

Anmeldung

Erfolgt über die Ansprechperson der Freiwilligen Mitarbeitenden in den Betrieben.

Auftraggeber

Gesundheits- und Umweltdepartement der Stadt Zürich

Kursort

Schulungszentrum Gesundheit
SGZ Campus
Räffelstrasse 12
8045 Zürich

Kontakt

Schulungszentrum Gesundheit
SGZ Campus
Räffelstrasse 12
8045 Zürich

Telefon: 044 415 18 00

E-Mail: sgz@zuerich.ch

www.stadt-zuerich.ch/sgz

www.facebook.com/sgz.bildung

www.wissen-pflege-bildung.ch

Schulungen für Freiwillige Mitarbeitende



Grundschulung

Über 1000 freiwillige Mitarbeitende sind im Gesundheits- und Umweltdepartement (GUD) im Einsatz. Ihre Aufgaben und Einsatzmöglichkeiten sind so vielfältig wie unsere Spitäler, Alterszentren und Pflegezentren. Dabei unterstützt das GUD seine Freiwilligen Mitarbeitenden in ihrer Tätigkeit mit abgestimmten Schulungen.

Die Schulungen hat das Schulungszentrum Gesundheit der Stadt Zürich gemeinsam mit den Alterszentren der Stadt Zürich (ASZ) und dem GUD entwickelt.

Die Freiwilligen-Schulung erfolgt zentral und wird am SGZ Campus durchgeführt. Die Freiwilligen Mitarbeitenden werden durch den jeweiligen Betrieb für die Kurse angemeldet. Die Schulungen sind ebenfalls für Freiwillige geöffnet, die in nicht-städtischen Gesundheitsinstitutionen tätig sind.

Die Grundschulung umfasst drei, jeweils halbtägige Kurstage. Die Reihenfolge ist von Relevanz, damit die Kurse aufeinander aufbauen können. Die drei Kurstage sind nicht einzeln buchbar, sondern nur als gesamten Verlauf.

Kurstag 1

Einführung in die Schulung und das Alter in der Gesellschaft

Die Teilnehmenden

- kennen die Einbettung der freiwilligen Mitarbeit im GUD.
- setzen sich mit ihrer eigenen Philosophie und Haltung über das Alter und das Älterwerden auseinander.
- erweitern ihr Wissen über die demografische Entwicklung und die gesellschaftspolitische Situation alter Menschen.

Dozierende: Sereina Richner (GUD),
Christine Paulicke (ASZ), Floris Tschurr (ASZ)

Dauer: ½ Tag

Kurstag 2

Umgang mit Veränderungen im Alter

Die Teilnehmenden

- kennen wichtige Herausforderungen des Alters und setzen sich mit ihren persönlichen Ängsten, Erfahrungen und Gedanken zum eigenen Älterwerden auseinander.
- wissen um die Bedeutung des psychischen Wohlbefindens, der Selbstständigkeit und Autonomie von alten Menschen und verbinden dies mit eigenen Erfahrungen.
- setzen sich auf dieser Grundlage mit möglichen Strategien und Handlungsschritten auseinander, damit sie alte Menschen als freiwillige Mitarbeitende unterstützend begleiten können.

Dozent: Eric-Dennis Jansen (SGZ)

Dauer: ½ Tag

Kurstag 3

Grundlagen der professionellen Kommunikation

Die Teilnehmenden

- setzen sich mit der Wahrnehmung und der Grundhaltung in der Begleitung von Menschen in verletzlichen Lebensphasen auseinander.
- kennen verschiedene Störfaktoren der Kommunikation und setzen sich mit der gesprächsfördernden und vertrauensbildenden Grundhaltung in der persönlichen Kommunikation auseinander.
- erhalten Impulse für die Begleitung und für die eigene Bestärkung in ihren Einsätzen.

Dozentin: Gabriele Kaes (ASZ)

Dauer: ½ Tag

Aufbaumodule

Die Aufbaumodule sind einzeln buchbar. Für freiwillige Mitarbeitende aus GUD-Betrieben wird der Besuch der Grundschulung vorausgesetzt, damit auf dem erlangten Vorwissen aufgebaut werden kann.

Aufbaumodul 1 Begleitung von Menschen mit demenziellen Erkrankungen

Die Teilnehmenden

- setzen sich mit ihren positiven Erlebnissen und Erfahrungen, aber auch mit ihren Befürchtungen, Ängsten und der persönlichen Hilflosigkeit in der Begegnung auseinander.
- verstehen die Symptome und die Auswirkungen von demenziellen Erkrankungen auf betroffene Menschen und das Umfeld.
- lernen unterstützende Methoden und Möglichkeiten für die wertschätzende individuelle Begleitung demenzbetroffener Menschen kennen.

Dozentin: Gabriele Kaes (ASZ)
Dauer: ½ Tag

Aufbaumodul 2 Depression und Sucht im Alter verstehen

Die Teilnehmenden

- setzen sich mit den Formen und Symptomen der Depressionen im Alter auseinander.
- erhalten Hinweise auf die Ursachen und Entstehung sowie einen Überblick über Therapien und Möglichkeiten in der Begleitung von Betroffenen.
- betrachten Ursachen und Gründe für Abhängigkeitserkrankungen im Alter.
- erkennen mögliche Signale für das Vorliegen der Erkrankung und erhalten Massnahmen für die Begleitung. Dabei wird auch der Blick auf die notwendige Abgrenzung und Selbstpflege gerichtet.

Dozentin: Gabriele Kaes (ASZ)
Dauer: ½ Tag

Aufbaumodul 3 Begleitung von schwerstkranken und sterbenden Menschen

Die Teilnehmenden

- setzen sich mit den Themen Sterben und Trauerprozesse sowie mit den Herausforderungen und Möglichkeiten in der Begleitung von sterbenden Menschen auseinander.
- kennen mögliche physische und psychische Beschwerden und Bedürfnisse und lernen die wichtigsten Grundlagen der Palliative Care kennen.
- erhalten Anregungen für die persönliche Auseinandersetzung mit den Themen rund ums Sterben und der Begleitung Sterbender, dem Tod und dem Umgang mit Trauer.

Dozentin: Gabriele Kaes (ASZ)
Dauer: ½ Tag

Aufbaumodul 4

Einschränkungen des Alters selbst erleben

Die Teilnehmenden

- können sich mit dem «AgeExplorer® Instant Aging Anzug» des Meyer-Hentschel-Instituts innerhalb von wenigen Minuten in die Lage eines älteren Menschen versetzen.
- erleben die möglichen Einschränkungen des Alters hautnah und tauchen in die Wahrnehmungs- und Erfahrungswelt älterer Menschen ein.
- erhalten einen Blickwechsel, der die eigene Empathie fördert.
- erkennen verhaltensrelevante, altersbedingte, körperliche Veränderungen und ihre Ursachen.
- erleben selbst Einschränkungen bei Sehen, Hören, Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und manueller Geschicklichkeit.
- können in Rollenspielen ihr Verhalten gegenseitig beobachten und bewerten und so Konsequenzen für das eigene Verhalten ableiten.

Dozierende: Hanne Meyer-Hentschel, Meyer-Hentschel-Institut
oder fachkompetente Mitarbeitende der Alterszentren
der Stadt Zürich

Dauer: ½ Tag

Methode

Theorie-Inputs wechseln sich ab mit Lehrgesprächen und Diskussionsrunden, in denen die Teilnehmenden ihre Erfahrungen und Fragen einbringen können.

Kursgebühren

Grundsätzlich sind die Kurse für Freiwillige im Gesundheits- und Umweltdepartement (GUD) kostenlos respektive die Kostenübernahme erfolgt durch die Betriebe.

- Grundsicherung, für 3 Nachmittage
 - Für Freiwillige Mitarbeitende GUD Fr. 258.–
 - Für alle anderen Personen Fr. 420.–
- Aufbaumodul 1
 - Für Freiwillige Mitarbeitende GUD Fr. 86.–
 - Für alle anderen Personen Fr. 140.–
- Aufbaumodul 2
 - Für Freiwillige Mitarbeitende GUD Fr. 86.–
 - Für alle anderen Personen Fr. 140.–
- Aufbaumodul 3
 - Für Freiwillige Mitarbeitende GUD Fr. 86.–
 - Für alle anderen Personen: Fr. 140.–
- Aufbaumodul 4
 - Für Freiwillige Mitarbeitende GUD Fr. 120.–
 - Für alle anderen Personen: Fr. 175.–

Inklusive Pausenverpflegungen