhalte/Ziele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Erfassen der Lebensgeschichten</li><li>• Bedeutung der Biografiearbeit in der Pflege</li><li>• Verbinden von biografischem Wissen mit individueller Pflege und Betreuung</li></ul>
---------------	--

---

Zielgruppen	Personen, die in der Pflege tätig sind
-------------	--

---

Dauer	1 x 6 Stunden (6 Lektionen)
-------	-----------------------------

---

Kosten	CHF 150.–
--------	-----------

---

Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
---------	----------------------

---

Kursreferentin	Marianne Brunner
----------------	------------------

---

Datum	10.06.2022
-------	------------

---

Zeit	09.00–16.00 Uhr
------	-----------------

---

\* Wahlmodul zum Zertifikat «Pflegehelfer/-in Langzeitpflege SRK»

\*\*\* Modul zum Zertifikat «Demenzbetreuung SRK Kanton Aargau»

# Pflege und Gesundheit

## Ethik in der Pflege\*\*

Angesichts der vielen heute zur Verfügung stehenden Handlungsmöglichkeiten stehen Berufstätige im Gesundheitswesen oft vor schwierigen Situationen. Die Frage «Habe ich das richtig gemacht oder hätte ich anders handeln sollen?» beschäftigt in der Pflege immer wieder. Anhand von Beispielen aus der Praxis werden verschiedene Situationen unter dem ethischen Blickwinkel betrachtet. Die Teilnehmenden erhalten theoretische Grundlagen für ethische Diskussionen und lernen, das eigene Handeln zu hinterfragen.

---

Inhalte/Ziele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Grundlagen von Ethik und Moral</li><li>• Eigene und fremde Werthaltungen analysieren</li><li>• Das ethische Dilemma, sich zwischen zwei Werten entscheiden zu müssen</li><li>• Fallbeispiele aus der Praxis</li></ul>
Zielgruppen	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pflegehelfer/-innen</li><li>• Personen, die in der Pflege tätig sind</li></ul>
Dauer	1 x 6 Stunden (6 Lektionen)
Kosten	CHF 150.–
Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
Kursreferentin	Imelda Häfliger Wyss
Datum	20.05.2022
Zeit	09.00– 16.30 Uhr

---

\*\* Pflichtmodul zum Zertifikat «Pflegehelfer/-in Langzeitpflege SRK»

## Pflege und Gesundheit

### Wenn alles nur noch grau erscheint – Depression im Alter

Auch die Lebensphase Alter stellt Entwicklungsaufgaben. Es gilt, sich aus sozialen Rollen, von gewohnten Aufgaben, von geliebten Menschen, von Wünschen zu lösen und die Endlichkeit des eigenen Lebens zu akzeptieren. Die Auseinandersetzung mit diesen Lebensthemen gelingt nicht immer. Depression ist die häufigste psychiatrische Erkrankung in dieser Lebensphase. Angehörige und Betreuende empfinden oft Hilflosigkeit in der Begleitung.

---

Inhalte/Ziele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Grundkenntnisse über das Krankheitsbild Depression</li><li>• Unterstützend kommunizieren</li><li>• Eigene Verhaltensweisen reflektieren</li><li>• Selbstsorge ohne Schuldgefühle</li></ul>
Zielgruppen	• Interessierte, die im Privaten, in der Freiwilligenarbeit oder beruflich Menschen mit einer Depression im Alter begleiten und ihre Kompetenzen erweitern wollen
Dauer	1 x 6 Stunden (6 Lektionen)
Kosten	CHF 150.–
Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
Kursreferentin	Sonja Nauer
Datum	15.03.2022
Zeit	09.00– 16.00 Uhr

---



## Pflege und Gesundheit

### Schlaganfall – Pflegeschwerpunkte \*

Jedes Jahr erleiden 12 000 Menschen in der Schweiz einen Schlaganfall. Das Leben der betroffenen Menschen verändert sich massiv. Sie müssen lernen, ihr Leben mit den verschiedensten Behinderungen neu zu gestalten. Dieser Kurs eröffnet Ihnen als Pflegehelfer/-in die Möglichkeit, Ihr Wissen und Ihre Fähigkeiten zu vertiefen. Sie sind in der Lage, Menschen nach einem Schlaganfall professionell zu unterstützen und zu begleiten.

---

Inhalte/Ziele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Symptome eines Schlaganfalls</li><li>• Mobilisation und Lagerung nach Bobath</li><li>• Pflegemassnahmen bei Hemiplegie</li><li>• Praktische Übungen</li></ul>
---------------	---

---

Zielgruppen	Personen, die in der Pflege tätig sind
-------------	--

---

Dauer	1 x 6 Stunden (6 Lektionen)
-------	-----------------------------

---

Kosten	CHF 150.–
--------	-----------

---

Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
---------	----------------------

---

Kursreferentin	Maya Gysel
----------------	------------

---

Datum	07.11.2022
-------	------------

---

Zeit	09.00– 16.00 Uhr
------	------------------

---

\* Wahlmodul zum Zertifikat «Pflegehelfer/-in Langzeitpflege SRK»

## Pflege und Gesundheit

### Wie schreibe ich Pflegeberichte? \*\*

Die Pflegedokumentation ist obligatorisch. Deshalb sind Pflegenden heute vermehrt gefordert, ihre Beobachtungen und Tätigkeiten zu dokumentieren. Anhand der Dokumentation wird die Pflege nachvollziehbar und besser planbar. Wie formuliert man seine Beobachtungen, dass es auch für andere verständlich und anschaulich ist?

---

Inhalte/Ziele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sinn und Zweck der Pflegedokumentation</li><li>• Der Pflegeprozess</li><li>• Pflegeberichte schreiben: Übungen mit konkreten Fallbeispielen</li></ul>
---------------	---

---

Zielgruppen	Pflegehelfer/-innen
-------------	---------------------

---

Dauer	2 x 3 Stunden (6 Lektionen)
-------	-----------------------------

---

Kosten	CHF 150.–
--------	-----------

---

Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
---------	----------------------

---

Kursreferentin	Rahel Häni
----------------	------------

---

Daten	23.11. / 30.11.2022
-------	---------------------

---

Zeit	17.30–20.30 Uhr
------	-----------------

---

# Pflege und Gesundheit

## Basale Stimulation® – Basiskurs<sup>\*\* / \*\*\*</sup>

Das Konzept der Basalen Stimulation® hat das Ziel, mit einfachsten Möglichkeiten einen Menschen zu erreichen und mit ihm in Kontakt zu treten. Auch schwerst- kranke Menschen haben das Bedürfnis nach Wahrnehmung, Bewegung und Kom- munikation. Wie kann ich Menschen gezielt fördern und unterstützen, damit ihre Fähigkeiten möglichst lange erhalten bleiben? In diesem praxisorientierten Seminar erhalten Sie viele umsetzbare Anregungen, die bei der Pflege zu Hause oder in einer Institution eingesetzt werden können.

---

Inhalte/Ziele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Einführung in das Konzept der Basalen Stimulation® in der Pflege</li><li>• Eigenerfahrung und praktische Anwendungen</li><li>• Übertragung in die Praxis anhand von Fallbeispielen</li></ul>
Mitbringen	Woldecke oder Isomatte, bequeme Kleidung, warme Socken, eigene Körperlotion, ein grosses und ein kleines Handtuch
Zielgruppen	<ul style="list-style-type: none"><li>• Personen, die schwerstkranke Menschen pflegen</li><li>• Interessierte</li></ul>
Dauer	3 x 7 Stunden (21 Lektionen)
Kosten	CHF 600.– (inkl. Teilnahmebescheinigung des Internationalen Förderverein Basale Stimulation® e.V. )
Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
Kursreferentin	Thamara Henkel
Daten	10.03. / 11.03. / 29.04.2022
Zeit	08.30 – 16.00 Uhr

---

\*\* Pflichtmodul zum Zertifikat «Pflegehelfer/-in Langzeitpflege SRK»

\*\*\* Modul zum Zertifikat «Demenzbetreuung SRK Kanton Aargau»

## Pflege und Gesundheit

### Kinaesthetics® – Grundkurs\*\*

In diesem Kurs lernen Sie die grundlegenden Konzepte der Kinaesthetics® kennen: das Mobilisieren/Bewegen von körperlich eingeschränkten Menschen mit Hilfe ihrer eigenen Bewegungsmöglichkeiten. Sie entwickeln persönliche Bewegungs- und Handlungsfähigkeiten und reduzieren damit das Risiko von Überlastungsschäden und Verletzungen.

---

Inhalte/Ziele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Die grundlegenden Konzepte der Kinaesthetics® kennen und deren Bedeutung für ihr Arbeitsfeld reflektieren</li><li>• Fähig sein, Menschen einfacher zu bewegen und sie dadurch in ihrer Gesundheitsentwicklung zu unterstützen</li><li>• Entwickeln der persönlichen Bewegungs- und Handlungsfähigkeiten, um das Risiko von berufsbedingten Verletzungen zu reduzieren</li><li>• Bedeutung der Selbstkontrolle in der Pflege kennen</li></ul>
---------------	--

---

Mitbringen	Decke, bequeme Kleidung, warme Socken, Schreibutensilien
------------	--

---

Zielgruppen	Personen, die körperlich eingeschränkte Personen bewegen
-------------	--

---

Dauer	4 x 6.5 Stunden (26 Lektionen)
-------	--------------------------------

---

Kosten	CHF 750.– (inkl. Zertifizierung)
--------	----------------------------------

---

Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
---------	----------------------

---

Kursreferentin	Liesbeth Gugelmann
----------------	--------------------

---

Daten	12.09. / 13.09. / 25.10. / 21.11.2022
-------	---------------------------------------

---

Zeit	08.30 – 16.15 Uhr
------	-------------------

---

\*\* Pflichtmodul zum Zertifikat «Pflegehelfer/-in Langzeitpflege SRK»

## Pflege und Gesundheit

### **NEU:** Umgang mit Sexualität im Pflege- und Betreuungsalltag

Sexualität gehört zu jedem Menschen, jede Person hat ein Recht darauf und sie ist etwas Natürliches. Dennoch ist es für viele Menschen schwierig, entspannt, offen und wertefrei über Sexualität zu sprechen oder in der Pflege und Betreuung damit umzugehen. Haben Sie schon Mal eine Pflege-Situation erlebt, wo Sexualität in irgendeiner Weise Thema war? Sie wussten nicht, was Sie sagen oder wie Sie reagieren sollen? Sie haben sich womöglich dabei unwohl gefühlt? Anhand von theoretischen Ansätzen und Modellen wird den Teilnehmenden Sexualität und der Umgang damit nähergebracht. Beispiele aus der Praxis und einfache Tipps verhelfen zu mehr Sicherheit im Dialog und beim Handeln im Pflegealltag.

---

Inhalte/Ziele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kennenlernen von Definitionen einiger Begriffe der Sexologie</li><li>• Häufigste sexuelle Störungen und pflegerische Aspekte zur Unterstützung bei der Bewältigung</li><li>• Kommunikation reflektieren und verbessern: Emotionen, Vorurteile, Legitimation</li><li>• Umgang auch bei kritischen Situationen, z. B. bei Demenz, Übergriffligkeiten</li></ul>
---------------	--

---

Zielgruppen	Menschen, die in der Pflege tätig sind
-------------	--

---

Dauer	1 x 6 Stunden (6 Lektionen)
-------	-----------------------------

---

Kosten	CHF 150.–
--------	-----------

---

Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
---------	----------------------

---

Kursreferentin	Claudia Pesenti-Salzmann
----------------	--------------------------

---

Daten	Kurs 1: 12.05.2022
-------	--------------------

---

	Kurs 2: 18.10.2022
--	--------------------

---

Zeit	09.00– 16.00 Uhr
------	------------------

---

## Pflege und Gesundheit

### Gewaltfrei kommunizieren – ohne Streit Gehör verschaffen \*

Es ist nicht immer einfach, sich verständlich auszudrücken. Die «Gewaltfreie Kommunikation» ist eine altbewährte Möglichkeit, miteinander statt gegeneinander zu reden. Sie bewirkt auf wundersame Weise, dass Bedürfnisse und Wünsche akzeptiert und erfüllt werden. Nach einer Einführung lernen Sie in praktischen Übungen gewaltfrei zu kommunizieren.

---

Inhalte/Ziele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Grundzüge der «Gewaltfreien Kommunikation»</li><li>• Wirkungsweise und Anwendungsgebiete</li><li>• Haltung bei schwierigen Gesprächen/Gesprächspartnern</li><li>• Praktische Anwendung</li></ul>
---------------	--

---

Zielgruppen	Interessierte
-------------	---------------

---

Dauer	1 x 6 Stunden (6 Lektionen)
-------	-----------------------------

---

Kosten	CHF 150.–
--------	-----------

---

Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
---------	----------------------

---

Kursreferentin	Sonja Nauer
----------------	-------------

---

Datum	21.04.2022
-------	------------

---

Zeit	08.30 – 16.00 Uhr
------	-------------------

---

\* Wahlmodul zum Zertifikat «Pflegehelfer/-in Langzeitpflege SRK»

## Pflege und Gesundheit

### Vorbeugen statt Ausbrennen – Burnout Prophylaxe

Die Anforderungen an Leistung, Flexibilität und Veränderungsbereitschaft sind heutzutage gross. Es ist ein anspruchsvoller Alltag, bei dem man die Balance zwischen Heraus- und Überforderung finden muss, um langfristig gesund und zufrieden zu bleiben. Das Risiko, erschöpft und energielos zu sein, ist hoch. Die beste und wirksamste Medizin ist die Prävention. Die Teilnehmenden lernen, rechtzeitig und effizient Erschöpfung und Burnout zu erkennen, und entwickeln Strategien und Methoden, um konstruktiv mit Stress umzugehen.

---

Inhalte/Ziele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Prävention, Stress und Burnout verstehen</li><li>• Work-Life Balance heute (inkl. stressfreier Umgang mit WhatsApp, Email, Facebook etc.)</li><li>• Burnout-Auslöser und Burnout-Auflöser</li><li>• Prävention vor, während und nach der Belastung</li></ul>
---------------	--

---

Zielgruppen	Interessierte
-------------	---------------

---

Dauer	1 x 6 Stunden (6 Lektionen)
-------	-----------------------------

---

Kosten	CHF 150.–
--------	-----------

---

Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
---------	----------------------

---

Kursreferentin	Anne-Lise Schneider
----------------	---------------------

---

Datum	21.09.2022
-------	------------

---

Zeit	08.30 – 16.00 Uhr
------	-------------------

---

## Pflege und Gesundheit

### Kurzaktivierung im Alltag<sup>\*/\*\*\*</sup>

Aktivierung ist ein unverzichtbarer Bestandteil im Pflege- und Betreuungsalltag. Die Belebung der Seele, des Geistes und des Körpers erhöhen das Wohlbefinden und die Zufriedenheit. Mit Kreativität und Phantasie können schon kurze Zeitspannen aktivierend genutzt werden.

---

Inhalte/Ziele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Aktivierung, die die Sinne anspricht</li><li>• Aktivierung mit wenig Vorbereitung und wenig Material</li><li>• Einbezug der Aktivierung in den Arbeitsalltag</li></ul>
Besonderes	Für Angehörige besteht die Möglichkeit, für die Zeit ihrer Abwesenheit unseren Entlastungsdienst in Anspruch zu nehmen. Bitte nehmen Sie rechtzeitig Kontakt mit uns auf.
Zielgruppen	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pflegehelfer/-innen</li><li>• Pflegenden Angehörige</li><li>• Interessierte</li><li>• Weiterbildung für Freiwillige des SRK Kanton Aargau</li></ul>
Dauer	1 x 6 Stunden (6 Lektionen)
Kosten	<ul style="list-style-type: none"><li>• CHF 150.–</li><li>• CHF 75.–, reduzierter Preis in Verbindung mit dem Entlastungsdienst SRK</li></ul>
Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
Kursreferentin	Maya Gysel
Datum	03.05.2022
Zeit	09.00 – 16.00 Uhr

---

\* Wahlmodul zum Zertifikat «Pflegehelfer/-in Langzeitpflege SRK»

\*\*\* Modul zum Zertifikat «Demenzbetreuung SRK Kanton Aargau»



## Pflege und Gesundheit

### Das Einmaleins der Medikamentenlehre – Grundlagenmodul

Jeden Tag kommen Sie in Ihrem Alltag in Kontakt mit Medikamenten, die Sie selbst oder Ihre Angehörigen/Heimbewohner einnehmen müssen. In diesem Kurs erwerben Sie mehr Sicherheit im Umgang mit Medikamenten. Warum gibt es verschiedene Medikamentenformen? Worauf achte ich beim Lesen der Packungsbeilage? Welche Wirkungen und Nebenwirkungen sind möglich?

---

**Inhalte/Ziele** Die Teilnehmenden kennen

- die korrekte Medikamenteneinnahme.
- Arzneiformen sowie ihre Vor- und Nachteile.
- Wirkung, Nebenwirkung und Wechselwirkung.
- mögliche Fehler im Umgang mit Medikamenten.
- Alter und Medikamente.

Diese Weiterbildung hat keine automatische Kompetenzerweiterung zur Folge. Sie erweitern und vertiefen Ihr Wissen im Rahmen der gegebenen Kompetenzen als Pflegehelfer/-in SRK.

---

**Zielgruppen**

- Interessierte
- Personen, die in der Pflege tätig sind

---

**Dauer** 1 x 6 Stunden (6 Lektionen)

---

**Kosten** CHF 150.–

---

**Kursort** Rotkreuz-Haus, Aarau

---

**Kursreferentin** Barbara Gretler

---

**Daten** Kurs 1: 12.01.2022

---

Kurs 2: 17.10.2022

---

**Zeit** 09.00– 16.00 Uhr

---

## Pflege und Gesundheit

### Das Einmaleins der Medikamentenlehre – Vertiefung A

Im Kurs «Das Einmaleins der Medikamentenlehre – Grundlagenmodul» haben Sie sich mit den wichtigsten Grundlagen vertraut gemacht. In diesem Vertiefungskurs ergänzen Sie Ihr Grundwissen und lernen Wirkungen und Nebenwirkungen von Schlaf- und Schmerzmedikamenten kennen.

---

Inhalte/Ziele	Die Teilnehmenden kennen <ul style="list-style-type: none"><li>• Schlaf und Medikamente.</li><li>• Schmerzen und Medikamente.</li><li>• Wirkung, Nebenwirkung und Wechselwirkung.</li><li>• Fehler im Umgang mit Medikamenten.</li></ul> <p>Diese Weiterbildung hat keine automatische Kompetenzerweiterung zur Folge. Sie erweitern und vertiefen Ihr Wissen im Rahmen der gegebenen Kompetenzen als Pflegehelfer/-in SRK.</p>
Zielgruppen	<ul style="list-style-type: none"><li>• Interessierte</li><li>• Personen, die in der Pflege tätig sind</li></ul> Der Besuch des Grundlagenmoduls wird vorausgesetzt
Dauer	1 x 6 Stunden (6 Lektionen)
Kosten	CHF 150.–
Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
Kursreferentin	Barbara Gretler
Daten	Kurs 1: 19.01.2022 Kurs 2: 24.10.2022
Zeit	09.00–16.00 Uhr

---

## Pflege und Gesundheit

### Das Einmaleins der Medikamentenlehre – Vertiefung B

Im Kurs «Das Einmaleins der Medikamentenlehre – Grundlagenmodul» haben Sie sich mit den wichtigsten Grundlagen vertraut gemacht. In diesem Vertiefungskurs ergänzen Sie Ihr Grundwissen und lernen Wirkungen und Nebenwirkungen von häufig verwendeten Medikamenten bei chronischen Erkrankungen und in der Altersmedizin.

---

**Inhalte/Ziele** Die Teilnehmenden kennen

- die verschiedenen Medikamentengruppen, die bei Herz- Kreislauf-Erkrankungen, Parkinson, Demenz und Diabetes eingesetzt werden.
- die häufigsten Nebenwirkungen.
- wichtige Beobachtungskriterien zu den einzelnen Medikamenten.

Diese Weiterbildung hat keine automatische Kompetenzerweiterung zur Folge. Sie erweitern und vertiefen Ihr Wissen im Rahmen der gegebenen Kompetenzen als Pflegehelfer/-in SRK.

---

**Zielgruppen**

- Interessierte
  - Personen, die in der Pflege tätig sind
- Der Besuch des Grundlagenmoduls wird vorausgesetzt

---

**Dauer**

1 x 6 Stunden (6 Lektionen)

---

**Kosten**

CHF 150.–

---

**Kursort**

Rotkreuz-Haus, Aarau

---

**Kursreferentin**

Barbara Gretler

---

**Daten**

Kurs 1: 26.01.2022

---

Kurs 2: 31.10.2022

---

**Zeit**

09.00– 16.00 Uhr

---

# Pflege und Gesundheit

## Resilienz – das Immunsystem der Seele

In der Psychologie wird die Fähigkeit, mit Stress, Konflikten oder Krisen umzugehen, Resilienz genannt. Personen, die ausgeprägt über diese innere Kraft verfügen, werden umgangssprachlich auch «Stehaufmenschen» genannt. Sie sind widerstandsfähig, flexibel und belastbar. In diesem Kurs lernen die Teilnehmenden die Ansätze zur Resilienz kennen und nehmen leicht umsetzbare Instrumente direkt in ihren Alltag zurück.

---

Inhalte/Ziele	Durch eine verbesserte Selbstwahrnehmung werden sich die Teilnehmenden ihrer Handlungsmöglichkeiten bewusster und gewinnen an Lebensqualität. <ul style="list-style-type: none"><li>• Resilienz Modell nach Wustmann</li><li>• Persönliche Situationsanalyse</li><li>• Bewältigungsstrategien</li><li>• Selbstwahrnehmung, Selbststeuerung</li><li>• Praktische Beispiele</li><li>• Übungen und Checklisten</li></ul>
Zielgruppen	<ul style="list-style-type: none"><li>• Interessierte</li><li>• Angehörige und Betreuende von kranken und älteren Menschen</li></ul>
Dauer	1 x 7 Stunden (7 Lektionen)
Kosten	CHF 170.–
Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
Kursreferentin	Desirée Gysin Smulders
Datum	15.02.2022
Zeit	09.00– 17.00 Uhr

---

# Pflege und Gesundheit

## Notfallsituationen in der Pflege und Erste Hilfe \*\*

Im beruflichen Alltag werden wir immer wieder mit Notfallsituationen konfrontiert. Wo kann, soll, muss ich als Pflegendende Hilfe leisten? Welche Massnahmen liegen in meiner Verantwortlichkeit? Dieser Kurs zeigt Ihnen verschiedene Erste Hilfe Möglichkeiten auf und soll Ihnen mehr Sicherheit im Pflegealltag vermitteln.

---

Inhalte/Ziele	Beobachten, reagieren, Hilfe leisten bei: <ul style="list-style-type: none"><li>• Schwäche, Schwindel, Kollaps</li><li>• Atembeschwerden, Störungen des Bewusstseins</li><li>• Sturz, Verletzungen, Verschlucken</li><li>• Herz/Herzinfarkt</li><li>• Reanimation</li></ul>
---------------	---

---

Zielgruppen	Personen, die in der Pflege tätig sind
-------------	--

---

Dauer	1 x 6 Stunden (6 Lektionen)
-------	-----------------------------

---

Kosten	CHF 150.–
--------	-----------

---

Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
---------	----------------------

---

Kursreferentin	Irene Vock
----------------	------------

---

Daten	Kurs 1: 18.03.2022
-------	--------------------

---

	Kurs 2: 11.11.2022
--	--------------------

---

Zeit	09.00 – 16.00 Uhr
------	-------------------

---

## Pflege und Gesundheit

### Demenzkranke Menschen betreuen – eine anspruchsvolle Aufgabe<sup>\*\*\*</sup>

Demenz ist bereits heute einer der häufigsten Gründe für Pflegebedürftigkeit im Alter. Demenzerkrankungen sind in der Schweiz die dritthäufigste Todesursache. Die Betreuung von Menschen mit Demenz stellt Angehörige und Pflegeteams immer wieder vor grosse Herausforderungen. Unsere innere Haltung, Fachwissen, sowie unsere Kenntnisse über die Auswirkungen dieser Erkrankung können mithelfen, die Lebensqualität der Betroffenen zu verbessern.

---

Inhalte/Ziele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Medizinische Aspekte von Demenzerkrankungen, Zahlen und Fakten</li><li>• Auswirkungen der verschiedenen Demenzstadien im täglichen Leben, mögliche Hilfestellungen</li><li>• Umgang mit herausfordernden Situationen, die eigene Kreativität nutzen</li><li>• Einfühlung und Akzeptanz</li><li>• Üben von neuen Wegen mit eigenen Beispielen aus dem Alltag</li><li>• Die Alzheimervereinigung Aargau stellt sich vor</li></ul>
Zielgruppen	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pflegehelfer/-innen</li><li>• Interessierte</li><li>• Grundmodul für Mitarbeitende Entlastungsdienst Dementia Care</li></ul>
Dauer	2 x 7 Stunden (14 Lektionen)
Kosten	<ul style="list-style-type: none"><li>• CHF 350.–</li><li>• CHF 175.–, reduzierter Preis in Verbindung mit dem Entlastungsdienst SRK</li></ul>
Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
Kursreferentin	Marianne Brunner
Daten	06.04. / 27.04.2022
Zeit	09.00–17.00 Uhr

---

<sup>\*\*\*</sup> Modul zum Zertifikat «Demenzbetreuung SRK Kanton Aargau»

# Pflege und Gesundheit

## Demenz – herausforderndes Verhalten\*

Abwehrendes und herausforderndes Verhalten sind in der Pflege und Betreuung von demenzkranken Menschen häufig auftretende und belastende Phänomene und Tabuthemen. Umso wichtiger ist es, die Mechanismen zu verstehen, die bei beiden Seiten zu diesem Verhalten führen und wie damit umgegangen werden kann.

---

Inhalte/Ziele	Die Teilnehmenden <ul style="list-style-type: none"><li>• wissen, wo bei ihnen selbst Gewalt anfängt.</li><li>• können schwierige Situationen wahrnehmen und benennen.</li><li>• kennen die Herkunft von Gefühlen wie Trauer, Angst, Wut und können damit umgehen.</li><li>• üben neue Wege mit Beispielen aus dem Alltag.</li></ul>
Besonderes	Für Angehörige besteht die Möglichkeit, für die Zeit ihrer Abwesenheit unseren Entlastungsdienst in Anspruch zu nehmen. Bitte nehmen Sie rechtzeitig Kontakt mit uns auf.
Zielgruppen	<ul style="list-style-type: none"><li>• Personen, die in der Pflege tätig sind</li><li>• Interessierte</li></ul>
Dauer	1 x 7 Stunden (7 Lektionen)
Kosten	<ul style="list-style-type: none"><li>• CHF 180.–</li><li>• CHF 90.–, reduzierter Preis in Verbindung mit dem Entlastungsdienst SRK</li></ul>
Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
Kursreferentin	Desirée Gysin-Smulders
Datum	23.09.2022
Zeit	09.00–17.00 Uhr

---

\* Wahlmodul zum Zertifikat «Pflegehelfer/-in Langzeitpflege SRK»

## Pflege und Gesundheit

### **NEU:** Freude am Essen trotz Krankheit oder Alter

Seit Jahrtausenden spielt die Ernährung in der Heilkunde eine grosse Rolle. Oftmals ist das Essen fast die einzige Abwechslung und Freude im Alltag von kranken oder betagten Menschen. Aber, wer kennt das nicht? Liebevoll wird etwas zubereitet und dann isst er/sie kaum etwas. Woran könnte das liegen? Welche Heilwirkung haben die verschiedenen Lebensmittel und warum ist die Lebensgeschichte der Person zu beachten, wenn wir ihr eine kraftspendende Ernährung bieten wollen? Welche Aspekte sind zu berücksichtigen für eine ausgewogene Nahrungszufuhr? Kommen Sie mit auf die Entdeckungsreise der freudvollen Ernährung für kranke, betagte, aber auch gesunde Menschen und legen Sie selbst Hand an bei der Zubereitung von leicht verdaulichen und gesunden Leckereien.

---

Inhalte/Ziele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Grundsätze der Krankenernährung (Diätetik)</li><li>• Beleuchtung von Einflussfaktoren auf das individuelle Essverhalten</li><li>• Ernährungs-Typen und deren Einfluss auf die Diätetik</li><li>• Tipps und Tricks für die Ernährung bei gesundheitlichen Beschwerden</li><li>• Wirkung von Lebensmittel und Kräuter auf das Wohlbefinden sowie deren Zubereitung im Alltag</li></ul>
---------------	--

---

Mitbringen	Küchenschürze
------------	---------------

---

Zielgruppen	<ul style="list-style-type: none"><li>• betreuende und pflegende Angehörige</li><li>• Pflegehelfer/-innen</li><li>• Personen, die in der Pflege und Betreuung tätig sind</li></ul>
-------------	--

---

Dauer	1 x 7 Stunden (7 Lektionen)
-------	-----------------------------

---

Kosten	CHF 190.– (inkl. Essen)
--------	-------------------------

---

Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
---------	----------------------

---

Kursreferentin	Regula Kiechle
----------------	----------------

---

Datum	27.08.2022
-------	------------

---

Zeiten	09.00 – 16.30 Uhr
--------	-------------------

---



## Pflege und Gesundheit

### Aktivierung und Betreuung von Männern

Sie reissen sich ein Bein aus, um die Männer in die Aktivierung zu bewegen? In Altersinstitutionen arbeiten und leben mehrheitlich Frauen. Feminine Themen, Materialien und Verhalten herrschen vor.

Das passt nicht für die professionelle Betreuung und Aktivierung von Männern. Männer wollen meist nicht in der Frauenrunde sitzen und bunte Dekorationen basteln oder über Kuchenrezepte reden. In dieser Atmosphäre beteiligen sie sich halbherzig oder verweigern sich.

Welche Kompetenzen müssen Betreuungs- und Aktivierungsfachpersonen in die Tat umsetzen, um männergerechte Aktivierung anbieten zu können? Was ist männergerechte Aktivierung überhaupt? Lernen Sie, wie Sie Angebote für Männer im Alter gestalten können.

---

<b>Inhalte/Ziele</b>	<b>Die Teilnehmenden</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• erhalten vielfältige männerorientierte Aktivierungsangebote = Praxis pur!</li><li>• lernen die «must-do»-Liste in der Betreuung von Männern.</li><li>• werden für die Situation von Männern in Altersinstitutionen sensibilisiert.</li><li>• lernen die Gesellschaftsbiographie kennen.</li></ul>
----------------------	--

---

<b>Zielgruppen</b>	• Personen, die privat oder beruflich ältere oder demenzkranke Menschen betreuen
--------------------	--

---

<b>Dauer</b>	1 x 7 Stunden (7 Lektionen)
--------------	-----------------------------

---

<b>Kosten</b>	CHF 190.–
---------------	-----------

---

<b>Kursort</b>	Rotkreuz-Haus, Aarau
----------------	----------------------

---

<b>Kursreferentin</b>	Gaby Hasler Herzberg
-----------------------	----------------------

---

<b>Datum</b>	29.06.2022
--------------	------------

---

<b>Zeiten</b>	09.00–17.00 Uhr
---------------	-----------------

---

## Pflege und Gesundheit

### **NEU:** Erste Hilfe für psychische Gesundheit – ein Kurs für Laien

Jeder zweite Mensch in der Schweiz erleidet einmal im Leben eine psychische Erkrankung. Angehörige, Freunde oder Arbeitskollegen sind dabei besonders gefordert und oft überfordert. Kursteilnehmende lernen, rechtzeitig psychische Probleme und Krisen zu erkennen, aktiv auf Menschen zuzugehen und Hilfe zu leisten bei Depression, Angststörungen, Psychosen und Suchterkrankungen.

---

Inhalte/Ziele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Grundwissen über verschiedene psychische Probleme und Krisen</li><li>• Erkennen und Einschätzen von psychischen Problemen und Krisen</li><li>• Erste Hilfe leisten bei Störungen wie Depressionen, Angststörungen, Psychosen und Suchterkrankungen</li></ul>
---------------	--

---

Zielgruppen	Interessierte (Mindestalter 18 Jahre)
-------------	---------------------------------------

---

Dauer	4 × 3 Stunden (12 Lektionen)
-------	------------------------------

---

Kosten	CHF 380.– (inkl. Kursunterlagen, Zertifikat, Ausweis)
--------	---

---

Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
---------	----------------------

---

Kursreferentin	ensa Instruktor/-in
----------------	---------------------

---

Datum	19.10. / 26.10. / 02.11. / 09.11.2022
-------	---------------------------------------

---

Zeiten	18.00–21.30 Uhr
--------	-----------------

---

## Pflege und Gesundheit

### **NEU:** Betreuung von Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen – Basismodul

Angebote zur Betreuung von Menschen im ambulanten Umfeld werden stetig ausgebaut. Diese Entwicklung entspricht dem Bedürfnis vieler Menschen mit einer psychiatrischen Diagnose, die zu Hause leben. Sie stellt die Betreuungspersonen jedoch wiederholt vor grosse Herausforderungen. Wie kommuniziere ich mit einem Menschen, der eine depressive Episode erlebt? Wie begegne ich einem Menschen, der Personen im Raum sieht, die nicht anwesend sind? Die Teilnehmenden lernen die Grundlagen psychiatrischer Erkrankungen kennen, sowie anhand von Fallbeispielen aus Betreuungssituationen auf eine achtsame Kommunikation zu achten.

---

Inhalte/Ziele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Grundlagen psychiatrischer Erkrankungen</li><li>• Unterstützungsangebote für Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen</li><li>• Aufgaben und Rollenverständnis der Betreuungsperson</li><li>• Kommunikation in anspruchsvollen Situationen</li><li>• Übungen und Reflexion anhand von Fallbeispielen</li></ul>
---------------	---

---

Besonderes	Für Angehörige besteht die Möglichkeit, für die Zeit ihrer Abwesenheit unseren Entlastungsdienst in Anspruch zu nehmen. Bitte nehmen Sie rechtzeitig Kontakt mit uns auf.
------------	---

---

Zielgruppen	<ul style="list-style-type: none"><li>• Interessierte</li><li>• Pflegehelfer/-innen</li><li>• Pflegende und betreuende Angehörige</li></ul>
-------------	---

---

Dauer	1 × 6 Stunden (6 Lektionen)
-------	-----------------------------

---

Kosten	CHF 150.–
--------	-----------

---

Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
---------	----------------------

---

Kursreferentin	Marianne Brunner
----------------	------------------

---

Datum	Kurs 1: 09.03.2022, Kurs 2: 16.09.2022
-------	--

---

Zeiten	09.00 – 16.00 Uhr
--------	-------------------

---

## Pflege und Gesundheit

### **NEU:** Betreuung von Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen – Vertiefungskurs

Das Erlernte vom Basismodul «Betreuung von Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen» wird themenspezifisch und anhand von Fallbeispielen vertieft und gefestigt.

---

Inhalte/Ziele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Wertschätzende Grundhaltung</li><li>• Nähe und Distanz in anspruchsvollen Begegnungen – Vertiefung BAIA Modell</li><li>• Wissenswertes in Krisensituationen</li><li>• Fragetechniken in der Kommunikation</li><li>• Gruppenübungen/Reflexion</li></ul>
Besonderes	Für Angehörige besteht die Möglichkeit, für die Zeit ihrer Abwesenheit unseren Entlastungsdienst in Anspruch zu nehmen. Bitte nehmen Sie rechtzeitig Kontakt mit uns auf.
Zielgruppen	Personen, die das Basismodul «Betreuung von Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen» besucht haben
Dauer	2 x 6 Stunden (12 Lektionen)
Kosten	CHF 300.–
Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
Kursreferentin	Marianne Brunner
Datum	30.03. / 01.04.2022
Zeiten	09.00 – 16.00 Uhr

---

# Wieder Zeit für sich Entlastungsdienst



Wir entlasten Sie in Ihrer Betreuungsaufgabe im gewohnten Umfeld.



*Wir freuen uns, Sie in unserem Entlastungsdienst begrüßen zu dürfen!*

Sonja Morgenthaler  
Leiterin Entlastung

Telefon 062 544 03 03  
entlastungsdienst@srk-aargau.ch  
www.srk-aargau.ch/entlastungsdienste

**Schweizerisches Rotes Kreuz**  
Kanton Aargau



## Begleitung und Pflege zu Hause

### Angehörige pflegen – die ersten Schritte

Wird eine angehörige Person betreuungs- oder pflegebedürftig, stellen sich viele neue Fragen: Was bedeutet es, eine Pflege zu übernehmen? Welche Entlastungsangebote gibt es? Wie können sich die Familie und das Umfeld darauf vorbereiten?

---

Inhalte/Ziele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Was bedeutet es, eine Pflege zu übernehmen</li><li>• Entlastungsmöglichkeiten</li><li>• Zusammenarbeit mit Fachpersonen</li><li>• Miteinander auskommen, im Gespräch bleiben</li><li>• Die eigene Gesundheit</li></ul>
Zielgruppen	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pflegendе Angehörige</li><li>• Interessierte</li></ul>
Dauer	1 × 2.5 Stunden (2.5 Lektionen)
Kosten	<ul style="list-style-type: none"><li>• CHF 75.–</li><li>• CHF 40.–, reduzierter Preis in Verbindung mit dem Entlastungsdienst SRK</li></ul>
Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
Kursreferentin	Marianne Brunner
Datum	08.06.2022
Zeit	14.00– 17.00 Uhr

---

## Begleitung und Pflege zu Hause

### Angehörige betreuen – demenzkranke Menschen

Die Pflege demenzkranker Menschen stellt im Verlauf der Krankheit zunehmend hohe Ansprüche an die Betreuungsperson. Das Wissen über die Krankheit sowie geeignetes Verhalten gegenüber Demenzkranken erleichtern den Pflegealltag. Dennoch ist es wichtig, sich als Betreuungsperson abzugrenzen sowie Entlastungsmöglichkeiten zu kennen und zu nutzen.

---

Inhalte/Ziele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Demenzformen: Anzeichen und Abklärungen</li><li>• Krankheitsverlauf</li><li>• Hilfreiches Verhalten im Alltag</li><li>• Entlastungsmöglichkeiten</li></ul>
Zielgruppen	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pflegendе Angehörige</li><li>• Interessierte</li></ul>
Dauer	1 x 3 Stunden (3 Lektionen)
Kosten	<ul style="list-style-type: none"><li>• CHF 75.–</li><li>• CHF 40.–, reduzierter Preis in Verbindung mit dem Entlastungsdienst SRK</li></ul>
Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
Kursreferentin	Marianne Brunner
Datum	15.06.2022
Zeit	14.00–17.00 Uhr

---

# Sterbebegleitung

## Passage – ein Lehrgang in Palliative Care\*\*

Schwerkranke, Sterbende und ihre Angehörigen zu unterstützen und zu begleiten, ist eine sehr ehrenwerte, aber auch anspruchsvolle Aufgabe. Für eine vertrauensvolle Begleitung ist eine offene Kommunikation zwischen allen Beteiligten nötig. Das setzt voraus, sich mit Krankheit, Sterben, Tod und Trauer und den damit verbundenen Herausforderungen zu beschäftigen und die Grundlagen der Palliative Care zu verstehen. Der Lehrgang richtet sich an Personen, die sich freiwillig im Bereich Palliative Care engagieren oder sich ein solches Engagement vorstellen können.

---

Inhalte/Ziele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Modul 1: Einführung in die Grundlagen von «Palliative Care»</li><li>• Modul 2: Kommunikation</li><li>• Modul 3: Unterstützung im Aufrechterhalten des körperlichen Wohlbefindens</li><li>• Modul 4: Unterstützung im Lindern von psychischem Leiden</li><li>• Modul 5: Auswirkungen des Sterbeprozesses auf das soziale Umfeld</li><li>• Modul 6: Unterstützung in der Sinnsuche und Trauer</li><li>• Modul 7: Rechtliche und ethische Aspekte zur Sterbebegleitung</li><li>• Modul 8: Einsatz als Begleiter/-in bei schwerkranken und sterbenden Menschen</li></ul>
Besonderes	Zum Lehrgang gehören: die theoretischen Unterrichtstage, vier praktischen Einsätzen in der Begleitung von Schwerkranken und Sterbenden, das Führen eines Lerntagebuches, das Erstellen des Reflexionsberichtes. Nach Erfüllung aller Vorgaben erhalten die Teilnehmenden das Zertifikat «Passage SRK – Lehrgang in Palliative Care»
Zielgruppen	<ul style="list-style-type: none"><li>• Alle Personen, die freiwillig in der «Palliative Care» tätig werden wollen</li><li>• Interessierte</li></ul>
Bedingungen	Die Teilnehmenden sollten sich nicht in einem eigenen Trauerprozess befinden.
Dauer	8 × 6 Stunden (48 Lektionen)

---



Kosten	CHF 1040.– (inkl. Zertifikat) Der Lehrgang entspricht dem Ausbildungsniveau A1. Weiterbildungsbeiträge für die im Aargau tätige Fachpersonen und Freiwillige gemäss Leitfaden auf: <a href="http://www.palliative-aargau.ch/weiterbildung">www.palliative-aargau.ch/weiterbildung</a>
Kursort	Bullingerhaus und Rotkreuz-Haus, Aarau
Kursreferenten	Simone Schmid, Karin Tschanz, Stefan Hertramp, Jürgen Heinze, Daniela Mustone
Daten	Lehrgang 1: 26.02. / 05.03. / 12.03. / 02.04. / 30.04. / 21.05. / 11.06. / 18.06.2022 Lehrgang 2: 20.08. / 27.08. / 03.09. / 10.09. / 17.09. / 22.10. / 12.11. / 26.11.2022
Zeit	09.00–16.30 Uhr

Diesen Lehrgang bieten wir in Kooperation mit den Aargauer Landeskirchen an.



# Sterbebegleitung

## Patientenverfügung SRK – Vortrag

In der Patientenverfügung legt man persönlich fest, auf welcher Basis medizinische Behandlungsentscheide getroffen werden sollen, falls man nicht mehr in der Lage ist, seine Wünsche selbst zu äussern. Da medizinisch immer mehr machbar ist, gewinnt die Patientenverfügung zunehmend an Bedeutung.

---

Inhalte/Ziele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Was ist eine Patientenverfügung?</li><li>• Wann kommt eine Patientenverfügung zum Einsatz?</li><li>• Ist sie rechtlich verbindlich?</li><li>• Worüber kann verfügt werden?</li><li>• Die Patientenverfügung des SRK Kanton Aargau</li></ul>
---------------	---

---

Zielgruppen	Interessierte
-------------	---------------

---

Dauer	1 x 2 Stunden (2 Lektionen)
-------	-----------------------------

---

Kosten	Kostenlos
--------	-----------

---

Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
---------	----------------------

---

Kursreferent	Auf Anfrage
--------------	-------------

---

Daten	Vortrag 1: 29.03.2022
-------	-----------------------

---

	Vortrag 2: 06.09.2022
--	-----------------------

---

Zeit	18.00–20.00 Uhr
------	-----------------

---

Weitere Veranstaltungen unter [www.srk-aargau.ch/patientenverfuegung](http://www.srk-aargau.ch/patientenverfuegung)

## Eltern/Familie

### Säuglingspflege – ein Kurs für werdende Eltern

Mit dem ersten Kind beginnt ein neuer, interessanter Lebensabschnitt. Die verantwortungsvolle Aufgabe kann aber auch eine gewisse Verunsicherung hervorrufen. Der Kurs bereitet auf die noch ungewohnte Rolle als Mutter und Vater vor und führt fachkundig in die Pflege und Betreuung des Neugeborenen während seines ersten Lebensjahres ein. Die Teilnehmenden lernen die Grundlagen über das Stillen, die Ernährung, Krankheiten und die Gesundheit eines Neugeborenen.

---

Inhalte/Ziele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vom Paar zur Familie</li><li>• Babyaussteuer</li><li>• Das Neugeborene</li><li>• Stillen/Ernährung/Pflege</li><li>• Entwicklung im ersten Jahr</li><li>• Gesundheit/Krankheit</li></ul>
Besonderes	Teilnahmebestätigung bei Besuch des ganzen Kurses zur Einreichung an die Krankenkasse
Zielgruppen	Werdende Eltern
Dauer	1 x 7 Stunden (7 Lektionen)
Kosten	<ul style="list-style-type: none"><li>• CHF 165.– für Einzelpersonen</li><li>• CHF 270.– für Paare</li></ul>
Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
Kursreferentin	Susanne Röthlisberger
Daten	Kurs 1: 19.02.2022
	Kurs 2: 11.06.2022
	Kurs 3: 10.09.2022
	Kurs 4: 05.11.2022
Zeit	09.00–17.00 Uhr

---

### **NEU:** Die motorische Entwicklung des Kleinkindes unterstützen

In welchem Alter sollte ein Kind welche Bewegungsentwicklung durchmachen? Wie kann ein Kind in alltäglichen Aktivitäten wie Gehen, Sitzen, Essen, Liegen gezielt gefördert werden? Welche Verhaltensmuster entsprechen (noch) nicht der Norm und wie kann es unterstützt werden? Kinästhetik hilft, die Bewegungen des Kindes zu verstehen, analysieren und fördern, gibt Sicherheit im Umgang mit dem Kind und fördert eine vertrauensvolle Beziehung zueinander. Es werden Ideen entwickelt, wie alltägliche Situationen neu gestaltet werden können, so dass sich Kind und Eltern sicher, entspannt und aktiv beteiligt daran fühlen.

#### **Impulshalbtag – Schwerpunkt Selbsterfahrungen**

Die Teilnehmenden erhalten eine Einführung in die Kinästhetik und wissen, wie sie sie im Alltag mit dem Kind einsetzen können. Sie erfahren, wie sie im künftigen Alltag achtsam beobachten und begleiten können, damit sie sich selbst und das Kind sich sicher fühlen.

---

Inhalte/Ziele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kennenlernen der Kinästhetik</li><li>• Zusammenspiel von Knochen und Muskeln im Körper erfahren und verstehen</li><li>• Erkenntnisse im Umgang mit dem Kind verstehen und ausprobieren</li><li>• Erkennen, warum Vorgereifen in der Entwicklung des Kindes sinnlos ist</li></ul>
Zielgruppen	Eltern und Personen, die Kontakt zu Kindern im Alter von Geburt bis 2 Jahre haben.
Mitbringen	Socken (Schuhe sollten für bessere Wahrnehmung ausgezogen werden)
Dauer	1 × 4 Stunden (4 Lektionen)
Kosten	CHF 100.–
Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
Kursreferentin	Chantal Blétry
Daten/Zeiten	Kurs 1: 30.04.2022, 08.30–12.30 Uhr Kurs 2: 28.09.2022, 17.00–21.00 Uhr

---

## Vertiefungstag – Fokus Interaktionserfahrungen

Die Teilnehmenden gewinnen Sicherheit im Umgang mit dem Kind. Sie begleiten die motorische Entwicklung des Kindes bewusst und achtsam. Sie fördern ihr Kind spielerisch im Alltag und erkennen, wenn es Veränderungen bedarf. Herausfordernde Situationen werden als spannend wahrgenommen und es werden passende Lösungen erarbeitet. Nach Wunsch können die Teilnehmenden am Nachmittag ihr Kind mitnehmen. Eine Begleitperson muss mit anwesend sein, sollte das Kind nicht mehr mitmachen wollen.

---

Inhalte/Ziele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Analyse von herausfordernden Situationen mit dem Kind</li><li>• Auffälligkeiten in der motorischen Entwicklung erkennen und darauf passend eingehen</li><li>• Mit Hilfe der Kinästhetik Lernspirale ein nachhaltiges Werkzeug kennenlernen, um im künftigen Alltag Situationen selbstständig analysieren und verändern zu können</li><li>• Gelerntes aus dem Impulshalbtag vertiefen und gegenseitig ausprobieren</li><li>• Bedeutung der Interaktionen verstehen und Unterschiede in der Gestaltung ausprobieren</li></ul>
---------------	---

---

Zielgruppen	Personen, die den Impulshalbtag oder eine ähnliche Schulung besucht haben
-------------	---

---

Dauer	1 x 6 Stunden (6 Lektionen)
-------	-----------------------------

---

Kosten	CHF 150.–
--------	-----------

---

Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
---------	----------------------

---

Kursreferentin	Chantal Blétry
----------------	----------------

---

Daten/Zeiten	Kurs 1: 25.06.2022, 09.00–16.00 Uhr
--------------	-------------------------------------

---

Kurs 2: 19.11.2022, 09.00–16.00 Uhr

---

## Eltern/Familie

### Notfälle bei Kleinkindern

Kinder sind ständig in Bewegung und toben sich gerne aus. Das führt immer wieder zu Unfällen. Was tun, wenn nicht bloss ein kleiner Kratzer, sondern eine ernsthaftere Verletzung auftritt? Im Kurs lernen die Teilnehmenden, wie sie sich richtig verhalten und wie sie schnell und aktiv helfen können, wenn ein Kleinkind verunfallt oder erkrankt. Dieses Wissen gibt Sicherheit und Selbstvertrauen.

---

Inhalte/Ziele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Wundbehandlung/Blutstillung</li><li>• Verstauchungen/Brüche</li><li>• Verbrennungen/Verätzungen/Vergiftungen</li><li>• Bewusstlosigkeit</li><li>• Atemnot/Atemstillstand</li></ul>
Besonderes	Bitte mitbringen: Badetuch oder Gymnastikmatte
Zielgruppen	<ul style="list-style-type: none"><li>• Eltern</li><li>• Betreuende von Kleinkindern</li></ul>
Dauer	1 x 8 Stunden (8 Lektionen)
Kosten	<ul style="list-style-type: none"><li>• CHF 180.– für Einzelpersonen</li><li>• CHF 300.– für Paare</li></ul>
Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
Kursreferent	Manuela Stirnimann
Datum	12.11.2022
Zeit	08.00–17.00 Uhr

---

## Babysitter/-in SRK

### Babysitting – ein Vertrauensjob

Kinderhüten ist ein faszinierendes Erlebnis und eine willkommene Abwechslung zum Schulalltag. Im Kurs lernen Jugendliche (Mindestalter 13 Jahre) die Grundlagen der Kinderbetreuung, um die anspruchsvolle Aufgabe als Babysitterin oder Babysitter verantwortungsvoll und sicher ausüben zu können. Die Teilnehmenden erhalten den bekannten Babysitting-Pass des Schweizerischen Roten Kreuzes.

---

Inhalte/Ziele	Die Teilnehmer/-innen lernen die Grundlagen für die Arbeit als Babysitter. <ul style="list-style-type: none"><li>• Entwicklung und Bedürfnisse von Babys und Kleinkindern</li><li>• Körperpflege und Wickeln</li><li>• Spiele und Beschäftigung</li><li>• Schlaf und Schlafrituale</li><li>• Zubereiten und Verabreichen von Mahlzeiten</li><li>• Krankheiten, Unfallverhütung und Notfälle</li><li>• Rechte und Pflichten als Babysitter</li></ul>
Besonderes	Erhalt des Babysitting-Passes nur bei Besuch des ganzen Kurses
Zielgruppen	Jugendliche (Mindestalter 13 Jahre)
Dauer	2 x 5 Stunden (10 Lektionen)
Kosten	CHF 110.– (inkl. Kursunterlagen)
Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
Daten/Zeiten	Kurs 1: 15.01. / 22.01.2022, 09.00–15.00 Uhr
	Kurs 2: 19.03. / 26.03.2022, 09.00–15.00 Uhr
	Kurs 3: 11.06. / 18.06.2022, 09.00–15.00 Uhr
	Kurs 4: 20.08. / 27.08.2022, 09.00–15.00 Uhr
	Kurs 5: 17.09. / 24.09.2022, 09.00–15.00 Uhr
	Kurs 6: 22.10. / 29.10.2022, 09.00–15.00 Uhr
Zusatzinfos	Viele weitere Kurse werden mit Partnerorganisationen angeboten (Kurspreis kann abweichen). Infos unter <a href="http://www.srk-aargau.ch/babysitting">www.srk-aargau.ch/babysitting</a>

---

## Babysitter/-in SRK

### Hilfe, ein Notfall! Was kann ich tun?

Auch bei pflichtbewusster Betreuung kann einmal ein Unglück passieren. Wie reagiert man richtig, wenn ein Kind stürzt, sich verbrennt, einen Gegenstand verschluckt oder gar das Abwaschmittel leer getrunken hat? Der Kurs zeigt Jugendlichen (Mindestalter 13 Jahre) verschiedene Notfallsituationen bei Babys und Kleinkindern auf und vermittelt Sicherheit beim Babysitten.

---

Inhalte/Ziele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Rettungskette/Alarmierung</li><li>• Verstauchung, Brüche, Wundbehandlung</li><li>• Verbrennungen</li><li>• Verätzungen, Vergiftungen</li><li>• Fremdkörper verschluckt</li></ul>
---------------	--

---

Besonderes	Mitbringen: Schreibzeug
------------	-------------------------

---

Zielgruppen	Jugendliche (Mindestalter 13 Jahre)
-------------	-------------------------------------

---

Dauer	1 x 4 Stunden (4 Lektionen)
-------	-----------------------------

---

Kosten	CHF 60.–
--------	----------

---

Kursort	Rotkreuz-Haus, Aarau
---------	----------------------

---

Kursreferentin	Irene Vock
----------------	------------

---

Daten	Kurs 1: 16.03.2022
-------	--------------------

---

	Kurs 2: 09.11.2022
--	--------------------

---

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

---



# Bildung

## Aus- und Weiterbildung für Freiwillige



Wählen Sie Ihre persönliche Weiterbildung  
aus unserem vielseitigen Kursangebot.



*Wir freuen uns,  
Sie an unseren Kursen  
begrüssen zu dürfen!*

Iris Flückiger  
Bereichsleiterin und  
Freiwilligenverantwortliche

Telefon 062 835 70 47  
kurse@srk-aargau.ch  
www.srk-aargau.ch

**Schweizerisches Rotes Kreuz**  
Kanton Aargau



## Kursangebote für Freiwillige des SRK Kanton Aargau

Das tägliche Engagement für Menschen in schwierigen Lebenssituationen stellt uns vor Herausforderungen. Um den Menschen in ihrer Situation gerecht zu werden, braucht es unser Verständnis, viel Einfühlungsvermögen, manchmal aber auch einfach Informationen und Kenntnisse. Dieses Programm lädt Sie zum gemeinsamen Lernen und Reflektieren ein. Es will Kenntnisse und Impulse vermitteln. Und es ermöglicht kleine Auszeiten vom Freiwilligenalltag. Die Aus- und Weiterbildung für Freiwillige ist modular aufgebaut. Einzelne Module sind obligatorisch zu besuchen. Für das ausführliche Programm und die Planung Ihrer individuellen Aus- und Weiterbildung wenden Sie sich bitte an Ihre Ansprechperson. Wir danken Ihnen für Ihr Engagement und freuen uns, Ihnen bei einzelnen Kursen zu begegnen.

**Detaillierte Informationen zu den aufgeführten Kursen finden Sie auf [www.srk-aargau.ch/freiwilligenkurse](http://www.srk-aargau.ch/freiwilligenkurse).** Beim Besuch anderer Kurse des SRK erhalten die Freiwilligen 25 % Rabatt auf die Kurskosten. Wir nehmen gerne Ihre Wünsche zu Weiterbildungsthemen auf und entwickeln massgeschneiderte Angebote.

*Einführungsangebote:*

### Einführungstag des SRK Kanton Aargau (obligatorisch)

---

Vormittag	Allgemeine Grundlagen <ul style="list-style-type: none"><li>• SRK – Geschichte, Bewegung, Grundsätze</li><li>• Einführung in die Freiwilligenarbeit beim SRK Kanton Aargau</li></ul>
Nachmittag	Modul 1: Behinderungen und Hilfestellungen <ul style="list-style-type: none"><li>• Umgang mit diversen Behinderungen und Einschränkungen</li><li>• Praktische Tipps zum Umgang mit dem Rollstuhl, Ein- und Aussteigen ins Auto, Begleitung</li></ul> <hr/> <p>Modul 2: Kommunikation und Interkulturalität</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Grundregeln für gelungene Kommunikation</li><li>• Hindernisse in der interkulturellen Kommunikation</li><li>• Erfahrungsaustausch</li></ul>
Besonderes	Beide Module können auch einzeln als Weiterbildungsmodul besucht werden.
Durchführung	mehrmals pro Jahr, 1 Tag

---

## TCS Beurteilungsfahrstunde durch einen Fahrlehrer/eine Fahrlehrerin (obligatorisch)

---

**Inhalte** Sie lassen Ihr Verhalten im Strassenverkehr durch eine Fahrlehrerin, einen Fahrlehrer des TCS beurteilen.

---

**Besonderes** Obligatorisch für Freiwillige «Fahrdienst» vor Aufnahme der Tätigkeit, danach alle 5 Jahre; bzw. ab dem 75. Lebensjahr jährlich

---

**Durchführung** 1 Stunde

---

## TCS Theoriekurs (obligatorisch)

---

**Inhalte** Kurse mit verschiedenen Schwerpunkt-Themen stehen zur Wahl

---

**Besonderes** Obligatorisch für Freiwillige «Fahrdienst» vor Aufnahme der Tätigkeit, danach alle 5 Jahre; bzw. ab dem 75. Lebensjahr jährlich

---

**Dauer** ½ Tag

---

## Grundkurs Rollstuhlbefestigung (obligatorisch)

---

**Inhalte** Die Teilnehmenden werden durch einen erfahrenen Instruktor über die Wichtigkeit der korrekten Rollstuhlbefestigung informiert und erhalten Gelegenheit zum Üben.

---

**Besonderes** Freiwillige-Fahrer Rollstuhlauto; vor Aufnahme der Tätigkeit

---

**Dauer** ½ Tag

---

## Grundkurs Rollstuhl- und Liegendtransport (obligatorisch)

---

**Inhalte** Theoretische Grundlagen, Umgang mit dem Rollstuhl (Einladen, Sichern) sowie praktisches Fahren.

---

**Besonderes**

- Obligatorisch für Freiwillige «Fahrdienst Rollstuhlauto oder Liegendtransport» innerhalb des ersten Jahres nach Eintritt
- Folgekurs nach 3 Jahren, danach alle 5 Jahre auf der TCS-Anlage in Frick

---

**Dauer** 1 Tag

---

## Weiterbildungen und unterstützende Angebote:

### Auffrischung Erste Hilfe

---

Durchführung 4 × jährlich, je ½ Tag

---

### Weiterbildungen Jugendrotkreuz

---

Durchführung Mehrmals jährlich

---

### Weiterbildungen Patientenverfügung SRK

---

Durchführung Mehrmals jährlich

---

### Weiterbildung TCS Fahrdynamik für Freiwillige «Fahrdienst»

---

Durchführung jährlich

---

Wir nehmen gerne Ihre Wünsche zu Weiterbildungsthemen auf und entwickeln massgeschneiderte Angebote.

### Supervision

---

**Inhalte** Die Beteiligten besprechen gemeinsam Situationen, die im Berufsalltag als schwierig empfunden werden. Beim geführten Austausch im geschützten Rahmen reflektieren die Teilnehmenden ihre Arbeitseinsätze und klären ihre Rollen. Dabei werden die persönlichen Ressourcen gestärkt sowie Herausforderungen besprochen und Lösungsmöglichkeiten gesucht.

---

**Besonderes** Obligatorisch für «Entlastungsdienst», «Kinderbetreuung zu Hause», Entlastungsdienst «Dementia Care»

---

**Durchführung** 4 × jährlich, jeweils 18.00–21.00 Uhr im Rotkreuz-Haus, Aarau

---

## Fallbesprechung «Dementia Care»

---

Inhalte	<ul style="list-style-type: none"><li>• Austausch für Betreuende von Menschen mit Demenz</li><li>• Aufbau und Förderung von Fachkompetenz</li><li>• Qualitätssicherung und -förderung</li><li>• Reflexion</li></ul>
---------	---

---

Besonderes	Obligatorisch für Entlastungsdienst «Dementia Care»
------------	---

---

Durchführung	4× jährlich, jeweils 18.00–21.00 bzw. 13.30–16.30 Uhr im Rotkreuz-Haus, Aarau
--------------	--

---

## Kursangebote von BENEVOL Aargau

Für freiwillig und ehrenamtlich Engagierte

### Balance von Nähe und Distanz – Grenzen üben und ausloten

---

Durchführung	07.06.2022, 14.00–17.00 Uhr, Müllerhaus, Bleicherain 7, Lenzburg. Kosten: CHF 40.–*
--------------	--

---

### Flucht und Trauma: Worunter Betroffene leiden und wie Freiwillige damit umgehen können

---

Durchführung	19.10.2022, 17.30–20.30 Uhr, Rheinfelden. Kosten: CHF 35.–*
--------------	--

---

### Humor in der Begleitung älterer Menschen

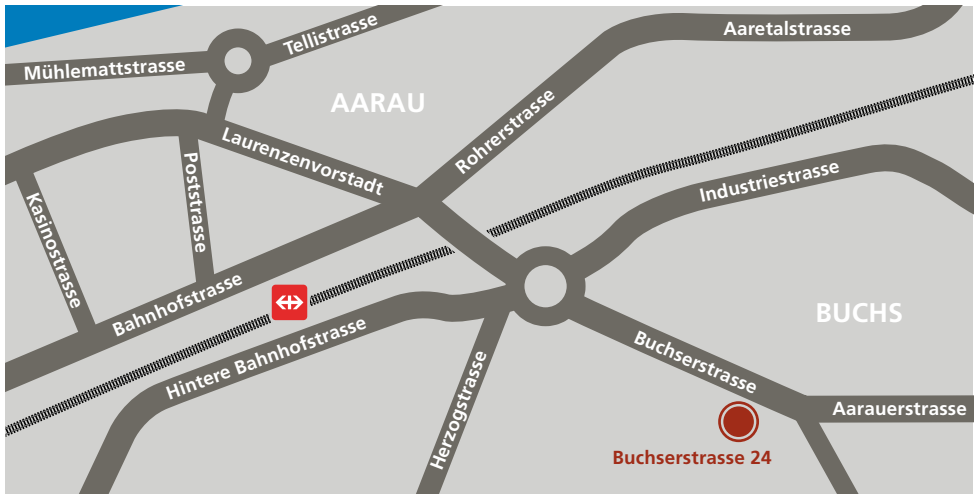
---

Durchführung	16.11.2022, 18.00–21.00 Uhr, Bullingerhaus, Jurastrasse 13, Aarau. Kosten: CHF 40.–*
--------------	---

---

\* Preise für Rotkreuz-Freiwillige

# Lageplan «Rotkreuz-Haus»



Es stehen keine Parkplätze zur Verfügung! Wir empfehlen Ihnen, mit den öffentlichen Verkehrsmitteln anzureisen oder ein öffentliches Parkhaus (Bahnhof SBB/Stadt oder GAIS Center) zu benutzen.

## **Fussweg vom Bahnhof Aarau (ca. 9 Gehminuten)**

Verlassen Sie den Bahnhof beim Ausgang «Hintere Bahnhofstrasse». Folgen Sie der Strasse in Treppenrichtung bis zum Kreisel. Nehmen Sie die Abzweigung «Buchserstrasse» in Richtung «Suhr/Buchs/Kantonsspital». Nach 250m erreichen Sie auf der rechten Strassenseite das Rotkreuz-Haus.

Bei Unklarheiten helfen wir Ihnen gerne weiter. Die Kontaktangaben finden Sie auf der Rückseite des Kursprogramms.

## **Öffnungszeiten**

Montag bis Freitag

08.00 – 12.00 Uhr

13.30 – 16.00 Uhr

# Anmeldebedingungen

## **Anmeldungen**

Die Anmeldung muss schriftlich via Website oder Anmeldeformular erfolgen. Die Anmeldungen sind verbindlich und werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Der Anmeldeschluss ist jeweils 14 Tage vor Kursbeginn.

## **Anmeldebestätigung**

Eine Bestätigung erfolgt nach der Anmeldung. Die Rechnung wird zugestellt, sobald die Kursdurchführung feststeht (spätestens 14 Tage vor Kursbeginn). Bei ungenügender Teilnehmerzahl behalten wir uns vor, Kurse zu verschieben oder abzusagen.

## **Versicherung**

Kursteilnehmende haben sich gegen Unfall und Haftpflicht selbst zu versichern.

## **Bezahlung**

Die Überweisung des Kursgeldes ist spätestens 14 Tage vor Kursbeginn fällig.

## **Abmeldungen**

Die Abmeldungen gelten nur in schriftlicher Form.

Die Annullationsgebühr beträgt bei Abmeldung:

- bis 8 Wochen vor Kursbeginn keine Kosten
- 10 % des Kursgeldes bis 4 Wochen vor Kursbeginn
- Bei weniger als 4 Wochen vor Kursbeginn ist das gesamte Kursgeld zu bezahlen. Falls der Kursplatz wieder belegt werden kann, werden nur 20 % des Kursgeldes als Aufwandsentschädigung verrechnet.

Bei Absage eines Kurses durch das SRK Kanton Aargau wird ein allfällig bereits bezahltes Kursgeld vollumfänglich zurückerstattet.

## **Nichterscheinen oder Abbruch**

Bei Nichterscheinen oder Abbruch des Kurses muss das gesamte Kursgeld bezahlt werden.

**Schweizerisches Rotes Kreuz****Kanton Aargau**

Buchserstrasse 24

5000 Aarau

**Bildung**

Telefon 062 835 70 47

kurse@srk-aargau.ch

www.srk-aargau.ch/bildung

**Entlastungsdienst**

Telefon 062 544 03 03

entlastungsdienst@srk-aargau.ch

www.srk-aargau.ch/entlastungsdienste

**Öffnungszeiten**

Montag bis Freitag

08.00 bis 12.00 Uhr

13.30 bis 16.00 Uhr

**Entlastung**

- Entlastungsdienste «Lumicino» und «Dementia Care»
- Fahrdienst
- Kinderbetreuung zu Hause
- Patientenverfügung SRK und Vorsorge
- Rotkreuz-Notruf
- Tagesstätte für Betagte
- Tageszentrum Aarau

**Soziale Integration**

- Altersheimbesuche
- Besuchs- und Begleitdienst
- Inputabende
- Lehrstellen-Coaching
- Mentoring
- Nachhilfe
- Schreibdienst
- Sportnachmittage

**Bildung**

- Babysitter/-in SRK
- Pflegehelfer/-in SRK
- Kurse für betreuende und pflegende Angehörige



Wir danken Ihnen  
für Ihre Unterstützung  
PC 50-3932-6



**Schweizerisches Rotes Kreuz**  
Kanton Aargau

