

# Bildungsangebote 2023

Wissen fürs Leben – Bildung passt immer!



**Crusch Cotschna Svizra**  
**Schweizerisches Rotes Kreuz**  
**Croce Rossa Svizzera**  
Grischun Graubünden Grigioni



# Angebote für Gesundheitsbewusste

## Gesundheit und Selbstkompetenz

1*	<b>Heilsame Wickel und Auflagen</b> Heilungsprozesse natürlich unterstützen <b>Datum:</b> 12.05.2023 <b>Leitung:</b> Bettina Calonder	<b>NEU</b> 1 Tag CHF 190
2*	<b>Depression im Alter</b> Symptome, Ursachen, Therapiemöglichkeiten <b>Datum:</b> 09.06.2023 <b>Leitung:</b> Carmine di Nardo	<b>NEU</b> 1 Tag CHF 190
3*	<b>Dein Atempotenzial (er)leben</b> Atem ist Leben – Ausgleich im Alltag durch bewusstes Atmen <b>Datum:</b> 11.09.2023, Vormittag <b>Leitung:</b> Marlen Künzli	<b>NEU</b> ½ Tag CHF 125
4*	<b>Informationsveranstaltung Patientenverfügung</b> Damit Ihr Wille zählt – selbstbestimmt in jeder Lebenslage <b>Datum:</b> 01.11.2023 <b>Leitung:</b> Livia Umiker	<b>NEU</b> 1 Abend kostenlos
5*	<b>Lachen als Lebenselixier</b> Humorvoll und gestärkt durch den Alltag <b>Datum:</b> 07.11.2023, Nachmittag <b>Leitung:</b> Jolanda Casutt	<b>NEU</b> ½ Tag CHF 95

## Psychische Gesundheit

6*	<b>ensa Kurse zum Reinschnupern als Webinar</b> <b>Datum:</b> 01.02.2023 <b>Datum:</b> 15.08.2023 <b>Leitung:</b> Renata Basig-Jehli	<b>NEU</b> 1 Abend CHF 30
8	<b>ensa Erste-Hilfe-Kurs Fokus Erwachsene</b> Werden auch Sie Ersthelfer/-in <b>Datum:</b> 01./08./15./22.03.2023 <b>Datum:</b> 12./19./26.09./03.10.2023 <b>Leitung:</b> Renata Basig-Jehli	<b>NEU</b> 4 Abende CHF 380
10	<b>ensa Erste-Hilfe-Kurs Fokus Jugendliche</b> Werden auch Sie Ersthelfer/-in <b>Datum:</b> 03./10./17./24.05.2023, jeweils nachmittags <b>Datum:</b> 08./15./22./29.11.2023 <b>Leitung:</b> Renata Basig-Jehli	<b>NEU</b> 4 x ½ Tag 4 Abende CHF 450
12	<b>ensa Erste-Hilfe-Gespräche über Suizidgedanken</b> Menschen in suizidalen Krisen beistehen <b>Datum:</b> 08.02.2023 <b>Leitung:</b> Renata Basig-Jehli	<b>NEU</b> 1 Abend CHF 150

**\*Dankeschön an Rotkreuz-Freiwillige**

Als Zeichen der Wertschätzung können Freiwillige diese Kurse zu besonderen Konditionen besuchen.

Weitere Infos:  
[srk-gr.ch/freiwillig](http://srk-gr.ch/freiwillig)

# Angebote für Pflegende und Betreuende

## Basisangebot

13	<b>Pflegehelfer/-in SRK</b> Der Lehrgang befähigt die Teilnehmenden, Grundpflege im Auftrag von Pflegefachpersonen auszuführen.  Angesprochen sind Personen, welche einen beruflichen Einstieg in die Pflege planen, sich auf die Pflege von Angehörigen vorbereiten oder bereits im pflegerischen Umfeld arbeiten und ihr Fachwissen ausweiten und ausweisen wollen.  Im Kanton Graubünden ist diese Ausbildung Voraussetzung für eine Assistenz Tätigkeit in Pflegeinstitutionen. Der Abschluss ist gesamtschweizerisch anerkannt.	CHF 2450
	<b>Die Lehrgangsdaten finden Sie unter</b> <a href="http://srk-gr.ch/ph">srk-gr.ch/ph</a>	
15	<b>Mundpflege im Alter</b> Aufbaukurs für Pflegepersonen  <b>Datum:</b> 24.03.2023, Nachmittag <b>Leitung:</b> Mirjam Derungs	<b>NEU</b>  <b>½ Tag</b> <b>CHF 95</b>
16	<b>Suchterkrankung im Alter</b> Umgang mit einem Tabu im Pflegealltag, Sucht als Erkrankung verstehen  <b>Datum:</b> 13.04.2023 <b>Leitung:</b> Renata Basig-Jehli	<b>NEU</b>  <b>1 Tag</b> <b>CHF 190</b>
17	<b>Blutdruckmessen</b> Grundlagen zur korrekten Messung  <b>Datum:</b> 14.11.2023, Nachmittag <b>Leitung:</b> Fabienne Neugebauer	<b>½ Tag</b> <b>CHF 95</b>

## Vertiefungsangebote

14	<b>Medikamentenlehre</b> Aufbaukurs  <b>Datum:</b> 24.01.2023, Nachmittag <b>Leitung:</b> Fabienne Neugebauer	<b>NEU</b>  <b>½ Tag</b> <b>CHF 95</b>
----	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------

## Vorbereitungskurs

18	<b>Deutsch als Zweitsprache in der Pflege</b> Sprachliche Vorbereitung auf den Lehrgang Pflegehelfer/-in SRK, Basis-/Aufbaumodul  <b>Datum:</b> auf Anfrage <b>Leitung:</b> Angela Casanova	<b>je 60 Lektionen</b> <b>CHF 690</b>
----	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------

## Einzelmodule

	<b>Dementielle Erkrankungen</b> Schwerpunkt Validationstechnik Modul 1 (Modul 2 auf Anfrage)	
<b>19</b>	<b>Datum:</b> 25.01./08.02./ 06./27.03.2023 <b>Leitung:</b> Anna Maria Fausch	<b>4 Tage</b> <b>CHF 690</b> Pflichtmodul

	<b>Kinaesthetics für Menschen mit Demenz</b> Bewegung ist Leben – Alltagsaktivitäten für Menschen mit Demenz	<b>NEU</b>
<b>20</b>	<b>Datum:</b> 10.03.2023 <b>Leitung:</b> Remo Hendry	<b>1 Tag</b> <b>CHF 190</b> Wahlmodul

	<b>Kinaesthetics Grundkurs</b> Berührung und Bewegung in der Pflege	<b>NEU</b>
<b>21</b>	<b>Datum:</b> 30./31.03./ 27./28.04.2023 <b>Leitung:</b> Remo Hendry	<b>4 Tage</b> <b>CHF 700</b> Pflichtmodul

	<b>Schlaganfall – Basiskurs</b> Ursache, Symptome, Erkennen und Pflegeschwerpunkte Langzeitpflege	<b>NEU</b>
<b>22</b>	<b>Datum:</b> 22.05.2023 <b>Leitung:</b> Martina Hoffmann	<b>1 Tag</b> <b>CHF 190</b> Wahlmodul

	<b>Basale Stimulation – Grundkurs</b> Ein Zugang zu Menschen mit veränderter Wahrnehmung	
<b>23</b>	<b>Datum:</b> 04./05.07./18.08.2023 <b>Leitung:</b> Dessilava Kolev	<b>3 Tage</b> <b>CHF 590</b> Pflichtmodul

**Inhouse-Schulungen**

Wir bieten massgeschneiderte Schulungen für Institutionen, Gerne beraten wir Sie!

Weitere Infos und Anmeldung: [srk-gr.ch/bildung](http://srk-gr.ch/bildung)

	<b>Schlaganfall – Aufbaukurs</b> Pflegeschwerpunkte in der Langzeitpflege und am Lebensende	<b>NEU</b>
<b>24</b>	<b>Datum:</b> 28.08.2023 <b>Leitung:</b> Martina Hoffmann	<b>1 Tag</b> <b>CHF 190</b> Wahlmodul

## Zertifikate / Kompetenznachweise

**Zertifikat**  
**Pflegehelfer/-in SRK Langzeitpflege**  
 Für Pflegehelfer/-innen SRK, die regelmässig Fortbildungen und Fachkurse besuchen, besteht die Möglichkeit, diese Kompetenzen sichtbar zu machen. Die standardisierte modulare Weiterbildung besteht aus 7 Pflicht- und 3 Wahlmodulen aus dem Bereich Langzeitpflege und schliesst mit dem Zertifikat «Pflegehelfer/-in SRK Langzeitpflege» ab.

**Voraussetzung:** Pflegehelfer/-in SRK  
**Zielgruppe:** Pflegehelfer/-innen SRK mit Zertifikat, die in der Langzeitpflege tätig sind  
**Detaillierte Angaben:** [srk-gr.ch/bildung](http://srk-gr.ch/bildung)

**Zertifikat**  
**Lehrgang Pflege und Begleitung von Menschen mit einer dementiellen Erkrankung**  
 Die Pflege und Begleitung dieser Menschen ist eine grosse Herausforderung. Im modular aufgebauten Lehrgang können Pflegehelfer/-innen SRK sich das nötige und aktuellste Wissen aneignen. Der Lehrgang besteht aus den Pflichtmodulen Demenz 1 und 2, zwei Fortbildungstagen (Wahlmodule) und einem Kompetenznachweis.

**Voraussetzung:** Pflegehelfer/-in SRK  
**Zielgruppe:** Pflegehelfer/-innen SRK mit Zertifikat, die in der Demenzbetreuung arbeiten  
**Detaillierte Angaben:** [srk-gr.ch/bildung](http://srk-gr.ch/bildung)

# Angebote rund um die Familie

## Jugendliche

<b>25</b>	<b>Babysitting-Kurse SRK für Jugendliche</b> Magst du Babys, Kleinkinder und Kinder?	<b>2 Tage</b> <b>CHF 125</b>
	<b>Die Kursdaten findest du unter</b> <a href="http://srk-gr.ch/babysitting">srk-gr.ch/babysitting</a>	

<b>26</b>	<b>Meeting-Point Babysitting</b> Erfahrungsaustausch für Babysitter/-innen	<b>1 Abend</b> <b>CHF 30</b>
	<b>Datum:</b> 04.04.2023 <b>Leitung:</b> Michaela Mark	

<b>27</b>	<b>Selbstverteidigungskurs</b> Selbstbewusstsein fördern – Selbstbewusstsein aufbauen	<b>1 ½ Tage</b> <b>CHF 230</b> Spezialpreis für Geschwister: <b>CHF 210</b> pro Person
	<b>Datum:</b> 07./08.08.2023, 1 Tag und 1 Vormittag	
<b>28</b>	<b>Datum:</b> 10./11.11.2023, 1 Abend und 1 Tag <b>Leitung:</b> Henri Fleury	

## Pflegende Angehörige

<b>29</b>	<b>Betreuen zu Hause als Aufgabe</b> Was es unbedingt zu beachten gilt bei der Übernahme oder Planung von Betreuung/Pflege zu Hause	<b>3 Abende</b> <b>kostenlos</b>
	<b>Datum:</b> 23./30.05./06.06.2023 <b>Leitung:</b> Renata Basig-Jehli	

## Erwachsene

<b>30</b> <b>31</b>	<b>Refresher für Grosseltern</b> Wie Nana und Neni zu Profis werden	<b>1 Abend</b> <b>CHF 95</b>
	<b>Datum:</b> 28.03.2023 <b>Datum:</b> 07.11.2023 <b>Leitung:</b> Sonia Guler	

<b>32</b>	<b>Konflikte in der Familie</b> Das Kind verstehen und seine Ressourcen stärken	<b>1 Abend</b> <b>CHF 95</b>
	<b>Datum:</b> 20.09.2023 <b>Leitung:</b> Patrizia Dorji-Schrofer	

<b>33</b>	<b>Let's talk about Teenager</b> Wenn die Behütung an Grenzen stösst	<b>1 Abend</b> <b>CHF 95</b>
	<b>Datum:</b> 03.10.2023 <b>Leitung:</b> Ernesto Silvani und Bettina Schiessel	

<b>34</b>	<b>Natürliche Haus- und Heilmittel</b> Sanfte Begleiter für die ganze Familie	<b>2 Abende</b> <b>CHF 190</b>
	<b>Datum:</b> 24./31.10.2023 <b>Leitung:</b> Bettina Calonder	

NEU

<b>35</b>	<b>Handy, Instagram, Snapchat &amp; Co.</b> Wie sollen wir im Alltag und in der Erziehung damit umgehen?	<b>1 Abend</b> <b>CHF 95</b>
	<b>Datum:</b> 21.03.2023 <b>Leitung:</b> Thomas «Oeme» Marti	

## Informationen und Kontakt:

### Schweizerisches Rotes Kreuz Graubünden

Bildung – Gesundheit  
Steinbockstrasse 2  
7000 Chur

Tel. 081 258 45 83  
bildung-gesundheit@srk-gr.ch  
srk-gr.ch/bildung

## Weitere Angebote:

### Chili – Konflikttraining SRK für Schulen

Stark im Konflikt: Konflikte bearbeiten, soziale Kompetenzen stärken, Gewalt vorbeugen

### Babysitter finden

Auf unserer Babysitter-Vermittlungsplattform finden sich suchende Eltern und Babysitter

### Kinderbetreuung zu Hause – KBH

Rettungsanker für Eltern in Not

### Ponte – Begleitung für pflegende und betreuende Angehörige und für Familien

Wir haben ein offenes Ohr für Sie und helfen weiter

### Rotkreuz-Notrufsysteme

Sicherheit rund um die Uhr

### Rotkreuz-Fahrdienst

Mobil – auch im Alter oder bei Krankheit

### Beratungsangebote

Patientenverfügung SRK und Vorsorgeauftrag

