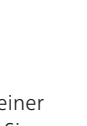


Kurse für Freiwillige 2020

2. Halbjahr



Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton Zürich



Liebe freiwillige Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

Das zweite Halbjahresprogramm für die Weiterbildungskurse liegt vor – und erreicht Sie alle mitten in einer Zeit, in der niemand aus dem Haus soll. Im Wissen, dass es eine Zeit nach Corona geben wird, laden wir Sie herzlich zu Kursen und Veranstaltungen im Herbst und im Winter 2020 ein. Als herzliches Dankeschön für Ihre Einsätze auch in diesen sehr schwierigen Tagen.

Herzliche Grüsse

Hubert Kausch
Leiter Freiwilligenarbeit

Einführungskurs

Do, 22. Oktober 2020
9.00 – 12.00 Uhr
SRK, Zürcherstr. 12, Winterthur

Einführungskurs

Di, 18. August 2020
Mi, 23. September 2020
Mi, 21. Oktober 2020
Di, 8. Dezember 2020
Jeweils von 8.30 – 15.00 Uhr
SRK, Drahtzugstr. 18, Zürich

Einführungskurs

Mi, 11. November 2020
8.30 – 15.00 Uhr
SRK, Zürcherstr. 12, Winterthur

Einführungskurs

Sa, 31. Oktober 2020
9.30 – 13.30 Uhr
SRK, Drahtzugstr. 18, Zürich

Themenkurs

Mi, 19. August 2020
9.00 – 16.00 Uhr
SRK, Zürcherstr. 12, Winterthur

Themenkurs

Mi, 18. November 2020
9.00 – 16.00 Uhr
SRK, Drahtzugstr. 18, Zürich

Themenkurs

Mo, 24. und 31. August 2020
18.00 – 21.00 Uhr
SRK, Drahtzugstr. 18, Zürich

Themenkurs

Mi, 16. September 2020
9.00 – 16.00 Uhr
SRK, Zürcherstr. 12, Winterthur

Themenkurs

Mi, 25. September 2020
9.00 – 16.00 Uhr
SRK, Drahtzugstr. 18, Zürich

Themenkurs

Mi, 26. August 2020
18.00 – 21.00 Uhr
SRK, Kronenstr. 10, Zürich

Themenkurs

Di, 1. September 2020
18.00 – 20.00 Uhr
SRK, Kronenstr. 10, Zürich

Themenkurs

Di, 8. September 2020
14.00 – 17.00 Uhr
SRK, Drahtzugstr. 18, Zürich

Themenkurs

Sa, 12. September 2020
9.00 – 16.00 Uhr
SRK, Kronenstr. 10, Zürich

Themenkurs

Do, 17. September 2020
14.00 – 17.00 Uhr
SRK, Kronenstr. 10, Zürich

Themenkurs

Mi, 21. Oktober 2020
18.00 – 20.00 Uhr
SRK, Kronenstr. 10, Zürich

Themenkurs

Sa, 31. Oktober 2020
10.00 – 16.00 Uhr
SRK, Kronenstr. 10, Zürich

Themenkurs

Do, 17. September 2020
14.00 – 17.00 Uhr
SRK, Kronenstr. 10, Zürich

Themenkurs

Mi, 21. Oktober 2020
18.00 – 20.00 Uhr
SRK, Kronenstr. 10, Zürich

Themenkurs

Sa, 31. Oktober 2020
10.00 – 16.00 Uhr
SRK, Kronenstr. 10, Zürich

Themenkurs

Mo, 2. November 2020
13.30 – 16.30 Uhr
SRK, Drahtzugstr. 18, Zürich

Themenkurs

Do, 5. November 2020
14.00 – 17.00 Uhr
SRK, Kronenstr. 10, Zürich

Themenkurs

Sa, 14. November 2020
10.00 – 17.00 Uhr
SRK, Kronenstr. 10, Zürich

Themenkurs

Sa, 21. November 2020
10.30 – 14.00 Uhr
SRK, Kronenstr. 10, Zürich

Impulse & Führungen

Do, 17. September 2020
9.00 – 12.00 Uhr
SRK, Drahtzugstr. 18, Zürich

Impulse & Führungen

Do, 29. Oktober 2020
9.00 – 12.00 Uhr
SRK, Drahtzugstr. 18, Zürich

Impulse & Führungen

Do, 3. September 2020
17.00 – 19.00 Uhr (inkl. Apéro)

Impulse & Führungen

Do, 26. November 2020
9.30 – 12.00 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/weiter-
bildung-freiwillige

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 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
Hans Eggenberger, Fahrlehrer und Nothilfeinstruktor

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»

Sicher Autofahren

Schwerpunkte in diesem Kurs sind das Auffrischen der Verkehrsregeln, Neuerungen in der Fahrzeugtechnik, ökologische Fahrweise, Unfallprävention sowie richtiges Verhalten im Notfall. 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 CHF 30.– entrichten Sie bitte direkt am Kurstag beim Fahrlehrer.

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

Beziehungsgestaltung

Im Kurs werden Aspekte der Beziehungsgestaltung als Freiwillige oder Freiwilliger mit psychisch belasteten Personen beleuchtet und diskutiert. Was fördert und erschwert die Beziehungsgestaltung? Welche Faktoren können sich erschwerend auswirken? Entlang dieser Fragen können im Kurs konkrete Erfahrungen aus den bisherigen Freiwilligeneinsätzen reflektiert, mit neuen Erkenntnissen verknüpft und geübt werden.

Kursleitung

Thomas Seeholzer, Fachpsychologe für Psychotherapie FSP

Einführung in das Ausländer- und Asylrecht

In Ihrer Arbeit als Freiwillige oder Freiwilliger begegnen Sie Menschen mit unterschiedlichen Aufenthaltsstatus. Der Kurs informiert über die Rechte und Pflichten, die mit den verschiedenen Bewilligungen verbunden sind und gibt einen Einblick in das Asylverfahren in der Schweiz.

Kursleitung

Ruth Eigenmann, Juristin

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

In Konflikten wachsen

Wie aus Konflikten Wachstumschancen entstehen

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

Begegnung mit psychisch belasteten Menschen

Im Kurs werden die häufigsten psychischen Krankheitsbilder, denen man beim Einsatz als Freiwillige oder Freiwilliger begegnen kann, vorgestellt: Darstellung der typischen Auswirkungen der Krankheits Symptome auf die Beziehung zu den Helfenden, allgemeine Informationen über Behandlungsmöglichkeiten, Verlauf und Lebensbedingungen sowie Möglichkeiten für den Umgang mit eigenen emotionalen Reaktionen als Freiwillige oder Freiwilliger.

Ausgehend von einem Impulsreferat sind Fallbeispiele und Erfahrungsberichte aus der Gruppe in der Diskussion ausdrücklich erwünscht.

Kursleitung

Thomas Seeholzer, Fachpsychologe für Psychotherapie FSP

Deutsche Sprachförderung durch Spiel und Bewegung

Freiwillige im Integrationsangebot «mitten unter uns» und im Jugendrotkreuz

Deutsch lernen kann ganz schön schwierig und frustrierend sein. Der Einbezug von Spiel und Bewegung hilft, dass Kinder und Jugendliche durch die Aktivierung ihrer Sinneskanäle motivierende Momente beim Erlernen und Anwenden der deutschen Sprache erleben. Kursthemen: Theorieimpuls Mehrsprachigkeit, relevante Faktoren beim Zweitspracherwerb im Kindes- und Jugendalter, Bedeutung von Spiel und Bewegung im Zweitspracherwerb, Bewegungs- und Spielideen für die eigene Tätigkeit beim SRK.

Kursleitung

Fachmitarbeitende Freiwilligenarbeit, SRK Kanton Zürich

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

Fachmitarbeitende Migration und Freiwilligenarbeit, SRK Kanton Zürich

Kinästhetik

Transfer und Mobilisation wirkungsvoll unterstützen

Menschen mit körperlichen Einschränkungen bei der Mobilisation zu unterstützen, ist eine anspruchsvolle und 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 werden wir üben, trainieren und dabei vieles über den eigenen Körper und seine Möglichkeiten erfahren.

Kursleitung

Marcel Rebsamen, Pflegefachmann, Kinaesthetics Trainer, Personal Trainer

Herausforderungen in der Begegnung meistern

Im Freiwilligeneinsatz kommt man in der Begegnung mit Menschen mit Erwartungen, Vorstellungen und emotionalen Reaktionen in Kontakt. In verschiedener Art und Weise kann dies zu Herausforderungen, Konflikten und an Grenzen führen. Wie kann ich als Freiwillige oder Freiwilliger mit diesen herausfordernden Situationen umgehen und meinen Handlungsspielraum in der Begegnung konstruktiv nutzen?

Aufbauend auf den Kurs «Begegnung mit psychisch belasteten Menschen» vermittelt diese Weiterbildung entlang konkreter Erfahrungsbeispiele praktische Handlungs- und Lösungsansätze.

Kursleitung

Thomas Seeholzer, Fachpsychologe für Psychotherapie FSP

Helfen und gesund bleiben

Als Freiwillige oder Freiwilliger engagieren Sie sich mit viel Zeit und Energie für andere Menschen. Dabei ist es wichtig, auch sich selbst Sorge zu tragen, gerade in schwierigen Situationen oder anspruchsvollen Einsätzen. In diesem Workshop beschäftigen wir uns mit den Themen Stress, Resilienz sowie Nähe und Distanz. Anhand der Beispiele aus der Praxis und mittels verschiedener Übungen nähern wir uns den einzelnen Themen an und geben Tipps, wie Sie die eigenen Grenzen erkennen und Herausforderungen im Freiwilligeneinsatz erfolgreich meistern können.

Kursleitung

Hubert Kausch, Leiter Freiwilligenarbeit SRK Kanton Zürich

Ressourcenorientierung im Gespräch

Auch in belastenden Lebenssituationen verfügt jeder Mensch über Ressourcen. Helfende aber lassen sich zu oft nur von Problemen leiten – sie erkennen und nutzen Ressourcen begleiteter Menschen zu wenig. Dabei verpassen sie viele Chancen – denn die Arbeit mit Ressourcen verbessert Grundstimmung und Zuversicht, steigert Motivation und fördert die Bewältigung von schwierigen Lebenssituationen.

Im Kurs erfahren Sie, wie Sie Ressourcen sind und wie sie wirken. Weiter üben und erleben Sie, was Sie Gespräche mit Menschen in Ihrer Betreuung oder Begleitung ressourcenorientiert führen können.

Kursleitung

Wolfgang Widulle, Bildung, Beratung und Training in Sozialer Arbeit

Veränderungen: Segen und/oder Fluch?

«Nichts ist so beständig wie der Wandel.»

Dies stelle Heraklit bereits 500 vor Christus fest! Das digitale Zeitalter mit zunehmend Unvorhergesehenem überrascht uns immer wieder und Wandel begleitet uns ein Leben lang.

Sie erfahren, warum wir Menschen Veränderungen oft kritisch gegenüberstehen und wie wir besser damit umgehen können.

Kursleitung

Barbara Aschwanden, Leiterin Human Resources SRK Kanton Zürich

Wie viel Glück braucht der Mensch?

Was ist ein gelungenes Leben? Und wo liegt der Unterschied zwischen Glück und Zufriedenheit? Wollen Sie einmal bewusst innehalten und sich die Zeit nehmen für Fragen wie «Wo wese ich und stehe es sich da gut? Sie erfahren, was Glücksforscher und diverse Studien zu Glück und Zufriedenheit meinen. Sie haben Gelegenheit zu einer Standortbestimmung und erhalten diverse Impulse zu möglichen weiteren Schritten.

Kursleitung

Barbara Aschwanden, Leiterin Human Resources SRK Kanton Zürich

Führung – Kunst Museum Winterthur

In der Ausstellung «Modernité» zeigt die Sammlung Richard Widulle ausgewählte Werke von Meistern der Moderne wie Renoir und Vallotton.

Richard Widulle war leidenschaftlicher Kunstsammler und als Präsident des Winterthurer Kunstvereins auch massgeblich am Bau des Kunstmuseums beteiligt.

Veranstaltungsort

Kunstmuseum Winterthur, Reinhart am Stadtgarten
Stadthausstrasse 6, 8400 Winterthur

Führung – Dienstleistungszentrum Blutspende SRK Zürich

Wir alle können in eine Situation geraten, in welcher unser Leben von einer Blutkonserve abhängt. Blutspenden retten Leben, täglich.

Beim Dienstleistungszentrum der Blutspende, SRK Zürich erfahren wir, was nach der Spende mit dem Blut passiert, bevor es in einem Spital eingesetzt werden darf.

Veranstaltungsort

Blutspende Zürich
Dienstleistungszentrum, Rütistr. 19, 8952 Schlieren

Allgemeine Kursbestimmungen

Anmeldung: Bitte melden Sie sich spätestens vier Wochen vor dem Kurs/der Führung unter www.srk-zuerich.ch/weiterbildung-freiwillige oder mit dem begelegten Talon an. Die Führungen sind eine besondere Form des Dankeschöns an Sie.

Abmeldung: Bitte melden Sie sich spätestens einen Arbeitstag vor dem Kurs/der Führung ab, damit Personen auf der Warteliste nachrücken können. 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.