

Kurse 2021

Wissen fürs Leben



Jugend

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-Ausweis des Schweizerischen Roten Kreuzes.

Kosten

CHF 100.– inkl. Kursbroschüre

Daten / Zeiten

- Kurs 1: 09.01.2021 / 16.01.2021,
9.00–15.00 Uhr
- Kurs 2: 19.02.2021, 17.30–20.30 Uhr /
20.02.2021, 9.00–17.00 Uhr
- Kurs 3: 11.06.2021, 17.30–20.30 Uhr /
12.06.2021, 9.00–17.00 Uhr
- Kurs 4: 14.08.2021 / 21.08.2021,
9.00–15.00 Uhr
- Kurs 5: 23.10.2021 / 30.10.2021,
9.00–15.00 Uhr
- Kurs 6: 06.11.2021 / 13.11.2021,
9.00–15.00 Uhr

Kursort

Rotkreuz-Haus, Buchserstrasse 24, Aarau

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.

Kosten

CHF 60.–

Daten

- Kurs 1: 10.03.2021
- Kurs 2: 24.11.2021

Zeit

jeweils 13.30–17.30 Uhr

Kursort

Rotkreuz-Haus, Buchserstrasse 24, Aarau

Viele weitere Kurse mit Partnerorganisationen

(Kurspreis kann abweichen):

www.srk-aargau.ch/babysitting

Eltern und 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.

Kosten

- CHF 165.– für Einzelpersonen
 - CHF 270.– für Paare
- inkl. Buch

Daten / Zeiten

- Kurs 1: 27.02.2021
- Kurs 2: 26.06.2021
- Kurs 3: 04.09.2021
- Kurs 4: 20.11.2021

Zeit

jeweils 9.00–17.00 Uhr

Kursort

Rotkreuz-Haus, Buchserstrasse 24, Aarau

Besonderes

Teilnahmebestätigung bei Besuch des ganzen Kurses zur Einreichung an die Krankenkasse

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.

Kosten

- CHF 180.– für Einzelpersonen
 - CHF 300.– für Paare
- inkl. umfangreicher Broschüre

Datum

20.11.2021

Zeit

8.00–17.00 Uhr

Kursort

Rotkreuz-Haus, Buchserstrasse 24, Aarau

Erwachsene

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.

Kosten
CHF 150.–

Datum
28.05.2021

Zeit
8.30 – 16.00 Uhr

Kursort
Rotkreuz-Haus, Buchserstrasse 24, Aarau

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.

Kosten
CHF 170.–

Datum
16.02.2021

Zeit
8.30 – 16.30 Uhr

Kursort
Rotkreuz-Haus, Buchserstrasse 24, Aarau

Betreuende Angehörige

Angehörige pflegen – die ersten Schritte

Wird eine angehörige Person betreuungs- oder pflegebedürftig, öffnen 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?

Kosten

CHF 65.– bzw. CHF 35.–*

Datum / Zeit

25.03.2021, 14.00–16.30 Uhr

Kursort

Rotkreuz-Haus, Buchserstrasse 24, Aarau

Angehörige betreuen – demenzkranken 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.

Kosten

CHF 75.– bzw. CHF 40.–*

Datum / Zeit

08.04.2021, 14.00–17.00 Uhr

Kursort

Rotkreuz-Haus, Buchserstrasse 24, Aarau

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. Die Teilnehmenden lernen, wie sie Betroffene unterstützen können, wie sie eigene Verhaltensweisen reflektieren können und dabei Selbstsorge tragen ohne Schuldgefühle.

Kosten

CHF 150.–

Datum / Zeit

23.03.2021, 14.00–16.30 Uhr

Kursort

Rotkreuz-Haus, Buchserstrasse 24, Aarau

Besonderes

Der Ratgeber «Pflegend begleiten» kann in allen Kursen für CHF 21.– erworben werden.

* reduzierter Preis in Verbindung
mit dem Entlastungsdienst SRK

Weitere Kurse für betreuende Angehörige:
www.srk-aargau.ch/pflegende-angehoerige

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

- Modul 1: Einführung in die Grundlagen von Palliative Care
- Modul 2: Kommunikation
- Modul 3: Unterstützung im Aufrechterhalten des körperlichen Wohlbefindens
- Modul 4: Unterstützung im Lindern von psychischem Leiden
- Modul 5: Auswirkungen des Sterbeprozesses auf das soziale Umfeld
- Modul 6: Unterstützung in der Sinnsuche und Trauer
- Modul 7: Rechtliche und ethische Aspekte zur Sterbebegleitung
- Modul 8: Einsatz als Begleiter/-in bei schwerkranken und sterbenden Menschen

Kosten

CHF 1040.– inkl. Zertifikat

Der Lehrgang entspricht dem Ausbildungsniveau A1, für welches das Departement für Gesundheit und Soziales des Kantons Aargau Weiterbildungsbeiträge ausrichtet.

www.palliative-aargau.ch/fachpersonen/weiterbildungsbeitraege/

Daten

- Lehrgang 1: 23.01./27.02./06.03./13.03./10.04./08.05./22.05./12.06.2021
- Lehrgang 2: 21.08./28.08./04.09./11.09./18.09./30.10./13.11./27.11.2021

Zeit

9.00 – 16.30 Uhr

Kursort

Bullingerhaus, Jurastrasse 13, Aarau, und
Rotkreuz-Haus, Buchserstrasse 24, Aarau

Besonderes

Während des Lehrganges müssen vier Praxis-einsätze in der Begleitung von Schwerkranken und Sterbenden absolviert werden. Nach der Teilnahme an allen theoretischen Modulen, vier praktischen Einsätzen, dem Führen des Lerntagebuches und der Abgabe des Reflexionsberichtes erhalten die Teilnehmenden das Zertifikat «Passage, Begleitung von Schwerkranken und Sterbenden».

Bedingungen

Die Teilnehmenden sollten sich nicht in einem eigenen Trauerprozess befinden.

Anmeldebedingungen

Anmeldungen

Die Anmeldung muss schriftlich (per Post, E-Mail oder Internet) erfolgen. Die Anmeldungen sind verbindlich und werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Der Anmeldeschluss ist jeweils zwei Wochen vor Kursbeginn.

Anmeldebestätigung

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

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:

- 10 % des Kursgeldes bis 4 Wochen vor Kursbeginn.
- 20 % des Kursgeldes bei weniger als 4 Wochen vor Kursbeginn.

Dies unter der Voraussetzung, dass der Kursplatz wieder belegt werden kann. Falls kein Ersatz gefunden werden kann oder bei Nichterscheinen ist das gesamte Kursgeld zu bezahlen. Bei Absage eines Kurses durch das SRK Kanton Aargau wird ein allfällig bereits bezahltes Kursgeld vollumfänglich zurückerstattet.

Informationen

Alle Kurse und Anmeldeöglichkeiten:
www.srk-aargau.ch/bildung
Telefon 062 835 70 47
kurse@srk-aargau.ch

Anmeldetalon für Kurse

Kursanmeldungen online unter www.srk-aargau.ch/bildung.

Dort ist auch ersichtlich, ob es im gewünschten Kurs noch freie Plätze gibt.

Kurs	Datum
Kurs	Datum
Kurs	Datum

Frau Herr

Name _____

Vorname _____

Zusatz _____

Strasse, Nr. _____

PLZ/Ort _____

Geburtsdatum _____

Heimatort* _____

Nationalität* _____

Telefon Privat _____

Telefon Geschäft _____

Telefon Mobil _____

E-Mail _____

Ich bestätige, die Anmeldebedingungen gelesen zu haben und erkläre mich mit allen Punkten einverstanden.

Datum _____

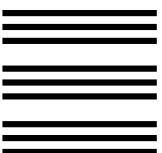
Unterschrift _____

Bei Minderjährigen Unterschrift der gesetzlichen Vertretung.

*Freiwillige Angaben für unsere Statistik.

Nicht frankieren
Ne pas affranchir
Non affrancare

A



Geschäftsantwortsendung Invio commerciale-risposta
Envoi commercial-réponse



Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton Aargau
Bildung
Buchserstrasse 24
5000 Aarau

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 und Liegendtransport
- Kinderbetreuung zu Hause
- Patientenverfügung SRK und Vorsorgeauftrag
- Rotkreuz-Notruf
- Tagesstätte für Betagte
- Tageszentrum Aarau

Soziale Integration

- Altersheimbesuche
- Besuchs- und Begleitdienst
- Inputabende
- 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

