



Rotes Kreuz Wallis, Regionalstelle Oberwallis
Überlandstrasse 20, 3902 Brig-Glis

Kurs- programm 2012

Croix-Rouge Valais
Rotes Kreuz Wallis



Kursprogramm

«Das große Ziel der Bildung ist nicht Wissen, sondern Handeln.»

Herbert Spencer (1820 – 1903), engl. Philosoph u. Sozialwissenschaftler

Wissen und Können sind Güter, die wir leider nicht auf Vorrat anlegen können. Sich bilden oder weiterbilden bedeutet, die Welt und sich selbst neu zu entdecken, Chancen zu erkennen und diese zu ergreifen. Das ganze Leben ist ein ständiges Lernen und Erfahren. Niemand ist zu alt, um neues Wissen zu erwerben und sich neue Möglichkeiten zu eröffnen.

Das Rote Kreuz Wallis bietet Kurse rund um das Thema Gesundheit an. In diesen Kursen wird nicht nur das Bewusstsein für gesundheitliche Fragen gefördert, sie beschäftigen sich auch mit aktuellen Themen im Zusammenhang mit Pflege und leisten einen grossen Beitrag zum Erhalt der Selbständigkeit.

Die Angebote beinhalten Aus- und Weiterbildungen für PflegehelferInnen, Kurse für Jugendliche, für werdende Eltern und für Laien, die sich zu Hause um Angehörige oder Bekannte kümmern.

Unser pädagogisches Team besteht aus Fachpersonen aus dem Gesundheitswesen. Darüber hinaus haben die Kursleiterinnen Erfahrungen auf dem Gebiet, das sie unterrichten und wurden für ihre Arbeit vom Schweizerischen Roten Kreuz speziell geschult.

Wir haben uns auch dieses Jahr wieder bemüht, Ihnen ein breit gefächertes, auf die aktuellen Bedürfnisse abgestimmtes Kursangebot zu unterbreiten und hoffen, Sie finden Ihren persönlichen Favoriten.

Sandra Bittel, Leiterin Bildung

Rotes Kreuz Wallis, Regionalstelle Oberwallis

Wenn Sie Interesse an einem Kurs haben oder weitere Auskünfte haben möchten, stehen wir Ihnen von Montag bis Freitag, von 07.30 – 12.00 Uhr zur Verfügung.

Telefon 027 924 55 32

E-Mail rotes-kreuz-wallis@oberwallis.ch

Weitere Informationen finden Sie unter: www.rotes-kreuz-wallis.ch



Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB)

Gültigkeit: ab Januar 2011

Anmeldungen

Die Anmeldung für einen Kurs erfolgt schriftlich (www.redcross-edu.ch, Post, E-Mail, Fax). Sie ist verbindlich sobald sie beim Kursanbieter eingetroffen ist und wird in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt. Mit der Anmeldung werden diese AGB Bestandteil des Vertrages zwischen dem Teilnehmer / der Teilnehmerin und dem Kursanbieter.

Anmelde- und Durchführungsbestätigung

Der Eingang der Anmeldung wird schriftlich bestätigt. Die definitive Aufnahmebestätigung wird nach dem Anmeldeschluss verschickt.

Preise und Zahlungsbedingungen

Der Kurspreis schliesst die Kursunterlagen mit ein. Preise können ohne Einhaltung einer Frist erhöht werden. Eine solche Kurspreiserhöhung hat jedoch keine Auswirkung auf bestehende Verträge, soweit die Anmeldung des Teilnehmers / der Teilnehmerin vor Ankündigung der Preiserhöhung eingegangen ist und der Kurs innerhalb von vier (4) Monaten nach Eingang der Anmeldung stattfindet.

Der Rechnungsbetrag ist vor Kursbeginn fällig. Ist 30 Tage nach Fälligkeit die Zahlung nicht eingegangen, können Verzugszinsen in gesetzlicher Höhe verlangt werden.

Teilnehmerzahl

Für jeden Kurs ist eine Mindestteilnehmerzahl erforderlich. Wird die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht, kann der Kursanbieter den Kurs absagen. Die bezahlten Kosten werden den Teilnehmenden zurückerstattet. Weitergehende Forderungen sind ausgeschlossen.

Rücktritt und Kündigung durch die Teilnehmerin / den Teilnehmer

Der Kunde kann vom Vertrag schriftlich bis vier (4) Wochen vor Kursbeginn zurücktreten. Der Kurspreis wird in diesem Fall nicht berechnet. Ein bereits bezahlter Kurspreis wird in voller Höhe gutgeschrieben. Bei einem späteren Rücktritt oder einer Nichtteilnahme wird der folgende Kurspreis zur Zahlung fällig:

30 – 20 Tage vor Kursbeginn: 20 % des Preises

19 – 08 Tage vor Kursbeginn: 40 % des Preises

07 – 00 Tage vor Kursbeginn: 80 % des Preises

Bei Nichterscheinen am ersten Kurstag: 100 % des Preises

Ersatzteilnehmende sind zulässig.

Massgebend zur Berechnung der Annullierungskosten ist das Eintreffen der Annullierung beim Kursanbieter (bei Samstagen und Sonntagen und allgemeinen Feiertagen zählt der nächste Werktag).

Programmänderung

Der Kursanbieter behält sich das Recht vor, Klassen zeitlich zu verschieben oder zusammen zu legen, das Programm, den Durchführungsort und die Preise vor Vertragsabschluss zu ändern. Diese Änderungen werden bei der Buchung mitgeteilt. Programmänderungen nach Anmeldung und vor dem Beginn des Kurses können nicht ausgeschlossen werden. Der Kursanbieter orientiert so schnell als möglich über die Änderungen und deren Auswirkungen auf den Preis.

Abbruch des Kurses

Bei vorzeitigem Abbruch des Kurses von Seiten des Teilnehmers / der Teilnehmerin kann keine Rückerstattung erfolgen. Bei Abbruch des Kurses durch den Kursanbieter werden den Teilnehmenden die nicht in Anspruch genommenen Dienstleistungen zurückerstattet.

Anmeldung und Informationen

Gemäss Ausschreibung auf www.redcross-edu.ch

Versicherung

Unfall-, Krankheit- und Haftpflichtversicherung sind Sache der Teilnehmenden.

Datenschutz

Die Teilnehmenden erklären sich mit der Anmeldung damit einverstanden, dass der Kursanbieter ihre Daten (Personaldaten, gebuchte Kurse, Zahlungsmoral, etc.) für weitergehende Zwecke (Werbung, Ablehnung von Anmeldungen wegen schlechter Zahlungsmoral etc.) verwenden kann.

Gerichtstand

Gerichtsstand ist der Sitz des Kursanbieters.

Vorwort	01
Allgemeine Geschäftsbedingungen	02 – 03
<hr/>	
Öffentliche Vorträge	
Ein Pflegefall in der Familie – was nun?	05
Wenn alte Menschen vergesslich werden	06
<hr/>	
Fortbildungen PflegehelferIn	
PflegehelferIn SRK	07
Palliative Care	08 – 09
Konflikte – spannend und chancenreich	10
Kinästhetik Grundkurs	11 – 12
Fusspflege im Pflegealltag	12
Gewalt in der Pflege? ... doch nicht bei uns!	13
Alltagsgestaltung mit demenzkranken Menschen	14
Hausmittel und Wickel	15
Notfallsituationen	16
Basale Stimulation® in der Pflege – Basisseminar	17
Angst und Angststörungen	18
<hr/>	
Bevölkerungskurse	
Bevölkerungskurse	19
Babysitter-Vermittlung Rotes Kreuz Wallis	20
Babysitterkurs	21
Märchen erzählen	22
Ein Baby wird erwartet	23
Lehrgang PASSAGE	24 – 25
Angehörige zu Hause pflegen und unterstützen	26
Bewegungsunterstützung	27
Demenz	27
Essen ist Leben, Freude, Geniessen...	28
Gesunde Kommunikation	28
Kleider machen Leute...	29
Wechseljahre – was wechselt?	29
Patientenverfügung	30
Dienstleistungen	31
<hr/>	
Unsere Partner	32

Ein Pflegefall in der Familie – was nun?

In einer **Gesellschaft des langen Lebens** wird die Zahl der Familien, die ein pflegebedürftiges Familienmitglied betreuen und versorgen, weiter zunehmen. Pflegende Angehörige leisten einen grossen Beitrag und ermöglichen es den Betreuten, möglichst lange in ihrer gewohnten Umgebung bleiben zu können. Eine solche Aufgabe zu übernehmen ist eine grosse Herausforderung und nicht selten stossen Angehörige an ihre Grenzen.

Dieser Vortrag beleuchtet verschiedene Aspekte der **Pflege zu Hause**.

Was bedeutet es, einen Angehörigen zu pflegen – was sind die Möglichkeiten, wo liegen die Grenzen? Was tun wenn die Belastung zu gross wird? Welche Pflegehandlungen muss ich kennen? Wer kann mich unterstützen?

Leitung	Frau Arlette Studer-Meschler Pflegefachfrau AKP Berufsschullehrerin Pflege
Datum	Montag, 06. Februar 2012
Zeit	19.30 – 21.00 Uhr
Ort	Alfred Grünwald Saal, Brig
Eintritt	frei
Anmeldung	nicht erforderlich



Wenn alte Menschen vergesslich werden

Demenzerkrankungen gehören zu den häufigsten und folgenreichsten psychiatrischen Erkrankungen im höheren Alter. In der Schweiz leben rund 100'000 Demenzerkrankte, in 20 Jahren sollen es doppelt so viele sein, schätzt die Schweizerische Alzheimer-Vereinigung. Das Thema Demenz beeinflusst alle Lebensbereiche, sowohl der Betroffenen als auch der Angehörigen.

Der Vortrag von Frau Andenmatten beschäftigt sich mit den medizinischen Aspekten dieser Erkrankung, gibt einen Überblick über Therapien und thematisiert die Haltung gegenüber demenzerkrankten Menschen. Zudem sind die Alltagsgestaltung und allfällige Stolpersteine ein Teil dieses Vortrags.

Leitung	Frau Maria Andenmatten Lehrerin in Pflege, dipl. Gerontologin SAG Lehrbeauftragte HES-SO Wallis Berufschullehrerin Pflege
Datum	Donnerstag, 15. November 2012
Zeit	19.30 – 21.00 Uhr
Ort	Fux Campagna, Visp
Eintritt	frei
Anmeldung	nicht erforderlich

PflegehelferIn SRK

Der Lehrgang **PflegehelferIn SRK** ist eine gute Grundlage für die Tätigkeit im Bereich der Gesundheits- und Krankenpflege.

Anforderungen an die Kursteilnehmer

- Zurückgelegtes 18. Altersjahr
- Bereitschaft und Interesse im Umgang mit hilfs- und pflegebedürftigen Menschen
- Verstehen der schriftlichen Texte und der deutschen Sprache (Mundart)
- Körperliche und geistige Gesundheit

Tätigkeit

Die praktischen Tätigkeiten der Pflegehelfer / innen sind sehr vielfältig: Körperpflege • Hilfe beim An- und Ausziehen • Einfache Mobilisation und Lagerung • Mahlzeiten verteilen und Essen eingeben • Inkontinenzmaterial anwenden • Körpertemperatur messen • Puls messen • Atmungskontrollieren • bei allgemeinen Tätigkeiten unterstützen • Gefahrenquellen erkennen und Sicherheit gewährleisten • Erste Hilfe Massnahmen in Not-situationen • hauswirtschaftliche Tätigkeiten • achtsam und verständlich kommunizieren.

Dauer	Teil 1 – theoretisch-praktischer Unterricht (inkl. Lernkontrollen), 20 Tage Teil 2 – Praktikum von 15 Tagen
Beginn	Januar 2012 Februar 2012
Ort	Gästehaus St.Ursula, Brig
Preis	Fr. 2'150.–

Weitere Kurse im Herbst 2012 – Daten auf Anfrage.



Palliative Care

In der Langzeitpflege sind die PflegehelferInnen SRK ein wichtiger und fester Bestandteil der Pflgeteams. In diesem Kurs geht es einerseits um eine vertiefte Auseinandersetzung mit der palliativen Haltung und Kultur, andererseits aber auch um den Umgang mit «End of Life Care» Situationen. Der Kurs soll Mut machen, Angst nehmen und Sicherheit geben, Sterbende auf ihrem letzten Weg zu begleiten.

Ziele

- Entwickeln eines umfassenden Verständnisses von Palliative Care
- Kompetent Handeln und Kommunizieren in palliativen Situationen
- Auseinandersetzung mit Sterben, Tod und Trauer
- Sensibilisierung für die eigene Belastung in traurigen Situationen und Gefühlslagen
- Kenntnisse haben über ethische Grundfragen in palliativen Situationen

Leitung	Pflegefachpersonen, diverse Referenten
Zeit	08.30 – 17.00 Uhr
Ort	Gästehaus St. Ursula, Brig Mittagessen vor Ort möglich
Preis	Fr. 490.–
Anmeldung	10. Januar 2012

Inhalte

Datum	Thema	Inhalte
27.01.2012	Einführung in die Grundlagen der Palliative Care	<ul style="list-style-type: none"> • Persönliche Auseinandersetzung mit schweren Erkrankungen, Leiden, Tod und Trauer • Einführung in die Palliative Care • Spiritualität, was ist das? • Ethische und rechtliche Aspekte von Sterbehilfe
10.02.2012	Unterstützung in der Pflege von Schwerkranken und Sterbenden	<ul style="list-style-type: none"> • Körperliche und psychische Symptome • Bedürfnisse Sterbender: Lebensqualität bis zuletzt erhalten • Betreuung der Angehörigen von Schwerkranken
02.03.2012	Begleitung von Sterbenden und Angehörigen	<ul style="list-style-type: none"> • Kommunikation mit Sterbenden und Angehörigen • Abschied und Trauer • Umgang mit Trauernden
30.03.2012	Nach dem Tod	<ul style="list-style-type: none"> • Pflege des Verstorbenen • Trauer- und Abschiedsrituale, Trauerkultur (Besuch vom Bestatter und / oder Besuch eines Bestattungsinstitutes)



Konflikte – spannend und chancenreich

Wir alle erleben immer wieder Konflikte. Denn wo mehrere Menschen zusammen arbeiten, treffen unterschiedlichste Vorstellungen, Haltungen und Lebensweisen aufeinander.

Dies kann im wahrsten Sinne des Wortes «spannend» sein. Spannung, im Sinne von «angespannt» und konfliktreich, blockiert, belastet und gestaltet den Arbeitsalltag und den Austausch mit Kolleginnen und Kollegen schwierig. Positive Spannung jedoch motiviert, regt an und lässt Zusammenarbeit meistens gelingen. Diese Fortbildung will unterstützenden und hilfreichen Verhaltensweisen in konfliktträchtigen Situationen nachgehen und dabei Raum bieten um neue und spannende Erfahrungen zu machen.

Ziele

- Konfliktodynamiken kennen lernen und verstehen
- Die persönliche Konfliktfähigkeit fördern und festigen
- Die eigene Handlungsfähigkeit in Konfliktsituationen ausbauen

Inhalte

- Was ist überhaupt ein Konflikt?
- Wie entwickelt sich ein Konflikt?
- Unterschiedliche Möglichkeiten um Konflikten zu begegnen und sie zu lösen

Leitung	Eva-Maria Millius-Imboden M.A. Ausbilderin FA Supervisorin / Coach BSO
Datum	Dienstag, 7. Februar 2012
Zeit	09.00 – 12.00 Uhr 13.30 – 16.30 Uhr
Ort	Haus Schönstatt, Brig Mittagessen vor Ort möglich
Preis	Fr. 165.–
Anmeldung	20. Januar 2012

Kinästhetik Grundkurs

Ziele / Inhalte:

- Die Teilnehmenden ...
- ... kennen die Bedeutung der Selbstkontrolle im pflegerischen Tun
 - ... kennen die grundlegenden Konzepte der Kinästhetik und haben deren Bedeutung für ihr Arbeitsfeld reflektiert
 - ... sind in der Lage, Menschen einfacher zu bewegen und sie dadurch in ihrer Gesundheitsentwicklung zu unterstützen
 - ... entwickeln ihre persönlichen Bewegungs- und Handlungsfähigkeiten, um das Risiko von berufsbedingten Verletzungen und Überlastungsschäden zu reduzieren

Themen

1. Interaktion
2. Funktionale Anatomie
3. Menschliche Bewegung
4. Menschliche Funktion
5. Anstrengung als Kommunikationsmittel
6. Umgebung

Methodik

Im Grundkurs wird mit folgenden Lernschritten gearbeitet:

- anhand der eigenen Körpererfahrung die jeweiligen Inhalte erarbeiten
- Bewegungsanleitung an und mit gesunden Menschen in Partnerarbeit üben
- praktische Anwendungen aus Ihrem Arbeitsfeld mit Patienten / Bewohnern am Pflegebett bearbeiten
- anhand der Arbeitsunterlagen die Bewegungserfahrungen und ihre Bedeutung reflektieren

Besonderes

Bitte bringen Sie eine Decke / Matte, bequeme Kleidung, warme Socken und Schreibmaterial mit.



Leitung	Lilian Schmidt Pflegefachfrau Kinästhetiktrainerin, Stufe 3
Datum	6. März, 20. März, 17. April, 18. Juni 2012
Zeit	09.00 – 12.30 / 13.30 – 16.00 Uhr
Ort	APH Englischgruss, Glis Mittagessen vor Ort möglich
Preis	Fr. 495.–, inkl. Kursbuch
Anmeldung	bis 15. Februar 2012

Fusspflege im Pflegealltag

In diesem Kurs werden Theorie und Praxis sinnvoll verknüpft und es werden Möglichkeiten und Grenzen der Fusspflege im Pflegealltag beleuchtet.

Inhalte

- Wichtiges zum Thema Hygiene
- Behandlungsablauf im podologischen Alltag
- Was bedeutet Fusspflege im täglichen Pflegealltag
- Fussbetrachtung der Teilnehmenden: die Füsse in die Hände nehmen
- Fragen aus dem Alltag, sowie den Ausführungen erwachsen

Leitung	Susanne Burger, Podologin SPV
Datum	Freitag, 23. März 2012
Zeit	13.30 – 17.00 Uhr
Ort	Fux Campagna, Visp
Preis	Fr. 80.–
Anmeldung	10. März 2012

Gewalt in der Pflege? ... doch nicht bei uns!

«Gewalt in der Pflege – ein Tabuthema, und doch überall und jederzeit möglich.»

Kein Zweifel, körperlich tätlich werden ist Gewalt. Aber gerade in der Pflege ist die Gewalt meist sehr viel versteckter und wird oft nicht als solche angesehen.

Inhalte

- Gewalt ist nicht nur eine Einbahnstraße
- Was hat Angst mit Gewalt zu tun?
- Welche Erfahrungen haben wir selbst mit Aggressionen und Gewalt in der Pflege gemacht?
- Welches sind mögliche Ursachen?
- Gibt es wirksame Strategien zur Vermeidung von Aggressionen und Gewalt?

Leitung	Frau Arlette Studer, Berufsschullehrerin Pflege Ruth Steiner, Pflegefachfrau, Kursleiterin SRK
Datum	Montag, 23. April 2012
Zeit	09.00 – 17.00 Uhr
Ort	APH Santa Rita, Ried-Brig Mittagessen vor Ort möglich
Preis	Fr. 165.–
Anmeldung	05. April 2012



Alltagsgestaltung mit demenzkranken Menschen

Der Alltag mit demenzkranken Menschen ist eine grosse Herausforderung. Sie haben eine spezifische Erlebniswelt, die nicht immer mit der unseren kompatibel ist. Es ist kaum möglich, die Betreuung nach einem bestimmten Ablauf durchzuführen, trotzdem binden uns institutionelle Strukturen an einen Tagesrhythmus. Es lohnt sich, verschiedene Betreuungsansätze kennenzulernen, um den Alltag mit Demenzkranken kreativer und lustvoller gestalten zu können.

Ziele

- Fachwissen über das Krankheitsbild Demenz vertiefen
- Möglichkeiten und Grenzen von verschiedenen Betreuungskonzepten kennen
- Ideen für die Alltagsgestaltung mit Demenzkranken gewinnen

Inhalte

- Typische demenzielle Erscheinungsformen
- Normalitätsprinzip auf der Grundlage der Biographie
- Kommunikatives Verfahren
- Personenzentrierter Ansatz
- Selbsterhaltende Massnahmen
- 10-Minuten-Aktivität
- Kreative und gestalterische Methoden

Leitung	Lily Lemmens Gerontologin FH Erwachsenenbildnerin FA Pflegefachfrau
Datum	Montag, 7. Mai 2012
Zeit	09.00 – 17.00 Uhr
Ort	Bildungshaus St. Jodern, Visp Mittagessen vor Ort möglich
Preis	Fr. 185.–
Anmeldung	20. April 2012

Hausmittel und Wickel

Gegen «fast» alles ist ein Kraut gewachsen

«Es gibt für Krankheitsfälle aller Arten ein Heilkräutlein aus Gottes Garten
Man muss die Pflanzen nur recht nutzen:
mal das Ganze, mal die Blätter, mal nur die Wurzeln
Auch das Sammeln, Verarbeiten, Aufbewahren
und Anwenden muss verstanden sein,
Sollen sie uns helfen gegen all unsere Pein.»

Inhalt des Kurses

Aus Heilkräutern werden Salben, Tinkturen, Sirup, Wickel oder Kompressen hergestellt.

«Auch das richtige Anwenden werden wir dabei nicht vergessen.
Wir wollen euch einige Tricks verraten
und hoffen dann, es wird euch auch daheim geraten
Heilmittel herzustellen, mit Geschick –
euch zur Freude und den Kranken zum Glück!»

Leitung	Arlette Studer Pflegefachfrau Berufsschullehrerin Pflege
Datum	Dienstag, 5. Juni 2012 Dienstag, 12. Juni 2012
Zeit	13.30 – 17.00 Uhr
Ort	Fux Campagna, Visp Mittagessen vor Ort möglich
Preis	Fr. 145.–
Anmeldung	17. Mai 2012

Notfallsituationen

Plötzlich nimmt das Mittagessen auf Grund eines Zusammenbruchs einer Heimbewohnerin oder eines Heimbewohners eine unerwartete Wende... Was tun?

Notfallsituationen können jederzeit auftreten. Sie richtig einschätzen zu können, kann Leben retten und schlimmere Schäden für Betroffene und Helfende verhindern. Korrektes Vorgehen sowohl in der Beurteilung wie in den anschliessenden Massnahmen geben sowohl dem Pflegepersonal wie auch den Heimbewohnern Sicherheit.

Inhalte

- ABCD Schema (neue Richtlinien ab 01.01.2012)
- BLS AED (Herzmassage, Defibrillator) neue Richtlinien ab 01.01.2012
- Herz Kreislauf Stillstand / Herzinfarkt / Hirnschlag
- Verbände / Druckverband / Blutstillung
- Aspiration
- Sonnenstich, Hitzschlag, Hitzeerschöpfung
- Zuckerkrankheit (Notfälle; erste Hilfe)
- Asthma (Notfälle; erste Hilfe)

Leitung	KursleiterIn Oberwalliser Samariterverein
Datum	Dienstag, 28. August 2012
Zeit	09.00 – 12.00 Uhr / 13.30 – 17.00 Uhr
Ort	Samariterverband Brig, Napoleonstrasse 1, Glis
Preis	Fr. 165.–
Anmeldung	10. August 2012

Basale Stimulation® in der Pflege – Basisseminar

Basale Stimulation richtet sich an Menschen mit veränderter Wahrnehmung. Der Pflegeempfänger befindet sich in Lebenssituationen, in welchen die elementaren Bedürfnisse nach Bewegung, Wahrnehmung und Kommunikation für ihn nur noch mit fremder Hilfe nutzbar sind. Das Konzept der Basalen Stimulation ist ein Ansatz, um gemeinsam mit dem Pflegeempfänger sein soziales Umfeld, seine Grundbedürfnisse und die emotionale Erlebniswelt zu erhalten und ist ein Weg zum gemeinsamen Dialog.

Ziele

- Menschen mit veränderter Wahrnehmung werden in ihrer Autonomie und Selbstkompetenz unterstützt und gefördert
- Konzeptgrundlagen verstehen
- Erweiterte Fachkompetenz erreichen

Inhalte

- Bedeutung von Bewegung, Wahrnehmung und Kommunikation erkennen
- Auseinandersetzung mit der eigenen Wahrnehmung
- Anwendungsmöglichkeiten im Pflegealltag

Leitung	Erika Hodel Pflegefachfrau AKP Ausbildnerin WPI Praxisbegleiterin Basale Stimulation® in der Pflege
Datum	10. / 11. September 2012 29. Oktober 2012
Zeit	09.00 – 12.30 Uhr / 13.30 – 17.00 Uhr
Ort	APH St. Paul, Visp Mittagessen vor Ort möglich
Preis	Fr. 580.–
Anmeldung	20. August 2012

Angst und Angststörungen

Die Angst ist ein normales Grundgefühl, genau wie Wut, Freude oder Traurigkeit. Krankheit, Alter, Veränderungen, Lebenskrisen werden oft als bedrohlich empfunden und sind von Ängsten begleitet. Das bedeutet eine grosse Herausforderung im pflegerisch-betreuerischen Alltag.

Angst kann aber auch zur Krankheit werden. Angststörungen gehören zu den häufigsten psychischen Störungen. Kenntnisse über die verschiedenen Angststörungen ermöglichen Verständnis und einen angepassten Umgang mit den betroffenen Menschen.

Kursinhalte

Angst als normales Grundgefühl

- Was passiert bei einer Angstreaktion?
- Bewältigungsstrategien
- Angstsituationen in der Pflege und Betreuung
- Pflege und Betreuung von Menschen mit Angst

Angststörungen

- Generalisierte Angststörung
- Panikattacke, Panikstörung
- Phobien (z.B. Soziale Phobie, Platzangst usw.)
- Pflege und Betreuung von Menschen mit Angststörungen

Leitung	Marianne Tscherrig Dipl. Pflegefachfrau Psychiatrie Ausbildnerin eidg. FA dipl. Berufsfachschullehrerin EHB
Datum	Donnerstag, 8. November 2012
Zeit	09.00 – 17.00 Uhr
Ort	Haus Schönstatt, Brig Mittagessen vor Ort möglich
Preis	Fr. 165.–
Anmeldung	15. Oktober 2012

Bevölkerungskurse

Das Rote Kreuz Wallis bietet Bevölkerungskurse rund um das Thema Gesundheit an. In diesen Kursen wird nicht nur das Bewusstsein für gesundheitliche Fragen gefördert, sie beschäftigen sich auch mit aktuellen Themen im Zusammenhang mit Pflege und leisten einen grossen Beitrag zum Erhalt der Selbständigkeit.

- Die Kurse des Roten Kreuzes Wallis werden von dipl. Pflegefachfrauen mit Zusatzausbildung zur Kursleiterin SRK bzw. Erwachsenenbildung oder von qualifizierten Fachdozent/-innen erteilt.
- Bei 10 Teilnehmenden führen wir gerne einen Kurs vor Ort für Sie durch. (Nachmittag oder Abend)
- Die Kurse können in jeder Oberwalliser Gemeinde stattfinden.

Anmeldungen können Sie direkt über unsere Regionalstelle an der Überlandstrasse 20, in Brig, vornehmen. Das Büro ist täglich morgens von 07.30 – 12.00 Uhr geöffnet.

Telefon 027 924 55 32

E-Mail rotes-kreuz-wallis@oberwallis.ch

Internet www.ropes-kreuz-wallis.ch

Babysitter-Vermittlung Rotes Kreuz Wallis

Das SRK Oberwallis bietet Jugendlichen die Möglichkeit, sich als Babysitter vermitteln zu lassen.

Vermittelt wird, wer mindestens 14 Jahre alt ist und den Kurs Babysitter des Schweizerischen Roten Kreuzes besucht hat. Die Jugendlichen werden an den freien Nachmittagen, abends oder am Wochenende und in den Ferien vermittelt. Interessierte Eltern können sich beim Sekretariat der Regionalstelle Oberwallis des Roten Kreuzes Wallis informieren. Die Jugendlichen werden mit einem empfohlenen Stundenansatz von CHF 8.– entlohnt. Eine Übernachtung kostet pauschal mindestens CHF 30.–.

Falls Sie gerne einen Abend ohne Kinder geniessen möchten, den Termin am Nachmittag ohne Stress wahrnehmen wollen, so nehmen Sie rechtzeitig mit uns Kontakt auf, damit Sie Gelegenheit haben, den neuen Babysitter frühzeitig kennen zu lernen.

Telefon Sekretariat: 027 924 55 32

Babysitterkurs

Im Babysitterkurs werden Jugendliche ab 14 Jahren in die Betreuung von Kleinkindern ab 3 Monaten eingeführt. Während 2 Kurstagen werden die Jugendlichen mit den Bedürfnissen von Kindern von 3 Monaten bis 6 Jahren vertraut gemacht.

Inhalte

- Weisst Du wie ein Kleinkind gepflegt, gewickelt, gebadet und gefüttert wird?
- Fragst Du Dich wie sich Kinder entwickeln und was das mit ihrem Spielverhalten zu tun hat?
- Nimmt es Dich Wunder mit welchen Ritualen das Einschlafen besser gelingt und worauf du dabei achten musst?
- Weisst Du an was Du denken musst, damit Du mit dem Kind sicher und behütet einen Ausflug machen kannst?
- Hast Du eine Ahnung wie Du bei Notfällen reagieren solltest?

Dies und mehr erfährst du während zwei Kurstagen von erfahrenen Fachleuten. Das Erlernete wird Dir und den Eltern des anvertrauten Kindes Sicherheit geben können.

Kurs 1

Datum	24./31. März 2012
Ort	Gästehaus St. Ursula, Brig
Preis	Fr. 120.– inkl. Broschüre
Anmeldung	bis 5. März 2012

Kurs 2

Datum	19./26. Mai 2012
Ort	Regionalschulhaus, Fiesch
Preis	Fr. 120.– inkl. Broschüre
Anmeldung	bis 1. Mai 2012

Falls auch Sie sich interessieren in Ihrer Gemeinde einen solchen Kurs durchzuführen, so nehmen Sie doch mit uns Kontakt auf. Im Herbst werden weitere Babysitter-Kurse durchgeführt. Informationen finden Sie unter www.rotes-kreuz-wallis.ch



Märchen erzählen

Kurze Einführung in das freie Erzählen von Märchen.

Es war einmal..., diesen Satz kennst du bestimmt aus deiner Kindheit und weisst, wie fesselnd und spannend Märchen für ein Kind sein können. Kinder – und Erwachsene – lieben Märchen. Märchen erzählen ist eine Kunst! Eine Kunst, die man lernen kann.

Im Kurs **Märchen erzählen** lernst du

- wie man ein Märchen auswählt
- wie man sich dessen Inhalt merkt
- und wie man diesen Inhalt in seinem persönlichen Stil frei erzählt

Bitte bringe dein Lieblingsmärchen zum Kurs mit!

Leitung	Andrea Blatter & Susanne Hugo-Lötscher ausgebildete Märchenerzählerinnen favola
Datum	Mittwoch, 09. Mai 2012
Zeit	13.30 – 17.00 Uhr
Ort	Seniorenresidenz Saltina Überlandstrasse 20, Brig
Preis	Fr. 35.–
Anmeldung	bis 20. April 2012

Ein Baby wird erwartet

Sie erwarten ein Baby – ein neuer, spannender Lebensabschnitt beginnt. Ihr Leben wird sich verändern und es erwarten Sie viele neue Aufgaben.

Wir möchten Sie auf Ihre neue Rolle als Mutter und Vater vorbereiten und Sie fachkundig in die Pflege und Betreuung Ihres Kindes ab Geburt bis und mit erstem Lebensjahr einführen.

Durch Informationen, Gespräche und praktisches Üben gewinnen Sie Sicherheit im Umgang mit Ihrem Neugeborenen.

Leitung	Marij Schwegler Kinderpflegefachfrau Praxisausbildnerin
Datum	Kurs 1: 15./22./29. März und 3. April 2012 Kurs 2: 14./21./28. Juni und 5. Juli 2012 Kurs 3: 6./13./20. und 27. September 2012
Zeit	19.00 – 21.30 Uhr
Ort	Fux Campagna, Visp
Preis	Fr. 165.– Einzelperson / Fr. 285.– Paar



Lehrgang PASSAGE

Ein Lehrgang in Langzeitpflege für Laien und pflegende Angehörige

Das Leiden kranker Menschen lindern – in jedem Alter und bei welcher Diagnose auch immer – damit sie bis zu ihrem Lebensende im Kreise ihrer Angehörigen leben können: das ist der Sinn von Palliative Care.

Der Lehrgang Passage SRK ist von palliative.ch – der Schweizerischen Gesellschaft für Palliative Medizin, Pflege und Begleitung – anerkannt.

Leitung	Dipl. Pflegefachfrauen AKP, SVEB 1 Fachpersonen Palliative Care
Zeit	jeweils 08.30 – 16.30 Uhr
Ort	Bildungshaus St. Jodern, Visp Mittagessen vor Ort möglich
Preis	gesamter Lehrgang Fr. 960.– einzelne Module Fr. 165.–
Ausweis	nach Abschluss des gesamten Lehrgangs wird ein Zertifikat abgegeben / nach Besuch einzelner Module wird eine Teilnahmebestätigung ausgestellt
Anmeldung	01. August 2012

Modul 1	FR, 31. Aug 2012	Gesundheit, Krankheit, Sterben, Tod und Trauer als persönliche und gesellschaftliche Herausforderung
Modul 2	FR, 07. Sept 2012	Kommunikation: Gespräche und Zuhören, Nähe und Distanz
Modul 3	FR, 21. Sept 2012	Unterstützung im Aufrechterhalten des körperlichen Wohlbefindens in Krankheit und im Sterben
Modul 4	FR, 05. Okt 2012	Trauer / Trauerphänomene: Ausdrucksformen von Trauer, Umgang mit Hilflosigkeit, der Sterbeprozess
Modul 5	FR, 19. Okt 2012	Unterstützung der sozialen Beziehungen in Krankheit und im Sterben
Modul 6	FR, 28. Okt 2012	Unterstützung in der Sinnsuche: ethische, religiöse u. spirituelle Aspekte, Rituale im Umgang mit Trauer
Modul 7	FR, 09. Nov 2012	Rechtliche und ethische Aspekte in der Sterbebegleitung
Modul 8	FR, 23. Nov 2012	Einsatz als Begleiter/in bei Schwerkranken



Angehörige zu Hause pflegen und unterstützen

Grundlagen für den Alltag

Ein Kranker zu Hause – wie pflege ich ihn?

Für viele Familienangehörige stellt sich plötzlich diese Frage, denn das Pflegen eines Angehörigen ist eine grosse Herausforderung, vor allem, wenn man als Laie plötzlich diese Arbeit übernimmt. Im Kurs «Angehörige zu Hause pflegen und unterstützen» erhalten sie das pflegerische Rüstzeug und kompetente Antworten und Informationen auf Fragen rund ums Krankenbett, das Alter und die Demenz.

Inhalte

- Wie unterstütze ich ihn beim Waschen?
- Wie helfe ich ihm in den Lehnstuhl, ohne dabei meinen Rücken zu gefährden?
- Wie gebe ich ihm das Essen ein, wenn er sich selber nicht mehr helfen kann?
- Was wenn ich mit meinen Kräften am Ende bin?
- Was wenn meine Mutter nicht mehr weiss, wer ich bin?

Leitung	Arlette Studer-Meschler Berufsschullehrerin Pflege
Datum	05. und 12. März 2012
Zeit	08.30 – 12.00 / 13.00 – 16.30 Uhr
Ort	Gästehaus St. Ursula, Brig Mittagessen vor Ort möglich
Preis	Fr. 160.–
Anmeldung	bis 15. Februar 2012

Bewegungsunterstützung

...in gesunden und in kranken Tagen

Die Teilnehmenden lernen, ihre Bewegung mit der Mobilität des Pflegebedürftigen so zu koordinieren, dass die Pflege möglichst ohne schweres Heben und Tragen möglich ist. So können die körperliche Belastung und das Verletzungsrisiko deutlich verringert werden. Zugleich lernt der Pflegebedürftige, wie er seine Pflege selbstständig unterstützen und seine Mobilität erhalten oder sogar verbessern kann – ein für das Selbstbewusstsein und die Lebensqualität sehr wichtiger Aspekt.

Ziele/Inhalte

- Wie werden Transfers z.B. vom Bett auf einen Stuhl oder in die Badewanne am besten bewerkstelligt?
- Wie helfe ich und schone gleichzeitig meinen Rücken?
- Wie kann ich die betreute Person in seiner Mobilität unterstützen?

Dauer	1½ Stunden
Preis	CHF 220.–

Demenz

Die Anzeichen einer beginnenden Demenz sind nicht leicht zu erkennen. Was kann ich als begleitende Person tun, wie den Betroffenen unterstützen? In diesem Kurs werden spezifische Probleme in diesem Zusammenhang aufgezeigt und besprochen.

Ziele / Inhalt

- Krankheitsbild kennen lernen
- Veränderungen erkennen
- Verhaltensmassnahmen kennen lernen

Dauer	1½ Stunden
Preis	CHF 220.–



Essen ist Leben, Freude, Geniessen...

Unterstützung beim Essen, Trinken und Ausscheiden

Das Nahrungsbedürfnis ändert sich im Alter- wie sich auch der Körper verändert. Oft wird es auch als unangenehm empfunden, sich beim Essen und trinken helfen zu lassen.

Ziele / Inhalt

- Ernährung im Alter
- Hilfsmittel zur Unterstützung beim Essen und Trinken
- Umgang mit Schamgefühlen

Dauer	1½ Stunden
Preis	CHF 220.–

Gesunde Kommunikation

Wir stehen in ständigem Austausch mit unseren Mitmenschen. Es ist daher wichtig, dass wir im Gespräch mit anderen einige grundlegende Regeln beachten und uns im Umgang mit andern wohlfühlen können.

Ziele / Inhalt

- Gesprächsregeln für eine gesunde Kommunikation
- Gespräche in der Familie – positiver Einfluss auf die Stimmung
- Kommunikationsfallen bei Konfliktgesprächen

Dauer	1½ Stunden
Preis	CHF 220.–

Kleider machen Leute...

... auch bei Menschen, die Pflege brauchen

Duschen, baden, sich waschen, sich an- und ausziehen – für diese alltäglichen Dinge hat jeder seine Gewohnheiten und Vorlieben. Was aber, wenn Krankheit oder Altersbeschwerden dazu führen, dass jemand einen Teil davon nicht mehr ohne Hilfe erledigen kann? Hier aushelfen und unterstützen erfordert von Angehörigen oder Freunden Einfühlungsvermögen und Verständnis.

Ziele / Inhalt

- Veränderungen des Körpers im Alter
- Pflege des Körpers
- Bedeutung der Kleidung

Dauer	1½ Stunden
Preis	CHF 220.–

Wechseljahre – was wechselt?

Die Wechseljahre sind nicht das Ende der Weiblichkeit, vielmehr stehen sie für den Beginn eines neuen Abschnitts im Leben einer Frau.

Ziele / Inhalte

- Welche körperlichen Veränderungen erwarten mich?
- Wir setzen uns mit den Wechseljahren auseinander?
- Bedeutung und Umgang als Angehörige, Bilder, Vorurteile, Vorstellungen, Ängste
- Selbsthilfeschläge
- Osteoporose
- Hormontherapie

Dauer	1½ Stunden
Preis	CHF 220.–



Patientenverfügung

Sie haben eine Vorstellung, wie Sie in Situationen, in denen Sie nicht mehr selbst bestimmen können, behandelt werden wollen, was getan werden darf und was unterlassen werden soll. In Ihrer persönlichen Patientenverfügung sichern Sie sich das Selbstbestimmungsrecht, wenn Sie vorübergehend oder langfristig nicht urteilsfähig sind oder Sie sich nicht äussern können. Patientenverfügung – Ihr Wille zählt!

Ziele / Inhalte

- Was ist eine Patientenverfügung?
- Wann wird sie eingesetzt?
- Inhalt und Form der Patientenverfügung
- Gültigkeit, Hinterlegung und Aktualisierung

Dauer	1½ Stunden
Preis	CHF 220.–

Patientenverfügung – Ihr Wille zählt!

Bestimmen Sie selbst was bei Unfall, Krankheit oder im Alter geschehen soll.

Sie haben sicher eine Vorstellung, wie Sie in Situationen, in denen Sie nicht mehr selbst bestimmen können, behandelt werden wollen, was getan und was unterlassen werden soll. In Ihrer persönlichen Patientenverfügung sichern Sie sich das Selbstbestimmungsrecht, wenn Sie vorübergehend oder langfristig nicht urteilsfähig sind oder Ihren Willen nicht äussern können.

Oft kennen Ihre Angehörigen oder Ihre Ärzte Ihre persönlichen Werte und Wünsche nicht. Sie müssen Entscheidungen treffen und handeln dann – ohne es zu wollen – unter Umständen nicht nach Ihrem Willen. Vorsorgeverfügungen sind eine grossen Entlastung für Angehörige und betreuende Fachpersonen.

Die Freiwilligen der Regionalstelle Oberwallis des Roten Kreuzes beraten Sie gerne in einem persönlichen Beratungsgespräch und erstellen Ihre Verfügung. Sie haben die Möglichkeit die Patientenverfügung zu hinterlegen und erhalten einen Trägerschein. Automatisch werden Sie alles zwei Jahre auf eine eventuelle Aktualisierung hingewiesen.



Hes-so Wallis

www.hevs.ch/weiterbildung

Telefon 027 970 28 01



Pro Senectute Wallis

www.vs.pro-senectute.ch

Telefon 027 948 48 50



GeroFo

gerofo@rhone.ch

Telefon 027 923 21 22

GeroFo
Verein zur Förderung der gerontologischen
Fortbildung

Samariterverband Oberwallis

www.samariter-osw.ch

info@samariter-osw.ch



Sozialmedizinisches Regionalzentrum Brig

Telefon Sekretariat 027 946 80 72

Telefon 027 922 93 22

info.brig@smz-vs.ch

www.cmz-smz-vs.ch





**Rotes Kreuz Wallis
Regionalstelle Oberwallis**

Überlandstrasse 20
3902 Brig-Glis

Tel. + 41 27 924 55 32

Fax. + 41 27 924 55 33

rotes-kreuz-wallis@oberwallis.ch

www.rotes-kreuz-wallis.ch

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag

jeweils von 07.30 – 12.00 Uhr

