

Kurse 2022

Wissen fürs Leben



Erwachsene

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, auf Menschen zuzugehen und Hilfe zu leisten bei Depression, Angststörungen, Psychosen und Suchterkrankungen.

Kosten

CHF 380.–
inkl. Kursunterlagen, Zertifikat, Ausweis

Dauer

4 x 3 Stunden (12 Lektionen)

Daten

19.10./26.10./02.11./09.11.2022

Zeit

18.00–21.30 Uhr

Kursort

Rotkreuz-Haus, Buchserstrasse 24, Aarau

Besonderes

Der Kurs ist für Personen ab 18 Jahren

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 «Stehaufmensch» 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

15.02.2022

Zeit

9.00–17.00 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 75.– bzw. CHF 40.–*

Datum / Zeit

08.06.2022, 14.00–17.00 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

15.06.2022, 14.00–17.00 Uhr

Kursort

Rotkreuz-Haus, Buchserstrasse 24, Aarau

Freude am Essen trotz Krankheit oder Alter

Wer kennt das nicht? Liebevoll wird etwas zubereitet und dann isst das Gegenüber kaum etwas. Woran könnte das liegen? Wie sieht eine ausgewogene Ernährung aus, welche Heilwirkung haben die verschiedenen Lebensmittel, und warum ist die Lebensgeschichte der Person zu beachten, wenn wir ihr eine kraftspendende Ernährung bieten wollen? Die Teilnehmenden entdecken freudvolle Ernährung für kranke, betagte, aber auch gesunde Menschen und legen selbst Hand an bei der Zubereitung von leicht verdaulichen und gesunden Leckereien.

Kosten

CHF 190.– inkl. Essen

Datum / Zeit

27.08.2022, 9.00–16.30 Uhr

Kursort

Rotkreuz-Haus, Buchserstrasse 24, Aarau

* 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. Weiterbildungsbeiträge für im Aargau tätige Fachpersonen und Freiwillige gemäss Leitfaden: www.palliative-aargau.ch/weiterbildung

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

9.00 – 16.30 Uhr

Kursort

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

Besonderes

Zum Lehrgang gehören: theoretische Unterrichtstage, vier praktische Einsätze in der Begleitung von Schwerkranken und Sterbenden, Führen eines Lerntagebuches, Erstellen eines Reflexionsberichtes. Nach Erfüllung aller Vorgaben erhalten die Teilnehmenden das Zertifikat «Passage SRK – Lehrgang in Palliative Care».

Bedingungen

Die Teilnehmenden sollten sich nicht in einem eigenen Trauerprozess befinden.

Jugend

Babysitting-Kurs SRK

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.

Kosten

CHF 110.– inkl. Kursunterlagen

Daten / Zeiten

- Kurs 1: 15.01.2022 / 22.01.2022, 9.00–15.00 Uhr
- Kurs 2: 19.03.2022 / 26.03.2022, 9.00–15.00 Uhr
- Kurs 3: 11.06.2022 / 18.06.2022, 9.00–15.00 Uhr
- Kurs 4: 20.08.2022 / 27.08.2022, 9.00–15.00 Uhr
- Kurs 5: 17.09.2022 / 24.09.2022, 9.00–15.00 Uhr
- Kurs 6: 22.10.2022 / 29.10.2022, 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: 16.03.2022
- Kurs 2: 09.11.2022

Zeit

jeweils 13.30–17.30 Uhr

Kursort

Rotkreuz-Haus, Buchserstrasse 24, Aarau

Viele weitere Kurse werden mit Partnerorganisationen angeboten (Kurspreis kann abweichen):
www.srk-aargau.ch/babysitting

Eltern und Familie

Säuglingspflege – ein Kurs für werdende Eltern

Der Kurs bereitet auf die neue Rolle als Mutter oder 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 Einzelpers., CHF 270.– für Paare

Daten / Zeiten

- Kurs 1: 19.02.2022
- Kurs 2: 11.06.2022
- Kurs 3: 10.09.2022
- Kurs 4: 05.11.2022

jeweils 9.00–17.00 Uhr

Besonderes

Teilnahmebestätigung bei Besuch des ganzen Kurses zur Einreichung an die Krankenkasse

Notfälle bei Kleinkindern

Kinder sind ständig in Bewegung. Das führt immer wieder zu Unfällen. Die Teilnehmenden lernen, wie sie sich richtig verhalten, wenn ein Kleinkind verunfallt oder erkrankt. Dieses Wissen gibt Sicherheit und Selbstvertrauen.

Kosten

CHF 180.– für Einzelpers., CHF 300.– für Paare

Datum / Zeit

12.11.2022, 8.00–17.00 Uhr

Kursort

Alle Kurse «Eltern und Familie» finden statt im Rotkreuz-Haus, Buchserstrasse 24, Aarau.

Die motorische Entwicklung des Kleinkindes unterstützen

Kinästhetik hilft, die Beweglichkeit und Motorik des Kindes zu verstehen, analysieren und fördern. Welche Verhaltensmuster entsprechen (noch) nicht der Norm und wie kann das Kind unterstützt werden? Der Kurs vermittelt die theoretischen Grundlagen von Kinästhetik und verknüpft diese mit einfachen Bewegungserfahrungen. Der Kurs richtet sich an Eltern und Personen, die Kontakt zu Kindern im Alter von Geburt bis 2 Jahre haben.

Impulshalbtage – Schwerpunkt Selbsterfahrungen

Die Teilnehmenden erhalten eine Einführung in die Kinästhetik und wissen, wie sie sie im Alltag mit dem Kind einsetzen können.

Kosten

CHF 100.–

Daten / Zeiten

- Kurs 1: 30.04.2022, 8.30–12.30 Uhr
- Kurs 2: 28.09.2022, 17.00–21.00 Uhr

Vertiefungstag – Fokus Interaktionserfahrungen

Die Teilnehmer gewinnen Sicherheit im Umgang mit dem Kind. Sie fördern es spielerisch im Alltag und erkennen, wenn es Veränderungen bedarf.

Kosten

CHF 150.–

Daten / Zeiten

- Kurs 1: 25.06.2022, 9.00–16.00 Uhr
- Kurs 2: 19.11.2022, 9.00–16.00 Uhr

Detaillierte Kursinhalte: www.srk-aargau.ch/bildung

Anmeldebedingungen

Anmeldungen

Die Anmeldung muss schriftlich via Website oder Anmeldeformular erfolgen. Die Anmeldungen sind verbindlich und werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

Anmeldeschluss

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.

Nicht erscheinen oder Abbruch

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

Informationen

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

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 Begleitedienst
- 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

