



Schwesternschaft profess!onal
DRK-Schwesternschaft | Itzehoe

Cläres Fortbildungen

1. Halbjahr 2024



Monatsübersicht

Januar 2024

- Step Aerobic
- Grundlagen der Palliativpflege
- Teams stärken

Februar 2024

- Zeit- und Selbstmanagement
- Hände in den Schoß legen
- Tanz-Workout
- 10-Minuten-Aktivierung

Alle Termine für
interne Schulungen
Seite 14 und 15

März 2024

- Hygiene in der Pflege
- Burnout-Prävention
- Umgang mit Medikamenten – Antibiotika
- Hygiene in der Hauswirtschaft, Küche und Präsenz

April 2024

- Erfahrung trifft auf frischen Wind

Mai 2024

- Samurai-Programm

Juni 2024

- NIM-Bewegungskonzept
- Handlettering
- Tanzen im Sitzen
- Methoden der Praxisanleitung
- Feldenkrais

Liebe Interessierte, liebe Mitglieder und Mitarbeitende unserer DRK-Schwesternschaft,

in einer Welt, die sich ständig weiterentwickelt und in der Veränderungen unausweichlich sind, ist es von entscheidender Bedeutung, dass wir uns anpassen und wachsen. Bildung ist der Schlüssel, der uns die Türen zu neuen Möglichkeiten öffnet. Sie ermöglicht es uns, unser Wissen zu vertiefen, neue Fähigkeiten zu erlernen und unsere Perspektiven zu erweitern.

Cläres Fortbildungen bieten Ihnen ein vielfältiges Angebot an Kursen, Workshops und Fortbildungen. Nutzen Sie die Gelegenheit und melden Sie sich gern an. Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Stöbern und freuen uns darauf, Sie hier bei uns willkommen zu heißen.

Und natürlich gilt auch weiterhin:

Alle Mitglieder unserer DRK-Schwesternschaft erhalten einen Nachlass auf die Seminargebühren. Für Mitarbeitende und Mitglieder in den Eigenbetrieben unserer DRK-Schwesternschaft übernimmt der Betrieb die Kosten der Fortbildungsangebote.

Ihre



Silke Siemann

Schwesternschaft profess!onal

Für Anmeldungen, Fragen und ausführliche Informationen
bin ich gern für Sie da:

Silke Siemann | Telefon 04821 9580-0
professional@drk-schwesternschaft.de

Inhaltsübersicht

Wertvoll für das Arbeiten im Team ...



Erfahrung trifft auf frischen Wind Seite 19

Spezielle Fachlichkeit ...

Grundlagen der Palliativpflege (3-teilig) Seite 07

Hygiene in der Pflege Seite 13

Umgang mit Medikamenten – Antibiotika Seite 17

Gesundheitsfürsorge ...



Step Aerobic (3-teilig) Seite 06

Tanz-Workout (3teilig) Seite 11

Burnout-Prävention Seite 16

Samurai-Programm Seite 20

NIM-Bewegungskonzept Seite 21

Handlettering Seite 22

Tanzen im Sitzen Seite 23

Feldenkrais Seite 25

Kurse für Betreuungskräfte ...



Hände in den Schoß legen Seite 10

10-Minuten-Aktivierung Seite 12

Samurai-Programm Seite 20

Handlettering Seite 22

Tanzen im Sitzen Seite 23

Wichtig für Führungskräfte ...



Teams stärken Seite 08
Zeit- und Selbstmanagement Seite 09
Burnout-Prävention Seite 16

Rund um Hauswirtschaft und Küche ...



Hygiene für Hauswirtschaft, Küche und Präsenz Seite 18
--	----------------

„Cläre INTERN“ für unsere Mitglieder und Mitarbeitenden

Was macht uns aus? Seite 14
Arbeitssicherheit Seite 14
Datenschutz Seite 14
Medizinproduktegesetz Seite 15
Notfalltraining Seite 15
Erste Hilfe Seite 15

Tipps für Praxisanleiter*innen ...



Grundlagen der Palliativpflege (3-teilig) Seite 07
Teams stärken Seite 08
Zeit- und Selbstmanagement Seite 09
Hände in den Schoß legen Seite 10
Burnout-Prävention Seite 16
Erfahrung trifft auf frischen Wind Seite 19
Methoden der Praxisanleitung Seite 24

Januar 2024

Step Aerobic | Fitness-Workout

3-teiliger Kurs

08.01., 15.01. und 22.01.2024
jeweils von 14:30 bis 15:15 Uhr

ZIELGRUPPE

alle Interessierten



Step Aerobic ist ein dynamisches Fitnessstraining mit rhythmischen Bewegungen zu motivierender Musik. Das gelenkschonende aber schweißtreibende Workout trainiert den gesamten Körper und bringt das Herz-Kreislauf-System in Schwung. Dieser Kurs verbessert nicht nur Ihre Ausdauer sowie Ihre Koordination, sondern macht auch Spaß und sorgt für gute Laune. Bringen Sie Ihr Herz-Kreislauf-System in Schwung und schulen Sie Ihre Kondition und Koordination.

INHALTE

Dynamisches Fitnessstraining mit rhythmischen Bewegungen zu motivierender Musik

Bitte kommen Sie in bequemer Sportbekleidung und bringen Sie festes Schuhwerk mit.

DOZENTIN

Gabriele Specovius | Fitnesstrainerin

KOSTEN: 130,- Euro

Beethovenstraße 1 | 25524 Itzehoe | 4. Obergeschoss im [CSSC]

Während der Fortbildung stehen Getränke für Sie bereit.

Grundlagen der Palliativpflege 3-teiliger Kurs

16.01., 12.02. und 05.03.2024
jeweils von 16:30 bis 20:00 Uhr (12 UE)

ZIELGRUPPE in der Praxisanleitung, in der Pflege
und in der Betreuung Tätige



Wenn bei Menschen mit unheilbaren, in der Regel weit fortgeschrittenen Erkrankungen eine heilende Therapie keinen Erfolg mehr verspricht, wird Palliativpflege notwendig. Die wichtigste medizinische Aufgabe ist es, die Schmerzen der Patientin oder des Patienten zu lindern, die letzte Lebensphase lebenswert zu gestalten und ein Sterben in Würde zu ermöglichen.

INHALTE

Grundlagen der Palliativpflege: Entwicklung von Palliativmedizin und Hospizarbeit, Organisationsformen und Umsetzung | **Anwendungsbereiche von Palliative Care und Hospizarbeit:** Exemplarische Krankheitsbilder | **Medizinisch-pflegerische und ethische Aspekte:** Schmerz und Schmerztherapie, Mundpflege, Ernährung und Flüssigkeitsgabe (Hauptfokus Ethik), Übelkeit und Erbrechen, Obstipation, Respiratorische Symptome, Verwirrtheit, Sterbehilfe und Sterbebegleitung | **Psychische, soziale und spirituelle Aspekte:** Wahrnehmung und Kommunikation, Auseinandersetzung mit Krankheit, Sterben und Tod, Trauer, Umgang mit Verstorbenen und deren Angehörigen, Spiritualität

Dieser Kurs ist kostenfrei für die
Mitglieder unserer DRK-Schwesternschaft.



DOZENTIN

Svenja Bluhm | Pflegefachkraft

KOSTEN: 230,- Euro

Beethovenstraße 1 | 25524 Itzehoe | 4. Obergeschoss im [CSSC]

Während der Fortbildung werden Sie in gewohnt guter Weise aus unserer Küche verpflegt. Kalte und warme Getränke stehen ebenfalls für Sie bereit.

Januar 2024

Teams stärken und (weiter-) entwickeln So gelingt's!

23.01.2024 von 9:00 bis 16:30 Uhr

ZIELGRUPPE Führungskräfte, in der Praxisanleitung
Tätige und alle Interessierten



Teamarbeit entsteht nicht automatisch, wenn Menschen zusammen arbeiten. Überlassen Sie die Teamentwicklung nicht dem Zufall: Dafür ist sie zu wertvoll! Unterschiedliche Kompetenzen ergänzen sich – so können Ergebnisse erzielt werden, die Einzelne nie erreichen würden. Außerdem trägt ein guter Zusammenhalt zur Motivation und zum Wohlbefinden aller Teammitglieder bei. Mit diesem Seminar gehen wir dem Prozess der Teamentwicklung auf den Grund und klären die Bedeutung eines erfolgreichen Teams. Unter anderem lernen wir die Erfolgskriterien und Gestaltungsmöglichkeiten für die Teamentwicklung kennen.

INHALTE

Teamarbeit – eine erlebnisorientierte Praxisübung | Teamarbeit reflektieren und fördern | Das Modell der Teamentwicklungsuhr und seine Anwendung | Transfer in den Arbeitsalltag

Dieser Kurs ist kostenfrei für die
Mitglieder unserer DRK-Schwesternschaft.



DOZENTIN

Ilse Buchgraber | Demografieexpertin (INQA), Zertifizierte
Erwachsenentrainerin, Diplom-Oecotrophologin

KOSTEN: 445,- Euro

Beethovenstraße 1 | 25524 Itzehoe | 4. Obergeschoss im [CSSC]

Während der Fortbildung werden Sie in gewohnt guter Weise aus unserer Küche
verpflegt. Kalte und warme Getränke stehen ebenfalls für Sie bereit.

Zeit- und Selbstmanagement

Der Weg zum Wesentlichen

06.02.2024 von 9:00 bis 16:30 Uhr (8 UE)

ZIELGRUPPE Führungskräfte, in der Praxisanleitung und in der Pflege Tätige sowie alle Interessierten



Der hektische und voll durchgetaktete Arbeitsalltag und die vielen Störungen und Unterbrechungen sind häufig dafür verantwortlich, dass wir nicht zu dem kommen, was eigentlich wichtig ist. Wir fühlen uns dadurch schlecht und fremdgesteuert. Es geht darum, die eigene Kontrolle und Selbstbestimmtheit wiederzubekommen und die Prioritäten selbst setzen zu können.

Durch bewusste und systematische Zeitplanung können wir Zeit gewinnen. Wir können Ziele definieren und kontrollieren und unsere Arbeitsabläufe selbstbestimmt steuern.

INHALTE

Regelkreis des Zeitmanagements
Ziele setzen
Priorisierung der täglichen Aufgaben
Techniken und Regeln effizienter Zeitplanung
Tagesleistungskurve des Menschen
Verschiedene Methoden
Checklisten

Dieser Kurs ist kostenfrei für die Mitglieder unserer DRK-Schwesternschaft.



DOZENTIN

Petra Krämer | Trainerin, Coach

KOSTEN: 560,- Euro

Beethovenstraße 1 | 25524 Itzehoe | 4. Obergeschoss im [CSSC]

Während der Fortbildung werden Sie in gewohnt guter Weise aus unserer Küche versorgt. Kalte und warme Getränke stehen ebenfalls für Sie bereit.

Februar 2024

Die Hände in den Schoß legen oder das Leben selbst in die Hand nehmen?

20.02.2024 von 9:00 bis 16:30 Uhr (8 UE)

ZIELGRUPPE in der Praxisanleitung, in der Pflege
und in der Betreuung Tätige



Oftmals begegnen wir alten Menschen oder Menschen mit Assistenzbedarf, die ihre Hände kaum benutzen oder deren Hände verkümmert sind. Wie kann es dazu kommen? Wie lade ich eine geistig oder körperlich beeinträchtigte Person dazu ein, ihre Hände zu benutzen, die Umwelt zu begreifen oder ihr Leben ein Stück selbst in die Hand zu nehmen? Durch gemeinsames Handeln und Ausprobieren suchen die Teilnehmenden nach Antworten. Sie entwickeln Ideen, wie jemand die Lust bekommt und die Möglichkeit erhält zu tasten, zu greifen und aktiv am Geschehen teilzunehmen. Angebote für die Betreuung beziehungsweise die begleitende Assistenz in den Aktivitäten des täglichen Lebens und das günstige Positionieren der Hände im Sitzen und Liegen werden praktisch geübt.

INHALTE

Funktionale Anatomie | Bedeutung der Wahrnehmung und Bewegung | Biographische Erfahrungen der Hände | Praktische Übungen zur Kontrakturenprophylaxe (Die Inhalte orientieren sich am Konzept der Basalen Stimulation und der Kinaesthetics)

DOZENTIN

Cornelia Gödde | Praxisbegleiterin für Basale Stimulation, Kinaesthetics-Trainerin Stufe 2, Intensiv- u. Anästhesiefachpflege, Entspannungstrainerin

KOSTEN: 220,- Euro

Beethovenstraße 1 | 25524 Itzehoe | 4. Obergeschoss im [CSSC]

Während der Fortbildung werden Sie in gewohnt guter Weise aus unserer Küche versorgt. Kalte und warme Getränke stehen ebenfalls für Sie bereit.

Tanz-Workout

Wer Zumba mag, wird dieses Workout lieben

26.02., 04.03. und 11.03.2024

jeweils von 14:30 bis 15:15 Uhr

ZIELGRUPPE

alle Interessierten



In diesem Workout bewegen Sie sich zu feuriger lateinamerikanischer oder internationaler Musik: tanzen, schwitzen und den Rhythmus spüren. Der Mix aus Tanz- und Intervalltraining macht nicht nur Spaß, sondern bringt auch Ihre Figur in Topform. Man muss nicht tanzen können; das Wichtigste ist, sich zu bewegen und Spaß daran zu haben. Dieser Kurs ist für alle Menschen geeignet, die Stress, Verspannungen und Kalorien einfach „wegtanzen“ möchten. Sie verbessern Ihre Ausdauer und trainieren Ihre Beweglichkeit. Ihr Herz-Kreislauf-System kommt in Schwung und Sie verbrennen eine Menge Kalorien.

INHALTE

Dynamisches Fitnessstraining zu lateinamerikanischer oder internationaler Musik

Bitte kommen Sie in bequemer Sportbekleidung und bringen Sie festes Schuhwerk mit.

DOZENTIN

Gabriele Specovius | Fitnesstrainerin

KOSTEN: 130,- Euro

Beethovenstraße 1 | 25524 Itzehoe | 4. Obergeschoss im [CSSC]

Während der Fortbildung stehen Getränke für Sie bereit.

Februar 2024

10-Minuten-Aktivierung

nach Ute Schmidt-Hackenberg

29.02.2024 von 16:30 bis 20:00 Uhr (4 UE)

ZIELGRUPPE im Bereich der Pflege und der Betreuung
Tätige sowie alle Interessierten



Menschen mit demenziellen Erkrankungen sind oft nicht in der Lage, sich selbst zu beschäftigen. Sie fühlen sich verloren, desorientiert oder langweilen sich. Wie können Mitarbeitende, auch wenn sie wenig Zeit haben, Beschäftigungsangebote anbieten? Unter anderem anhand der 10-Minuten-Aktivierung nach Ute Schmidt-Hackenberg erhalten Sie Anregungen, wie man mit wenig Mitteln Bewohner*innen aktivieren und anregen kann, die Erinnerung fördern und den eigenen Antrieb mit einbeziehen kann.

INHALTE

10-Minuten-Aktivierung mit wenig Mitteln

Menschen mit demenziellen Erkrankungen aktivieren und anregen
Erinnerungen fördern

Eigenen Antrieb einbeziehen

DOZENT

Frank Köhler | Gestalttherapeut

KOSTEN: 175,- Euro

Beethovenstraße 1 | 25524 Itzehoe | 4. Obergeschoss im [CSSC]

Während der Fortbildung werden Sie in gewohnt guter Weise aus unserer Küche versorgt. Kalte und warme Getränke stehen ebenfalls für Sie bereit.

Hygiene in der Pflege

Die neuesten Richtlinien

06.03.2024 von 14:00 bis 15:00 Uhr

ZIELGRUPPE

im Bereich der Pflege Tätige

Pflichtfortbildung (mindestens einmal pro Jahr) für alle Mitarbeitenden im Bereich der Pflege im Cläre-Schmidt-Senioren-Centrum [CSSC] und bei Schwesternschaft MOBIL.

Die Kenntnis der Hygienerichtlinien ist wichtig für das tägliche Handeln der Pflegekräfte in der stationären und ambulanten Pflege, da diese in ihrer Umsetzungsverfügung verbindlich sind.

INHALTE

Kennenlernen der neuesten Richtlinien im Bereich Hygiene, die für die Arbeit in der Pflege unverzichtbar sind:

Personalhygiene
Händehygiene
Desinfektion
Umgang mit MRE
Schulung nach § 43 Abs. 1 Nr. 2 Infektionsschutzgesetz

weiterer Termin:
09.10.24
14:00 – 15:00 Uhr

DOZENTIN

Gabriele Lorenzen-Fey | Hygienefachkraft

KOSTEN: 123,- Euro

Beethovenstraße 1 | 25524 Itzehoe | 4. Obergeschoss im [CSSC]

Während der Fortbildung stehen kalte und warme Getränke für Sie bereit.

WAS MACHT UNS AUS

und wie wenden wir unsere Grundsätze an?

Zu dieser Veranstaltung werden Sie persönlich eingeladen.

Die DRK-Schwesternschaft Ostpreußen e.V. gehört mit ihren Eigenbetrieben zum Deutschen Roten Kreuz und somit zur internationalen Rotkreuz- und Rothalbmondbewegung. Aus den internationalen Grundsätzen wurden die „Berufspolitischen Grundsätze“ abgeleitet. Sie dienen uns zur Orientierung des Miteinanders in der Gemeinschaft/im Team und als Argumentationshilfe in ethischen Grenzsituationen. Wir möchten mit Ihnen erarbeiten, wie Sie die Grundsätze praktisch im Arbeitsalltag nutzen können. Finden Sie Instrumente zur Problemvermeidung und -lösung. Lernen Sie Zusammenhänge der unterschiedlichen Arbeitsbereiche verstehen und werden Sie sich Ihrer eigenen Rolle in der beruflichen Beziehung bewusst. Wir stellen Ihnen die DRK-Schwesternschaft und ihre Geschichte vor und informieren Sie über die verschiedenen Rollen im Arbeitsumfeld. Professionelle Distanz und die Auswirkungen, wenn sie nicht mehr gegeben ist, sind ebenfalls ein Thema dieser Fortbildung.

DOZENTINNEN: Bettina Lohmeier und Regine Gilgen | stv. Oberinnen

ARBEITSSICHERHEIT

Schulung der Mitarbeitenden und Mitglieder

08.02.2024 | 11.07.2024 | 07.11.2024 – jeweils von 13:30 bis 14:30 Uhr oder von 15:00 bis 16:00 Uhr

Pflichtfortbildung für alle Mitarbeitenden einmal pro Jahr.

DOZENTEN: Thomas Schubert | DEKRA und Frank Ballasejus | Facharzt für Arbeitsmedizin

DATENSCHUTZ

Unterweisung für Mitarbeitende und Mitglieder

21.02.2024 | 20.03.2024 | 17.04.2024 | 19.06.2024 jeweils von 11:00 bis 11:30 Uhr

Pflichtfortbildung für alle Mitarbeitende alle zwei Jahre.

DOZENTIN: Kerstin Scheer | Datenschutzbeauftragte

MEDIZINPRODUKTEGESETZ (MPG) **Pflichten in der Anwendung – neue Produkte**

07.03.2024 | 15.10.2024
jeweils von 13:30 bis 14:30 Uhr

Hier lernen Sie unter anderem den richtigen Umgang mit Rollstühlen, Rollatoren und Liftern und deren Anwendung.

Pflichtfortbildung für alle Mitarbeitenden alle drei Jahre.

DOZENT: Arne Stender | MediCenter

NOTFALLTRAINING **Auffrischkurs Erste Hilfe**

23.02.2024 | 24.06.2024 | 07.10.2024
jeweils von 13:00 bis 14:30 Uhr

Alle Mitarbeitenden, die in der Pflege, Betreuung, Therapie oder in Dienstkleidung arbeiten, müssen ihre Kenntnisse in Erster Hilfe regelmäßig auffrischen.

Eine Auffrischung der Erste Hilfe Kenntnisse ist alle zwei Jahre notwendig.

DOZENTIN: Nicole Meier | Erste-Hilfe-Ausbilderin

ERSTE HILFE **Kurs für diejenigen, bei denen der Auffrischkurs „Notfalltraining“ nicht ausreicht**

29.01.2024 und 05.02.2024
2-teilig – jeweils von 16:15 bis 20:15 Uhr

Notwendig für alle neuen Mitarbeitenden, die keinen Erste-Hilfe-Schein vorweisen können, in Dienstkleidung arbeiten oder/und mit einem Fahrzeug von MOBIL unterwegs sind.

DOZENTIN: Kirstin Rausch | Erste-Hilfe-Ausbilderin

März 2024

Burnout-Prävention

Ein heißes Thema – so behalten Sie einen kühlen Kopf

12.03.2024 von 9:00 bis 16:30 Uhr (8 UE)

ZIELGRUPPE Führungskräfte und in der Praxisanleitung
Tätige sowie alle Interessierten



Weder Managerkrankheit noch Modeerscheinung: Wenn Belastungen stärker sind als die eigene Widerstandskraft, kann es zum Kollaps kommen. Körperliche, geistige und emotionale Belastungen verbrauchen Energie. Wenn wir unsere Energiequellen kennen, können wir dafür sorgen, dass sie regelmäßig aufgefüllt werden. Wir stärken unsere Stärken!

INHALTE

Wichtige Hintergründe und Begriffe zum Thema Burnout
Anzeichen des Burnout-Syndroms (Testverfahren)
Ursachen und Auswirkungen der Erkrankung
Ansätze der „Positiven Psychologie“ zur Ressourcenstärkung
Präventionsmaßnahmen für Beruf und Privatleben

Dieser Kurs ist kostenfrei für die
Mitglieder unserer DRK-Schwesternschaft.



DOZENTIN

Ilse Buchgraber | Demografieexpertin (INQA), Zertifizierte
Erwachsenentrainerin, Diplom-Oecotrophologin

KOSTEN: 445,- Euro

Beethovenstraße 1 | 25524 Itzehoe | 4. Obergeschoss im [CSSC]

Während der Fortbildung werden Sie in gewohnt guter Weise aus unserer Küche
verpflegt. Kalte und warme Getränke stehen ebenfalls für Sie bereit.

Antibiotika

Umgang mit Medikamenten

13.03.2024 von 16:30 bis 18:00 Uhr

ZIELGRUPPE

im Bereich der Pflege Tätige und alle Interessierten

Pflichtfortbildung (mindestens einmal alle drei Jahre) für alle Mitarbeitenden im Bereich der Pflege im Cläre-Schmidt-Senioren-Centrum [CSSC] und bei Schwesternschaft MOBIL.

Es ist wichtig, dass das richtige Antibiotikum zur richtigen Zeit in der richtigen Dosierung verabreicht wird, und zwar so lange wie nötig, aber so kurz wie möglich. Auch das beste Antibiotikum kann nicht helfen, wenn es falsch angewendet wird. Den Pflegefachpersonen kommt für den rationalen Antibiotikaeinsatz eine entscheidende Bedeutung zu.

INHALTE

Antiinfektive Therapien
Resistenzbildung
Dosierung
Dauer der Anwendung
Rationaler Antibiotikaeinsatz
Ernährung und Wechselwirkung
Darmsanierung nach der Einnahme

weiterer Termin:
16.10.24
16:30 – 18:00 Uhr

DOZENTIN

Nicole Lippka-Mönnich | Apothekerin, Hanseaten Apotheke

KOSTEN: 118,- Euro

Beethovenstraße 1 | 25524 Itzehoe | 4. Obergeschoss im [CSSC]

Während der Fortbildung stehen kalte und warme Getränke für Sie bereit.

März 2024

Hygiene für Hauswirtschaft, Küche und Präsenz Immer die neuesten Richtlinien kennen

25.03.2024 von 14:00 bis 15:00 Uhr

ZIELGRUPPE im Bereich der Hauswirtschaft, Küche und Präsenz Tätige



Pflichtfortbildung (mindestens einmal pro Jahr) für alle Mitarbeitenden im Bereich Hauswirtschaft, Küche und Präsenz im Cläre-Schmidt-Senioren-Centrum [CSSC] und bei Schwesternschaft MOBIL.

Die Kenntnis der Hygienerichtlinien ist wichtig für das tägliche Handeln der hauswirtschaftlichen Mitarbeiter*innen sowie des Küchen- und Präsenzpersonals in der stationären und ambulanten Pflege, da diese in ihrer Umsetzungsverfügung verbindlich sind.

INHALTE

Kennenlernen der neuesten Richtlinien im Bereich Hygiene, die für die Arbeit in Küche, Hauswirtschaft und Präsenz unverzichtbar sind:

Personalhygiene
Händehygiene
Desinfektion
Umgang mit MRE
Schulung nach § 43 Abs. 1 Nr. 2 Infektionsschutzgesetz

weiterer Termin:
17.10.24
14:00 – 15:00 Uhr

DOZENTIN

Gabriele Lorenzen-Fey | Hygienefachkraft

KOSTEN: 123,- Euro

Beethovenstraße 1 | 25524 Itzehoe | 4. Obergeschoss im [CSSC]

Während der Fortbildung stehen kalte und warme Getränke für Sie bereit.

Erfahrung trifft auf frischen Wind Jung und Alt in einem Team

22.04.2024 von 9:00 bis 16:30 Uhr (8 UE)

ZIELGRUPPE im Bereich der Praxisanleitung Tätige
und alle Interessierten



Jung und Alt in einem Team und immer wieder stehen die Konflikte im Raum. Mangelhafte Kommunikation, unterschiedliche Arbeitsmoral, fehlende Wertschätzung von Kolleg*innen sowie unterschiedliche Einstellungen zu Innovationen und Erfahrungswerten.

Häufig zeigen sich bei diesen Themen Generationskonflikte. Mit Theatertrainingsmethoden kann dieses Thema einprägsam und humorvoll bearbeitet werden. Die Teamfähigkeit im Berufsalltag erleben die Mitarbeitenden auf spielerische Art. Kreatives Theatertraining steigert die Motivation, Arbeitsabläufe bezüglich deren Wirkung auf Kolleg*innen zu überdenken, um sie dann angenehmer zu gestalten. Humorstrategien schaffen ein humorvolles Klima und Gemeinsamkeiten, um so einen Austausch zu fördern.

INHALTE

Theatertrainingsmethoden | Teamfähigkeit auf spielerische Art erleben | Einfühlungsvermögen fördern und somit die Kommunikation verbessern | Humorstrategien, um Schwierigkeiten gelassener zu begegnen | Austausch fördern durch humorvolles Klima

Dieser Kurs ist kostenfrei für die
Mitglieder unserer DRK-Schwesternschaft.



DOZENTIN

Helle Rothe | Theatertrainerin

KOSTEN: 275,- Euro

Beethovenstraße 1 | 25524 Itzehoe | 4. Obergeschoss im [CSSC]

Während der Fortbildung werden Sie in gewohnt guter Weise aus unserer Küche gepflegt. Kalte und warme Getränke stehen ebenfalls für Sie bereit.

Mai 2024

Das Samurai-Programm für Senior*innen Ein Programm, das bewegt und berührt

30.05.2024 von 9:00 bis 16:30 Uhr (8 UE)

ZIELGRUPPE

im Bereich der Betreuung Tätige und alle Interessierten



Sich selbst und anderen etwas Gutes tun durch achtsame und respektvolle Berührungen: Das Samurai-Programm für Senior*innen ist ein Bewegungs- und Berührungskonzept, das den zwischenmenschlichen Kontakt, die Selbstständigkeit und das Kompetenzerleben steigert. Die Übungen sind im Alltag jederzeit für die Teilnehmer*innen einsetzbar. Sie können aber darüber hinaus auch an die zu betreuenden Familienmitglieder zur Stärkung der Resilienz weitergegeben werden. Das Feld der Anwendungen ist riesig und der Rucksack ist im Anschluss des Seminares gefüllt mit wunderbaren Möglichkeiten für die nächsten Begegnungen im Miteinander!

INHALTE

Einführung: „Wieso, Weshalb, Warum“, das Samurai-Programm für Senioren? | Wirkung der respektvollen Berührungen und der Bewegungsübungen | Erlernen und Anwenden diverser Samurai-Übungen im Sitzen, u.a. Hand- und Armbehandlungen | Anwendung respektvoller Samurai-Berührungen bei immobilen Menschen | Fußbehandlungen: Warum sollten wir die Füße unbedingt mit ins Visier nehmen?

DOZENTIN

Sabine Jansen | Heilpraktikerin und Shiatsu-Therapeutin

KOSTEN: 245,- Euro

Beethovenstraße 1 | 25524 Itzehoe | 4. Obergeschoss im [CSSC]

Während der Fortbildung werden Sie in gewohnt guter Weise aus unserer Küche gepflegt. Kalte und warme Getränke stehen ebenfalls für Sie bereit.

NIM-Bewegungskonzept Für Schmerzfreiheit und Bewegungsfreude

03.06.2024 von 16:30 bis 20:00 Uhr

ZIELGRUPPE

alle Interessierten



Natural Intelligent Movement (NIM) ist eine ganzheitliche Bewegungslehre für das systematische (Wieder)Erlernen unserer Fähigkeiten. Das Körperbewusstsein steht bei NIM im Vordergrund, damit jeder die Verantwortung für sich selbst wieder in die Hand nehmen kann.

Sie lernen Ihren Körper und seine Funktionen kennen und verstehen, und wie Sie zum Beispiel Rückenschmerzen entgegenwirken können. Dieses Bewegungskonzept stärkt das Körperbewusstsein und ist ein ganzheitliches Training für mehr Kraft, Beweglichkeit und Koordination.

Bitte kommen Sie in bequemer Sportbekleidung.

INHALTE

Einblick in das NIM-Bewegungskonzept

DOZENTIN

Indra Benz | Pilatetrainerin, NIM-Advanced-Trainerin, Klinische Achtsamkeits- und Selbstmitgefühlstrainerin

KOSTEN: 170,- Euro

Beethovenstraße 1 | 25524 Itzehoe | 4. Obergeschoss im [CSSC]

Während der Fortbildung werden Sie in gewohnt guter Weise aus unserer Küche verpflegt. Kalte und warme Getränke stehen ebenfalls für Sie bereit.

Juni 2024

Handlettering

Eintauchen in die Welt der Buchstaben

06.06.2024 von 16:30 bis 20:00 Uhr (4 UE)

ZIELGRUPPE

im Bereich der Betreuung Tätige und alle Interessierten



Beim Handlettering werden wir mit einfachen Mitteln wie Bleistift und Brush Pen Worte gestalten, sodass die Emotionen der Texte auch optisch an Ausdruck gewinnen. Die Schrift ist nicht nur Übermittlungsträger der Sprache, sondern auch Ausdruck unserer Persönlichkeit. Dabei geht es nicht nur um das schön gestaltete Ergebnis, sondern auch um den Prozess der Gestaltung, innerlich zur Ruhe zu kommen, aber auch der Kreativität freien Lauf zu lassen. Schreiben ist auch eine besondere Form der Meditation. Die Fähigkeit, ansprechend und kunstvoll schreiben zu können, ist zu den verschiedensten Anlässen gefragt. Die gezeichneten Buchstaben sind ideal für Plakate, Cover, Hochzeitskarten und vieles mehr. Für jeden gibt es viele Anregungen, wie sich Ideen auf Papier umsetzen lassen.

INHALTE

Ansprechend und kunstvoll schreiben
Prozess der Gestaltung
Förderung der Kreativität

DOZENTIN

Daniela Steenblock | Dipl. Grafik-Designerin

KOSTEN: 150,- Euro

Beethovenstraße 1 | 25524 Itzehoe | 4. Obergeschoss im [CSSC]

Während der Fortbildung werden Sie in gewohnt guter Weise aus unserer Küche gepflegt. Kalte und warme Getränke stehen ebenfalls für Sie bereit.

Tanzen im Sitzen

Neuer Schwung durch Musik und Bewegung

18.06.2024 von 9:00 bis 16:30 Uhr (8 UE)

ZIELGRUPPE

im Bereich der Betreuung Tätige und alle Interessierten



„Musik allein ist die Weltsprache und braucht nicht übersetzt zu werden. Da spricht Seele zu Seele“ (B. Auerbach)

Musik, Rhythmus und Bewegung können die Aktivierung von Menschen mit Demenz besonders gut unterstützen. Über das musikalische Erleben wird es insbesondere den Menschen mit Demenz ermöglicht, wieder in die Worte zu kommen. Tanzen im Sitzen nach bekannten, beliebten Melodien bietet die Chance, Menschen zu aktivieren, die Körperwahrnehmung zu fördern, Alltagsbewegungen zu erhalten und das Wohlbefinden und die Lebensfreude zu steigern. Das Gemeinschaftserleben und die Kommunikation werden gefördert. Die Fortbildung ist sehr praxisorientiert und vermittelt verschiedene Tanzformen (gymnastische Tänze, thematisch orientierte Tänze, Tänze mit Instrumenten, Mitmachtänze).

INHALTE

Vermittlung von Tänzen im Sitzen (gymnastisch, thematisch orientiert, mit Instrumenten) | Gruppenarbeit – Erarbeitung von Tänzen im Sitzen | Vorstellung diverser Instrumente und ihrer Einsatzmöglichkeiten | Musik und Demenz | Lieder in Bewegung | Musikalischer Biografiebogen | Erfahrungsaustausch

DOZENTIN

Margit Bornhöft | Diplom-Sozialpädagogin, Tanzleiterin BVST e.V., Fachkraft Musik und Demenz, Qigong-Lehrerin

KOSTEN: 185,- Euro

Beethovenstraße 1 | 25524 Itzehoe | 4. Obergeschoss im [CSSC]

Während der Fortbildung werden Sie in gewohnt guter Weise aus unserer Küche versorgt. Kalte und warme Getränke stehen ebenfalls für Sie bereit.

Juni 2024

Praxisanleiter*innen-Tag

Methoden der Praxisanleitung

20.06.2024 von 9:00 bis 16:30 Uhr (8 UE)

ZIELGRUPPE

in der Praxisanleitung Tätige



Anleiten ist mehr als „sehen – nachmachen – üben – beherrschen“. Auch wenn sich die 4-Stufen-Methode in der beruflichen Bildung konstanter Beliebtheit erfreut, existiert um sie herum eine Vielzahl weiterer Möglichkeiten. Mit dem Wissen um Methoden wächst auch der individuelle Handlungsspielraum. Methoden können Kreativität fördern und fordern, zum Perspektivwechsel ermutigen. Sie sind das Handwerkszeug einer jeden Person, die berufspädagogisch tätig ist. Die Wahl der Anleitungsmethode ist abhängig von individuellen Faktoren: Sie muss den Auszubildenden entsprechen, den Anleiter*innen liegen, den Lerninhalt sinnvoll aufgreifen. Sie wird beeinflusst von der Zeit, die zur Verfügung steht, der Größe der Gruppe, den Vorgaben des Ausbildungsplans. Die vertiefende Fortbildung soll Aspekte der Bedingungsanalyse thematisieren und den „Methodenkoffer“ der Teilnehmer*innen erweitern, mit dem Ziel, neue Impulse für die Praxis zu setzen.

INHALTE

Didaktische Bedingungsanalyse und Grundlagen der Methodenwahl | Methoden für Einzelanleitungen | Methoden für Anleitungen in der Gruppe | Problemorientierte Methoden | Kreative Methoden | Methoden zur Förderung personaler Kompetenzen

Dieser Kurs ist kostenfrei für die Mitglieder unserer DRK-Schwesternschaft.



DOZENTIN

Petra Freyer-Jüsten | Lehrerin für Pflegeberufe

KOSTEN: 430,- Euro

Beethovenstraße 1 | 25524 Itzehoe | 4. Obergeschoss im [CSSC]

Während der Fortbildung werden Sie in gewohnt guter Weise aus unserer Küche versorgt. Kalte und warme Getränke stehen ebenfalls für Sie bereit.

Feldenkrais

Was haben die Füße mit den Armen zu tun?

27.06.2024 von 16:30 bis 20:00 Uhr

ZIELGRUPPE

alle Interessierten



Die Feldenkrais-Methode – nach ihrem Erfinder, dem Physiker Dr. Moshé Feldenkrais, benannt – ist eine körperorientierte Lernmethode. „Es geht darum zu lernen, wie man aus anstrengenden Bewegungen gute macht, das heißt solche, die fließend und leicht zu machen sind.“ (Dr. M. Feldenkrais)

INHALTE

Überflüssige Spannungen wahrnehmen | Den ganzen Körper an einer Bewegung beteiligen | Achtsamkeit und Bewusstheit für sich verfeinern | Gewohnheiten wahrnehmen | Neue Möglichkeiten entdecken, sich zu bewegen ... Die Feldenkrais-Einheiten werden verbal angeleitet und parallel hierzu wird die Wahrnehmung über Fragen gelenkt. Ausgangspunkte vieler Feldenkrais-Lektionen sind oft alltägliche Bewegungen, die auf unterschiedliche und oftmals ungewohnte Weise variiert und kombiniert werden. Über kleine, mühelose und spielerisch ausgeführte Bewegungen wird die Wahrnehmung für den eigenen Körper verfeinert. Die Feldenkrais-Einheiten finden überwiegend auf dem Boden statt.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, warme Socken und ein großes Handtuch als Kopfunterlage mit!

DOZENTIN

Gaby Sauerland | Feldenkrais-Lehrerin, Dipl.-Soziologin Schwerpunkt Psychologie und Erziehungswissenschaft

KOSTEN: 140,- Euro

Beethovenstraße 1 | 25524 Itzehoe | 4. Obergeschoss im [CSSC]

Während der Fortbildung werden Sie in gewohnt guter Weise aus unserer Küche gepflegt. Kalte und warme Getränke stehen ebenfalls für Sie bereit.

Vorankündigungen

Visualisierung

von Präsentation und Protokoll

09.09.2024 von 9:00 bis 16:30 Uhr

ZIELGRUPPE

Führungskräfte und in der Praxisanleitung Tätige
sowie alle Interessierten



INHALTE

Workshop zur Visualisierung mit praktischen Übungen am Flipchart

DOZENTIN

Manja Kläwer | Visualisierungsexpertin

Erfolg über Stress

Strategien zum gezielten Stressabbau

19.09.2024 von 9:00 bis 16:30 Uhr

ZIELGRUPPE

Führungskräfte und in der Praxisanleitung Tätige
sowie alle Interessierten



INHALTE

Was ist Stress? Wie entsteht er? Welche Auswirkungen hat er? | Identifikation der eigenen Stressauslöser | Erstellen eines persönlichen Stressprofils | Erlernen von einfachen und leicht durchführbaren Übungen

DOZENTIN

Juliane Pannenbäcker | Potenzialcoach

Pflege ist unsere Profession

Die DRK-Schwwesternschaft Ostpreußen ist ein gemeinnütziger Frauenverein für professionell Pflegende. Wir sind Teil der größten humanitären Organisation der Welt – der internationalen Rotkreuz- und Rothalbmond-Bewegung.

Wir Rotkreuzschwestern haben es uns zur Aufgabe gemacht, die professionelle Pflege weiterzuentwickeln und für eine qualitativ hochwertige Gesundheitsversorgung einzutreten – ganz zum Wohle des Menschen.

Unsere Mitglieder sind in regionalen Einrichtungen des Gesundheitswesens und in unseren Eigenbetrieben im Einsatz. Zu uns gehören das Cläre-Schmidt-Senioren-Centrum [CSSC], der ambulante Pflegedienst Schwwesternschaft MOBIL, eine Tagespflegeeinrichtung, ein Betreutes Wohnen und das Palliative-Care-Team PCT.

In unseren Eigenbetrieben bieten wir Ausbildungsplätze in verschiedenen Ausbildungsberufen und Schwwesternschaft professional organisiert laufend Fort- und Weiterbildungsangebote – auch über Pflege Themen hinaus.



DRK-Schwwesternschaft Ostpreußen | Itzehoe

DRK-Schwwesternschaft Ostpreußen **e. V.**

Betreutes Wohnen

Schwwesternschaft **MOBIL**

Tagespflege

Schwwesternschaft professional

Cläre-Schmidt-Senioren-Centrum **[CSSC]**

PCT Palliative-Care-Team Steinburg · Pinneberg · Dithmarschen

DRK-Schwwesternschaft Ostpreußen | Itzehoe

Beethovenstraße 1 | 25524 Itzehoe | Telefon 04821 9580-0

info@drk-schwwesternschaft.de | www.drk-schwwesternschaft.de

Deutsches Rotes Kreuz 