



# Kurse für Freiwillige 2021

1. Halbjahr

Schweizerisches Rotes Kreuz  
Kanton Zürich



## Liebe freiwillige Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

Nachdem unsere Planung im laufenden Jahr ziemlich durcheinandergeraten war, hoffen wir, die hier ausgeschriebenen Veranstaltungen mit den entsprechenden Regeln wie geplant durchführen zu können. Wir freuen uns, wenn wir Sie bei den Kursen und Veranstaltungen begrüßen dürfen. Wir laden Sie zudem im ersten Halbjahr zu Führungen der Fintan-Stiftung in Rheinau und der Seidenweberei in Adliswil ein.

Für Ihr ausserordentliches Engagement – auch in Zeiten der Krise – bedanken wir uns ganz herzlich.

Herzliche Grüsse

Hubert Kausch  
Leiter Freiwilligenarbeit

## Einführungskurs

Mi, 24. März 2021  
9.00 – 12.00 Uhr  
SRK, Drahtzugstrasse 18, Zürich

Do, 17. Juni 2021  
18.00 – 21.00 Uhr  
SRK, Drahtzugstrasse 18, Zürich

## Willkommen beim SRK Kanton Zürich

Wir begrüßen Sie als freiwillige Mitarbeitende beim SRK Kanton Zürich! Sie lernen das lokale Rote Kreuz als Teil der weltweiten Rotkreuzbewegung kennen, setzen sich mit den Rotkreuzgrundsätzen auseinander und erhalten einen Überblick über unsere vielfältigen Aufgaben im Kanton Zürich.

### Kursleitung

Silvia Wigger Bosshardt, Vorsitzende der Geschäftsleitung  
SRK Kanton Zürich  
Hubert Kausch, Leiter Freiwilligenarbeit SRK Kanton Zürich

## Einführungskurs

Di, 2. März 2021  
Mi, 9. Juni 2021  
13.30 – 16.30 Uhr  
SRK, Zürcherstrasse 12, Winterthur

Di, 20. April 2021  
9.00 – 12.00 Uhr oder  
13.30 – 16.30 Uhr  
SRK, Drahtzugstrasse 18, Zürich

## Einführungskurs Rotkreuz-Fahrdienst

Der Kurs wendet sich an neue Freiwillige des Rotkreuz-Fahrdienstes. Er vermittelt Einblicke in die unterschiedlichen Aspekte Ihrer Aufgabe im Fahrdienst. Zwischenmenschliche Gesichtspunkte in der Begegnung mit Fahrgästen werden ebenso besprochen wie Verkehrssicherheit und Informationen zu Versicherung, Administration etc. Praktische Übungen im Umgang mit Menschen, die in ihrer Mobilität eingeschränkt sind, bilden einen weiteren Schwerpunkt des Kurses.

### Kursleitung

Koordinatorin/Koordinator Fahrdienst SRK Kanton Zürich  
Theres Huber Vaterlaus, Fahrlehrerin

## Einführungskurs

Sa, 6. März 2021  
9.30 – 13.30 Uhr  
OdA Gesundheit Zürich  
Maneggstrasse 37, Zürich

Sa, 5. Juni 2021  
9.30 – 13.30 Uhr  
SRK, Zürcherstrasse 12, Winterthur

## Einführungskurs für Freiwillige bei «mitten unter uns»

Der Kurs richtet sich an neue Gastgebende und Betreuende bei «mitten unter uns». Sie erhalten Einblick in Ihre Aufgabe, wir diskutieren die Möglichkeiten und Grenzen dieser Freiwilligentätigkeit und tauschen Erfahrungen aus. Spezielle Themen sind:

- Ressourcen von Migrantinnen und Migranten
- Transkulturelle Kompetenz
- Fallbeispiele

### Kursleitung

Koordinatorinnen/Koordinator «mitten unter uns»

## Themenkurs

Mo, 15. und 22. März 2021  
18.00 – 21.00 Uhr  
SRK, Drahtzugstrasse 18, Zürich

## Nothilfe Auffrischkurs

In nahezu allen Einsatzfeldern von Freiwilligen werden Menschen, nicht selten auch in gesundheitlich schwierigen Lebenslagen, betreut und begleitet. Könnten Sie in einem Notfall (z.B. bei einem Unfall) spontan und sicher Erste Hilfe leisten?

Dieser Kurs gibt Ihnen die Gelegenheit, Ihre Kenntnisse aufzufrischen und Neues zu lernen.

### Kursleitung

Hans Eggenberger, Fahrlehrer und Nothilfeinstruktor

## Themenkurs

Do, 25. März 2021  
13.30 – 16.30 Uhr  
SRK, Drahtzugstrasse 18, Zürich

Mitnehmen:  
Bequeme Kleidung, Wolldecke,  
warme Socken. Wir werden auch  
auf dem Boden liegen.

## Kinästhetik – Transfer und Mobilisation wirkungsvoll unterstützen

Menschen mit körperlichen Einschränkungen bei der Mobilisation zu unterstützen, ist eine anspruchsvolle und immer wieder auch anstrengende Aufgabe. In diesem Kurs befassen wir uns mit den Möglichkeiten, unseren Körper bei einer Unterstützung durch Berührung und Bewegung wirkungsvoll einzusetzen und dabei selbst gesund zu bleiben. Anhand von konkreten Situationen (vom Stuhl, Boden aufstehen, ins Auto transferieren) werden wir üben, trainieren und dabei vieles über den eigenen Körper und seine Möglichkeiten erfahren. Individuelle Wünsche sind willkommen.

### Kursleitung

Marcel Rebsamen, Dipl. Pflegefachmann HF, Kinaesthetics Trainer,  
Personal Trainer

## Themenkurs

Do, 8. April 2021  
18.00 – 20.00 Uhr  
SRK, Kronenstrasse 10, Zürich

## Einführung in das Ausländer- und Asylrecht

In Ihrer Arbeit als Freiwillige begegnen Sie Menschen mit unterschiedlichen Aufenthaltsstatus. Der Kurs informiert über die Rechte und Pflichten, die mit den verschiedenen Bewilligungen verbunden sind. Anhand von Praxisbeispielen erhalten Sie einen Einblick in die relevanten Themen im Ausländer- und Asylrecht.

### Kursleitung

Sandra Bienek, Juristin

## Themenkurs

Mo, 12. April 2021  
9.00 – 12.00 Uhr  
SRK, Drahtzugstrasse 18, Zürich

## Leben mit Demenz

Der Kurs gibt Einblick in das Leben mit Demenz und hilft verstehen: Was genau ist Demenz? Welche Veränderungen bringt Demenz in das Leben von Menschen? Wie begegnen wir adäquat Menschen mit Demenz? Im Kurs wird auch auf die konkreten Erfahrungen der Teilnehmenden in ihrer Rolle als Freiwillige eingegangen.

### Kursleitung

Irène Claire Glaus, Alzheimer Zürich

## Themenkurs

Mo, 12. April 2021  
14.00 – 17.00 Uhr  
SRK, Drahtzugstrasse 18, Zürich

## Themenkurs

Mi, 14. April 2021  
18.00 – 21.00 Uhr  
SRK, Kronenstrasse 10, Zürich

## Themenkurs

Sa, 17. April 2021  
10.00 – 16.00 Uhr  
SRK, Kronenstrasse 10, Zürich

## Themenkurs

Di, 11. Mai 2021  
9.00 – 16.00 Uhr  
SRK, Zürcherstrasse 12, Winterthur

## Themenkurs

Sa, 29. Mai 2021  
9.00 – 16.00 Uhr  
SRK, Kronenstrasse 10, Zürich

## Führung

Di, 13. April 2021  
14.00 – 16.30 Uhr (inkl. Apéro)

## Führung

Mo, 7. Juni 2021  
14.00 – 16.30 Uhr (inkl. Apéro)

## Auskunft

Schweizerisches Rotes Kreuz  
Kanton Zürich  
Bildungszentrum SRK  
Zürcherstr. 12, 8400 Winterthur  
Telefon 052 269 31 60  
bildungszentrum@srk-zuerich.ch  
www.srk-zuerich.ch/  
weiterbildung-freiwillige

## «TrotzDem», unterschätze mich nicht, nur weil ich stumm bin ...

... ich weiss mehr als ich erzähle, denke mehr als ich spreche und bekomme mehr mit als du denkst.» Kommunikation bei dementen Menschen; Fühlen, Denken und Isolation von betroffenen Menschen. Als Teilnehmende machen Sie anhand von Aufträgen eine eigene Erfahrung aus der Sicht von betroffenen Menschen und entwickeln ein Verständnis zum Thema.

### Kursleitung

Irène Claire Glaus, Alzheimer Zürich

## Beziehungsgestaltung

Im Kurs werden Aspekte der Beziehungsgestaltung, die im Kontakt als Freiwillige oder Freiwilliger mit psychisch belasteten Personen wichtig sein können, beleuchtet und diskutiert. Was fördert und erleichtert die Kontaktaufnahme und die Beziehungsgestaltung zu meinem Gegenüber in meinem Einsatz als Freiwillige/Freiwilliger? Welche Faktoren können sich in der Beziehungsgestaltung hinderlich und erschwerend auswirken?

Entlang dieser Fragen können im Kurs konkrete Erfahrungen der Beziehungsgestaltung aus den bisherigen Freiwilligeneinsätzen reflektiert, mit neuen Erkenntnissen verknüpft und geübt werden.

### Kursleitung

Thomas Seeholzer, Fachpsychologe für Psychotherapie FSP

## Transkulturelle Kompetenz

Transkulturelle Kompetenz bezeichnet die Fähigkeit, andere Menschen in ihrer individuellen Lebenswelt wahrzunehmen, zu verstehen und erfolgreich und angemessen mit ihnen interagieren zu können. Sie basiert auf Hintergrundwissen, Selbstreflexion, Erfahrung und Empathie.

Kursthemen: Konzept und Ziele der transkulturellen Kompetenz, Wandel des Kulturbegriffs, Hintergrundwissen zu Migration und Integration, gesetzliche Grundlagen, Übungen. Der Kurs ist insbesondere für Freiwillige aus dem Bereich Migration von Interesse.

### Kursleitung

Reto Mauchle, Projektleiter JRK Kanton Zürich  
Gomera Gérard, Fachmitarbeiterin Freiwilligenarbeit SRK Kanton Zürich

## Sicher Autofahren

Schwerpunkte in diesem Kurs sind das Auffrischen der Verkehrsregeln, Neuerungen in der Fahrzeugtechnik, Wissenswertes über das Fahrzeug und dessen Unterhalt, ökologische Fahrweise, Unfallprävention sowie richtiges Verhalten im Notfall. Ein Kurs, der sich in jeder Hinsicht lohnt. Freiwillige vom Fahrdienst haben Vortritt für diesen Kurs.

### Kursleitung

Hans Eggenberger, Fahrlehrer und Nothilfeinstruktor

**Besonderes:** Das freiwillige Fahrtraining (ca. 30 Min.) mit dem Fahrlehrer findet nicht am Kurstag statt; bitte Agenda mitbringen! Das SRK Kanton Zürich übernimmt die Hälfte der Kosten am Fahrtraining. Ihren Anteil von 30 Franken entrichten Sie bitte direkt am Kurstag beim Fahrlehrer.

## In Konflikten wachsen

In vielfältiger Weise gehören Konflikte zur Begegnung zwischen Menschen; meist werden sie als störend erlebt und rufen heftige Reaktionen hervor.

Wie und in welchen Formen entstehen und verlaufen zwischenmenschliche Konflikte? Was hilft, Konflikte zu deeskalieren, konstruktive Lösungsschritte zu entwickeln und Konflikte als Wachstumschance zu nutzen?

Der Kurs lädt Sie ein, entlang dieser und weiterer Fragen eigene Erfahrungen aus der Freiwilligenarbeit einzubringen.

### Kursleitung

Thomas Seeholzer, Fachpsychologe für Psychotherapie FSP

## Stiftung Fintan Rheinau

Im Frühjahr 1998 übernahm die Stiftung Fintan den damaligen Gutsbetrieb der Psychiatrischen Klinik Rheinau. Seither ist eine stetig wachsende Gemeinschaft von Betrieben und Partnern entstanden, welche die Zusammenführung von biodynamischer Landwirtschaft und Sozialtherapie aktiv fördert und umsetzt.

### Veranstaltungsort

Stiftung Fintan, Klosterplatz 1, 8462 Rheinau  
Der Treffpunkt wird mit der definitiven Anmeldung mitgeteilt.

## Seidenindustrie im Kanton Zürich

Wussten Sie, dass die Seidenindustrie vor gut 150 Jahren der wichtigste Industriezweig im Kanton Zürich war? Sie machte aus der Kleinstadt Zürich eine Stadt mit europäischer Bedeutung.

Am Standort der Mechanischen Seidenweberei Adliswil erfahren wir mehr über die Geschichte der Seidenindustrie sowie ihre tragende Rolle in der Entwicklung des Kantons Zürich.

### Veranstaltungsort

Mechanische Seidenweberei Adliswil, Webereistrasse 68, 8134 Adliswil  
Der Treffpunkt wird mit der definitiven Anmeldung mitgeteilt.

## Allgemeine Kursbestimmungen

**Anmeldung:** Bitte melden Sie sich wenn immer möglich online unter [www.srk-zuerich.ch/weiterbildung-freiwillige](http://www.srk-zuerich.ch/weiterbildung-freiwillige) an oder mit dem Talon in diesem Flyer. Anmeldeschluss ist vier Wochen vor der Veranstaltung. Die Führungen sind eine besondere Form des Dankeschöns an Sie als freiwillige Mitarbeitende.

**Abmeldung:** Bei Verhinderung bitten wir Sie um rechtzeitige Abmeldung, damit Personen auf der Warteliste nachrücken können. Auf jeden Fall müssen Abmeldungen bis spätestens einen Arbeitstag vor Kursbeginn eintreffen. Bei Fernbleiben ohne Abmeldung verrechnen wir Ihnen den Betrag von CHF 30.–.

**Durchführung:** Bei ungenügender Anzahl Teilnehmender wird der Kurs in der Regel nicht durchgeführt. In Ausnahmefällen behalten wir uns vor, Kurse aus organisatorischen Gründen zeitlich zu verschieben oder zusammen zu legen, sowie den Durchführungsort zu ändern. In solchen Fällen werden Sie von uns rechtzeitig kontaktiert.