



www.drk-bildungsinstitut.de

Bildungsprogramm 2020

Gesundheit & Soziales

Impressum

Herausgeber

Institut für Bildung und Kommunikation
DRK-Landesverband Westfalen-Lippe e.V.

Verantwortlich

Monika van der Beek (Institutsleiterin)

Bildnachweis

Titelseite, S. 14, 19, 23, 27, 28, 31,
36, 45, 51, 57, 59, 71
S. 4, 5, 82, 83

pixabay.com
Kai Schenk / IBK

Layout:

Stabsstelle Kommunikation Martina Czernik



**Institut für Bildung
und Kommunikation**

Sperlichstraße 27

48151 Münster

Tel.: 0251 9739-189

Fax: 0251 9739-215

info-ibk@drk-westfalen.de

www.drk-bildungsinstitut.de



DRK
für Bildung
und Kultur

K-INSTITUT

ldung

ommunikation



Qualitätspolitik

Ideelle Grundlagen des Deutschen Roten Kreuzes

Wir sind als Institut für Bildung und Kommunikation des DRK-Landesverbandes Westfalen-Lippe e.V. Teil einer weltweiten Gemeinschaft von Menschen in der Internationalen Rotkreuz- und Rothalbmondbewegung, die Opfern von Konflikten und Katastrophen sowie anderen hilfebedürftigen Menschen un- terschiedslos Hilfe gewährt, allein nach dem Maß der Not.

Im Zeichen der Menschlichkeit setzen sich die Menschen im Roten Kreuz für das Leben, die Gesundheit, das Wohlergehen, den Schutz, das friedliche Zusammenleben und die Würde aller Menschen ein.

Auf dieser ideellen Grundlage sowie den Leitlinien und Führungsgrundsätzen des Deutschen Roten Kreuzes bauen wir unsere Arbeit auf.

Unser Menschenbild

Wir betrachten jeden Menschen als eine einzigartige Persönlichkeit, die geprägt ist durch eine eigene Lebensgeschichte und einen eigenen kulturellen Hintergrund.

Grundlage unseres Bildungsgedanken ist die Annahme, dass jeder Mensch sich ein Leben lang entwickelt und eigenverantwortlich handeln kann.

Unser Kunde

Unsere Kunden sind Personen, die unser Bildungsangebot in Form von Aus-, Fort- und Weiterbildungen, unsere Beratung bzw. unsere Serviceleistung in Anspruch nehmen.

Unsere Ausbildung

In unserer Aus-, Fort- und Weiterbildung berücksichtigen wir sowohl die zukünftigen Berufs- und Arbeitsfelder unserer Teilnehmer als auch die Normen und Regeln, die wir uns über unser eigenes Qualitätsmanagement auferlegt haben. Wir fördern die Fähigkeiten und Fertigkeiten und geben jedem Teilnehmer die Chance seine eigene Leistung zu erfahren.

Unser Lehrkräfteteam

Wir legen bei unseren Lehrkräften und Referenten Wert auf fachliche, methodische, soziale, personelle und organisatorische Kompetenz sowie auf eigene Erfahrung im jeweiligen Tätigkeitsbereich.

Unsere Führung

Für eine erfolgreiche Bildungsarbeit ist eine verantwortungsbewusste Planung, Entwicklung und Validierung unverzichtbar. Selbstverantwortliches Handeln ist hierbei ebenso unerlässlich wie Teamarbeit.

Unsere Ziele

Wir wollen als Institut für Bildung und Kommunikation den heutigen und zukünftigen Anforderungen an eine Ausbildungsstätte für Notfallmedizin und Rettungsdienst, Bevölkerungsschutz, Soziale Arbeit, Betriebswirtschaft und Management in sozialen und humanitären Organisationen, humanitärem Völkerrecht und humanitärer Ethik gerecht werden und diese unter Ausschöpfung unserer Möglichkeiten permanent optimieren.

Ferner wollen wir unseren Teilnehmern durch eine professionelle Aus- und Fortbildung eine hohe fachliche, methodische und soziale Kompetenz für ihre Tätigkeit vermitteln.

Wir wollen unsere Aus- und Fortbildung fortwährend auf höchstmöglichem Niveau, unter Berücksichtigung rechtlicher und wirtschaftlicher Rahmenbedingungen, erbringen.

Wir entwickeln neue Lehrgangsangebote, die sowohl auf die aktuellen Bedürfnisse und Anforderungen unserer Teilnehmer und ihrer Dienststellen zugeschnitten sind, als auch zukünftige Entwicklungen aufgreifen.

Unser Qualitätsgedanke

Wir wollen in allen Fachbereichen zu den besten Bildungseinrichtungen in Nordrhein-Westfalen gehören.

(Auszug aus dem Qualitätsmanagementhandbuch)

Anmeldung

Wie kann ich mich zu einem Seminar anmelden?

Bitte melden Sie sich über unsere Website **www.drk-bildungsinstitut.de** an. Grundsätzlich empfiehlt sich eine frühzeitige Anmeldung. Dies erleichtert Ihnen und uns die Planung. Die Anmeldefrist endet in der Regel **sechs Wochen** vor dem jeweiligen Lehrgangsbeginn, im Fachbereich „Notfallmedizin und Rettungswesen“ **zwei Wochen** vor dem jeweiligen Lehrgangsbeginn. Die Anmeldung ist für beide Seiten verbindlich, wenn sie vom Institut für Bildung und Kommunikation schriftlich oder per E-Mail bestätigt wird. Werden Nachweise für eine geforderte Qualifikation verlangt, sind diese unaufgefordert (elektronisch, auf dem Postwege oder per Fax) einzureichen.

Ist meine Anmeldung eingegangen? Wann bekomme ich eine Bestätigung?

Nach Eingang Ihrer fristgerechten Anmeldung wird Ihnen – sofern ein Lehrgangssplatz zur Verfügung steht und die geforderten Nachweise vorliegen – eine schriftliche Anmeldebestätigung an Ihre Privatadresse, E-Mail-Adresse oder über die anmeldende Stelle zugesendet.

Wann erhalte ich meine Seminarunterlagen?

Die Lehrgangseinladung sowie ggf. die Übersendung von Lehrgangsunterlagen erfolgen ca. drei Wochen vor Lehrgangsbeginn per

E-Mail oder auf dem Postweg durch den zuständigen Fachbereich des IBK.

Erhält man nach Abschluss eines Seminars ein Zertifikat?

Jeder Teilnehmer unserer Bildungsveranstaltungen erhält eine aussagefähige Bescheinigung (Zertifikat / Urkunde / Befähigungsnachweis / Zeugnis).

Was ist, wenn das Seminar bereits ausgebucht ist?

Bei ausgebuchten Lehrgängen setzen wir Sie gern auf unsere Warteliste. Sobald ein Teilnehmer absagt, melden wir uns bei Ihnen. Sie haben dann die Möglichkeit, nachzurücken.

Gibt es Teilnahmevoraussetzungen?

Mögliche Teilnahmevoraussetzungen sind in der Seminarbeschreibung unseres Programmheftes angegeben.

Teilnahmegebühr und Zahlungsbedingungen

Wie hoch sind die Teilnahmegebühren?

Für Lehrgangsteilnehmer gelten die im Programmheft genannten Teilnahmegebühren. Für Teilnehmer aus den Kreisverbänden des DRK-Landesverbandes Westfalen-Lippe e. V. sind die Lehrgänge des Instituts für Bildung und Kommunikation – Fachbereich 1 *Rotkreuzarbeit* & Bevölkerungsschutz, Fachbereich 2 *Gesundheit & Soziales* und Fachbereich 3 *Retten & Helfen* – grundsätzlich

kostenlos. Ausgenommen sind die mit * gekennzeichneten Veranstaltungen des Fachbereichs II.

Werden Fahrtkosten zum Seminarort erstattet?

Fahrtkosten werden in Einzelfällen erstattet, ebenso Verdienstausschlag. Wenden Sie sich bitte an den jeweiligen Fachbereich.

Die Inanspruchnahme von Verdienstausschlag muss vor Lehrgangsbeginn mit dem Kreisverband abgesprochen sein. In Rotkreuz-Einrichtungen beschäftigte Mitarbeiter wird ein Verdienstausschlag nicht erstattet.

Werden die Seminare gefördert?

Bildungsschecks und **Bildungsgutscheine** werden von dem Institut für Bildung und Kommunikation in der Regel akzeptiert. Nähere Informationen erteilt der zuständige Fachbereich.

Für Veranstaltungen im IBK können Sie **Bildungsurlaub** in Anspruch nehmen.

Hinweise zu Bildungsscheck, Bildungsprämie und Bildungsurlaub

Eine Freistellung nach dem „AWbG NRW“ (Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz), dem sogenannten **Bildungsurlaub**, können Arbeitnehmer in Anspruch nehmen. Sie dienen der beruflichen oder politischen Weiterbildung. Weitere Informationen finden Sie unter: www.bildungsurlaub.de.

Für einige Veranstaltungen kann ein **Bildungsscheck** eingelöst werden. So können Sie bis zu 50 % der Lehrgangskosten ersetzt bekommen, maximal 500 Euro bzw. maximal 2 000 Euro.

Bitte informieren Sie sich unter: www.bildungsscheck.nrw.de und/oder bei der zuständigen Telefonhotline: **0800 2623 000**.

Eine Bildungsprämie kann in Anspruch genommen werden, wenn ein Arbeitnehmer erwerbstätig ist, aber sein maximal zu versteuerndes Einkommen im Jahr bis zu 20.000 Euro beträgt. Bitte informieren Sie sich weiter unter: www.bildungspraemie.info.

Rücktritt und Kündigung des Teilnehmenden

Kann ich die Teilnahme an einem zugesagten Seminarplatz stornieren?

Mit der Bestätigung Ihres Seminarplatzes gehen wir von Ihrer verbindlichen Teilnahme aus. Jede Stornierung ist für uns mit großem organisatorischem Aufwand verbunden. Daher bitten wir Sie nachdrücklich darum, die Absage von Veranstaltungsterminen auf wirklich unvermeidbare Fälle zu beschränken. Wenn Sie feststellen, dass Ihnen eine Teilnahme nicht mehr möglich ist, bitten wir Sie um eine frühzeitige Absage. Hierzu verweisen wir auf unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB des Instituts für Bildung und Kommunikation sowie AGB des Tagungshotels Dunant).

FAQ

Wie sind die Stornobedingungen?

Sie können bis zu zwölf Wochen vor Veranstaltungsbeginn ohne Angabe von Gründen die Anmeldung schriftlich widerrufen und vom Vertrag zurücktreten. Bereits geleistete Zahlungen werden in diesem Fall zurückerstattet. Bei späterem Rücktritt vom Vertrag ist eine gestaffelte Ausfallgebühr zu zahlen. Die Ausfallgebühr entfällt, wenn Sie einen Ersatzteilnehmer benennen oder das Institut für Bildung und Kommunikation den freigewordenen Platz mit einem anderen Interessenten besetzen kann.

Hierzu verweisen wir auf unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB des Instituts für Bildung und Kommunikation sowie AGB des Tagungshotels Dunant).

Wann werden Storno-/Ausfallgebühren berechnet?

Storno-/Ausfallgebühren werden bei allen Absagen, gleich welchen Grundes, in Rechnung gestellt, wenn diese in einem Zeitraum von weniger als zwölf Wochen vor Veranstal-

tungsbeginn erfolgen. Falls Teilnehmer nicht zur Veranstaltung anreisen oder nur Teilbereiche besuchen, ist eine Minderung des Teilnahmebeitrages nicht möglich. Bei ursprünglich kostenfreien Veranstaltungen für Teilnehmer aus dem Kreis des Ehrenamtes wird bei unentschuldigtem Nichtantritt der Veranstaltung der im Programm ausgewiesene Kostensatz den Kreisverbänden in Rechnung gestellt. Diese Regelung gilt nicht für den Alarmierungsfall. Wir verweisen auf un-

sere AGB (AGB des Instituts für Bildung und Kommunikation sowie AGB des Tagungshotels Dunant).

Wie hoch sind die Storno-/Ausfallgebühren?

Bei nicht fristgerechten Absagen werden Ausfallgebühren gestaffelt erhoben:

Stornofristen

- bis 12 Wochen vor Veranstaltungsbeginn: **kostenfrei**
- zwischen 12 und 6 Wochen vor Veranstaltungsbeginn: **20 % des Gesamtbetrages**
- zwischen 6 und 2 Wochen vorher: **40 % des Gesamtbetrages**
- weniger als 2 Wochen vor Veranstaltungsbeginn: **100 % des Gesamtbetrages**

Rücktritt des Instituts für Bildung und Kommunikation

Kann das Institut für Bildung und Kommunikation ein Seminar absagen?

Ja, aus wichtigem Grund (z. B. Ausfall des Dozenten, Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl). Das IBK informiert die angemeldeten Teilnehmer zeitnah.

Seminarorganisation

Wo finden die Seminare statt?

Die Seminare finden in der Regel im Institut für Bildung und Kommunikation, Sperlichstraße 27, 48151 Münster, statt.

Bitte beachten Sie die Hinweise zum Seminarort im Ausschreibungstext und in der Einladung.

Wie/Wo erfolgt die Unterbringung am Seminarort?

Sorgt das Institut für Bildung und Kommunikation für die Unterkunft?

Es besteht die Möglichkeit, im DRK-Tagungshotel Dunant (0251 9739-141) zu übernachten. Dort steht eine begrenzte Anzahl an Zimmern auf Nachfrage zur Verfügung (Übernachtung und Frühstück sowie Halb- und Vollpension).

Die Zimmer sind mit WLAN und TV ausgestattet. Bettwäsche und Handtücher werden vom Hotel gestellt. Falls Sie einen Fön benötigen, bringen Sie diesen bitte mit.

Wen informiere ich, wenn ich ein Seminar absagen muss?

Bitte wenden Sie sich an Ihren Ansprechpartner im zuständigen Fachbereich und ggf. an Ihre Entsendestelle. Die Kontaktdaten Ihres Ansprechpartners finden Sie in diesem Programmheft unter dem Kurzprofil des Fachbereichs.

MwSt. für Hotel- und Gastronomieleistungen

In Einzelfällen müssen wir Mehrwertsteuer für Unterkunft und Verpflegung erheben.

Zielgruppen und Angebote

Sind die Seminare nur für DRK-Mitglieder?

Nein, willkommen sind grundsätzlich alle Teilnehmer, die sich für die Seminarinhalte interessieren und ihre Fähigkeiten weiterentwickeln wollen. Zur verbandsinternen Entwicklung sind einige Angebote jedoch den Mitgliedern des DRK vorbehalten. Orientierung bieten die jeweiligen Seminarbeschreibungen im vorliegenden Programmheft.

Bieten Sie auch Inhouse-Lösungen an?

Ja, nach Absprache und Klärung der Voraussetzungen grundsätzlich gerne. Der Bildungsbedarf Ihres Hauses ist individuell abgestimmt auf die Qualifikation Ihrer Mitarbeiter. Darum bieten wir Ihnen ganz individuelle Lösungen an. Im Vorfeld analysieren wir gemeinsam mit Ihnen den Bedarf Ihres Unternehmens und definieren die Ziele hinsichtlich des gewünschten Lernerfolgs. Die Seminare können bei uns oder in Ihren Geschäftsräumen stattfinden. Selbstverständlich werden Teilnehmerbescheinigungen bzw. Zertifikate ausgestellt.

Gesundheit & Soziales

Sehr geehrte Damen und Herren,

unsere Gesundheit definiert sich nicht allein durch die Abwesenheit von Krankheit, sondern laut Weltgesundheitsorganisation (WHO, 2017) ist Gesundheit einhergehend mit körperlichem, psychischem und sozialem Wohlbefinden.

Der Fachbereich **Gesundheit & Soziales** greift diese Aspekte der Gesundheit in Form von Themen in der Aus-, Fort- und Weiterbildung auf. Angepasst an Ihre Wünsche, soziales Engagement und die aktuellen Trends haben wir ein Bildungsprogramm erstellt, das Ihnen die Möglichkeit bietet, sich in diesem Bereich weiterzuentwickeln, zu professionalisieren, Erfahrungen zu vertiefen oder neue Impulse zu erlangen.

Gerne laden wir Sie ein, an unseren Tagesseminaren und Schulungsangeboten bei uns im Institut für Bildung und Kommunikation teilzunehmen.

Hinweis zum „Bildungsurlaub“

Der Fachbereich **Gesundheit & Soziales** ist eine vom Kultusminister des Landes Nordrhein-Westfalen anerkannte und geförderte Einrichtung der Weiterbildung und steht allen offen, die sich weiterentwickeln möchten. Eine Freistellung nach dem „AWbG NRW“ (Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz), dem

sogenannten Bildungsurlaub, ist für die Bereiche „Gesundheit“ und „Soziales“ möglich. Halten Sie gerne Rücksprache mit uns, bei welchen Kursen der Einsatz eines Bildungschecks möglich ist. Weitere Informationen finden Sie hierzu unter den FAQ (S. 8 ff.)

Informationen und Anmeldung

Anmeldungen richten Sie bitte an:

gesundheit.soziales.bildung@

drk-westfalen.de oder

gsb@drk-westfalen.de

Bei Fragen zu den Themenbereichen:

Gesundheitsprogramme und -förderung, Kommunikationstechniken und Öffentlichkeitsarbeit sowie Senioren wenden Sie sich bitte an:

Frau Elke Schulz (organisatorische Fragen):

0251 9739-191

elke.schulz@drk-westfalen.de

Frau Nadja Maier (inhaltliche Fragen):

0251 9739-229

nadja.maier@drk-westfalen.de

Unsere Bürozeiten

Montag bis Donnerstag 08:00 bis 16:00 Uhr

und Freitag 08:00 bis 13:00 Uhr

Adresse

DRK-Institut für Bildung und Kommunikation
Fachbereich Gesundheit & Soziales
z. H. Frau Elke Schulz
Sperlichstraße 27
48151 Münster

Institutsleitung

Monika van der Beek
0251 9739-187
monika.vanderbeek@drk-westfalen.de

Unterrichtsmaterial

Leitfäden, Arbeitshilfen und Reader werden
zusätzlich berechnet.

Viel Spaß beim Durchblättern unseres Pro-
grammes! Wir freuen uns über Ihre Anmel-
dungen.



Monika van der Beek
Institutsleitung

Inhaltsverzeichnis

Fachbereich 2 – Gesundheit & Soziales



Gesundheit

Gesundheitsprogramme

16

Yoga

| | |
|--|----|
| Weiterbildung zum Yogalehrer | 16 |
| Yoga für die Faszien | 18 |
| Yoga – zur Stabilisierung der Gelenke und der Muskulatur | 20 |
| Sensibilisierung und Wahrnehmung der Sinne | 22 |

Gymnastik

| | |
|---|----|
| Weiterbildung zur Übungsleitung „Gymnastik 55 plus“ | 24 |
| Neue Ideen zur Hocker- und Stuhlgymnastik | 26 |
| Faszien – immer wieder neu | 29 |
| Bewegung bei Arthrose und Gelenkverschleiß | 30 |
| Move & Relax – einfach und beschwingt bewegen | 32 |
| Wassergymnastik „55 plus“ – Neue Ideen zur Steigerung des Wohlbefindens im Wasser | 33 |

Tanzen

| | |
|---|----|
| Bewegung bis ins Alter – Tanzen im Sitzen | 34 |
| Bewegung bis ins Alter – Tanzen | 35 |
| Hinweis: Geselliges Tanzen in Gruppen | 36 |

Gedächtnistraining

| | |
|--|----|
| Weiterbildung zur Übungsleitung „Gedächtnistraining“ | 37 |
| „Unnützes Wissen, Kuriositäten und Klischees“ im Gedächtnistraining | 39 |
| Ganzheitliches Gedächtnistraining für Berufstätige – ein Stundenkonzept | 40 |
| Lockenwickler und Zollstock – Begegnungen in der Seniorenbetreuung gestalten | 41 |
| Denk mit – bleib fit Mit mentalen Purzelbäumen zur Kreativität | 43 |
| Überlegen und bewegen – Indoor und Outdoor | 44 |
| Kriminalpräventives Gedächtnistraining für Senioren – Internetbetrug | 46 |
| Spiele für fitte Gruppen im Ganzheitlichen Gedächtnistraining | 47 |

Gesundheitsförderung

48

| | |
|--|----|
| Fit von Kopf bis Fuß – Ganzheitliches Präventionstraining | 48 |
| Qi Gong – Chang Chou Gong (Übung für ein langes Leben) | 49 |
| Im Stress Schäfchen zählen! – Tipps für einen wohltuenden Schlaf | 50 |
| Feldenkrais zum Kennenlernen und Vertiefen | 52 |
| Aromapflege für Körper und Geist | 54 |
| Denk mit – bleib fit – Mit mentalen Purzelbäumen zur Kreativität | 55 |
| Mit Achtsamkeit erfolgreich für sich und andere sein | 56 |
| Selbstfürsorge mit Klangschalen – Klänge für einen gesunden Ausgleich im Alltag nutzen | 58 |

Soziales

Öffentlichkeitsarbeit

| | |
|---|----|
| Flyer, Website, Pressemitteilungen, Social-Media-Posts & Co – leichter texten für die Verbandsarbeit | 60 |
| Alle statt Jedermann | 61 |

Kommunikationstechniken

| | |
|---|----|
| Nähe und Distanz im Ehrenamt | 62 |
| Kollegiale Beratung für Beruf und Ehrenamt | 63 |
| Argumentieren und präsentieren für Einsteiger | 64 |

Senioren

| | |
|--|----|
| Qualifizierung von Seniorenenerholungsmaßnahmen – Grundlagenseminar für Begleitungen von Seniorenenerholungsmaßnahmen | 65 |
| Qualifizierung von Seniorenenerholungsmaßnahmen – Aufbau-seminar „Freizeitgestaltung in Seniorenenerholungsmaßnahmen“ | 66 |
| Tanzen im Sitzen für Einsteiger | 67 |
| Mit Musik geht alles besser! | 68 |
| Hospizdienst trifft (auf) Demenz | 69 |
| Meinen Rucksack der Resilienz packen – Herausforderungen des Älterwerdens annehmen | 70 |
| Sommerschule 2020 | 72 |
| Lockenwickler und Zollstock – Begegnungen in der Seniorenbetreuung gestalten | 74 |
| „Bewegte Begegnung“ – Psychomotorik als Brücke zu Körper, Welt und Beziehung im Alter | 76 |
| Kriminalpräventives Gedächtnistraining für Senioren – Internetbetrug | 78 |

Drogensuchtbekämpfung & Selbsthilfe

| | |
|--|----|
| Selbsthilfe im DRK in Westfalen-Lippe | 80 |
| Fortbildung für ehrenamtliche Mitarbeiter aus der Drogen- / Suchthilfe | 81 |

Sonstiges / AGB

| | |
|-------------------------|----|
| DRK-Tagungshotel Dunant | 82 |
| AGB des IBK | 84 |
| AGB des Hotels | 86 |
| Anfahrt | 88 |

Lehrgangsnummer

Siehe rechte Seite

Termin

Siehe rechte Seite

Ort

Institut für Bildung und Kommunikation in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung

Weiterbildung

Referentin

Sabine Brandt, DRK-Lehrbeauftragte Yoga

Weiterbildung zum Yogalehrer

Zielgruppe

Menschen, die Kurse „Yoga“ leiten möchten

Inhalte

Das Yoga-Programm im DRK ist eine Einführung in die Asanas-, die Atem- und die Entspannungsübungen des Hatha-Yogas. Es unterstützt die Teilnehmer dabei, Unbeweglichkeit und Verspannungen zu lösen. Konzentration und die Verbindung von Anspannung und Entspannung sowie Bewegung und Ruhe erzeugen die charakteristisch positiven Wirkungen des Hatha-Yogas.

Unsere Weiterbildung zum Yogalehrer erstreckt sich über insgesamt 4 Abschnitte (I – IV), die in den Jahren 2018 – 2020 durchgeführt werden. Bei erfolgreichem Abschluss erhalten die DRK-Teilnehmer einen Lehrschein, externe Teilnehmer erhalten ein Zertifikat.

Die Weiterbildung hat folgende Schwerpunkte:

- Geschichte und Philosophie des Yogas
- Besonderheiten des DRK-Yogas
- Anatomie und Physiologie
- Bedeutung der Atmung
- Aufbau und Wirkung des Asanas
- Sensibilisierung der Sinne
- Inhalt und Aufbau einer Yoga-Stunde
- Führen und Leiten von Gruppen

Teilnahmevoraussetzungen

Der Teilnehmer sollte mindestens 2 Jahre Vorerfahrung als eigener Kurs-Teilnehmer haben.

Es wird empfohlen, ein Kommunikationsseminar in der Ausbildungszeit zu besuchen. Die Kosten hierfür betragen 135,00 € pro Person inkl. Unterkunft und Vollverpflegung.

Nach erfolgreichem Abschluss erhalten die DRK-Teilnehmer

menden einen Lehrschein, externe Teilnehmenden erhalten ein Zertifikat. Zur Lehrscheinverlängerung werden regelmäßig Fortbildungen angeboten. In einem Zeitraum von 3 Jahren müssen 32 Unterrichtsstunden zur Lehrscheinverlängerung durchgeführt werden.

Termine

Fortführung der Weiterbildung aus 2019

| | | |
|-----------------|----------------------------|----------------|
| Lehrgangsnummer | Abschnitt IV | Anmeldeschluss |
| 20023540 | 24.02.2020 – 28.02.2020 | 13.01.2020 |

Neuer Weiterbildungsbeginn 2020

| | | |
|-----------------|----------------------------|----------------|
| Lehrgangsnummer | Abschnitt I | Anmeldeschluss |
| 20103510 | 05.10.2020 – 09.10.2020 | 24.08.2020 |

Die Fortführung der weiteren Ausbildungsabschnitte erfolgt im Frühjahr und Herbst 2021.

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt am Montag um 11:00 Uhr und endet am Freitag gegen 14:00 Uhr.

Kosten

Gesamtkosten für die Weiterbildung: 1.760,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung; die Abschnitte können einzeln gebucht werden.

Kosten pro Abschnitt: 440,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung zzgl. ca 63,00 € einmalige Kosten für den Leitfaden Yoga zu Lehrgangsbeginn

Lehrgangsnummer

20013553

Termin17.01.2020 –
19.01.2020**Ort**Institut für
Bildung und
Kommunikation
in Münster (IBK)**Art der Veranstaltung**

Fortbildung

ReferentinSabine Brandt
DRK-Lehrbeauftragte Yoga

Yoga für die Faszien

Zielgruppe

Ausgebildete Yogalehrer

Inhalte

In dieser Fortbildung wird eine Ausrichtung des Yogas gezeigt, die besonderen Wert auf das muskuläre Bindegewebe – die Faszien – legt. Dieses körperweite Fasernetzwerk hat eine große Bedeutung für unsere Körperhaltung.

- Hintergrundwissen zum Thema Faszien
- Schüttel-, Feder- und Schwungübungen
- Sanft gehaltene und fließende Bewegungen
- Variantenreiche Bewegungsmuster angepasst an den Übenden
- Entspannungsübungen

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt jeweils am Freitag um 17:15 Uhr und endet am Sonntag um 12:30 Uhr.

Anmeldeschluss

06.12.2019

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe
240,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V.
kostenfrei



NEU**Lehrgangsnummer**

20083555

Termin21.08.2020 –
23.08.2020**Ort**Institut für
Bildung und
Kommunikation
in Münster (IBK)**Art der Veranstaltung**

Fortbildung

ReferentinKäthi Rodenbeck, DRK-
Lehrbeauftragte
Yoga

Yoga – zur Stabilisierung der Gelenke und der Muskulatur

Zielgruppe

Ausgebildete Yogalehrer

Inhalte

In dieser Fortbildung werden wir uns hauptsächlich mit den Gelenken und der sie umgebenden Muskulatur befassen, da immer mehr Menschen unter Gelenkbeschwerden leiden.

Durch gezielte Lockerungsübungen aus der Yoga-Praxis sollen die Gelenke beweglich erhalten bleiben und gleichzeitig wird die Gelenkflüssigkeit aktiviert, so dass ein Reiben der Gelenkanteile aufeinander vermieden wird. Dies dient auch zur Erhaltung der Knorpelschicht, mit der die Gelenkteile überzogen sind, da der Knorpel wie ein Stoßdämpfer wirkt und den Druck auf die Knochen abfängt. Die Gelenke werden von Bändern und Muskeln gehalten und auch hier soll die Elastizität gefördert werden, damit die Bänder und Muskeln den täglichen Belastungen standhalten.

Durch den Einsatz von gezielten Übungen in dieser Fortbildung wie Asanas, Atemübungen und Entspannungspausen, werden die Muskeln leistungsfähiger bleiben.

Inhalte

- Anatomie der Gelenke
- Lockerung der Gelenke
- Stabilisierung der Bänder
- Förderung der Elastizität und Förderung der Gelenkflüssigkeit
- Kräftigung der Muskulatur

*Es ist nicht genug zu wissen,
man muß es auch anwenden.*

Es ist nicht genug zu wollen,

man muß es auch tun!

Zitat: Johann Wolfgang von Goethe

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt am Freitag um 15:00 Uhr und endet am Sonntag um 12:30 Uhr.

Anmeldeschluss

10.07.2020

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe

240,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V.
kostenfrei

NEU

Sensibilisierung und Wahrnehmung der Sinne

Zielgruppe

Ausgebildete Yogalehrer

Inhalte

Die klassischen 5 Sinne des Menschen: *Hören, Riechen, Schmecken, Sehen, Tasten*

Dass wir die Wirklichkeit mit den Sinnen unseres Körpers, unseren Gefühlen und Gedanken wahrnehmen, ist uns vertraut, ist selbstverständlich. Dieses Selbstverständliche wird zum Erstaunlichen, wenn wir ihm unsere Aufmerksamkeit schenken. Durch das Vertiefen und Erweitern der Sinne und das Üben der Aufmerksamkeit öffnen sich neue Erfahrungen, zeigt sich ein bewusstes Dasein sowie achtsames Handeln.

Regelmäßige Yogapraxis verfeinert unsere Sinne, denn sind Geist, Körper und Seele in Harmonie, wirkt sich das positiv auf die Sinneserfahrung aus.

Die Sinne machen das Leben erst lebenswert!

Die Fortbildung beinhaltet:

- Konzentrationsübungen für mehr Achtsamkeit und als Schlüssel für positives Denken
- Erfahrung und Wahrnehmung der einzelnen Sinne
- Yoga-Praxis zum Ausgleich und Harmonisieren
- Atemübungen für das innere Gleichgewicht
- Meditation „Die 5 Sinne klären“ und „Nach Innen wenden“
- Entspannungseinheiten

Das Ziel ist es, über die Erfahrung der Sinne diese zu verfeinern, durch den bewussten Umgang mit den Sinnen lernen, diese auch mal zurückzunehmen und darüber eine innere Ruhe zu erreichen. Mit wachen Sinnen die Welt neu entdecken!

Lehrgangsnummer

Siehe rechte Seite

Termin

Siehe rechte Seite

Ort

Institut für Bildung und Kommunikation in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung

Fortbildung

Referentin

Sabine Brandt,
DRK-Lehrbeauftragte
Yogalehrer

Termine

| | | |
|-----------------------------|----------------------------|------------------------------|
| Lehrgangsnummer 20113556 | 06.11.2020 – 08.11.2020 | Anmeldeschluss 25.09.2020 |
|-----------------------------|----------------------------|------------------------------|

| | | |
|-----------------------------|----------------------------|------------------------------|
| Lehrgangsnummer 20113557 | 20.11.2020 – 22.11.2020 | Anmeldeschluss 09.10.2020 |
|-----------------------------|----------------------------|------------------------------|

Seminarzeiten

Die Fortbildung beginnt jeweils am Freitag um 17:15 Uhr und endet jeweils am Sonntag um 12:30 Uhr.

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe 240,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V. kostenfrei



Lehrgangsnummer

Siehe rechte Seite

Termin

Siehe rechte Seite

Ort

Institut für Bildung und Kommunikation in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung

Weiterbildung

Referentinnen

Irene Buttler,
Gussi von Eßen, DRK-
Lehrbeauftragte
Gymnastik

Weiterbildung zur Übungsleitung „Gymnastik 55 plus“

Zielgruppe

Personen, die Kurse „Gymnastik 55 plus“ leiten möchten

Inhalte

Sich ausreichend bewegen – das ist ein Lebensprinzip und keine Frage des Alters. Ein Mangel an Bewegung begünstigt die Entstehung von Alterserscheinungen. Um Beschwerden wie Gangunsicherheit, Bewegungsschmerzen oder Einschränkungen in der Beweglichkeit vorzubeugen, möchten sich viele ältere Menschen unter professioneller Anleitung bewegen. Wenn Sie selbst fit und aktiv sind und Freude an der Bewegungsvermittlung haben und zusätzlich Einfühlungsvermögen gegenüber älteren Menschen mitbringen, dann werden Sie Übungsleitung „Gymnastik 55 plus“. Wir vermitteln Ihnen die notwendigen Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten, um Gymnastikkurse für Teilnehmende ab 55 zu leiten und auf die speziellen Bedürfnisse des Alters souverän eingehen zu können.

Themenschwerpunkte

- Anatomisches und physiologisches Hintergrundwissen
- Übungen aus der Seniorengymnastik
- Einsatz von Übungsgeräten
- Entwicklung von Bewegungsspielen
- Entwicklung von Bewegungsrhythmus
- Methoden zur Vorbereitung und Durchführung von Gruppenstunden
- Besonderheiten der gruppenspezifischen Prozesse in Senioren-Gymnastik-Gruppen

Die Weiterbildung besteht aus insgesamt drei Modulen (Grund-, Aufbau- und Abschlusskurs). Jedes Modul umfasst 40 Unterrichtseinheiten (UE). Die gesamte Weiterbildung hat 120 UE Präsenzzeit und 40 UE Hospitation/Selbsterfahrung. Die Module können auch einzeln gebucht werden.

Nach erfolgreichem Abschluss der drei Module erhalten die DRK-Teilnehmenden einen Lehrschein, externe Teilnehmende erhalten ein Zertifikat zur Weiterbildung. Zur Lehrscheinverlän-

gerung und Qualitätssicherung werden regelmäßig Fortbildungen im Institut für Bildung und Kommunikation angeboten.

Termine

Fortführung der Weiterbildung aus 2019

| | | |
|-----------------|----------------------------|----------------|
| Lehrgangsnummer | Aufbaukurs | Anmeldeschluss |
| 20013620 | 27.01.2020 – 31.02.2020 | 16.12.2019 |
| 20043630 | Abschlusskurs | Anmeldeschluss |
| | 20.04.2020 – 24.04.2020 | 09.03.2020 |

Neuer Weiterbildungsbeginn 2020

| | | |
|-----------------|----------------------------|----------------|
| Lehrgangsnummer | Grundkurs Teil 1 | Anmeldeschluss |
| 20083610 | 14.08.2020 – 16.08.2020 | 03.07.2020 |
| 2008361 | Grundkurs Teil 2 | Anmeldeschluss |
| | 28.08.2020 – 30.08.2020 | 17.07.2020 |
| 20113620 | Aufbaukurs | Anmeldeschluss |
| | 02.11.2020 – 06.11.2020 | 21.09.2020 |

Der Abschlusskurs erfolgt zum Jahresbeginn 2021.

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt jeweils am ersten Tag um 11:00 Uhr und endet jeweils am letzten Tag um 12:30 Uhr.

Teilnahmegebühr

Gesamtkosten für die Weiterbildung: 1.260,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung

Kosten pro Modul: 420,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung
zzgl. 43,00 € einmalige Kosten für den Leitfaden Gymnastik

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V.
kostenfrei

NEU

Neue Ideen zur Hocker- und Stuhlgymnastik

Lehrgangsnummer

20023651

Termin

21.02.2020 –
23.02.2020

Ort

Institut für
Bildung und
Kommunikation
in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung

Fortbildung

Referentin

Gussi von
Eßen, DRK-
Lehrbeauftragte
Gymnastik

Zielgruppe

Ausgebildete Übungsleitungen „Gymnastik 55 plus“

Inhalte

Viele Menschen sind im Alter in ihrer Reaktions- und Konzentrationsfähigkeit und in ihrer Mobilität eingeschränkt. Auch die koordinierenden Fähigkeiten nehmen ab.

In dieser Fortbildung sollen die Fähigkeiten wieder verbessert werden. Es werden neue Bewegungsformen und -techniken, die sich auf dem Stuhl oder auf dem Hocker umsetzen lassen, erlernt und erprobt.

- Erwärmung
- Mobilisation
- Spezieller Fokus auf Halswirbelsäule, Brustwirbelsäule, Schultergürtel und obere Extremität
- „Spaßtraining“: Einsatz von spielerischen und koordinierenden Bewegungsabläufen
- Krafttraining
- Degenerative Veränderungen am Skelett- und Weichteilsystem (Arthrose, Schulter-Arm Syndrom, Rehabilitation nach Prellung, Arthrose der oberen Extremitäten)

Ziele der Fortbildung sind die Mobilisierung der Gelenke, die Kräftigung der insuffizienten Muskulatur, die Verbesserung der Wirbelsäulenaufrichtung und auch die Verbesserung der Koordination, um sich dauerhaft schmerzfrei durch den Alltag bewegen zu können.

Die Reaktionsfähigkeit und die motorische Koordinationsfähigkeit werden verbessert und auch die Möglichkeit, sich zu entspannen nimmt zu. Durch diese neu erlernten Bewegungsmuster wird der Alltag erleichtert und kann wieder dynamisch und mit Freude begangen werden.

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt am Freitag um 16:00 Uhr und endet am Sonntag um 14:00 Uhr.

Anmeldeschluss

10.01.2020

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe

220,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V.
kostenfrei





Faszien – immer wieder neu

Zielgruppe

Ausgebildete Übungsleitungen „Gymnastik 55 plus“

Inhalte

Faszie – was ist das denn? Faszien sind das menschliche kollagene/muskuläre Bindegewebsnetzwerk, welches den ganzen Körper umgibt. Man sagt, der Mensch sei so jung wie sein Bindegewebe. Ein gezieltes Faszientraining erhöht die Belastbarkeit von Sehnen und Bändern, die Muskulatur wird geschmeidiger und dadurch können die Muskeln effektiv eingesetzt werden und so vor Verletzungen schützen.

- Hintergrundwissen zum Thema Faszien
- Trainings-Prinzipien
- Gezielte Übungen zu Dehnung der Muskeln
- Gezielte Übungen zum Muskelaufbau

In dieser Fortbildung werden wir uns diesem spannenden Thema in Theorie und Praxis widmen, sodass der Körper des Menschen insgesamt länger fit und belastbarer bleibt.

Seminarzeiten

Die Fortbildung beginnt am Freitag um 16:00 Uhr und endet am Sonntag um 12:30 Uhr.

Anmeldeschluss

21.02.2020

Teilnahmegebühr

210,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung

Lehrgangsnummer

20043650

Termin

03.04.2020 –
05.04.2020

Ort

Institut für
Bildung und
Kommunikation
in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung

Fortbildung

Referentin

Irene Buttler,
DRK-Lehr-
beauftragte
Gymnastik

Lehrgangsnummer
20053656

Termin
29.05.2020 –
31.05.2020

Ort
Institut für
Bildung und
Kommunikation
in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung
Fortbildung

Referentin
Gussi von
Eßen, DRK-
Lehrbeauftragte
Gymnastik

Bewegung bei Arthrose und Gelenkverschleiß

Zielgruppe

Ausgebildete Übungsleitungen „Gymnastik 55 plus“

Inhalte

Gelenkerkrankungen, Schmerzen und Unbeweglichkeit werden in Gymnastikgruppen für Teilnehmende ab 55 Jahren immer häufiger ein Thema.

Vor diesem Hintergrund liegt der inhaltliche Schwerpunkt dieser Gymnastik-Fortbildung in der Vermittlung von Informationen und praktischen Übungen zu dem Themenkomplex Arthrose und Gelenkverschleiß.

Durch gezielte Übungen, die den Muskel- und Bewegungsapparat aufbauen, können die Teilnehmenden Entlastung und Schmerzlinderung erfahren. Weitere Faktoren, die für ein beschwerdereduziertes Leben nötig sind, werden beleuchtet. Hierzu zählen unter anderem medizinische Aspekte der Arthrose, psychosoziale Faktoren und bestimmte Ernährungsformen. Die gezeigten Bewegungsabfolgen und Übungen lassen sich gut in den Alltag integrieren.

- Arthrose – was ist das? Vermittlung von medizinischem Hintergrundwissen
- Praktische Übungen für den Muskelaufbau
- Praktische Übungen zur Unterstützung des Bewegungsapparates
- Gezielte Übungen für den Knorpelaufbau
- Psychosoziale Faktoren
- Hinweise zu einer passenden Ernährung

Ziel des Kurses ist die Vermittlung von Übungen, die Schmerzen vorbeugen und diese erst gar nicht entstehen lassen. Auch die Reduzierung und Linderung von Schmerzen wird durch spezielle Übungen erreicht.

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt am Freitag um 16:00 Uhr und endet am Sonntag 14:00 Uhr.

Anmeldeschluss

17.04.2020

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtlich / Externe

220,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V.
kostenfrei



NEU**Lehrgangsnummer**

20103657

Termin02.10.2020 –
04.10.2020**Ort**Institut für
Bildung und
Kommunikation
in Münster (IBK)**Art der Veranstaltung**

Fortbildung

ReferentinMarie Ohlig-
Aschendorf,
DRK-Lehr-
beauftragte
Gymnastik

Move & Relax – Einfach und beschwingt bewegen

Zielgruppe

Ausgebildete Übungsleitungen „Gymnastik 55 plus“

Inhalte

Wenn wir unseren Körper bewegen, beginnt über das Ausprobieren und Üben ein komplexer Körperprozess der Selbstregulation und Selbstorganisation, der unsere „Form“ ständig verändert.

In dieser praxisorientierten Fortbildung werden dynamische Übungen mit entspannenden Einheiten kombiniert. Die eigene Bewegung und Entspannung bewusst zu erleben und sich über die Körperwahrnehmung auszutauschen, bringt Einklang von Körper und Geist.

Sie erfahren Bewegung – selbst einfachste Übungen – als Gesundheitsressource. Sie erkennen die Bedeutung von „Flows“ (Bewegungsverbindungen) und elastischen Reizen, um den Körper in jeder Lebensphase zu fordern, ohne zu überfordern.

Im Praxisteil erlernen Sie, wie mobilisierende und kräftigende Übungen im dynamischen Wechselspiel miteinander harmonisieren und einen abwechslungsreichen Stundenaufbau ermöglichen.

Seminarzeiten

Die Fortbildung beginnt am Freitag um 16:00 Uhr und endet am Sonntag um 12:30 Uhr.

Anmeldeschluss

21.08.2020

Teilnahmegebühr

210,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung

Wassergymnastik „55 plus“ – Neue Ideen zur Steigerung des Wohlbefindens im Wasser

Zielgruppe

Ausgebildete Übungsleitungen „Gymnastik 55 plus“

Inhalte

Der Alltag ist anstrengend, man kann nicht gut entspannen – wer kennt das nicht? In diesem Seminar kann man Verbesserungen des Wohlbefindens durch den Einsatz von Watsu erzielen. Watsu (Shiatsu im Wasser) ist eine hydrotherapeutische Anwendung, in der bestimmte Bewegungsabläufe aus dem Shiatsu im Wasser durchgeführt werden.

Es entspannt und lockert den Körper auf leichte und nachhaltige Weise. Die Muskeln werden durch sanftes Dehnen und Strecken, Massagen sowie Mobilisation aller Gelenke entspannt. Die Beweglichkeit wird verbessert und der Bewegungsradius der Gelenke erweitert. Gerade für Menschen mit Rückenproblemen ist Watsu eine schöne Entspannungsmethode.

Schwerpunkte:

- Verschleißerkrankung (Arthrose), insbesondere Hüft- und Kniegelenk, theoretischer Input
- Thema Wirbelsäule: Wirbelsäulensyndrom, Wirbelsäulenstabilisierung (segmentale Stabilisation)
- Haltungsschwäche
- Muskelschwäche – Stärkung der Tiefenmuskulatur
- Einsatz von Handgeräten (z .B. der Poolnoodle) zum Muskeltraining
- Entspannen durch Watsu

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt am Freitag um 16:00 Uhr und endet am Sonntag um 12:30 Uhr.

Anmeldeschluss

25.10.2020

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe

275,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V.
kostenfrei

Lehrgangsnnummer
20113673

Termin
06.11.2020 –
08.11.2020

Ort
Bad Rothenfelde, Hotel Noltmann-Peters

Art der Veranstaltung
Fortbildung

Referentin
Gussi von Eßen, DRK-Lehrbeauftragte
Gymnastik

NEU

Bewegung bis ins Alter – Tanzen im Sitzen

Lehrgangsnummer

20043844

Termin04.04.2020 –
05.04.2020**Ort**Institut für
Bildung und
Kommunikation
in Münster (IBK)**Art der Veranstaltung**

Fortbildung

ReferentinWalburga
Roggel,
DRK-Übungs-
leitung Tanzen**Zielgruppe**

Ausgebildete Übungsleitungen, die „Tanzkurse“ leiten

Inhalte

Tanzen im Sitzen (= TiS) ist eine von vielen Tanzformen, die auf die Bedürfnisse älterer Menschen abgestimmt ist. Die Grenze zur rhythmischen Gymnastik auf dem Stuhl ist fließend.

Aus Rhythmus und Choreografie werden immer wieder neue Tänze gestaltet. Durch die Vielseitigkeit der Musik wird jede Tanzstunde immer wieder neu belebt. Tänze mit Handgeräten sind beliebt und aktivieren gleichzeitig die Bewegungsfreude. Konzentrations- und Reaktionsfähigkeiten werden durch Tänze im Sitzen verbessert.

Das gemeinsame Miteinander und die Freude an Tanz und Musik bereichern uns im Alltag und lassen die Seele lächeln.

- Tänze von der Bel Ami
- Der Einsatz verschiedener Handgeräte
- Aufbau eines Stundenbildes
- Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt am Samstag um 11:00 Uhr und endet am Sonntag um 12:30 Uhr.

Anmeldeschluss

21.02.2020

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe

150,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V.
kostenfrei**Sonstiges**

In dieser FB wird mit der Tanz-CD Bel Ami gearbeitet. Die CD kann kostenpflichtig über die Referentin erworben werden. Weitere Informationen erhalten Sie in Ihrem Einladungsschreiben oder bei Nadja Maier unter 0251 9739-229.

Bewegung bis ins Alter – Tanzen

Zielgruppe

Ausgebildete Übungsleitungen „Gymnastik 55 plus“

Inhalte

Ziel dieser Fortbildung ist das Erlernen neuer Tänze, Figuren und Schrittfolgen. In jährlich wechselnden Programmen werden Mixer, Round-, Square- und Line Dances, Kontratänze und Formen aus dem Gesellschaftstanz vermittelt. Zum Programm gehören auch Folklore- und Kreistänze. Ebenso werden methodische Fähigkeiten der Tanzvermittlung in Theorie und Praxis vertieft. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch. Es werden Lösungsmöglichkeiten für Probleme besprochen und Kontakte gepflegt. Die Tanzfreude wird dabei nicht zu kurz kommen.

Termine

| | | |
|-----------------|----------------------------|------------------------------|
| Lehrgangsnummer | | Anmeldeschluss |
| 20053841 | 08.05.2020 – 10.05.2020 | 27.03.2020 |
| 20103843 | 09.10.2020 – 11.10.2020 | Anmeldeschluss 28.08.2020 |

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt am Freitag um 15:00 Uhr und endet am Sonntag gegen 14:00 Uhr.

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe
220,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V.
kostenfrei

Lehrgangsnummer

Siehe links

Termin

Siehe links

Ort

Institut für Bildung und Kommunikation in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung

Fortbildung

Referentin

Gabi Naguschewski,
DRK-Lehrbeauftragte
Tanzen



Hinweis zur Ausbildung

Geselliges Tanzen in Gruppen

Nähere Informationen zur Ausbildung Übungsleitung „Geselliges Tanzen in Gruppen“ erhalten Sie bei Nadja Maier, Telefon: 0251 9739-229.

Der Tanzen-Lehrgang besteht aus einem Grund-, Aufbau- und Abschlusslehrgang und umfasst 120 Unterrichtsstunden.

Inhalte:

Rhythmische Bewegung zur Musik bieten Ausgleich, Entspannung und Wohlbefinden. In diesem Kurs lernen Sie alte und neue Tänze in ungezwungenem Zusammensein kennen und sind nach erfolgreicher Teilnahme anschließend in der Lage, Angebote „Geselliges Tanzen“ zielgruppengerecht durchzuführen.



Weiterbildung zur Übungsleitung „Gedächtnistraining“

Zielgruppe

Personen, die Kurse Gedächtnistraining leiten möchten

Inhalte

Regelmäßiges Gedächtnis- und Konzentrationstraining trägt zu einer Steigerung der Gehirnleistung und der Lebensqualität bei. Der Bedarf an qualifizierten Trainern steigt mit der zunehmenden Zahl älterer Menschen und wachsendem Bewusstsein über die Vorteile eines guten Gedächtnisses sowie der Beherrschung von Merk- und Konzentrationstechniken in Alltag, Schule, Studium und Beruf.

Die Ausbildung zum Gedächtnistrainer umfasst drei Abschnitte à fünf Tage, die möglichst zusammenhängend besucht werden sollten. Die Ausbildung umfasst insgesamt 120 Unterrichtsstunden.

- Vermittlung des ganzheitlichen Ansatzes im Gedächtnistraining in Theorie und Praxis
- Grundlagen der Gehirnfunktionen und des Gedächtnisses: Aspekte des Lernens
- Mnemotechniken und weitere integrative Bestandteile des ganzheitlichen Gedächtnistrainings
- Aspekte der Gerontologie
- Methodik und Didaktik für Gedächtnistrainingsgruppen unter Berücksichtigung verschiedener Zielgruppen
- Selbsterfahren und Erleben der Methode
- Auswahl der passenden Trainingsziele für die Gruppe

Wichtiger Hinweis

Die nächste Weiterbildung im Gedächtnistraining startet im **1. Quartal 2021**. Nähere Informationen erhalten Sie **ab Juli 2020 bei Nadja Maier, Telefon: 0251 9739-229**.

Ort

Institut für Bildung und Kommunikation in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung

Ausbildung

Referentin

Margaretha Hunfeld, Ausbildungsreferentin des Bundesverbandes Gedächtnistraining e. V., zertifizierte Trainerin IHK, Hannover

Methoden

Referat, Unterrichtsgespräch, Kleingruppenarbeit, Übungen
Nach erfolgreichem Abschluss erhalten die DRK-Teilnehmer einen Lehrschein, externe Teilnehmer erhalten ein Zertifikat.

Seminarzeiten

Die Weiterbildung beginnt jeweils montags um 11:00 Uhr und endet freitags gegen 14:00 Uhr.

Sonstiges

Die Ausbildung erfolgt in Kooperation mit dem Bundesverband Gedächtnistraining e.V. (BVGT e.V.)

Teilnahmegebühr

Kosten 495,00 € pro Bildungswoche inkl. Unterkunft und Verpflegung im Tagungshotel Dunant.

zzgl. ca. 60,00 € Unterrichtsmaterial pro Ausbildungsabschnitt an den Bundesverband Gedächtnistraining e.V. (BVGT e.V.)

NEU

„Unnützes Wissen, Kuriositäten und Klischees“ im Gedächtnistraining

Zielgruppe

Ausgebildete Übungsleitungen im Gedächtnistraining, Ergotherapeuten, Mitarbeiter in der Seniorenarbeit sowie Lehrer und Interessierte

Inhalte

Übungsleitungen im Gedächtnistraining greifen gern zu Informationen aus „Was so nicht im Brockhaus steht“ oder Büchern wie „Unnützes Wissen“.

Die Fortbildung zielt darauf ab, ungewöhnliche Themen im Gedächtnistraining aufzugreifen:

- Wie entstehen Vorurteile und Klischees?
- Neue Wahrnehmungsübungen: Wie uns unsere Sinne täuschen können; optisch, akustisch und geschmacklich
- Der Diderot-Effekt: Was passieren kann, wenn die neue Blumenvase nicht zu den Möbeln passt ...
- Neue Übungen zu „unnützem“ Wissen

Die vorgestellten Methoden regen zum Nachdenken und Überprüfen an und machen es erforderlich, eigene Standpunkte zu überdenken. Angesprochen werden Trainingsbereiche wie Urteilsfähigkeit, Denkflexibilität, Kreativität und Fantasie sowie Wahrnehmung.

Durch den Besuch dieser Fortbildung wird Ihr Zertifikat verlängert.

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt Freitag um 15:00 Uhr und endet am Sonntag um 12:30 Uhr.

Anmeldeschluss

06.03.2020

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe

300,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V. kostenfrei

Lehrgangsnummer
20043746

Termin
17.04.2020 –
20.04.2020

Ort
Institut für
Bildung und
Kommunikation
in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung
Fortbildung

Referentin
Margaretha
Hunfeld,
Ausbildungs-
referentin des
Bundesverbandes
Gedächtnistraining e.
V., zertifizierte
Trainerin IHK,
Hannover

NEU

Ganzheitliches Gedächtnistraining für Berufstätige – ein Stundenkonzept

Lehrgangsnummer

20053749

Termin

15.05.2020 –
17.05.2020

Ort

Institut für
Bildung und
Kommunikation
in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung

Seminar

Referentin

Dr. Michaela
Waldschütz, Di-
plom Biologin,
Ausbildungs-
referentin des
BVGT e.V.

Zielgruppe

Ausgebildete Übungsleitungen im Gedächtnistraining, die mit Berufstätigen arbeiten möchten und noch keine oder wenig Erfahrung mit dieser Zielgruppe haben

Inhalte

In diesem Seminar lernen die Teilnehmenden ein Übungsangebot für Berufstätige kennen. Theorie und Praxis gehen hierbei Hand in Hand. Ein Programmvorschlag für sechs Einheiten à 90 Minuten wird vorgestellt, wobei jede der sechs Einheiten theoretische Aspekte und praktische Übungen umfasst.

- Speichersysteme des Gehirns
- Mnemotechniken
- Lernstile
- Einzeltraining

Ziel des Seminars

In dieser Fortbildung wird ein Gerüst vermittelt, das es den Teilnehmern erlaubt, Gedächtnistraining in dieser anspruchsvollen Zielgruppe durchzuführen.

Durch den Besuch dieser Fortbildung wird Ihr Zertifikat verlängert.

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt Freitag um 15:00 Uhr und endet am Sonntag um 12:30 Uhr.

Anmeldeschluss

03.04.2020

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe
300,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V.
kostenfrei

Lockenwickler und Zollstock – Begegnungen in der Seniorenbetreuung gestalten

Zielgruppe

Ausgebildete Gedächtnistrainer, Haupt- und Ehrenamtliche aus sozialen Kontexten, die sich für und mit älteren Menschen engagieren, Pflege(fach)kräfte, Betreuungsassistenten und Ergotherapeuten sowie alle Interessierten

Inhalte

Alltagsgegenstände aus früheren Zeiten sind häufig Türöffner für das Heute. Die gezielte Auswahl und geschickte Präsentation solcher Gegenstände eröffnet eine Fülle von persönlichen Erinnerungen. Oft lernen wir bei solchen Gelegenheiten die älteren Menschen neu kennen. Diesen Zugang möchten wir für neue Impulse nutzen. Auf der Grundlage des Ganzheitlichen Gedächtnistrainings und der Marte-Meo®-Methode vermitteln wir in diesem Seminar vielfältige Ideen für die Arbeit mit Menschen mit Demenz und leichten kognitiven Einschränkungen.

- Zielgruppengerechte thematische Stundenbilder
- Alltägliche Materialien für die Arbeit – Vorstellung und Ideensammlung
- Bewegtes Gedächtnistraining
- Der biografische Ansatz – Vertiefung
- Methode: die gestaltete Mitte
- Wie schaffe ich eine schöne Gruppenatmosphäre?
- Die eigenen Kräfte stärken – Kommunikation mit Menschen mit Demenz
- Vorstellung der Marte-Meo®-Methode mit Filmbeispielen
- Austausch und kollegiale Beratung
- Reflexion des beruflichen Handelns durch Übungen

Sonstiges

Das Seminar dient **nicht** der Zertifikatsverlängerung.
Das Seminar umfasst 16 Unterrichtsstunden.

Lehrgangsnummer
20093757

Termin
04.09.2020 –
05.09.2020

Ort
Institut für
Bildung und
Kommunikation
in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung
Fortbildung/
Seminar

Referentinnen
Cordula Bolz,
Diplomsozialgerontologin,
Marte-Meo®-
Therapeutin,
Margaretha
Hunfeld, Ausbildungsreferentin
des BVGT e.
V., zertifizierte
Trainerin IHK,
Marte-Meo®-
Practitioner

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt am Freitag um 10:00 Uhr und endet am Samstag um 16:00 Uhr.

Anmeldeschluss

24.07.2020

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe

170,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V.
kostenfrei

Denk mit – bleib fit Mit mentalen Purzelbäumen zur Kreativität

Zielgruppe

Für alle Übungsleitungen aus dem Bewegungsbereich und dem Gedächtnistraining und alle, die mit Senioren in Einzelarbeit oder in Gruppen arbeiten sowie alle Interessierten

Inhalte

Ob als Gruppenleitung oder im Alltag – neue Ideen und Variationen von kreativer Beschäftigung sind immer gefragt und werden von den Teilnehmenden gern angenommen. In dieser Fortbildung geht es darum, das Übungsrepertoire im Bewegungsbereich und im Gedächtnistraining miteinander zu kombinieren und zu erweitern. Es werden Übungen durchgeführt, die verschiedene Schwierigkeitsgrade darstellen und es wird aufgezeigt, wie diese, je nach Zielgruppe, variiert werden können.

Kreative Wortspiele, verrückte Merkspiele, phantasievolle Assoziationsübungen und Bewegungsspiele werden ausprobiert und erlernt. Sie vermitteln den Teilnehmenden Freude, zaubern ihnen ein Lächeln auf das Gesicht. Das Gehirn wird aktiviert und durch die unterschiedlichen Bewegungsabfolgen werden die verschiedenen Gehirnnareale miteinander verknüpft und erhöhen die Gedächtnisleistung, die Beweglichkeit und die Koordinationsfähigkeit des Einzelnen.

Mit Leichtigkeit werden die Teilnehmenden zum kreativen und aktiven Training inspiriert.

Hinweis: Die Tagesveranstaltung dient nicht der Zertifikatsverlängerung durch den Bundesverband Gedächtnistraining e.V.

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe

85,00 € inkl. Verpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V. kostenfrei

Sonstiges

Die Tagesveranstaltung ist geeignet als Fortbildung für Betreuungsassistenten, Alltagsbegleiter und zusätzliche Betreuungskräfte nach Landesrecht NRW (SGB XI §43b und §53c, vormals §87b) und umfasst 8 Unterrichtseinheiten (UE).

Lehrgangsnummer
20093758

Termin
15.09.2020

Ort
Institut für Bildung und Kommunikation in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung
Seminar

Referentin
Monika Volkmann-Lüttgen, Gedächtnistrainerin BVGT, Übungsleiterin B-Lizenz und TouchLife® Massage

Seminarzeiten
Das Seminar beginnt am Dienstag um 09:30 Uhr und endet am Dienstag um 16:30 Uhr.

Anmeldeschluss
04.08.2020

NEU

Überlegen und bewegen – Indoor und Outdoor

Lehrgangsnummer
20093759

Termin
25.09.2020 –
26.09.2020

Ort
Institut für
Bildung und
Kommunikation
in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung
Fortbildung

Referentin
Gabriele Gill,
Ausbildungs-
referentin des
BVGT e.V.,
DTB-Kursleiterin
Bewegung
bei Demenz,
Pilgerbegleiterin

Zielgruppe

Ausgebildete Übungsleitungen im Gedächtnistraining

Inhalte

Bewegen macht stark. Überlegen und Bewegen machen doppelt stark – körperlich und geistig. Überlegen und Bewegen gehören zusammen, denn die Steuerung unserer Bewegungen gehen vom Gehirn aus und auch umgekehrt beeinflusst Bewegung unsere Hirnleistung. Durch bestimmte Bewegungsübungen werden die beiden Gehirnhälften besser vernetzt. Sie erhöhen Konzentration, schulen den Orientierungssinn und die Wahrnehmung, verbessern die Beweglichkeit und Reaktionsgeschwindigkeit, fördern die Gruppendynamik und machen auch noch Spaß.

Bewegung versorgt das Gehirn mit mehr Sauerstoff und vielen Nährstoffen und erhöht somit unsere Denkleistung.

In diesem Seminar werden Bewegungsübungen mit kognitiven Aufgaben verknüpft. Es werden Übungen für drinnen und draußen vorgestellt

- Zusammenhang Bewegung – Gehirn
- Übungen mit dem Ball
- Übungen mit Zahlen
- Übungen für den Orientierungssinn
- Übungen für Reaktion und Gleichgewicht
- Übungen unter freiem Himmel
- Kognitive Aufgaben für einen Denkspaziergang
- Zirkeltraining

Durch den Besuch dieser Fortbildung wird Ihr Zertifikat verlängert. Die Fortbildung umfasst 12 Unterrichtseinheiten (UE).

Sonstiges

Bitte dem Wetter angepasste Kleidung mitbringen, da ein Teil der Fortbildung im Freien stattfindet.

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt am Freitag um 14:00 Uhr und endet am Samstag um 12:30 Uhr.

Anmeldeschluss

14.08.2020

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe
170,00 € inkl. Verpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V.
kostenfrei



NEU**Lehrgangsnummer**

20113325

Termin

05.11.2020

Ort

Institut für
Bildung und
Kommunikation
in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung

Seminar

Referent

Manfred Nöger,
Fachreferent
des Bundesverbandes
Gedächtnistraining
(BVGT e.V.)

Kriminalpräventives Gedächtnistraining für Senioren – Internetbetrug

Zielgruppe

Haupt- und Ehrenamtliche aus sozialen Kontexten, die sich für ältere Personen engagieren und Gruppen leiten sowie alle Interessierten

Inhalte

s. Seite 78

Sonstiges

Das Seminar ist geeignet als Fortbildung für Betreuungsassistenten, zusätzliche Betreuungskräfte und Alltagsbegleiter nach Landesrecht NRW (SGB XI §43b und §53c, vormals §87b SGB XI) und umfasst 8 Unterrichtsstunden.

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt am Donnerstag um 09:30 Uhr und endet am Donnerstag um 16:30 Uhr.

Anmeldeschluss

24.09.2020

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe
85,00 € inkl. Tagesverpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V.
kostenfrei

Spiele für fitte Gruppen im Ganzheitlichen Gedächtnistraining

Zielgruppe

Ausgebildete Übungsleitungen im Gedächtnistraining

Inhalte

In diesem Seminar lernen die Teilnehmenden verschiedene Spiele kennen, die auch ausprobiert werden:

- Kaufspiele
- Spiele ohne Materialbedarf
- Zuordnen von Trainingszielen des ganzheitlichen Gedächtnistrainings

Wichtiger Hinweis: Die Fortbildung ist gedacht für Übungsleitungen im Gedächtnistraining, die Spiele für die Arbeit mit Menschen ohne kognitive Einschränkungen einsetzen möchten. Durch den Besuch dieser Fortbildung wird Ihr Zertifikat verlängert.

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt Samstag um 10:30 Uhr und endet am Sonntag um 12:30 Uhr.

Anmeldeschluss

02.10.2019

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe
170,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V.
kostenfrei

NEU

Fit von Kopf bis Fuß - Ganzheitliches Präventionstraining

Lehrgangsnummer
20023934

Termin
14.02.2020 –
16.02.2020

Ort
Institut für
Bildung und
Kommunikation
in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung
Seminar

Referentin
Monika Volk-
mann-Lüttgen,
Gedächtnis-
trainerin BVGT,
Übungsleiterin
B-Lizenz und
TouchLife®
Massage

Zielgruppe

Haupt-, Neben- und Ehrenamtliche, die in sozialen Kontexten tätig sind, alle Übungsleitungen, die mit Gruppen arbeiten sowie alle Interessierten

Inhalte

Was hat ein ABC-Spiel mit Bewegungstraining, Gymnastik und Stressbewältigung zu tun?

Alles miteinander kombiniert, trainiert nicht nur den Körper, sondern auch den Geist und lässt uns unsere innere Ruhe finden. Was liegt da näher, als diese Wohlfühlprogramme zu verbinden, um die grauen Zellen in Schwung zu bringen! So verbessern wir unsere Konzentration, Koordination und Flexibilität. Wir denken beim Bewegen und bewegen uns beim Denken. Kurzum ein Übungscocktail für den ganzen Körper:

- Übungen für Schulter-Nacken
- Bewegliche Hüften
- Stärkung der Bauch- und Rückenmuskulatur
- Spielerisches für Körper und Geist
- Kurzentspannungsideen
- Zirkeltraining einmal anders

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt am Freitag um 16:00 Uhr und endet am Sonntag um 12:30 Uhr.

Anmeldeschluss

03.01.2020

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe
220,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V.
kostenfrei

Qi Gong – Chang Chou Gong (Übung für ein langes Leben)

Zielgruppe

Personen, die sich ehren-, neben- und hauptamtlich für und mit älteren Menschen engagieren und/oder Gruppen leiten, alle Interessierten

Inhalte

Diese wunderbare Übungsfolge dient der Stärkung und Kräftigung der Lebensenergie und stammt aus den Shaolin-Klöstern in China. „Qi“ ist der Fluss der Lebensenergie, „Gong“ ist das beharrliche Üben. Die Übungen dienen der Gesunderhaltung und dem Wohlbefinden und verbinden die Kraft von Himmel und Erde im Menschen.

In dieser Übungsfolge lernen Sie, den eigenen Energiefluss zu spüren und auch zu lenken. Spezielle Übungen des Frühlings stärken Leber und Gallenblase. Sie helfen zu entschlacken und Altes loszulassen. Damit öffnet sich innerer und äußerer Raum für Wachstum und Kreativität. Fließende Bewegungsübungen und stille meditative Einheiten wechseln sich an diesem Wochenende ab. So können Sie zur Ruhe kommen, bei sich ankommen, Kraft schöpfen und die eigenen Ressourcen stärken. Die Übungen sind für Anfänger gut geeignet, um einen Einblick in die Ideen und Wirkungsweisen dieser östlichen „Heilgymnastik“ zu bekommen. Die Impulse aus dem Qi Gong lassen sich gut in die Arbeit mit Gruppen integrieren.

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt jeweils am Freitag um 14:00 Uhr und endet jeweils am Sonntag um 12:30 Uhr.

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe
220,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V.
kostenfrei

Lehrgangsnummer
20053931

Termin
08.05.2020 –
10.05.2020

Anmeldeabschluss
27.03.2020

Lehrgangsnummer
20093933

Termin
25.09.2020 –
27.09.2020

Anmeldeabschluss
14.08.2020

Ort
Institut für
Bildung und
Kommunikation
in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung
Seminar

Referentin
Andrea Müllers,
Lehrlogopädin
und ausgebildete Qi-Gong-
Lehrerin

NEU

Im Stress Schäfchen zählen! – Tipps für einen wohltuenden Schlaf

Lehrgangsnummer

20063935

Termin05.06.2020 –
06.06.2020**Ort**Institut für
Bildung und
Kommunikation
in Münster (IBK)**Art der Veranstaltung**

Seminar

Referentin

Marion Rosenfeldt, Entspannungstherapeutin, Teamcoach, individualtherapeutische Beraterin, Supervisorin, NLP - Resonanz® Coach

Zielgruppe

Menschen, die sich ehren-, neben- und hauptamtlich für und mit Menschen engagieren und alle am Thema Interessierten

Inhalte

In diesem Seminar werden Ihnen alltagstaugliche Methoden gezeigt, die Ihnen helfen, zur Ruhe und in einen guten Schlaf zu kommen. Sie erfahren Unterstützung, wie Sie entspannt und kraftvoll in den Tag gelangen. Sie werden Ihre ganz persönliche Methode für sich entdecken, die zu Ihnen passt, um zu relaxen und für sich zu sorgen. Durch einen erholsamen Schlaf werden Sie wieder schwungvoll und motiviert die Aufgaben im Beruf und Alltag wahrnehmen können.

Ein ausgeruhter, ausgeglichener Mensch, der es vermag in sich zu ruhen, ist ein Geschenk.

- Stress und Ärger, nein danke. Sie lernen sich vor negativen Einflüssen zu schützen
- Resilienz – was ist das?
- Endlich gut schlafen und ausruhen
- Alles eine Art der Sichtweise – was trage ich zu meinem Stress oder meiner Unruhe bei?

Ziel ist es, den Teilnehmenden Perspektiven aufzuzeigen, wie sie mit Stress und Ärger umgehen können, wie sie abschalten und Probleme oder anstrengende Situationen ablegen.

Ihre Emotionen unter Kontrolle und Gedanken steuern zu können, ist eine hohe Kunst, die den Teilnehmenden vermittelt wird. Schlafen gehen wird wieder zur erholsamen Freude. Zur Ruhe kommen und das Verarbeiten über Nacht ist des Menschen Urbedürfnis. All dies wird neu entdeckt und etabliert. Die Übungen und Informationen lassen sich gut in die Arbeit mit Einzelpersonen oder in die Arbeit mit Gruppen integrieren.

Seminarzeiten

Die Fortbildung beginnt am Freitag um 10:30 Uhr und endet am Samstag um 12:30 Uhr.

Anmeldeschluss

24.04.2020

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe

150,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V.
kostenfrei



Lehrgangsnummer
20063924

Termin
19.06.2020 –
21.06.2020

Ort
Institut für
Bildung und
Kommunikation
in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung
Seminar

Referentin
Bettina Teichmann
Feldenkrais-Lehrerin,
4-jährige
international
anerkannte
Feldenkrais-
Ausbildung,
Mitglied im
Feldenkrais-
Verband
Deutschland

Feldenkrais zum Kennenlernen und Vertiefen

Zielgruppe

Menschen, die sich ehren-, neben- und hauptamtlich für und mit Menschen engagieren und alle am Thema Interessierten

Inhalte

Was ist das Besondere an dieser Methode? Was unterscheidet sie von allen anderen? Und wie kann man sich verbessern, ohne Ehrgeiz, ohne Leistungsstress, ohne Geräte?

Anhand ausgewählter Bewegungslektionen im Liegen, Sitzen und Stehen gehen wir diesen Fragen nach.

- Dabei werden Sie sich und Ihren Körper besser kennenlernen.
- Sie lernen, mehr auf sich selbst zu hören, statt auf andere.
- Sie hinterfragen alte Glaubenssätze, was richtige und falsche Bewegungen sind.
- Schädigendes Verhalten erkennen und den eigenen „grünen Bereich“ entdecken.
- Sie verstehen, warum diese Arbeit eigentlich eine Arbeit am Gehirn ist.

Ihre Körperwahrnehmung wird sich verfeinern, die Beweglichkeit und Koordination wird sich verbessern, sodass sich Schmerzen und Verspannungen in Zukunft vermindern oder sogar ganz vermeiden lassen. Sie werden mit einem besseren Körpergefühl nach Hause gehen, begleitet von neuen Ideen und Inspirationen, wie Sie in Zukunft achtsamer mit sich umgehen können.

Das Seminar ist geeignet für alle, die die Feldenkrais-Methode kennen lernen möchten, aber auch schon Erfahrungen mit dieser Methode haben. In diesem Seminar sensibilisieren Sie Ihren Körper für seine Bedürfnisse und lernen, wie Sie damit positiv umgehen können. Die Inhalte des Seminars sind ebenfalls geeignet für alle, die neue Ideen für Ihre Gruppenstunde im Bewegungsbereich benötigen.

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt Freitag um 16:00 Uhr und endet am Sonntag um 12:30 Uhr.

Anmeldeschluss

08.05.2020

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe

220,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V.
kostenfrei

NEU

Aromapflege für Körper und Geist

Lehrgangsnummer
20093936

Termin
09.09.2020

Ort
Institut für
Bildung und
Kommunikation
in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung
Seminar

Referentin
Gabi Senge,
ex. Krankenschwester,
Leitung einer
Palliativstation,
Aromaexpertin

Anmeldeschluss
29.07.2020

Zielgruppe

Haupt-, Neben- und Ehrenamtliche, die mit Gruppen oder Einzelpersonen arbeiten sowie alle Interessierten

Inhalte

Wer kennt das nicht?

Ein wohliger Geruch zieht unbewusst an unserer Nase vorbei und zaubert uns ein Lächeln ins Gesicht, einen kurzen Glücksmoment ins Herz hinein und/oder eine Erinnerung aus dem Gedächtnis hervor.

Das Geheimnis sind ätherische Öle, die Essenzen der Pflanzen. Sie geben uns, bei gezieltem Einsatz im Alltag, Momente der Entspannung und des Wohlbefindens für unseren Geist, unsere Seele und unseren Körper.

Jeder hat die Möglichkeit mit ätherischen Ölen eigenaktiv im ganzheitlichen Sinne Gutes für sich zu tun und dieses Wissen auch einzusetzen für die Arbeit mit Einzelpersonen oder mit Gruppen.

Sie tun sich und anderen Gutes „ganz ohne Rezept“!

- Erlangen von Grundwissen zu ätherischen und fetten Ölen
- geschichtlicher Hintergrund
- Herstellungsarten
- Anwendungsformen
- Vorstellung und Wirkung einiger Öle für den Alltag
- Praktische Übungen:
 - Herstellung und Anwendung eines Handpeelings, Badesalz für zu Hause
 - Erlernen und Durchführung einer Hand-/Unterarmreibung

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt am Mittwoch um 9:30 Uhr und endet am Mittwoch um 17:00 Uhr.

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe

90,00 € inkl. Verpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V.
kostenfrei

NEU

Denk mit – bleib fit – Mit mentalen Purzelbäumen zur Kreativität

Zielgruppe

Für alle Übungsleitungen aus dem Bewegungsbereich und dem Gedächtnistraining und alle, die mit Senioren in Einzelarbeit oder in Gruppen arbeiten sowie alle Interessierten

Inhalte

Ob als Gruppenleitung oder im Alltag – neue Ideen und Variationen von kreativer Beschäftigung sind immer gefragt und werden von den Teilnehmenden gern angenommen. In dieser Fortbildung geht es darum, dass Übungsrepertoire im Bewegungsbereich und im Gedächtnistraining miteinander zu kombinieren und zu erweitern. Es werden Übungen durchgeführt, die verschiedene Schwierigkeitsgrade darstellen und es wird aufgezeigt, wie diese, je nach Zielgruppe, variiert werden können.

Kreative Wortspiele, verrückte Merkspiele, phantasievolle Assoziationsübungen und Bewegungsspiele werden ausprobiert und erlernt. Sie vermitteln den Teilnehmenden Freude zaubern ihnen ein Lächeln auf das Gesicht. Das Gehirn wird aktiviert und durch die unterschiedlichen Bewegungsabfolgen werden die verschiedenen Gehirnnareale miteinander verknüpft und erhöhen die Gedächtnisleistung, die Beweglichkeit und die Koordinationsfähigkeit des Einzelnen.

Mit Leichtigkeit werden die Teilnehmenden zum kreativen und aktiven Training inspiriert.

Hinweis: Die Tagesveranstaltung dient nicht der Zertifikatsverlängerung durch den Bundesverband Gedächtnistraining e.V.

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe

85,00 € inkl. Verpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V. kostenfrei

Sonstiges

Die Tagesveranstaltung ist geeignet als Fortbildung für Betreuungsassistenten, Alltagsbegleiter und zusätzliche Betreuungskräfte nach Landesrecht NRW (SGB XI §43b und §53c, vormals §87b) und umfasst 8 Unterrichtseinheiten (UE).

Lehrgangsnummer
20093758

Termin
15.09.2020

Ort
Institut für Bildung und Kommunikation in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung
Seminar

Referentin
Monika Volkmann-Lüttgen, Gedächtnistrainerin BVGT, Übungsleiterin B-Lizenz und TouchLife® Massage

Seminarzeiten
Das Seminar beginnt am Dienstag um 09:30 Uhr und endet am Dienstag um 16:30 Uhr.

Anmeldeschluss
04.08.2020

NEU

Mit Achtsamkeit erfolgreich für sich und andere sein

Lehrgangsnummer

20113934

Termin06.11.2020 –
08.11.2020**Ort**Institut für
Bildung und
Kommunikation
in Münster (IBK)**Art der Veranstaltung**

Seminar

ReferentinKristina Frönd,
Diplom Pädagogin,
Schulsozialpädagogin,
Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin,
Gruppentherapeutin**Zielgruppe**

Menschen, die sich ehren-, neben- und hauptamtlich für und mit Menschen engagieren und alle am Thema Interessierten

Inhalte

Bewusstes und achtsames Wahrnehmen, Fühlen, Denken und Handeln sind der stärkste Katalysator für produktives Handeln. Achtsamkeit führt zu einer fokussierten und entspannten Präsenz mit einem offenen, vorurteilsfreien Blick. Sie hilft Ihnen, sich von einseitigen Konzepten und Vorstellungen zu lösen und im Miteinander erfolgreicher zu agieren. Machen Sie Ihr Leben, sei es beruflich oder privat, leichter und damit erfolgreicher.

- Achtsame Kommunikation
- Wege zu mehr Selbstakzeptanz
- Analyse individueller Stressmuster und Erarbeitung von Lösungsstrategien
- Vorstellung „Inneres Team“
- Erkennen eigener negativer Gedankenmuster und Kognitive Umstrukturierung
- Entspannungsübungen (Body Scan, Atemübungen, Tiefenentspannung, progressive Muskelentspannung ...)
- Genusstraining
- Praktische Anleitungen für mehr Lebensglück im Alltag

Ziel des Seminars

Sie bekommen ein klares Verständnis von Achtsamkeit und lernen verschiedene Methoden kennen, wie Achtsamkeit trainiert werden kann. In praktischen Übungen erfahren Sie, was Achtsamkeit in der Aktion – im alltäglichen Tun – bewirken kann. Das Training unterstützt Sie dabei, mit Achtsamkeit neue Sichtweisen und erweiterte Handlungsoptionen zu entdecken. Hier finden Sie Ihren eigenen Zugang zu mehr Achtsamkeit im Alltag und gewinnen dadurch mehr Freude und Zufriedenheit im Leben. Die erlernten Inhalte lassen sich gut in die Arbeit mit Gruppen integrieren.

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt am Freitag um 16:00 Uhr und endet am 12:30 Uhr.

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe

220,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V.
kostenfrei



NEU

Lehrgangsnummer
20113928

Termin
27.11.2020 –
29.11.2020

Ort
Institut für
Bildung und
Kommunikation
in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung
Seminar

Referentin
Heike Rönne-
bäumer,
Klangpädagogin nach Peter
Hess, Erzieherin, ILP-Coach
(Integrierte Lösungsorientierte
Psychologie), i.A.
Bachelor, Sc.
Komplementäre
Methoden

Anmeldeschluss
16.10.2020

Selbstfürsorge mit Klangscha- len – Klänge für einen gesunden Ausgleich im Alltag nutzen

Zielgruppe

Haupt-, Neben- und Ehrenamtliche, die mit Gruppen oder Einzelpersonen arbeiten sowie alle Interessierten

Inhalte

Sie möchten eine Klangscha-
le zur Entspannung und Gesund-
heitsförderung für sich selbst und für andere im Alltag nutzen?
Hier können Sie Klänge erfahren, entspannen, Wohlfühl spü-
ren und die Klangscha-
len selbst anwenden. Während Sie in den
angeleiteten Übungen und Entspannungsphasen selbst ent-
spannen, vermittelt dieser Workshop ebenso erste Kenntnisse
über die Anwendung und Wirkung von Klängen zur Förderung
Ihrer Gesundheit. Häufig kann der Einsatz von Klängen die „klei-
nen Störenfriede“ im Alltag, wie z.B. muskuläre Verspannungen,
Bauch- und Unterleibsbeschwerden, Gedankenkreise u.v.m.,
sehr positiv beeinflussen. Klänge können mit ihren Schwingun-
gen auf mentaler und physischer Ebene hilfreich unterstützen,
um sich zum Beispiel zu regenerieren, zu entspannen oder um
muskuläre Lockerung zu erfahren. Sie lernen praktische Klang-
übungen zur Selbstanwendung. Sie üben die Handhabung und
das richtige Anklingen der Klangscha-
len. Ebenso werden kleine
Hilfsmittel zur Erleichterung der Eigenanwendung vorgestellt.
Die erlernten Klangübungen können Sie jeder Zeit ganz indivi-
duell zur Selbstfürsorge in Ihren Alltag integrieren, um so einen
gesunden Ausgleich und innere Balance zu erfahren. Ebenso
lassen sich diese Übungen in Ihre Gruppenstunden integrieren
oder in die Arbeit mit Einzelpersonen einsetzen.

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt am Freitag um 16:00 Uhr und endet am
Sonntag um 12:30 Uhr.

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe
220,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung
DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V.
kostenfrei



Lehrgangsnummer
20023219

Termin
05.02.2020

Ort
Institut für
Bildung und
Kommunikation
in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung
Workshop

Referentin
Dr. Eva-
Maria Lerche,
Schreibcoachin
für wissen-
schaftliches,
berufliches
und kreatives
Schreiben,
Systemische
Coachin,
Schreibdidakti-
kerin

Flyer, Website, Pressemitteilungen, Social-Media-Posts & Co – leichter texten für die Verbandsarbeit

Zielgruppe

Schreibworkshop für Haupt- und Ehrenamtliche, die Kompetenzen für das Schreiben von Texten für das Marketing erwerben möchten

Inhalte

Wie lassen sich solche Texte mit Leichtigkeit schreiben und die Inhalte so formulieren, dass die Botschaft auch bei Lesern ankommt? Das lernen Sie in diesem Tages-Workshop. Sie arbeiten dabei direkt an ihren eigenen aktuellen Texten, z. B. Berichten über vergangene Veranstaltungen oder Ankündigungen für kommende Veranstaltungen. In den Blick genommen wird immer auch, wie sich das Erlernte in den (beruflichen) Alltag transferieren lässt.

- Schreiben als Handwerk
- Texten für die Öffentlichkeitsarbeit
- Textfeedback geben und annehmen

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt am Mittwoch um 09:30 Uhr und endet am Mittwoch um 16:30 Uhr.

Anmeldeschluss

24.12.2019

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe
120,00 € inkl. Tagesverpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V.
kostenfrei

Alle statt Jedermann

Zielgruppe

Schreibworkshop für Haupt- und Ehrenamtliche, die sich mit gendergerechtem Schreiben auseinandersetzen möchten

Inhalte

Gendergerecht und zugleich verständlich und ansprechend zu schreiben, ist oft gar nicht schwer. Denn neben den offensichtlichen Genderformen wie Bürgerinnen und Bürger, HelferInnen oder Sanitäter*innen gibt es im Deutschen eine ganze Reihe an sprachlichen Mitteln, die dabei helfen, einfach geschlechtsneutral zu formulieren. So können Sie klar und präzise ausdrücken, was Sie sagen möchten, ohne Menschen sprachlich auszuschließen:

„Jeder kann mithelfen – Alle können mithelfen / Ansprechpartner vor Ort – Ihr Kontakt vor Ort / Alle Bewohner des Viertels – Alle Menschen, die im Viertel wohnen / Hausnotrufteilnehmer sind im Notfall nicht allein – Mit dem Hausnotruf sind Sie im Notfall nicht allein.“

In diesem praxisorientierten Workshop erfahren Sie deshalb, wie Sie sinnvoll gendern können und probieren dies gleich an Texten aus Ihrem beruflichen Alltag oder Ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit aus. Und darum geht es konkret:

- Was bedeutet gendergerechte und respektvolle Sprache?
- Welche sprachlichen Möglichkeiten und Tricks gibt es, Texte gendergerecht und gut lesbar zu gestalten?
- Wann bieten sich geschlechtsneutrale Formulierungen an, wann sind Doppelnennungen, wann Sparschreibungen angebracht?
- Welche Sparschreibungen wie Schrägstrich, Binnen- und Genderstern entsprechen den amtlichen Recht Schreibregeln? Welche beziehen auch das 3. Geschlecht ein?
- Wo beginnt gendergerechte Sprache – und wo endet sie?
- Und wann sind Redewendungen und lockere Sprüche nicht mehr witzig, sondern verletzend und diskriminierend?

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt am Donnerstag um 09:30 Uhr und endet am Donnerstag um 16:30 Uhr.

Lehrgangsnummer

20063220

Termin

18.06.2020

Ort

IBK

Art der Veranstaltung

Workshop

Referentin

Dr. Eva-Maria Lerche, Schreibcoachin für wissenschaftliches, berufliches und kreatives Schreiben, Systemische Coachin, Schreibdidaktikerin

Kosten

DRK-Hauptamtliche / Externe 95,00 € inkl. Tagesverpflegung
DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V. kostenfrei

NEU

Nähe und Distanz im Ehrenamt

Lehrgangsnummer

20033218

Termin

05.03.2020

Ort

Institut für Bildung und Kommunikation in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung

Seminar

Referentin

Annette Dellwig, Diplom Sozialpädagogin, Master of Science in Supervision, Mitglied in der Deutschen Gesellschaft für Supervision, u.a. Fortbildungsreferentin

Zielgruppe

Ehrenamtliche Mitarbeiter aus der Seniorenarbeit und der Altenhilfe sowie alle Interessierten

Inhalte

In der ehrenamtlichen Arbeit finden Begegnungen vor dem Hintergrund unterschiedlicher Lebensgeschichten und Kontexte statt. Verschiedene Lebensentwürfe, soziale und religiöse Prägungen und unterschiedliche Zukunftsvorstellungen treffen in Begegnungen aufeinander. Häufig wird, um im Ehrenamt hilfreich tätig sein zu können, eine „Haltung der distanzierten Anteilnahme“ gefordert. Doch wie geht das? Wann ist Nähe und wann ist Distanz das richtige Maß der Dinge?

Der Workshop bietet Ehrenamtlichen an, ihren persönlichen Beziehungsmustern nachzugehen und gemeinsam in der Gruppe hilfreiche Haltungen im Umgang mit dem Thema Nähe und Distanz zu entwickeln. Er vermittelt neben Grundlagen zum Systemischen Denken auch Anregungen zur persönlichen Entwicklung.

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt am Donnerstag um 10:00 Uhr und endet am Donnerstag um 16:30 Uhr.

Anmeldeschluss

23.01.2020

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe
90,00 € inkl. Tagesverpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen–Lippe e.V. kostenfrei

„Kollegiale Beratung“ für Beruf und Ehrenamt

Zielgruppe

Haupt- und Ehrenamtliche in Leitungsfunktion oder/und mit koordinierender Funktion

Inhalte

Im Beruf und in der ehrenamtlichen Arbeit geraten wir immer wieder in schwierige und festgefahrene Situationen. Oftmals wünschen wir uns dann einen vertrauensvollen Austausch mit Anderen, um das Ganze „mal in Ruhe von allen Seiten beleuchten zu können“. Die Sicht von außen unterstützt uns tatsächlich beim Wechsel der Perspektive und erleichtert uns die Suche nach neuen Lösungswegen.

Mit der Methode der „Kollegiale Beratung“ können konkrete Probleme des Berufsalltags und der ehrenamtlichen Arbeit in einer Gruppe besprochen und gemeinsam tragfähige Lösungen entwickelt werden. Gleichgestellte beraten sich gegenseitig zu eigenen Fällen aus der beruflichen oder ehrenamtlichen Tätigkeit – nach feststehenden Regeln und mit einem strukturierten Ablauf. Die Methode ist schnell und einfach zu handhaben und gut ohne dauerhafte professionelle Unterstützung eigenverantwortlich in einer Gruppe einsetzbar.

Im Seminar lernen Sie die Methode der „Kollegiale Beratung“ in Theorie und Praxis kennen und erfahren, wie Sie sie wirkungsvoll einsetzen können. Bitte bringen Sie möglichst eigene Fragestellungen und Praxisfälle mit.

- Einführung in die Methode der „Kollegiale Beratung“
- Auffrischung grundlegender Kommunikationsregeln
- Aufbereitung eigener Praxisfälle
- Falldarstellung und Fallbearbeitung
- Austausch und Reflexion
- Einsatzmöglichkeiten im Beruf und im Ehrenamt

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe
95,00 € inkl. Tagesverpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V.
kostenfrei

Lehrgangsnummer
20093930

Termin
10.09.2020

Ort
Institut für Bildung und Kommunikation in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung
Seminar

Referentin
Katrin Schürmann, Diplom-Psychologin, systemische Beraterin, Stressmanagementtrainerin

Seminarzeiten
Das Seminar beginnt am Donnerstag um 10:00 Uhr und endet am Donnerstag um 16:30 Uhr.

Anmeldeschluss
30.07.2020

NEU**Lehrgangsnummer**

20093217

Termin

23.09.2020

Ort

Institut für
Bildung und
Kommunikation
in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung

Seminar

Referent

Manfred Nöger,
Medientrainer
Landesanstalt
für Medien
NRW, zertifizierter
Gedächtnis-
trainer

Argumentieren und präsentieren für Einsteiger

Zielgruppe

Für alle Haupt-, Neben- und Ehrenamtlichen, die argumentieren und präsentieren professionell erlernen möchten

Inhalte

Die Informationsaufnahme erfolgt durchschnittlich zu 80 % über das Auge, zu 15 % über das Ohr und zu 5 % über andere Sinnesorgane. Die richtige Argumentation und Präsentation entscheidet über die Erfolgchancen von Zielen bei Vorträgen, Projektvorstellungen und Konzepten. Selbst die beste Idee gewinnt erst durch gelungene Kommunikation und Anerkennung.

- Die Spotanrede
- Der Aufbau einer Überzeugungsrede
- Übungen zur Ziel- oder Projektvorstellung
- Einsatz von Präsentationsmedien:
 - Präsentation am Flip Chart
 - Präsentation mit PowerPoint (Für und Wider)

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt am Mittwoch um 9:30 Uhr und endet am Mittwoch um 17:00 Uhr.

Anmeldeschluss

12.08.2020

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe
90,00 € inkl. Tagesverpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen–Lippe e.V.
kostenfrei

Qualifizierung von Seniorenerholungs- maßnahmen – Grundlagenseminar für Begleitungen von Seniorenerholungsmaßnahmen

Zielgruppe

Personen, die Senioren in Erholungsmaßnahmen begleiten möchten

Inhalte

Aktive und selbstbestimmte Ferientage, eine unbeschwerte Zeit, in der neue Kontakte geknüpft werden und eine Begleitung die für persönliche Anliegen ansprechbar ist – das sind u. a. Wünsche der Teilnehmenden von Seniorenreisen. Ihr Erfolg hängt maßgeblich von den ehrenamtlichen Reisebegleitern ab. Auf deren vielfältige und verantwortungsvolle Aufgabe möchte dieses Grundlagenseminar vorbereiten und dabei u. a. folgenden Themen bearbeiten:

- Seniorenreisen im DRK
- Rolle und Selbstverständnis der Reisebegleitung
- Aufgaben der ehrenamtlichen Reisebegleitung
- Die Zielgruppe, ihre Merkmale, Wünsche und Erwartungen
- Der Umgang mit Konflikten in der Reisegruppe
- Methodisches Handwerkszeug für die Organisation und Durchführung der Gruppenreisen

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt am Freitag um 9:30 Uhr und endet am Samstag um 16:00 Uhr.

Anmeldeschluss

31.12.2019

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe
250,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V.
kostenfrei

Lehrgangsnummer
20014751

Termin
24.01.2020 –
25.01.2020

Ort
Institut für
Bildung und
Kommunikation
in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung
Seminar

Referent
Michael Weber,
Dozent in der
Erwachsenen-
bildung,
Marketing Be-
treutes Reisen

Lehrgangsnummer
20014752

Termin
31.01.2020 –
02.02.2020

Ort
Institut für
Bildung und
Kommunikation
in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung
Seminar

Referentin
Sabine Tietze,
Fachreferentin
für Gedächtnistraining,
Dozentin in der
Erwachsenenbildung

Qualifizierung von Seniorenenerholungsmaßnahmen – Aufbauseminar „Freizeitgestaltung in Seniorenenerholungsmaßnahmen“

Zielgruppe

Personen, die Senioren in Erholungsmaßnahmen begleiten möchten

Inhalte

Eine Fülle von neuen Anregungen zur aktiven Freizeitgestaltung in Seniorenreisen ist Gegenstand dieses Seminars.

Elemente aus dem Yogabereich, Atemübungen, Anregungen aus dem Achtsamkeitstraining, sowie Tipps und Ideen aus dem Ganzheitlichen Gedächtnistraining, bieten eine Vielfalt spannender und entspannender Impulse für gemeinsame Freizeiterlebnisse, die mit den Senioren durchgeführt werden können.

Durch die Vielfalt von interessanten Impulsen wird die Reise für die Teilnehmenden zu einem gelungenen Freizeiterlebnis.

- Ganzheitliches Gedächtnistraining
- Elemente aus dem Yoga- und Gymnastikbereich
- Lachen und Humor in der Kommunikation

Durch dieses Seminar wird das Repertoire von Reisebegleitungen um neue Anregungen, Spiele und Beschäftigungsmöglichkeiten erweitert.

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt am Freitag um 9:30 Uhr und endet am Samstag um 16:00 Uhr.

Anmeldeschluss

20.12.2019

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe
220,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen–Lippe e.V.
kostenfrei

Tanzen im Sitzen für Einsteiger

Zielgruppe

Haupt- und Ehrenamtliche aus sozialen Kontexten, die sich für und mit älteren Menschen engagieren, Betreuungsassistenten und Alltagsbegleitungen nach Landesrecht NRW (SGB XI §43b und §53c, vormals §87b), alle Interessierten

Inhalte

Tanzen im Sitzen (= TiS) ist eine Tanzform von vielen, die speziell auf die Bedürfnisse älterer Menschen abgestimmt ist. Der Übergang zur rhythmischen Gymnastik auf dem Stuhl ist fließend.

Aus Rhythmus und Choreografie werden immer wieder neue Tänze gestaltet. Es werden einfache Tänze zu Schlagermusik, klassischer Musik und auch zu internationaler Folklore gelernt. Durch die Vielseitigkeit der Musik wird jede Tanzstunde immer wieder neu belebt. Der Einsatz von Handgeräten ist bei den Gruppenteilnehmern beliebt und aktiviert gleichzeitig die Bewegungsfreude. Die Konzentrations- und Reaktionsfähigkeiten werden durch Tänze im Sitzen verbessert ebenso wird das Gedächtnis spielerisch aktiviert.

Das gemeinsame Miteinander in der Gruppe erleben und die Freude an Tanz und Musik bereichern alle Menschen in ihrem Tun.

- Es werden Tänze in vereinfachter Form eingeübt.
- Es werden Tanzbeschreibungen und Tanzstunden zu verschiedenen Themen erarbeitet.

Wichtiger Hinweis: Dieses Seminar ist für Ungeübte im Tanzen gedacht, die ihr Repertoire an Beschäftigungsmaßnahmen mit älteren Menschen in den Gruppen- oder Einzelstunden erweitern möchten. Es sind keine speziellen Vorkenntnisse im Tanzen nötig.

Anmeldeschluss

03.01.2020

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe

150,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V. kostenfrei

Lehrgangsnummer

20023313

Termin

15.02.2020 –
16.02.2020

Ort

Institut für Bildung und Kommunikation in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung

Seminar

Referentin

Walburga Roggel,
DRK-Übungsleitung Tanzen

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt am Samstag um 11:00 Uhr und endet am Sonntag um 12:30 Uhr.

NEU

Mit Musik geht alles besser!

Lehrgangsnummer

20033320

Termin06.03.2020 –
07.03.2020**Ort**Institut für
Bildung und
Kommunikation
in Münster (IBK)**Art der Veranstaltung**

Seminar

ReferentinSabine Tietze,
Fachreferentin
für Gedächtnis-
training,
Dozentin in der
Erwachsenen-
bildung**Zielgruppe**

Haupt- und Ehrenamtliche aus sozialen Kontexten, die sich für und mit älteren Menschen engagieren, Ergotherapeuten, Betreuungsassistenten und Alltagsbegleitern) sowie alle Interessierten

Inhalte

Musik weckt Gefühle und bewegt den Körper, der Fuß geht mit, die Menschen klatschen im Takt. Singen und Musik verbindet Menschen – und stärkt das Gemeinschaftsgefühl. Es werden Tänze in vereinfachter Form eingeübt.

Ziel des Seminars

Durch spielerische Übungen aus Sitztänzen, Bewegungselementen und Quiz- und Rätsleinheiten wird das Repertoire für Menschen, die in der Betreuung oder Begleitung von älteren Menschen beschäftigt sind, bereichert.

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt am Freitag um 15:00 Uhr und endet am Samstag um 12:30 Uhr.

Anmeldeschluss

24.01.2020

TeilnahmegebührDRK-Hauptamtliche / Externe
150,00 € inkl. Unterkunft und VerpflegungDRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen–Lippe e.V.
kostenfrei**Sonstiges**

Das Seminar ist geeignet als Fortbildung für Betreuungsassistenten, zusätzliche Betreuungskräfte und Alltagsbegleiter nach Landesrecht NRW (SGB XI §43b und §53c, vormals §87b SGB XI) und umfasst 12 Unterrichtsstunden.

Hospizdienst trifft (auf) Demenz

Zielgruppe

Ehrenamtliche Helfer, die in einem ambulanten Hospizdienst tätig sind

Inhalte

Das Thema Demenz stellt ehrenamtliche Helfer der ambulanten Hospizarbeit vor besondere Herausforderungen. Eine verbale Auseinandersetzung und „Vorbereitung“ auf das bevorstehende Lebensende ist schwierig, gleichwohl ist anzunehmen, dass auch Menschen mit Demenz Fragen und Ahnungen haben, die sie dann auf ihre individuelle Weise äußern.

- Sterben Demenzkranke anders?
- Wie kann ich die Symbolsprache dementer Menschen verstehen?
- Wie kann ich kreative Medien nutzen, um im Kontakt zu bleiben?

Diesen und anderen Fragen soll im angebotenen Seminar nachgegangen werden.

Thematische Schwerpunkte sind:

- Das „Demenz Balance-Modell©“
- Nonverbale Kommunikation durch den Einsatz kreativer Medien
- Wertschätzung und Achtsamkeit im Umgang mit Demenzkranken

Ziel des Seminars ist es, sich in die Erlebenswelt von Demenzkranken einzufühlen und Handlungsstrategien zu entwickeln, die den Teilnehmenden ermöglichen, in ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit achtsam und wertschätzend mit sterbenden Demenzkranken umzugehen.

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt am Samstag um 10:00 Uhr und endet am Sonntag um 12:30 Uhr.

Anmeldeschluss

31.01.2020

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe

150,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V. kostenfrei

Lehrgangsnummer

20033328

Termin

14.03.2020 –
15.03.2020

Ort

Institut für Bildung und Kommunikation in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung

Seminar

Referentinnen

Martina Struensee, Gerontopsychiatrische Pflegefachkraft, Brigitte Rathofer, Dipl. Pädagogin, Sylvia Kikul-Brenscheidt, Krankenschwester, Palliative Care Fachkraft, Koordinatorin im DRK-Hospizdienst Bochum

NEU

Lehrgangsnummer
20033329

Termin
27.03.2020 –
28.03.2020

Ort
Institut für
Bildung und
Kommunikation
in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung
Seminar

Referentin
Katrin Schürmann, Diplom-
Psychologin,
systemische
Beraterin,
Stressmanagementtrainerin

Meinen Rucksack der Resilienz packen – Herausforderungen des Älterwerdens annehmen

Zielgruppe

Haupt-, Neben- und Ehrenamtliche, die in sozialen Kontexten tätig sind, alle Interessierten ab 50 Jahren

Inhalte

Resilienz ist ein Begriff, der in den letzten Jahren mehr und mehr im Zusammenhang mit der Förderung von psychischer Gesundheit und dem Umgang mit belastenden Lebenssituationen zu lesen und zu hören ist. Resilienz beschreibt die Fähigkeit, Veränderungen und Krisensituationen positiv und ohne anhaltende Beeinträchtigungen zu bewältigen. Resiliente Menschen gehen mit Druck und Belastungen so um, dass ihre ursprüngliche Gelassenheit nach Phasen der Anspannung zurückkehrt. Es gibt verschiedene Strategien, um die eigene Resilienz zu stärken und zu entwickeln.

In diesem Seminar erfahren Sie mehr zu den verschiedenen Resilienzfaktoren und wie Sie diese auch noch im Älterwerden und im Alter stärken können. Einen besonderen Blick werfen Sie dabei auf die Aspekte der sozialen Eingebundenheit und einer realistischen und optimistischen Lebensgestaltung. Gemeinsam entdecken Sie, wie Sie in schwierigen Situationen innehalten, die eigenen Bedürfnisse wahrnehmen und aktiv nach Lösungswegen suchen können.

Diese Inhalte können gut in die Arbeit mit Gruppen vor Ort integriert werden und tragen zu mehr Freude und Zufriedenheit bei.

- Resilienz im Alter – Wohlbefinden und Gesundheit im Blick
- Resilienz in Krisen- und Umbruchszeiten (z. B. am Übergang in den Ruhestand, bei Krankheit)
- Mit Resilienz realistisch und optimistisch in die Zukunft blicken

Folgende Ziele werden in dem Seminar erreicht:

- Sie wissen, was Resilienz ist und wie sie gestärkt werden kann.
- Sie lernen ausgewählte Strategien zur Förderung der eigenen Resilienz kennen.
- Sie erhalten Anregungen für die nachhaltige Umsetzung im Alltag.

Methoden: Gruppen- und Einzelarbeit, Erfahrungsaustausch

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt am Freitag um 14:00 Uhr und endet am Samstag um 12:30 Uhr.

Anmeldeschluss

14.02.2020

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe
150,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V.
kostenfrei



Lehrgangsnummer

20073310

Termin02.07.2020 –
05.07.2020**Ort**Institut für
Bildung und
Kommunikation
in Münster (IBK)**Art der Veranstaltung**

Seminar/Fortbildung

ReferentinNadja Maier,
Diplom-Pädagogin und
weitere Referenten

Sommerschule 2020

Zielgruppe

Ehren-, Neben- und Hauptamtliche aus der Seniorenarbeit und der Altenhilfe, Betreuungsassistenten und Alltagsbegleitungen, alle Interessierten

Inhalte

Wie in den 20 Jahren zuvor, stehen Themen im Vordergrund, die sich mit den vielfältigen Facetten von „Alter und Altern“ in unserer Gesellschaft auseinandersetzen.

Es werden spannende Angebote und neueste Entwicklungen in Form von Workshops und Vorträgen angeboten, die dieses Themenfeld beleuchten. Es werden wieder viele Impulse und Anregungen gegeben, die die Teilnehmenden direkt zu Hause vor Ort mit ihren Gruppen umsetzen können.

Methoden

- Vortrag
- Diskussion
- Workshops
- Exkursion

Seminarzeiten

Die Veranstaltung beginnt am Donnerstag um 16:00 Uhr und endet am Sonntag um 14:00 Uhr.

Anmeldeschluss

10.06.2020

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtlich / Externe

200,00 € im Doppelzimmer für Ehrenamtliche inkl.

Unterkunft und Verpflegung

260,00 € im Einzelzimmer für Ehrenamtliche inkl.

Unterkunft und Verpflegung

260,00 € im Doppelzimmer für Hauptamtliche inkl.

Unterkunft und Verpflegung

320,00 € im Einzelzimmer für Hauptamtliche inkl.

Unterkunft und Verpflegung

Sonstiges

Das Seminar ist geeignet als Fortbildung für Betreuungsassistenten, Alltagsbegleiter und zusätzliche Betreuungskräfte nach Landesrecht NRW (SGB XI §43b und §53c, vormals §87b) und umfasst 24 Unterrichtseinheiten (UE).

Wichtig

Das Seminar ist auch für Ehrenamtliche kostenpflichtig!

NEU

Lockenwickler und Zollstock – Begegnungen in der Seniorenbetreuung gestalten

Lehrgangsnummer
20093757

Termin
04.09.2020 –
05.09.2020

Ort
Institut für
Bildung und
Kommunikation
in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung
Fortbildung/
Seminar

Referentinnen
Cordula Bolz,
Diplomsozial-
gerontologin,
Marte-Meo®-
Therapeutin,
Margaretha
Hunfeld, Ausbil-
dungsreferentin
des BVGT e.
V., zertifizierte
Trainerin IHK,
Marte-Meo®-
Practitioner

Zielgruppe

Ausgebildete Gedächtnistrainer, Haupt- und Ehrenamtliche aus sozialen Kontexten, die sich für und mit älteren Menschen engagieren, Pflege(fach)kräfte, Betreuungsassistenten und Ergotherapeuten, sowie alle Interessierten

Inhalte

Alltagsgegenstände aus früheren Zeiten sind häufig Türöffner für das Heute. Die gezielte Auswahl und geschickte Präsentation solcher Gegenstände eröffnet eine Fülle von persönlichen Erinnerungen. Oft lernen wir bei solchen Gelegenheiten die älteren Menschen neu kennen. Diesen Zugang möchten wir für neue Impulse nutzen. Auf der Grundlage des Ganzheitlichen Gedächtnistrainings und der Marte-Meo®-Methode vermitteln wir in diesem Seminar vielfältige Ideen für die Arbeit mit Menschen mit Demenz und leichten kognitiven Einschränkungen.

- Zielgruppengerechte thematische Stundenbilder
- Alltägliche Materialien für die Arbeit – Vorstellung und Ideensammlung
- Bewegtes Gedächtnistraining
- Der biografische Ansatz – Vertiefung
- Methode: die gestaltete Mitte
- Wie schaffe ich eine schöne Gruppenatmosphäre?
- Die eigenen Kräfte stärken – Kommunikation mit Menschen mit Demenz
- Vorstellung der Marte-Meo®-Methode mit Filmbeispielen
- Austausch und kollegiale Beratung
- Reflexion des beruflichen Handelns durch Übungen

Sonstiges

Das Seminar dient **nicht** der Zertifikatsverlängerung.
Das Seminar umfasst 16 Unterrichtsstunden.

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt am Freitag um 10:00 Uhr und endet am Samstag um 16:00 Uhr.

Anmeldeschluss

24.07.2020

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe

170,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V.
kostenfrei

NEU

Lehrgangsnummer
20103330

Termin
22.10.2020

Ort
Institut für
Bildung und
Kommunikation
in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung
Fortbildung/
Seminar

Referentin
Claudia Drastik-
Schäfer, Sonderpädagogin,
Personenzentrierte Beraterin
(GwG), Gerontotherapeutin

„Bewegte Begegnung“ – Psychomotorik als Brücke zu Körper, Welt und Beziehung im Alter

Zielgruppe

Haupt- und Ehrenamtliche aus sozialen Kontexten, die sich für und mit älteren Menschen engagieren, Pflege(fach)kräfte, Betreuungsassistenten und Alltagsbegleitenden, alle Interessierten

Inhalte

In Alten- und Pflegeeinrichtungen haben Bewegung und Mobilität eine besondere Dimension: Der alte Mensch spürt sich oft nur noch als kranker, schmerzender, funktional behandelbarer Körper. Rückzug und Apathie sind die Folge. Bewegungsangebote sollten deshalb Freude bereiten und zur Bewegung verlocken. Genau darum geht es: die Person in ihrer Ganzheit als leiblich-geistiges und soziales Wesen anzuerkennen und die Bewegung als großartiges Medium zu nutzen, um mit dem alten Menschen ganzheitlich, d. h. mit seinem Körper, der Seele und dem Geist in Kontakt und Begegnung zu kommen.

Das Seminar vermittelt den Teilnehmenden eine Vielzahl praktischer Möglichkeiten, wie abwechslungsreiche, spielerische, erlebnisorientierte Angebote gemacht werden können, um den alten Menschen zu aktivieren, den eigenen Körper, die Welt und die Beziehung zu sich und anderen zu spüren und zu erleben.

- Einführung in das Konzept der Motogeragogik
- Erleben eines theoriegeleiteten Praxisseminars in den Bereichen der Ich-, Sozial- und Sachkompetenz
- praktische Anregungen für „bewegte Begegnungen“ im Pflege- und Betreuungsalltag
- Entdeckung des eigenen kreativen Potenzials
- Bewegter Erfahrungsaustausch
- Profitieren von der „Ideenbörse“

Das Seminar verbindet wissenschaftliche Erkenntnisse aus der Motogeragogik und der Pflege mit intensivem Praxisbezug und lädt in „bewegter“ Atmosphäre zu einem regen Erfahrungsaustausch ein, der sich zu einer spannenden Ideenbörse entwickelt!

Sonstiges

Das Seminar ist geeignet als Fortbildung für Betreuungsassistenten, zusätzliche Betreuungskräfte und Alltagsbegleiter nach Landesrecht NRW (SGB XI §43b und §53c, vormals §87b SGB XI) und umfasst 8 Unterrichtsstunden.

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt am Donnerstag um 9:30 Uhr und endet am Donnerstag um 17:00 Uhr.

Anmeldeschluss

10.09.2020

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe

90,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V.
kostenfrei

NEU**Lehrgangsnummer**

20113325

Termin

05.11.2020

Ort

Institut für
Bildung und
Kommunikation
in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung

Seminar

Referent

Manfred Nöger,
Fachreferent
des Bundesverbandes
Gedächtnistraining
(BVGT e.V.)

Kriminalpräventives Gedächtnistraining für Senioren – Internetbetrug

Zielgruppe

Haupt- und Ehrenamtliche aus sozialen Kontexten, die sich für ältere Personen engagieren und Gruppen leiten sowie alle Interessierten

Inhalte

Das Internet bietet nahezu alles, was das Herz begehrt. Leider gibt es auch unseriöse Anbieter, die die Unerfahrenheit oder Leichtgläubigkeit von Internetnutzern ausnutzen. In sozialen Netzwerken lassen sich Kontakte zu sogenannten neuen Freunden knüpfen. Hier versuchen Betrüger ebenfalls die Unerfahrenheit von Menschen für ihre Zwecke zu nutzen. Gefahren lauern bei harmlosen Downloads, bei E-Mail Anhängen oder auf Internetseiten mit selbst aktivierenden Inhalten.

Die Polizei, der Weiße Ring und andere Institutionen informieren schon seit einiger Zeit über Möglichkeiten, sich vor Straftaten im Internet zu schützen. Nicht jedem gelingt es, die Gefahren, die im Internet lauern, zu erkennen und die polizeilichen Empfehlungen dauerhaft im Gedächtnis zu behalten. Durch dieses Seminar wird es den Teilnehmenden ermöglicht, empfohlene Verhaltensweisen im Umgang mit dem Internet für sich anzuwenden und an ältere Menschen weiterzugeben. Die empfohlenen Verhaltensweisen sollen durch die eingeübten Gedächtnistrainingstechniken im Gedächtnis verankert werden.

Die Teilnehmenden dieser Fortbildung erhalten umfassende Seminarunterlagen und den Zugang zu einer Cloud, in der auch nach dem Seminar Informationen zum kriminalpräventiven Gedächtnistraining zu finden sind.

Die Fortbildung ist aus der Zusammenarbeit mit der Polizei im Kreis Gütersloh, dem DRK Landesverband Westfalen-Lippe e.V. und dem Bundesverband Gedächtnistraining e.V. entstanden.

Sonstiges

Das Seminar ist geeignet als Fortbildung für Betreuungsassistenten, zusätzliche Betreuungskräfte und Alltagsbegleiter nach Landesrecht NRW (SGB XI §43b und §53c, vormals §87b SGB XI) und umfasst 8 Unterrichtsstunden.

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt am Donnerstag um 09:30 Uhr und endet am Donnerstag um 16:30 Uhr.

Anmeldeschluss

24.09.2020

Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe

85,00 € inkl. Tagesverpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V.
kostenfrei

Lehrgangsnummer

Termin
N. N.

Ort
Institut für
Bildung und
Kommunikation
in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung
Workshop

Referenten
N. N.

Selbsthilfe im DRK Westfalen-Lippe

Zielgruppe

Leiter von Selbsthilfegruppen, Interessierte, die eine solche aufbauen möchten

Inhalte

Einmal jährlich kommen die Leiterinnen und Leiter der DRK-Selbsthilfegruppen in Westfalen-Lippe zusammen, um an ausgewählten Aspekten der Selbsthilfe im DRK zu arbeiten.

Die Themen für diese Veranstaltung werden auf dem Tag der Selbsthilfe im Oktober 2017 mit den Teilnehmenden abgestimmt.

Weitere Informationen zu dieser Veranstaltung folgen separat.

Fortbildung für ehrenamtliche Mitarbeiter aus der Drogen- / Suchtselbsthilfe

Zielgruppe

Ehrenamtliche Mitarbeiter aus der Drogen- / Suchtselbsthilfe

Inhalte

- Reflexion der Arbeit in den regionalen Selbsthilfegruppen
- Ausblick auf die Arbeit in den Gruppen 2019
- Aktuelle Entwicklungen im DRK
- Schwerpunktthema, das im Vorfeld mit den Teilnehmenden abgestimmt wird

Seminarzeiten

Die Fortbildung beginnt am Freitag um 15:00 Uhr und endet am Sonntag gegen 13:00 Uhr.

Anmeldeschluss

01.10.2018

Teilnahmegebühr

400,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung

DRK-Ehrenamtliche des Landesverband Westfalen-Lippe e.V. kostenfrei

Lehrgangsnr.
20114704

Termin
27.11.2020 –
29.11.2020

Ort
Institut für
Bildung und
Kommunikation
in Münster (IBK)

Art der Veranstaltung
Fortbildung

Referenten
Annegret Storp,
Suchttherapeutin,
Norbert Beine,
Suchttherapeut

DRK-Tagungshotel Dunant



Das **Tagungshotel** liegt in zentraler und dennoch ruhiger Lage in Münster Süd, in der Nähe des Aasees. In wenigen Minuten erreichen Sie das innerstädtische Erholungsgebiet zu Fuß. Der Name unseres Hauses leitet sich vom Begründer des Roten Kreuzes, Henry Dunant, ab. Er half ohne Grenzen verletzten und kranken Menschen im Kriegsfall. Wir lassen im täglichen Miteinander von Menschen mit und ohne Beeinträchtigung ebenfalls Grenzen fallen. Zusammenarbeit ohne Grenzen und ohne Barrieren – das ist **gelebte Inklusion**, Tag für Tag!

Bei uns steht der Mensch im Mittelpunkt. Wir verstehen Integration als Teamarbeit. Gemeinsam sind wir ein engagiertes Team und arbeiten mit all unseren Kräften, um Ihnen Ihren Aufenthalt so angenehm wie möglich zu gestalten.

Wir bieten Ihnen:

Wir können Ihnen 36 Einzelzimmer und 20

Zweibettzimmer zur Unterkunft anbieten, diese sind modern eingerichtet, bieten TV, W-LAN und laden zum Verweilen ein.

In unserem 2010 renovierten Tagungshotel können sieben Seminargruppen zur gleichen Zeit tagen und unterrichtet werden. Die Veranstaltungsräume sind mit allen erforderlichen Materialien ausgestattet, um Tagungen, Workshops oder Schulungen optimal durchführen zu können.



Die neue **Selbstbedienungsgastronomie** des DRK-Tagungshotels hat sich entsprechend des gesellschaftlichen Trends und des Rotkreuzprofils als Gesundheitsorganisation



verstärkt auf gesunde Ernährung ausgerichtet. Sieben Tage pro Woche wird in unserem Hause alles frisch zubereitet. Vom Komponen-



tenessen über Sonderwünsche bieten wir alle Mahlzeiten vom Frühstück bis zum Abendbrot an.

Das **Bistro Henry** bietet in der Mittagszeit und in den Abendstunden leckere Kaffeespe-



zialitäten und wohlschmeckende Getränke an. Unsere Mitarbeiter bedienen Sie gern von Montag bis zum Samstag. Hier können die Hotelgäste und Anwohner in einem gemütlichen Ambiente den Tag beenden. Wir freuen uns auf ihren Besuch!

Unser fachkundiges **Küchenteam** bietet Ihnen zu allen Gelegenheiten besondere Essen aus unserem Catering-Bereich an, wir machen Ihnen gern einen Vorschlag, damit Ihre Veranstaltung ein Erfolg wird.

Mit unserem **Kiosk** runden wir unser Angebot ab und bieten Ihnen über den gesamten Tag hinweg Brötchen, Kaffee, Süßwaren und vieles mehr.



Ihr Wohlbefinden ist unser Ziel, daher schauen Sie rein und nutzen sie unsere Angebote.

Ihr **DRK-Tagungshotel Dunant-Team**



Verbund der Embrace Hotels

ALS GAST WILLKOMMEN – ALS MENSCH ERWÜNSCHT

Allgemeine Geschäftsbedingungen für das Institut für Bildung und Kommunikation des DRK-Landesverbandes Westfalen-Lippe e. V.

I. Geltungsbereich

Diese Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) gelten für alle Aus-, Fort- und Weiterbildungsangebote des Instituts für Bildung und Kommunikation des DRK-Landesverbandes Westfalen-Lippe e. V. (kurz: IBK).

II. Anmeldung und Vertrag

Die Anmeldung für die angebotenen Veranstaltungen im Bereich Aus-, Fort- und Weiterbildung des Instituts für Bildung und Kommunikation erfolgt über die im Internet unter www.drk-bildungsinstitut.de zur Verfügung gestellten Anmeldeformulare. Im Fachbereich „Gesundheit und Soziales“ ist eine Anmeldung schriftlich per Post, Fax oder E-Mail möglich. Je nach Veranstaltung kann das Institut für Bildung und Kommunikation eine persönlich unterschriebene Bestätigung der Anmeldung nachfordern. Bei Minderjährigen ist die Unterschrift des Erziehungsberechtigten erforderlich. Anmeldungen von Kreisverbänden außerhalb des DRK-Landesverbandes Westfalen-Lippe e. V. werden nur mit Zustimmung des jeweiligen Landesverbandes angenommen. Die Anmeldungen werden grundsätzlich in der Reihenfolge ihres Eingangs im zuständigen Fachbereich berücksichtigt. Werden Nachweise für eine geforderte Qualifikation verlangt, sind diese unaufgefordert (elektronisch, auf dem Postwege oder per Fax) einzureichen. Solche Anmeldungen werden erst nach Eingang der entsprechenden Nachweise bearbeitet. Die Teilnehmer erhalten bei fristgerechter Anmeldung eine schriftliche Bestätigung an die Privatadresse oder über die anmeldende Stelle. Mit der Anmeldung zum Lehrgang akzeptieren die Teilnehmer auch die Allgemeinen Geschäftsbedingungen des DRK-Tagungshotels Dunant. Der **Vertrag** kommt durch Einsendung der Anmeldung und Zusendung der Anmeldebestätigung durch das Institut für Bildung und Kommunikation zustande. Der Teilnehmer verpflichtet sich, den Unterricht regelmäßig zu besuchen.

Anmeldefrist

Die Anmeldefrist endet in der Regel **sechs Wochen** vor dem jeweiligen Lehrgangsbeginn, im Fachbereich „Notfallmedizin und Rettungswesen“ **zwei Wochen** vor dem jeweiligen Lehrgangsbeginn.

Hinweis: Das Institut für Bildung und Kommunikation behält sich vor, telefonische oder schriftliche Lehrgangplatzreservierungen nach vier Wochen zu streichen, wenn bis dahin keine schriftliche Anmeldung erfolgt ist.

Einladung

Die Lehrgangseinladung sowie ggf. die Übersendung von Lehrgangsunterlagen erfolgen ca. drei Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Teilnahmenachweis

Teilnehmer an den Bildungsveranstaltungen erhalten eine aussagefähige Bescheinigung (Zertifikat / Urkunde / Befähigungsnachweis / Zeugnis).

Warteliste

Bei ausgebuchten Lehrgängen kann ein Teilnehmer auf eine Warteliste genommen werden. Sobald ein Platz durch eine Absage frei wird, hat der Teilnehmer die Möglichkeit, nachzurücken. Die Einladungsfristen sind dann aufgehoben. Eine Einladung kann in solchen Fällen auch telefonisch erfolgen. Ein Anspruch auf einen Lehrgangsort besteht jedoch nicht. Der Teilnehmer wird auch nicht automatisch auf einen Lehrgangsort in einem der nachfolgenden Lehrgänge gebucht. Hierzu ist immer eine separate Anmeldung erforderlich.

Teilnahmevoraussetzungen

Die im Programmheft unter Teilnehmer beschriebenen Teilnahmevoraussetzungen müssen erfüllt sein. Die Teilnehmer bzw. die anmeldenden Stellen (z. B. Kreisverband/Behörde/Firma bzw. dessen verantwortliche Mitarbeiter wie Vorstand/Geschäftsführer, Kreisrotkreuzleitung bzw. die von Vorgenannten mit der Aufgabe betrauten Mitarbeiter) sind dafür verantwortlich, dass die Teilnahmevoraussetzungen vorliegen. Sollte eine Anmeldung unter falschen Voraussetzungen erfolgen, haftet das Institut für Bildung und Kommunikation nicht für daraus resultierende Schäden. Bei Fehlen der Zulassungsvoraussetzungen gemäß gültiger Rechtsvorschriften kann die Zulassung zur Prüfung abgelehnt werden. In diesem Fall besteht kein Anspruch auf Rückzahlung der entstandenen Lehrgangskosten.

Datenerfassung

Die Teilnehmerdaten werden zum Zwecke der satzungsgemäßen Aufgabenerfüllung des DRK-Landesverbandes Westfalen-Lippe e.V. verarbeitet, gespeichert und genutzt. Die Teilnehmer erklären sich mit ihrer Anmeldung damit einverstanden, dass ihre persönlichen Daten im Rahmen der Erforderlichkeit der Abwicklung der besuchten Bildungsmaßnahme sowie für spätere Teilnehmerinformationen verarbeitet, gespeichert und genutzt werden. Ehrenamtliche des DRK-Landesverbandes Westfalen-Lippe e.V. erklären sich mit der Anmeldung außerdem damit einverstanden, dass ihre Lehrgangsdaten in das Zentrale Management System (DRK-Server) übertragen werden, das der Verwaltung der Aktiven und Einsatzdiensten dient, u. a. um das Deutsche Rote Kreuz im Katastrophenfall in die Lage zu versetzen, die Einsatzplanung schnell und angepasst vornehmen zu können.

III. Teilnahmegebühr und Zahlungsbedingungen

Teilnahmegebühr

Für Lehrgangsteilnehmer gelten die im Programmheft genannten Teilnahmegebühren. Für Teilnehmer aus den Kreisverbänden des DRK-Landesverbandes Westfalen-Lippe e. V. sind die Lehrgänge des Instituts für Bildung und Kommunikation – Fachbereich I „Grundlagen der Rotkreuzarbeit“, Fachbereich II „Gesundheit und Soziales“ und Fachbereich III „Bevölkerungsschutz, Erste Hilfe“ – grundsätzlich kostenlos. Ausgenommen sind die mit * gekennzeichneten Veranstaltungen des Fachbereichs II.

Zahlungsbedingungen

Die Lehrgangsgebühr für die Veranstaltungen (Aus-, Fort- und Weiterbildung) ist nach Rechnungstellung an das Institut für Bildung und Kommunikation zu zahlen. Der Rechnungsbetrag ist ohne Abzug innerhalb von zehn Tagen zu begleichen. Falls vertraglich vereinbart kann die Rechnungsbegleichung auch in Raten zu festgelegten Terminen erfolgen. Soll die Leistung von Dritten (z. B. Arbeitsamt, Arbeitgeber) erbracht werden, haften der Teilnehmer oder der Auftraggeber als Mitschuldner.

Erstattungen

Bei einigen Veranstaltungen werden Fahrtkosten (öffentliche Verkehrsmittel) und ggf. Verdienstausfall erstattet. Die Erstattung von Verdienstausfall und die Anreise mit Dienstfahrzeugen bzw. in Fahrgemeinschaften sind vor Lehrgangsbeginn im Kreisverband zu regeln. In Rotkreuz-Einrichtungen beschäftigte Mitarbeiter wird ein Verdienstausfall nicht erstattet.

IV. Rücktritt und Kündigung des Teilnehmers

Der Teilnehmer kann bis zu zwölf Wochen vor Veranstaltungsbeginn ohne Angabe von Gründen die Anmeldung stornieren und vom Vertrag zurücktreten. Bereits geleistete Zahlungen werden in diesem Fall zurückerstattet. Bei späterem Rücktritt vom Vertrag ist eine gestaffelte Ausfallgebühr zu zahlen:

Stornofristen

- bis 12 Wochen vor Veranstaltungsbeginn: kostenfrei
- zwischen 12 und 6 Wochen vor Veranstaltungsbeginn: 20 % des Gesamtbetrages
- zwischen 6 und 2 Wochen vorher: 40 % des Gesamtbetrages
- weniger als 2 Wochen vor Veranstaltungsbeginn: 100 % des Gesamtbetrages

Das gesetzliche Widerrufsrecht für Verbraucher bleibt davon unberührt (vgl. Widerrufsbelehrung).

Über die Frist bei Rücktritt bzw. Stornierung entscheidet der Eingang des Rücktrittschreibens (Posteingangsstempel). Es ist zu richten an den zuständigen Fachbereich des Instituts für Bildung und Kommunikation des DRK-Landesverbandes Westfalen-Lippe e. V., Sperlichstraße 27, 48151 Münster. Die Ausfallgebühr entfällt, wenn ein Ersatzteilnehmer den freigeordneten Platz besetzt oder der Teilnehmer nachweist, dass durch seinen Rücktritt keine oder geringere Ausfallgebühren entstanden sind. Bei unentschuldigtem oder teilweisem Fernbleiben von der Veranstaltung werden die Lehrgangsgebühren in voller Höhe in Rechnung gestellt. Ein Ersatzteilnehmer kann gegen Über-

nahme der entstehenden zusätzlichen Bearbeitungskosten gestellt werden. Bei ursprünglich kostenfreien Veranstaltungen für Teilnehmer aus dem Kreis des Ehrenamtes der Kreisverbände des DRK-Landesverbandes Westfalen-Lippe e.V. wird bei unentschuldigtem Nichtantritt der Veranstaltung der im Programm ausgewiesene Kostensatz den Kreisverbänden in Rechnung gestellt. Diese Regelung gilt nicht für den Alarmierungsfall. Ein Wechsel der Dozenten sowie Änderungen im Veranstaltungsablauf berechtigen die Teilnehmer nicht zum Rücktritt vom Vertrag oder zur Minderung des Entgelts. Das Recht auf Kündigung aus wichtigem Grund bleibt unberührt.

V. Rücktritt des Instituts für Bildung und Kommunikation

Das Institut für Bildung und Kommunikation hat das Recht, bei ungenügender Belegung des Lehrgangs (die Mindestteilnehmerzahl liegt in der Regel bei 10 Personen oder ist abweichend in der Ankündigung der Veranstaltung angegeben) oder bei Ausfall des Dozenten vom Vertrag zurückzutreten, den Lehrgangsbeginn zu verschieben oder den Lehrgang abzusagen. Dies gilt auch für den Fall, dass höhere Gewalt oder andere vom IBK nicht zu vertretende Umstände die Erfüllung des Vertrages unmöglich machen. Der Teilnehmer wird in diesen Fällen zeitnah informiert und bereits vom Teilnehmer oder einem Dritten geleistete Zahlungen erstattet. Weitergehende Ansprüche gegen das Institut für Bildung und Kommunikation, insbesondere der Anspruch auf Schadensersatz, bestehen in diesem Zusammenhang nicht. Das Institut für Bildung und Kommunikation kann diesen Vertrag außerordentlich und fristlos kündigen, wenn wichtige Gründe vorliegen, die sich insbesondere aus dem Verhalten des Teilnehmers ergeben und von ihm zu vertreten sind. Insbesondere bei Gründen, welche die Sicherheit von Leib und Leben der Lehrgangsteilnehmer gefährden, die das Erreichen des Ausbildungsziels gefährden sowie bei Verstößen gegen die geltende Hausordnung bzw. AGB des DRK-Tagungshotels Duanant, welche Bestandteil des Vertrages ist. Eine Erstattung der Lehrgangskosten ist in diesem Fall ausgeschlossen. Eine Kündigung des Vertrages durch das Institut für Bildung und Kommunikation ist ebenfalls möglich, falls der Teilnehmer mit der Verpflichtung zur Zahlung seiner monatlichen Raten mehr als eine Woche in Verzug ist.

VI. Haftung

Im Falle der Beschädigung, des Verlusts oder des Diebstahls mitgebrachter Gegenstände oder Kraftfahrzeuge haftet der DRK-Landesverband Westfalen-Lippe e. V. nur bei vorsätzlicher oder grob fahrlässiger Pflichtverletzung seiner Mitarbeiter oder Erfüllungsgehilfen. Der Haftungsausschluss gilt nicht in Bezug auf vertragswesentliche Pflichten oder für Schäden, die die Verletzung des Lebens, des Körpers oder der Gesundheit des Teilnehmers betreffen. Auf dem Grundstück des DRK-Landesverbandes Westfalen-Lippe e. V. gilt die Straßenverkehrsordnung.

VII. Schlussbestimmungen

1. Der Gerichtsstand ist Münster in Westfalen, sofern der Vertragspartner/in Kaufmann ist.
2. Im Falle der Rechtswirksamkeit einer Klausel dieser AGB behalten alle übrigen Klauseln ihre Gültigkeit.

Allgemeine Geschäftsbedingungen des DRK-Tagungshotels Dunant

Sehr geehrter Seminarveranstalter, sehr geehrter Gast, unser Ziel ist es, Ihnen den Aufenthalt so angenehm wie möglich zu gestalten. Dazu gehört auch, dass Sie genau wissen sollten, welche Leistungen wir erbringen, wofür wir einstehen und welche Verbindlichkeiten Sie uns gegenüber haben.

1. Der Vertrag ist abgeschlossen, sobald die Räume/Zimmer bestellt und zugesagt und die Belegungsbestätigung zurückgesendet wurde.
2. Optionsdaten sind für beide Vertragspartner bindend. Das Hotel behält sich das Recht vor, nach Ablauf der Optionsdaten die reservierten Räume/Zimmer anderweitig zu vergeben.
3. Bei Anmeldung von mehreren Personen, insbesondere von Gruppen, muss im allseitigen Interesse die Teilnehmerliste mindestens 5 Tage vor Ankunft dem Hotel zur Verfügung stehen.
4. Weicht der Inhalt der Reservierungsbestätigung von dem Inhalt der Anmeldung ab, wird der abweichende Inhalt der Bestätigung für den Gast und für den Hotelier dann verbindlich, wenn der Gast nicht innerhalb von 10 Tagen von der angebotenen Rücktrittsmöglichkeit Gebrauch macht.
5. Reservierte Räume/Zimmer stehen dem Leistungsteilnehmer nur zu der schriftlich vereinbarten Zeit zur Verfügung. Eine Inanspruchnahme der Räume/Zimmer über den vereinbarten Zeitraum hinaus bedarf der vorherigen Rücksprache mit dem Hotel.
6. Welche Leistungen vertraglich vereinbart sind, ergibt sich aus den Angaben in der Reservierungsbestätigung, die darauf Bezug nimmt.
7. Eine Rückvergütung besteller, aber nicht in Anspruch genommener Leistung ist nicht möglich.
8. Das Hotel haftet nicht für mitgeführte Sachen in den Veranstaltungsräumen, mit Ausnahme bei grober Fahrlässigkeit, Vorsatz oder vereinbarter Verwahrung. Die Gegenstände (z.B. Dekorationsmaterial) hat den brand-schutztechnischen Anforderungen zu genügen. Das Hotel kann einen entsprechenden Nachweis verlangen.
9. Bei Um- bzw. Abbestellungen von reservierten Räumen/Zimmern und Arrangements bezahlt der Gast folgenden Ausfallschaden:

Stornierungsfristen bei Tagungsveranstaltungen:

- bis 8 Wochen vor Veranstaltungsbeginn ist kostenlos
- bis 6 Wochen vor Veranstaltungsbeginn sind 20 %,
- 6 - 2 Wochen vorher sind 40 % und
- ab 2 Wochen vorher sind 80 % des vereinbarten Preises als Ausfallkosten zu zahlen

Stornierungsfristen bei Zimmerreservierungen:

Eine kostenfreie Stornierung ist wie folgt möglich:

- Bei der Buchung von bis zu 2 Zimmern: 1 Tag vor Anreisedatum bis 12.00 Uhr
- Bei der Buchung von bis zu 5 Zimmern: 7 Tage vor Anreisedatum bis 12.00 Uhr
- Bei der Buchung von bis zu 9 Zimmern: 14 Tage vor Anreisedatum bis 12.00 Uhr
- Bei der Buchung bis zu 10 Zimmern: 30 Tage vor Anreisedatum bis 12.00 Uhr

Bitte beachten Sie, dass Stornierungen nur in Schriftform erfolgen können, bei einer Stornierung außerhalb dieser Fristen werden Ausfallkosten in Höhe von 80 % des Zimmerpreises in Rechnung gestellt.

- Die Ausfallgebühr entfällt, wenn der Seminarveranstalter oder Gast nachweist, dass durch seine Um- oder Abbestellung keine oder geringere Ausfallkosten entstanden sind.
 - Die Rechnungserstellung erfolgt nach Ihren Angaben, bitte lassen Sie uns Besonderheiten zur Rechnungsstellung vor Ihrer Abreise wissen.
10. Eine Änderung der Teilnehmerzahl muss spätestens 5 Tage vor Veranstaltungsbeginn mitgeteilt werden, andernfalls wird mindestens die bestellte Anzahl der vereinbarten Leistungen bzw. Arrangements in Rechnung gestellt. Die Abmeldung von mehr als 20 % der gemeldeten Teilnehmer ist ausgeschlossen.
 11. Der Veranstalter/Besteller haftet für die Bezahlung eventuell von den Veranstaltungsteilnehmern zusätzlich bestellter Speisen und Getränke.
 12. Störungen an zur Verfügung gestellter technischer oder sonstiger Einrichtung werden, soweit möglich, sofort beseitigt. Eine Zurückbehaltung oder Minderung von Zahlungen kann jedoch nicht vorgenommen werden.
 13. Das Anbringen von Plakaten, Dekorationsmaterial und anderen Gegenständen bedarf der vorherigen Zustimmung des Hotels. Der Auftraggeber übernimmt die Gewähr dafür, dass das Dekorationsmaterial den feuerpolizeilichen Anforderungen entspricht. Das Hotel kann die Vorlage einer entsprechenden Bestätigung der Brandschutzbehörde verlangen.
 14. Die Untervermietung überlassener Räumlichkeiten und Flächen ist nicht gestattet.
 15. Hat das Hotel begründeten Anlass zu der Annahme, dass die Veranstaltung den reibungslosen Geschäftsbetrieb, die Sicherheit, die Ordnung oder den Ruf des Hauses gefährdet, sowie im Falle höherer Gewalt, oder bei nicht vereinbarten politischen Veranstaltungen, kann das Hotel vom Vertrag zurücktreten. Hat der Veranstalter den Grund für den Rücktritt zu vertreten, so bleibt seine Zahlungspflicht bestehen.
 16. Unsere Rechnungen sind binnen 14 Tagen ab Zustellung ohne Abzug zahlbar.
 17. Berichtigung von Irrtümern sowie von Druck- und Rechenfehlern bleibt vorbehalten.
 18. Alle Ansprüche gegen das Hotel verjähren in einem Jahr ab dem gesetzlichen Verjährungsbeginn. Dies gilt nicht bei Ansprüchen, die auf einer grob fahrlässigen oder vorsätzlichen Pflichtverletzung des Hotels beruhen.
 19. Die Unwirksamkeit einzelner Bestimmungen des Vertrages oder dieser Bedingungen berührt nicht die Wirksamkeit der übrigen Vereinbarungen. Nebenabreden und Änderungen bedürfen zu ihrer Gültigkeit der Schriftform.
 20. Erfüllungsort und Gerichtsstand ist – im kaufmännischen Verkehr – der Sitz des Hotels.

Anfahrt – Lage DRK-Zentrum Münster



**Deutsches
Rotes
Kreuz**

Landesverband
Westfalen-Lippe e.V.
Sperlichstraße 25-27
48151 Münster
Tel.: 0251 9739 0 / -141



So erreichen Sie das DRK-Zentrum in Münster:

Wenn Sie aus Norden, Süden und Westen mit dem Auto anreisen, empfehlen wir die Autobahn A 1 oder A 43 bis zum Autobahnkreuz Münster-Süd, Richtung Münster. Der Zubringer mündet automatisch in die Weseler Straße. Fahren Sie stadteinwärts und ca. 100 m nach der Westfales-Tankstelle (links) an der Ampel links in die Sperlichstraße Richtung DRK-Blutspendedienst West.

Aus östlicher Richtung erreichen Sie das Rotkreuzzentrum über die B 51, Warendorf/Telgte/Münster. Von der Warendorfer Straße der B 51 (rechts auf die Umgehungsstraße) folgen, die Umgehungsstraße auf die Weseler Straße (rechts) verlassen und der oberen Beschreibung folgen.

Wenn Sie mit der Bahn anreisen, befinden sich die Bushaltestellen vor dem Hbf. – Ausgang Innenstadt – gegenüber auf der anderen Straßenseite. Sie können die Buslinien 7, 15 oder 16 bis zur Haltestelle Kolde-Ring nehmen. Von hier sind es ca. 5 Gehminuten über die Weseler Straße und Sperlichstraße bis zum Rotkreuz-Zentrum.

Sie können mit den Ringlinien 33 und 34 fahren; der Ausstieg ist jeweils „Sperlichstraße“. Vom Flughafen Münster/Osnabrück empfehlen wir die Verbindungen mit öffentlichen Verkehrsmitteln bis zum Hauptbahnhof und weiter wie bei der Bahnreise.