PRO SENECTUTE
GEMEINSAM STÄRKER

Weiterbildung Programm 2018

Qualität in der Altersarbeit

Art.-Nr. 540001 09.17

«Sich bilden ist zielbewusstes, sinnhaftes Handeln» *Urs Kalbermatten*

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Kolleginnen und Kollegen von Pro Senectute, liebe Weiterbildungsgäste aus anderen Sozial- und Gesundheitsbereichen

«Sich bilden ist zielbewusstes, sinnhaftes Handeln.» Mit diesem Zitat des Gerontologen und Sozialpsychologen, Dr. Urs Kalbermatten, begrüsse ich Sie herzlich zum Weiterbildungsangebot 2018 von Pro Senectute. Unser Angebot gibt Ihnen die Gelegenheit, sich auf verschiedenen Ebenen im gerontologischen, sozialen und in anderen fachspezifischen Bereichen weiterzubilden. Sie finden ganz neue Themen wie «Kognitiv-motorisches Training zur Förderung der Selbstständigkeit», «Die Kunst der Abgrenzung», «GERAS», «Publizieren und Kommunizieren» und viele mehr. Verschiedene Themen aus dem früheren Grundlagenseminar «Kompetenz in Altersarbeit» und dem Führungsseminar «Die Führungsperson im Sandwich» bieten wir Ihnen neu als Einzeltage an. Der Kurs «Zertifikat Kommunikation» beginnt im Frühjahr 2018 wieder und erstreckt sich bis 2019.
«Lebensräume für Generationen» lautet der Titel des Gerontologie-Symposiums 2017, das wir in Kooperation mit der Hochschule für Soziale Arbeit Freiburg am 28. November 2017 in Freiburg FR durchführen werden. Sie finden als Beilage den detaillierten Flyer. Ich freue mich, wenn Ihnen unser vielfältiges Angebot zusagt und wenn Sie die gewählten Themen in Ihrem beruflichen oder privaten Umfeld umsetzen können. Lassen Sie sich inspirieren und geniessen Sie einige unbeschwerte Weiterbildungstage. Wir beraten Sie gerne auch für speziell auf Ihre Bedürfnisse ausgerichtete Vor-Ort-Weiterbildungen. Nehmen Sie dafür mit Christa Bula, christa.bula@prosenectute.ch, Kontakt auf. Ich freue mich, Sie an der einen oder anderen Weiterbildung begrüssen zu dürfen.

Christa Bula

Leiterin Bildung & Kultur

Programmübersicht

Weiterbildungen Gerontologie

Seite	Kurs-Nr.	Titel	Daten
		Weiterbildungen Gerontologie	
14	460.18.101	Altersbilder, Alterstheorien und Altersmodelle	2.3.2018
15	460.18.102	Kognitiv-motorisches Training zur Förderung der Selbstständigkeit	10.4.2018
16	460.18.103	Altersveränderungen – Entwicklungs-phasen und -aufgaben im Alter	20.4.2018
17	460.18.104	Kindes- und Erwachsenenschutz Vertiefung und Erfahrungsaustausch	17.5.2018
18	460.18.105	Güterrecht – Erbrecht – Steuerrecht	24./25.5.2018
19	460.18.106	Spiritualität und Älterwerden	4.6.2018
20	460.18.107	Unterstützung älterer Menschen in Konfliktsituationen Teil 1	6.6.2018
21	460.18.108	Unterstützung älterer Menschen in Konfliktsituationen Teil 2	27.6.2018
22	460.18.109	Behinderung und Alter	8.6.2018
23	460.18.110	Stadt, Agglomeration und Land – gleiches Vorgehen in der GWA?	19.6.2018
24	460.18.111	Digitale Gesundheit – digitale Hilfsmittel	21.6.2018
25	460.18.112	Gehirn – Entwicklungen und Veränderungen im Alter	29.6.2018
26	460.18.113	Biografie- und Erinnerungsarbeit in Verbindung mit Kommunikation	7.9.2018
27	460.18.114	Betreuende und pflegende Angehörige	25.9.2018

Ort	Leitung
8002 Zürich, Pro Senectute Bibliothek	René Hadorn
8008 Zürich, Foyer St. Anton	Eva van het Reve
8002 Zürich, Pro Senectute Bibliothek	René Hadorn
8002 Zürich, Pro Senectute Bibliothek	Christoph Häfeli, Albert Wettstein
8008 Zürich, Foyer St. Anton	Christoph Häfeli, Roger Seiler, Michael Eichholzer
8032 Zürich, Altersheim Klus Park (Theatersaal)	Susi Lüssi, Doris Held
8002 Zürich, Pro Senectute Bibliothek	Susanna Sacchetti
8002 Zürich, Pro Senectute Bibliothek	Susanna Sacchetti
8002 Zürich, Pro Senectute Bibliothek	Monika T. Wicki, Annette Paltzer
8002 Zürich, Pro Senectute Bibliothek	Dani Fels, Sonya Kuchen
8008 Zürich, Foyer St. Anton	Cornelia Marti
8002 Zürich, Pro Senectute Bibliothek	René Hadorn
8002 Zürich, Pro Senectute Bibliothek	Monika Fiechter
8008 Zürich, Foyer St. Anton	Bettina Ugolini

Programmübersicht

Weiterbildungen Gerontologie
Weiterbildungen Sozial- und Fachkompetenz

Seite	Kurs-Nr.	Titel	Daten
		Weiterbildungen Gerontologie	
28	460.18.115	Umgang mit Sucht im Alter	2.10.2018
29	460.18.116	Beihilfe zum Suizid im Alter	23.10.2018
30	460.18.117	Analyse von Lebensübergängen im Alter	2.11.2018
31	460.18.118	Gesunde Trauer und Emotionskultur	5.11.2018
		Weiterbildungen Sozial- und Fachkompetenz	
34	460.18.201	Mit DOCUPASS vorsorgen	5.2.2018
35	460.18.202	Training für DOCUPASS-Workshop-Leitende	9.2.2018
36	460.18.203 ff.	CASEnet für Sozialberatung und IF	28.2.2018 8.5.2018 29.8.2018 7.11.2018
37	460.18.207 ff.	GERAS für Sozialberatung und IF	26.10.2018 23.11.2018
38		Zertifikat Kommunikation	
39	460.18.209	Grundlagen der Kommunikations-psychologie	12./13.3.2018
40	460.18.210	Konfliktgespräche führen	19.4.2018
41	460.18.211	Teamtraining	11.9.2018
42	460.18.212 ff.	Einführungstag Pro Senectute für neue Mitarbeitende	15.3.2018 30.5.2018 4.9.2018 28.11.2018

Ort	Leitung
8005 Zürich, Zürcher Fachstelle für Alkoholprobleme	Lilo Steinmann
8008 Zürich, Foyer St. Anton	Heinz Rüegger
8002 Zürich, Pro Senectute Bibliothek	Michèle Métrailler, Urs Kalbermatten
8008 Zürich, Foyer St. Anton	Monica Lonoce
8002 Zürich, Pro Senectute Schweiz	Margrit Brunner, Simon Fischer
8002 Zürich, Pro Senectute Schweiz	Margrit Brunner, Barbara Läuchli
8002 Zürich, Pro Senectute Schweiz	Lukas Loher, Annina Spirig
8002 Zürich, Pro Senectute Schweiz	Remigius Baerlocher, Christian Griess
	Susanne Mouret, Adrian Kunzmann
8008 Zürich, Foyer St. Anton	Susanne Mouret
8008 Zürich, Foyer St. Anton	Susanne Mouret
8008 Zürich, Foyer St. Anton	Adrian Kunzmann
8002 Zürich, Pro Senectute Schweiz	Werner Schärer, Mitglieder der Geschäftsleitung und Bereichsleitende

Programmübersicht

Weiterbildungen Sozial- und Fachkompetenz

Seite	Kurs-Nr.	Titel	Daten
		Weiterbildungen Sozial- und Fachkompetenz	
43	460.18.216	Einführungshalbtag Pro Senectute für Freiwillige	28.6.2018
44	460.18.217	Einführungshalbtag Pro Senectute für Stiftungsrätinnen und -räte	21.11.2018
45	460.18.218	Schreiben mit leichter Hand	16.3.2018
46	460.18.219	Gruppensupervision	6.4. 2018 22.6.2018 28.9.2018
47	460.18.220	Suchen und Finden	12.4.2018
48	460.18.221	Schriftliche Mitteilungen gezielt(er) anbringen	14.5.2018
49	460.18.222	Umgang mit herausfordernden Situationen	29.5.2018
50	460.18.223	Bewegungsaktivität	12.6.2018
51	460.18.224	Online Marketing, Social Media und Texten im Web	13.6.2018
52	460.18.225	Nützliche Protokolle	6.7.2018
53	460.18.226	Grundlagen im Projektmanagement I	22.8.2018
54	460.18.227	Grundlagen im Projektmanagement II	27.11.2018
55	460.18.228	Sozialversicherungen	27./28.8.2018
56	460.18.229	Stressbewältigung ist möglich	13.9.2018
57		Die Führungsperson im Sandwich	
58	460.18.230	Die Führungsperson im Sandwich	20./21.9.2018

Ort	Leitung
8002 Zürich, Pro Senectute Schweiz	Werner Schärer, Mitglieder der Geschäftsleitung und Bereichsleitende
8002 Zürich, Pro Senectute Schweiz	Werner Schärer, Mitglieder der Geschäftsleitung und Bereichsleitende
8002 Zürich, Pro Senectute Bibliothek	Esther Spinner
8002 Zürich, Pro Senectute Bibliothek	Xaver Wittmer
8002 Zürich, Pro Senectute Bibliothek	Dieter Sulzer
8008 Zürich, Foyer St. Anton	Monika Lanz
8008 Zürich, Foyer St. Anton	Dorothea Fiechter
8008 Zürich, Foyer St. Anton	Erika Tschumi
8002 Zürich, Pro Senectute Schweiz	Sabrina Hinder
8002 Zürich, Pro Senectute Bibliothek	Madeleine Marti
8008 Zürich, Foyer St. Anton	Monica Schori, Lea Meister
8008 Zürich, Foyer St. Anton	Monica Schori, Lea Meister
8008 Zürich, Foyer St. Anton	Uwe Koch
8008 Zürich, Foyer St. Anton	Monika Lanz
	Daniel Bürki
8002 Zürich, Pro Senectute Bibliothek	Daniel Bürki

Programmübersicht

Weiterbildungen Sozial- und Fachkompetenz
Weiterbildungen, Tagungen, spezielle Angebote

Seite	Kurs-Nr.	Titel	Daten
		Weiterbildungen Sozial- und Fachkompetenz	
59	460.18.231	Die Führungsperson im Sandwich	9.11.2018
60	460.18.232	«Die Kunst der Abgrenzung»	24.9.2018
61	460.18.233	Schulden! Was tun?	26.11.2018
62	460.18.234	Freiwilliges Engagement – geschätzte oder unterschätzte Mitarbeit?	29.11.2018
		Weiterbildungen, Tagungen, spezielle Angebote	
64	460.18.301	Zürcher Ressourcen Modell ZRM® I	19./20.3.2018
65	460.18.302	Zürcher Ressourcen Modell ZRM® II	9.4.2018
66	460.18.303	Selbstbewusstseinstraining – ein Kurs speziell für Frauen	4.4.2018 11.6.2018
67	460.18.304	Ganzheitlich gesund	13.4.2018
68	460.18.305	Wege zur mentalen Gesundheit	18.4.2018
69	460.18.306	Lachend durch stürmische Zeiten	7.5.2018
70	460.18.307	Stark sein in stürmischen Zeiten	22.10.2018
71	460.18.308	Ganzheitlich beraten	18.5.2018
72	460.18.309	Vom «Ja, aber» zum «Ja, und»	31.5.2018
73	460.18.310	Ernährung und Entzündung	5.6.2018
74	460.18.311	Persönlichkeitsstörungen	14.6.2018
75	460.18.312	Logotherapie und Existenzanalyse	26.6.2018
76	460.18.313	Achtsamkeit als Haltung und Methode in der Arbeit mit älteren Klienten	2./3.7.2018

Ort	Leitung
8002 Zürich, Pro Senectute Bibliothek	Daniel Bürki
8008 Zürich, Foyer St. Anton	Claudia Kandalowski
8021 Zürich, Caritas Zürich	Susanna Denzler, Barbara Mantz
8002 Zürich, Pro Senectute Bibliothek	André Häring, Claudia Poznik
8002 Zürich, Pro Senectute Bibliothek	Barbara Hobi, Susanne Benz
8002 Zürich, Pro Senectute Bibliothek	Barbara Hobi, Susanne Benz
8002 Zürich, Pro Senectute Bibliothek	Barbara Brandes
8008 Zürich, Foyer St. Anton	Karin Bernet
8008 Zürich, Foyer St. Anton	Roland Geisselhart
8008 Zürich, Foyer St. Anton	Regula Eugster, Bernie Fürer
8008 Zürich, Foyer St. Anton	Regula Eugster
8008 Zürich, Foyer St. Anton	Karin Bernet
8008 Zürich, Foyer St. Anton	Tobias von Schulthess
8008 Zürich, Foyer St. Anton	Sybille Binder
8008 Zürich, Foyer St. Anton	Brigitte Ambühl Braun
8002 Zürich, Pro Senectute Bibliothek	Stefan Schwarz
8008 Zürich, Foyer St. Anton	Andreas Knuf

Programmübersicht

Weiterbildungen, Tagungen, spezielle Angebote
Ankündigungen unserer Kooperationspartner
Allgemeine Bestimmungen

Seite	Kurs-Nr.	Titel	Daten
		Weiterbildungen, Tagungen, spezielle Angebote	
77	460.18.314	Happynez bis ins hohe Alter!	12.7.2018
78	460.18.315	Messiesyndrom	31.8.2018
79	460.18.316	Mein neues NEIN – ein klares JA zu mir	18.9.2018
80	460.18.317	Sterben – eine Lebenskunst	30.10.2018
81	460.18.318	Umgang mit psychisch kranken Klientinnen und Klienten	31.10.2018
82	460.18.319	Kränkung, Scham und Depression	13.11.2018
83	460.18.320	Publizieren und kommunizieren	14.11.2018
		Ankündigungen unserer Kooperationspartner	
86		Biografische Bildungsarbeit	14./15.2.2018
86		Körperliche Prozesse und Sinneswahrnehmung im Alter	16.2.2018
86		Sozialversicherungen im Zusammenhang mit Pflege und Betreuung	7.3.2018
86		Häusliche Gewalt in der Angehörigenpflege	25.4.2018
87		Fortbildung in psychosozialer Beratung nach Viktor Frankl	13./14.1.2018
87		In der Mitte des Lebens die Zukunft neu gestalten	Nach Absprache
89		**Allgemeine Bestimmungen**	
		Anmeldeformulare	

Allfällige Änderungen vorbehalten.

Ort	Leitung
8008 Zürich, Foyer St. Anton	Susanna Furrer
8008 Zürich, Foyer St. Anton	Brigitte Ambühl Braun
8008 Zürich, Foyer St. Anton	Stefanie Uzler, Lisa Ritter
8008 Zürich, Foyer St. Anton	Sabine Lenz
8008 Zürich, Foyer St. Anton	René Hadorn
8008 Zürich, Foyer St. Anton	Daniel Hell
8002 Zürich, Pro Senectute Bibliothek	Christine Loriol
Bern: Berner Fachhochschule BFH	Cornelia Kricheldorff
Bern: Berner Fachhochschule BFH	Hans-Werner Wahl
Bern: Berner Fachhochschule BFH	Markus Bieri
Bern: Berner Fachhochschule BFH	Bettina Ugolini
Basel: Institut für Sinnzentrierte Führung, ISF	Stefan Schwarz
Basel: Institut für Sinnzentrierte Führung, ISF	Stefan Schwarz

Docupass

PRO SENECTUTE
GEMEINSAM STÄRKER

Jetzt bestellen für CHF 19.–

Ein Verlust der Urteilsfähigkeit ist in jedem Alter möglich. Sorgen Sie rechtzeitig vor. Mit dem DOCUPASS von Pro Senectute.

Die anerkannte Gesamtlösung für Ihre Vorsorge mit folgenden Dokumenten und Formularen:

- Vorsorgeauftrag
- Patientenverfügung
- Anordnung für den Todesfall
- Anleitung für ein Testament
- Vorsorgeausweis
- Informationsbroschüre

Bestellen Sie Ihren DOCUPASS noch heute!

www.docupass.ch

Weiterbildungen
Gerontologie

460.18.101

Altersbilder, Alterstheorien und Altersmodelle

Kompetenz in Altersarbeit

Leitung **René Hadorn,** Pflegefachmann HF Psychiatrie, Supervisor/Coach BSO

Zielgruppe Alle am Thema Interessierten

Kursziele Die Teilnehmenden
- formulieren ihr persönliches Altersbild und können Auswirkungen auf ihren Berufsalltag ableiten,
- lernen verschiedene Alterstheorien und -modelle kennen und diese in den jeweiligen gesellschaftlichen Zusammenhang zu stellen.

Kursinhalte Wir setzen uns mit Bildern, Vorstellungen und Vorurteilen im Zusammenhang mit Alter oder Altern auseinander, die wir in uns tragen. Wir hinterfragen auch die eigene Einstellung gegenüber dem Alter und deren Auswirkungen in der Begegnung mit alten Menschen. Es wird der Frage nachgegangen, wie sich Altersbilder und -theorien im Laufe der Zeit gewandelt haben und welchen Einfluss diese für die Pflege und Betreuung haben. Mit der konkreten Anwendung eines ganzheitlichen Modells, welches in der Pflege und Betreuung sinnvoll eingesetzt werden kann, schliessen wir den Kurstag ab.

Methodik
- Referate
- Gruppenarbeiten, Diskussionen, Übungen, Reflexionen
- DVD-Sequenzen

Datum **Freitag, 2. März 2018**
Kursort 8002 Zürich, Bederstrasse 33, Pro Senectute Bibliothek
Kosten Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**
Anmeldeschluss **Freitag, 29. Dezember 2017.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.102

Kognitiv-motorisches Training zur Förderung der Selbstständigkeit

Aktuelle Forschung und Praxis zur Vorbeugung von Stürzen

Leitung **Eva van het Reve**, Dr. Sc. ETH in Bewegungswissenschaften

Zielgruppe Alle am Thema Interessierten

Kursziele Ziele
- Die Teilnehmenden kennen nach dem Kurs ein technologiebasiertes, wissenschaftlich geprüftes Trainingskonzept für Institutionen sowie für zu Hause, um ältere, sturzgefährdete Menschen kompetent und sicher zu trainieren und Sturzereignissen vorzubeugen.
- Es werden Trainingsprinzipien sowie bewährte Assessments zur Erfassung der körperlichen und kognitiven Leistungsfähigkeit älterer Menschen erlernt, Ergebnisse analysiert und den Einsatz in der Praxis erprobt.

Kursinhalte Der Kurs beinhaltet theoretische Präsentationen zu den Themen Alterungsprozess, Charakteristiken des Gangbildes und deren Gefahren, die Wichtigkeit des Gehirns und dessen Zusammenspiel mit der Mobilität, die Trainierbarkeit im Alter, geriatrische Assessments sowie Updates zu den relevanten wissenschaftlichen Themen in den Bereichen Kraft-, Gleichgewichts- und kognitiv-motorisches Training. Konzepte und Produkte für das Training zu Hause oder in der Altersinstitution werden vorgestellt und getestet.

Methodik
- Referate
- Workshop
- Aufgaben in Kleingruppen

Datum **Dienstag, 10. April 2018**
Kursort 8008 Zürich, Klosbachstrasse 36a, Foyer St. Anton
Kosten Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**
Anmeldeschluss **Dienstag, 6. Februar 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.103

Altersveränderungen – Entwicklungsphasen und -aufgaben im Alter

Kompetenz in Altersarbeit

Leitung **René Hadorn,** Pflegefachmann HF Psychiatrie, Supervisor/Coach BSO

Zielgruppe Alle am Thema Interessierten

Kursziele Die Teilnehmenden
- beschreiben physiologische Altersveränderungen,
- formulieren die Entwicklungsphasen und -aufgaben im Lebensverlauf,
- sind in der Lage, Bewältigungsstrategien bei kritischen Lebensereignissen zu erläutern.

Kursinhalte Sie erfahren, welche physischen und psychosozialen Veränderungen im Leben eines Menschen auftreten und welche Auswirkungen und Herausforderungen diese an einen alternden Menschen stellen. Unsere Entwicklung verläuft oft nicht gleichmässig und «störungsfrei», es können sich kleinere oder grössere Krisen und Verluste ereignen, welche Stress auslösen. In sogenannten kritischen Lebenssituationen ist der Mensch gefordert, Bewältigungsstrategien einzusetzen oder neue zu entwickeln.

Methodik
- Referate
- Gruppenarbeiten, Diskussionen, Übungen, Reflexionen
- DVD-Sequenzen

Datum **Freitag, 20. April 2018**

Kursort 8002 Zürich, Bederstrasse 33, Pro Senectute Bibliothek

Kosten Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**

Anmeldeschluss **Freitag, 16. Februar 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.104

Kindes- und Erwachsenenschutz Vertiefung und Erfahrungsaustausch

mit einem Schwerpunkt Demenz und Recht

Leitung
Christoph Häfeli, Prof. FH lic. iur./dipl. Sozialarbeiter, Kindes- und Erwachsenenschutzexperte, Niederrohrdorf
Albert Wettstein, Dr., Vorsitzender Fachkommission UBA ZH/SH, ehemaliger Chefarzt Stadtärztlicher Dienst Zürich

Zielgruppe
Pro Senectute-Mitarbeitende, die das Einführungsseminar zum neuen Kindes- und Erwachsenenschutz besucht haben und ihre Erfahrungen mit dem neuen KESR austauschen und reflektieren möchten und Antworten auf offene Fragen suchen

Kursziele
Die Kursteilnehmenden
- setzen sich vertieft mit dem Thema Demenz und Recht auseinander,
- erhalten Informationen über die Umsetzung des KESR in den ersten drei Jahren seit der Inkraftsetzung,
- haben Gelegenheit zum Erfahrungsaustausch im Umgang mit dem DOCUPASS und weiteren Fragen zum KESR,
- erhalten Antworten auf ihre offenen Fragen.

Kursinhalte
Der Kurs vermittelt keine systematische Übersicht über das Kindes- und Erwachsenenschutzrecht. Zum Thema Demenz und Recht werden aus medizinischer und rechtlicher Sicht Informationen vermittelt. Im Übrigen werden jene Aspekte vertieft, welche für die Kursteilnehmenden in ihrem Arbeitsalltag von Bedeutung sind (der Fragenkatalog wird von den angemeldeten Teilnehmenden im Voraus erhoben).

Methodik
- Referate/Lehrgespräche mit Diskussionen
- Bearbeitung von Fallbeispielen der Kursteilnehmenden
- Abgabe von Kursunterlagen mit Literaturhinweisen

Datum
Donnerstag, 17. Mai 2018

Kursort
8002 Zürich, Bederstrasse 33, Pro Senectute Bibliothek

Kosten
Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**

Anmeldeschluss
Donnerstag, 15. März 2018. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.105

Güterrecht – Erbrecht – Steuerrecht

Unter Einbezug des ehelichen Unterhalts- und Vertretungsrechts

Leitung
Christoph Häfeli, Prof. FH lic. iur./dipl. Sozialarbeiter, Kindes- und Erwachsenenschutzexperte, Niederrohrdorf
Roger Seiler, lic. iur. Rechtsanwalt und Notar
Michael Eichholzer, Betriebsökonom HWV/dipl. Steuerexperte

Zielgruppe
In der Sozialberatung Tätige

Kursziele
Die Teilnehmenden verfügen über
- Grundkenntnisse des ehelichen Güterrechts und Unterhaltsrechts sowie die gegenseitigen Vertretungsrechte,
- Grundkenntnisse des Erbrechts, namentlich Verfügungsformen und Ehe- und Erbverträge,
- für ihre Beratungstätigkeit relevante steuerrechtliche Kenntnisse.

Kursinhalte
Der erste Tag ist dem ehelichen Unterhalts und Güterrecht gewidmet sowie den gesetzlichen Vertretungsrechten unter Ehegatten und dem neuen Rechtsinstitut des Vorsorgeauftrags. Am zweiten Tag werden die Grundzüge des Erbrechts unter besonderer Berücksichtigung der Testamentsformen sowie des Ehe- und Erbvertrags vermittelt. Der Kurs schliesst mit der Behandlung von steuerrechtlichen Fragen.

Methodik
- Referate/Lehrgespräche mit Diskussionen
- Bearbeitung von Fallbeispielen

Datum
Donnerstag, 24., und Freitag, 25. Mai 2018

Kursort
8008 Zürich, Klosbachstrasse 36a, Foyer St. Anton

Kosten
Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 420.–**

Anmeldeschluss
Donnerstag, 22. März 2018. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.106

Spiritualität und Älterwerden

«Die längste Reise ist die Reise nach innen», Dag Hammarskjöld

Leitung
Susi Lüssi, Leiterin eines Stadtzürcher Alterszentrums und dipl. Gerontologin SAG
Doris Held, lic. phil. Psychologin, Alterspsychotherapeutin, Meditationslehrerin VC, Master in Spiritualität UZH, Projektleiterin Unternehmensentwicklung

Zielgruppe
In Beratung, Bildung und Betreuung Tätige, alle am Thema Interessierten

Kursziele
- Entdecken von verschiedenen Zugängen zur Spiritualität.
- Erforschen von eigener Weisheit in uns; Wer bin ich in meinem ureigenen Wesen? Was ist der Sinn meines Lebens?

Kursinhalte
Durch schlichte Hinweise und Übungen wird klar, was wir in den Berufsalltag zurücknehmen möchten und wie wir das tägliche Leben durch Spiritualität gut meistern können.

Methodik
- Referate
- Praktische Übungen

Datum
Montag, 4. Juni 2018

Kursort
8032 Zürich, Asylstrasse 130, Altersheim Klus Park (Theatersaal)

Kosten
Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**

Anmeldeschluss
Montag, 23. April 2018. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.107

Unterstützung älterer Menschen in Konfliktsituationen

Elder Mediation Teil 1: Grundlagen

Leitung **Susanna Sacchetti,** Mediatorin SDM, Organisationsberaterin NDS FH, Mitglied der Fachkommission ZH/SH Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter (UBA)

Zielgruppe In Beratung oder Konfliktschlichtung tätige Personen von Behörden, Kirchen, NPO oder freiwillig Tätige

Kursziele
- Einblick in die Mediation mit alten Menschen.
- Rollenklärung und mögliche Interventionen bei Konfliktbearbeitungen.
- Konkrete Anwendungsbereiche und Grenzen.

Kursinhalte Die Problembearbeitung in späteren Lebensphasen kann an Grenzen stossen, wenn Konflikte plötzlich eskalieren, weil sie seit vielen Jahren ähnlich dem berühmten Eisberg verborgen liegen. Entsprechende Störungen treten oft als Turbulenzen im Paar-, Familien-, Nachbarschaftsumfeld oder auch in Zusammenhang mit einer bevorstehenden oder bereits eingegangenen Heimsituation zutage. Das Vertrautwerden mit den aus Kanada und den USA stammenden Prinzipien der Mediation mit älteren Menschen, genannt «Elder Mediation», soll dafür sensibilisieren und einen Einblick in mögliche Settings bieten.
Wir weisen Sie gerne auf den Kurs Elder Mediation Teil 2 (Seite 21, Nr. 460.18.108) von Mittwoch, 27. Juni 2018, hin.

Methodik
- Theoretische Inputs
- Gespräche in Kleingruppen und im Plenum
- Die Teilnehmenden erklären sich bereit, Fallbeispiele anonymisiert einzubringen

Datum **Mittwoch, 6. Juni 2018**
Kursort 8002 Zürich, Bederstrasse 33, Pro Senectute Bibliothek
Kosten Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**
Anmeldeschluss **Mittwoch, 4. April 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.108

Unterstützung älterer Menschen in Konfliktsituationen

Elder Mediation Teil 2: Ethische Aspekte und Grenzen

Leitung **Susanna Sacchetti,** Mediatorin SDM, Organisationsberaterin NDS FH, Mitglied der Fachkommission ZH/SH Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter (UBA)

Zielgruppe In Beratung oder Konfliktschlichtung tätige Personen von Behörden, Kirchen, NPO oder freiwillig Tätige

Kursziele
- Vertiefung aus ethischer Sicht im Umgang mit Konflikten zwischen zwei und mehreren Personen, intra-/extrafamiliär.
- Erlernt werden mögliche Massnahmen und Methoden zur Konfliktschlichtung.
- Die Teilnehmenden kennen die Grenzen der Schlichtung bei Gewalteinwirkung.

Kursinhalte Für alternde Menschen können Konfliktsituationen intra- wie extrafamiliär eine zusätzliche Belastung im Leben darstellen. Wenn Druck oder gar Gewalt im Spiel sind, gilt es Massnahmen zu ergreifen. Wo liegen Grenzen, und welche ethischen Kriterien sind zu berücksichtigen? Aber auch welche Kommunikationsformen und Settings lösungsweisend sein können ist Thema dieses zweiten Elder-Mediation-Tageskurses. Dabei wird die UBA Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter und deren Dienstleistungen kurz vorgestellt. Von Vorteil ist, wenn Sie den Kurs Elder Mediation Teil 1 (Seite 20, Nr. 460.18.107) von Mittwoch, 6. Juni 2018, besucht oder sich mit Konfliktschlichtungen bzw. Mediation auseinandergesetzt haben.

Methodik
- Kurzreferate
- Gespräche in Kleingruppen, Transfer im Plenum
- Besprechung anonymisierter Beispiele

Datum **Mittwoch, 27. Juni 2018**

Kursort 8002 Zürich, Bederstrasse 33, Pro Senectute Bibliothek

Kosten Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**

Anmeldeschluss **Mittwoch, 25. April 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.109

Behinderung und Alter

Herausforderungen und Unterstützungsmöglichkeiten

Leitung **Monika T. Wicki**, Dozentin Interkantonale Hochschule für Heilpädagogik, HfH
Annette Paltzer, Heilpädagogin, Age Plus

Zielgruppe Alle am Thema Interessierten

Kursziele
- Probleme bei Übergängen werden erkannt.
- Die rechtlichen und finanziellen Grundlagen sind bekannt.
- Die Teilnehmenden können Herausforderungen adäquat begegnen.

Kursinhalte Frau B ist 56 Jahre alt und hat cerebrale Bewegungsstörungen. Bislang lebte sie weitgehend selbstständig mit Unterstützung durch Angehörige. Nun zeigen sich gesundheitliche Veränderungen, der Pflege- und Unterstützungsbedarf steigt. Wer kommt für die Finanzierung auf, und muss Frau B. in eine Wohneinrichtung oder ein Pflegeheim ziehen? Wie kann die Lebensqualität erhalten werden?
Im Kurs werden Herausforderungen, die sich besonders beim Älterwerden von Menschen mit Behinderungen stellen, betrachtet. Wie kann man sich vorbereiten? Welche Informationen und Angebote gibt es, welche sind nötig? Die Teilnehmenden haben auch die Möglichkeit, eigene Fragestellungen einzubringen.

Methodik
- Referate
- Gespräche in Kleingruppen und im Plenum
- Diskussion von Fallbeispielen

Datum **Freitag, 8. Juni 2018**
Kursort 8002 Zürich, Bederstrasse 33, Pro Senectute Bibliothek
Kosten Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**
Anmeldeschluss **Freitag, 6. April 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.110

Stadt, Agglomeration und Land – gleiches Vorgehen in der GWA?

Theorie, Daten, Fakten und Erfahrungswissen

Leitung
Dani Fels, Prof., Kompetenzzentrum Soziale Räume, Dozent, FHS St. Gallen
Sonya Kuchen, Leiterin Fachbereiche GWA & Services, Pro Senectute Schweiz

Zielgruppe
Alle am Thema Interessierten

Kursziele
- Die Teilnehmenden sind sich der unterschiedlichen Gegebenheiten und Dynamiken in den drei Gemeindetypen bewusst.
- Eigene Vorstellungen, Bilder und Erfahrungen zu diesen Gemeindetypen werden reflektiert.
- Sie erhalten anhand von konkreten Beispielen Anregungen, wie methodisch sozialräumlich angepasst gearbeitet werden kann.

Kursinhalte
Anhand von Daten, Fakten, eigenen Vorstellungen und Erfahrungen werden die drei Gemeindetypen charakterisiert. Unterschiedliches Vorgehen für Mitwirkungsprozesse für das Gestalten des Sozialraums werden dazu abgeleitet und mit Beispielen konkretisiert.

Methodik
- Arbeiten in Kleingruppen
- Referate
- Diskussionen und Reflektionen im Plenum

Datum
Dienstag, 19. Juni 2018

Kursort
8002 Zürich, Bederstrasse 33, Pro Senectute Bibliothek

Kosten
Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**

Anmeldeschluss
Dienstag, 17. April 2018. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.111

Digitale Gesundheit – digitale Hilfsmittel

Von Gesundheitsförderung bis zu digitalen Hilfsmitteln – Chancen und Risiken

Leitung **Cornelia Marti,** Dr. med., MPH, Beratung digitale Gesundheit – www.quince.ch

Zielgruppe Alle am Thema Interessierten

Kursziele Die Teilnehmer lernen
- die Grundlagen von digitaler Gesundheit inkl. Anwendungsgebiete kennen,
- anhand von konkreten Beispielen aus den Bereichen Gesundheitsförderung, Medizin und Lebensqualität Chancen und Risiken der digitalen Möglichkeiten einzuschätzen,
- die Wichtigkeit der Förderung der digitalen Gesundheitskompetenz kennen.

Kursinhalte Nach einer Einführung in digitale Gesundheit (Begriffe, Anwendungsgebiete) wird anhand von konkreten Beispielen aufgezeigt, welche Möglichkeiten sich in den Bereichen Gesundheitsförderung, Medizin und Lebensqualität bieten. Dabei werden Themen wie Online-Gesundheitsinformationen, Gesundheits-Apps, Wearables (tragbare Gegenstände, die durch eingebaute Sensoren gewisse Funktionen erfüllen) und altersgerechte Assistenzsysteme (AAL) diskutiert sowie Chancen und Risiken aufgezeigt. Die Wichtigkeit der digitalen Gesundheitskompetenz wird erläutert.

Methodik
- Referate (Theorie)
- Diskussionen anhand von konkreten Beispielen

Datum **Donnerstag, 21. Juni 2018**
Kursort 8008 Zürich, Klosbachstrasse 36a, Foyer St. Anton
Kosten Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**
Anmeldeschluss **Donnerstag, 19. April 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.112

Gehirn – Entwicklungen und Veränderungen im Alter

Kompetenz in Altersarbeit

Leitung **René Hadorn,** Pflegefachmann HF Psychiatrie, Supervisor/Coach BSO

Zielgruppe Alle am Thema Interessierten

Kursziele Die Teilnehmenden
- beschreiben Entwicklungs- und Veränderungsvorgänge im Gehirn,
- erklären Unterschiede zwischen physiologischen und krankhaften Gehirnentwicklungen,
- erläutern häufig vorkommende neurologische Krankheitsbilder und sind in der Lage, angepasst darauf zu reagieren.

Kursinhalte Sie erhalten einen vertieften Einblick in die Aufgaben, Funktionen und Veränderungen unseres Gehirns.
Wie lassen sich Informationen im Gedächtnis speichern, und wie steht es mit dem Vergessen? Welche Hirnveränderungen sind im fortschreitenden Altern normal, und welche Entwicklungen können als krankhaft bezeichnet werden? Eine krankhafte Hirnentwicklung kann nebst der häufigsten Form einer Demenz weitere neurologische Erkrankungen zur Folge haben. Die Krankheitsbilder Parkinson, Apoplexie und Multiple Sklerose werden erklärt und entsprechende Betreuungs- und Pflegeansätze besprochen.

Methodik
- Referate
- Gruppenarbeiten, Diskussionen, Übungen, Reflexionen
- DVD-Sequenzen

Datum **Freitag, 29. Juni 2018**
Kursort 8002 Zürich, Bederstrasse 33, Pro Senectute Bibliothek
Kosten Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**
Anmeldeschluss **Freitag, 27. April 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.113

Biografie- und Erinnerungsarbeit in Verbindung mit Kommunikation

Kompetenz in Altersarbeit

Leitung **Monika Fiechter,** Pflegefachfrau HF/Betriebsausbildnerin

Zielgruppe Alle am Thema Interessierten

Kursziele Die Teilnehmenden
- setzen sich mit Formen von Erinnerungs- und Biografiearbeit auseinander,
- erarbeiten Ansätze, um Erkenntnisse aus der Biografiearbeit in ihren Alltag einfliessen zu lassen,
- sind sich der Bedeutung von kommunikativen Aspekten bewusst und setzen ihre Kommunikation gezielt ein.

Kursinhalte Wir setzen uns mit der Bedeutung von Biografie- und Erinnerungsarbeit auseinander. Da die persönliche Lebensgeschichte eines Menschen auch in einem gesellschaftlichen Zusammenhang steht, werden historische Aspekte und deren Einfluss auf die Biografie einbezogen. Biografie- und Erinnerungsarbeit bedingt Kommunikation. Daher wird den Grundlagen der Kommunikation entsprechende Aufmerksamkeit geschenkt, und allgemeine kommunikative Aspekte in der Pflege und Betreuung alter Menschen werden erarbeitet.

Methodik
- Referate
- Gruppenarbeiten, Diskussionen, Übungen, Reflexionen
- DVD-Sequenzen

Datum **Freitag, 7. September 2018**
Kursort 8002 Zürich, Bederstrasse 33, Pro Senectute Bibliothek
Kosten Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**
Anmeldeschluss **Freitag, 6. Juli 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.114

Betreuende und pflegende Angehörige

Zwischen Wunsch und Verpflichtung, zwischen Belastung und Entlastung

Leitung **Bettina Ugolini,** Dr. phil., Diplompsychologin, dipl. Pflegefachfrau

Zielgruppe **In Beratung,** Betreuung und Pflege sowie in der freiwilligen Arbeit Tätige

Kursziele
- Die Konflikt und Belastungssituationen von betreuenden und pflegenden Angehörigen kennen und in der Lage sein, die Perspektive zu wechseln.
- Verständnis für betreuende und pflegende Angehörige entwickeln.
- Kenntnisse erlangen über die wichtigsten Beziehungsveränderungen in der Partnerschaft und der Eltern-Kind-Beziehung im Alter.

Kursinhalte Die pflegenden Angehörigen sind heute eine grosse Gruppe von Personen, die immer wieder neuen Belastungssituationen ausgesetzt sind. Oftmals sind das Dinge, die man sich als Nichtbetroffener kaum vorstellen kann. Die Aufgabe entspringt manchmal einem Wunsch, manchmal aber auch einer Verpflichtung und führt damit in sehr unterschiedliche Situationen. Wissen um und Verständnis für diese vielen verschiedenen Anforderungen und Bedürfnisse zu haben, kann in der Begegnung hilfreich und unterstützend sein.

Methodik
- Referate
- Einzelarbeit
- Gespräche in Kleingruppen und im Plenum

Datum **Dienstag, 25. September 2018**
Kursort 8008 Zürich, Klosbachstrasse 36a, Foyer St. Anton
Kosten Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**
Anmeldeschluss **Dienstag, 24. Juli 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.115

Umgang mit Sucht im Alter

Früherkennung und Interventionsmöglichkeiten bei einem risikoreichen Konsum oder einer Abhängigkeit

Leitung **Lilo Steinmann,** lic. phil. I, Psychologin
Präventionsfachfrau, Zürcher Fachstelle für Alkoholprobleme

Zielgruppe In der Altersarbeit Tätige. Alle am Thema Interessierten

Kursziele Die Teilnehmenden
- kennen verschiedene Konsummuster sowie Grundlagen zu Alkohol- und Medikamentenmissbrauch im Alter,
- erweitern ihre Handlungskompetenzen im Umgang mit dem Thema und üben, wie das Thema bei Betroffenen und Angehörigen angesprochen werden kann,
- haben allfällige aktuelle Praxisfragen geklärt.

Kursinhalte Aufgrund der demografischen Entwicklung wird es immer mehr ältere Menschen mit einem risikoreichen Konsum oder einer Sucht in der Schweiz geben. Im Kurs erhalten Sie Informationen darüber, wie Sie einen risikoreichen Konsum oder eine Sucht erkennen, wie Sie intervenieren und wo Sie Unterstützung finden können. Insbesondere wird das Ansprechen eines Verdachtes geübt. Zudem besteht die Möglichkeit, aktuelle Praxisfragen zu klären.

Methodik
- Inputreferate
- Einzel-, Partner- und Gruppenarbeiten
- Diskussion und Erfahrungsaustausch

Datum **Dienstag, 2. Oktober 2018**
Kursort 8005 Zürich, Josefstrasse 91, Zürcher Fachstelle für Alkoholprobleme
Kosten Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**
Anmeldeschluss **Dienstag, 21. August 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.116

Beihilfe zum Suizid im Alter

Motive – Grundfragen – Herausforderungen

Leitung **Heinz Rüegger,** Dr. theol. MAE, Theologe/Ethiker/Gerontologe, wissenschaftlicher Mitarbeiter am Institut Neumünster, Heimseelsorger

Zielgruppe In Beratung, Betreuung und Pflege Tätige

Kursziele
- Verstehen, was Sterben unter den Bedingungen eines modernen Sozial und Gesundheitswesens bedeutet.
- Ethische und juristische Klärungen zur Frage der Sterbehilfe.
- Sensibilität für einen angemessenen Umgang mit Menschen, die durch einen begleiteten Suizid aus dem Leben scheiden wollen.

Kursinhalte An diesem Kurstag werden gerontologische, ethische, juristische und psychologische Informationen vermittelt, die helfen sollen, sich sachlich und fundiert mit dem Thema auseinanderzusetzen. Thematisiert werden Konzepte eines «würdigen» und «selbstbestimmten» Sterbens sowie die Verantwortung verschiedener Akteure (Beratungsstellen, Ärzte, Pflege, Angehörige, Heime, Spitäler) im Umgang mit Menschen, die einen begleiteten Suizid planen. Als Referenztext dient das Positionspapier von Pro Senectute (Mai 2013) zur Frage der Suizidbeihilfe.

Methodik
- Referate/Lehrgespräch
- Gruppenarbeit
- Diskussion im Plenum

Datum **Dienstag, 23. Oktober 2018**
Kursort 8008 Zürich, Klosbachstrasse 36a, Foyer St. Anton
Kosten Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**
Anmeldeschluss **Dienstag, 21. August 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.117

Analyse von Lebensübergängen im Alter

Leitung
Michèle Métrailler, Dr., Gerontologin, Institut Alter BFH Bern
Urs Kalbermatten, Dr., Gerontologe

Zielgruppe
In Beratung und Bildung Tätige, alle am Thema Interessierten

Kursziele
Die Teilnehmenden kennen verschiedene Modelle zur Analyse von Herausforderungen an Lebensübergängen und haben sie in Übungen angewendet.

Kursinhalte
Transitionen wie Pensionierung, chronische Krankheiten, Verwitwung oder Heimeintritt erfahren ein grosser Teil der älteren Menschen. Sie sind weitgehend altersnormiert, vorhersehbar und man kann sich mit ihnen auseinandersetzen.
Im Kurs werden drei Analysekonzepte zur Lebensgestaltung behandelt:
- Konzept des Wandels
- Planungsaspekte, emotionale Verarbeitung
- Modell der kritischen Lebensereignisse

Die Teilnehmenden können im Kurs auch einen konkreten Fall aus ihrer Praxis bearbeiten.

Methodik
- Inputs aus der Forschung
- Präsentation der Analysemodelle
- Einzel- und/oder Gruppenarbeit

Datum
Freitag, 2. November 2018

Kursort
8002 Zürich, Bederstrasse 33, Pro Senectute Bibliothek

Kosten
Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**

Anmeldeschluss
Freitag, 31. August 2018. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.118 Gesunde Trauer und Emotionskultur

Leitung **Monica Lonoce,** Leiterin von Trauer & Emotionskultur, Ausbilderin FA, Prävention und Gesundheitsförderung CAS

Zielgruppe In Beratung, Bildung und Betreuung Tätige, alle am Thema Interessierten

Kursziele
- Mehr Sicherheit in der Begegnung und im Umgang mit starken Gefühlen wie Trauer, Wut und Co.
- Kennenlernen der Grundlagen von Trauer und Emotionskultur.
- Mehr Klarheit über Schutzmöglichkeiten im beruflichen Umfeld.

Kursinhalte Im Laufe des Lebens gibt es viele Abschiede und Veränderungen. Traurig sind wir meist nur heimlich für Verlorenes, für alles, was nicht möglich war oder nicht mehr möglich sein wird. Trauergefühle bergen in sich den persönlichen Reichtum an Lebenserfahrungen.
Sie erleben in diesem Kurs, wie es möglich ist, Gefühle zu ordnen und ihnen eine Chance zum Ausdruck zu geben. Es geht dabei um die Erfahrung von Verbundenheit, Gemeinschaft, Mitgefühl und um den Schutz der eigenen Grenzen.

Methodik
- Einführungsreferat
- Grundlagentheorie Trauerbegleitung
- Workshop mit kreativen Momenten wie Bewegung, Malen, Geschichten
- Austausch und Verbindung zu eigenen Erfahrungen

Datum **Montag, 5. November 2018**
Kursort 8008 Zürich, Klosbachstrasse 36a, Foyer St. Anton
Kosten Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**
Anmeldeschluss **Montag, 3. September 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

PRO SENECTUTE
GEMEINSAM STÄRKER

Ihr Zugang zu Wissen rund ums Alter

Die Pro Senectute Bibliothek ist das grösste Medien- und Informationszentrum in der Schweiz zu den Themen Alter, Altern und Generationenbeziehungen. Das Angebot richtet sich an Fachleute der Altersarbeit und an die interessierte Öffentlichkeit. Neben dem Hauptbestand an Fachliteratur verfügt die Bibliothek über Spezialsammlungen mit E-Books, Filmen, Musik, Aktivierungsspielen und belletristischer Literatur.

Dienstleistungen – online oder vor Ort
Wir unterstützen Sie bei Ihrer Suche und senden Ihnen Bestellungen elektronisch oder per Post zu. Regelmässig finden in der Bibliothek Referate und Buchpräsentationen zu aktuellen Themen statt.

Pro Senectute Bibliothek
Bederstrasse 33 · 8002 Zürich · Telefon 044 283 89 81
bibliothek@prosenectute.ch · prosenectute.ch/bibliothek

Weiterbildungen

Sozial- und Fachkompetenz

460.18.201

Mit DOCUPASS vorsorgen

Wie die Vorsorgedokumente umgesetzt und online hinterlegt werden

Leitung
Margrit Brunner, Mitglied Fachausschuss DOCUPASS, ehem. Geschäftsleiterin Pro Senectute Glarus
Simon Fischer, Fachmann Projekt und Marketingmanagement Pro Senectute Schweiz

Zielgruppe
Sozialarbeitende und alle am Thema Interessierten

Kursziele
- Sie kennen die Rahmenbedingungen des KESR.
- Sie kennen die Vorsorgedokumente, ihre Chancen und Grenzen.
- Sie erweitern und vertiefen Ihr Beratungs-Know-how.
- Sie kennen evita.ch (Online-Patientendossier) und die Möglichkeit, die Vorsorgedokumente online zu hinterlegen.

Kursinhalte
Die formellen und inhaltlichen Voraussetzungen zum Verfassen einer Patientenverfügung, eines Vorsorgeauftrages, einer Anordnung für den Todesfall werden präsentiert. Das Online-Patientendossier von evita.ch wird erklärt sowie die Eröffnung und Handhabung eines Kontos für die Vorsorgedokumente aufgezeigt.

Methodik
- Referate
- Praktische Anwendung/Erfahrungen
- Reflexion

Datum
Montag, 5. Februar 2018

Kursort
8002 Zürich, Lavaterstrasse 60, Pro Senectute Schweiz

Kosten
Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**

Anmeldeschluss
Montag, 25. Dezember 2017. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.202

Training für DOCUPASS-Workshop-Leitende

Leitung
Margrit Brunner, Mitglied Fachausschuss DOCUPASS, ehem. Geschäftsleiterin Pro Senectute Glarus
Barbara Läuchli, Sozialarbeiterin Pro Senectute Kanton Zürich, DOCUPASS-Verantwortliche im Dienstleistungscenter Zürich

Zielgruppe
Workshop-Leitende in Pro Senectute Organisationen, die den DOCUPASS bereits kennen

Kursziele
Die Teilnehmenden
- kennen die Module Patientenverfügung, Anordnung für den Todesfall und Vorsorgeauftrag à fond,
- können damit in den Workshops mit den Workshopteilnehmenden (Seniorinnen und Senioren) kompetent arbeiten,
- können entsprechende Workshops selbstständig organisieren und leiten.

Kursinhalte
Um dem grossen Bedarf an Information, Beratung und Unterstützung beim Ausfüllen der Dokumente entgegenzukommen, haben sich Workshops in kleinen Gruppen in den letzten Jahren als sehr beliebte und effektive Lösung erwiesen. Zudem können die Workshops in den PSO die Sozialberatung entlasten, da dieser Kurs Mitarbeitende der PSO fachlich und organisatorisch in die Durchführung von Workshops einführt.

Methodik
- Inputs, Referate, Erfahrungsberichte
- Praktische Übungen

Datum
Freitag, 9. Februar 2018

Kursort
8002 Zürich, Lavaterstrasse 60, Pro Senectute Schweiz

Kosten
Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen.

Anmeldeschluss
Freitag, 29. Dezember 2017. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.203 ff.

CASEnet für Sozialberatung und IF

Einführung in die Fallführungssoftware

Leitung
Lukas Loher, lic. phil. Sozialarbeit und -forschung, Leiter Fachbereiche, Pro Senectute Schweiz
Annina Spirig, Leiterin Fachstelle Sozialberatung und Information, Pro Senectute Schweiz

Zielgruppe
Anwenderinnen und Anwender der Fallführungssoftware CASEnet von Pro Senectute

Kursziele
Die Teilnehmenden
- kennen die Möglichkeiten der Fallführungssoftware,
- können die Fallführung in der Sozialberatung mithilfe von CASEnet dokumentieren,
- können individuelle Finanzierungsgesuche in CASEnet erfassen und bearbeiten (je nach Berechtigung: prüfen, entscheiden und auszahlen).

Kursinhalte
Die Fallführungssoftware CASEnet mit den Bereichen «Sozialberatung» und «Individuelle Finanzhilfe» wird vorgestellt. Mit praktischen Übungen wird sie am Computer (maximal 2 Personen pro PC) angewendet.

Methodik
- Referat: theoretische, methodische und technische Inputs
- Praktische Übungen in Gruppen anhand von Fallbeispielen

Datum
Der Kurs dauert 1 Tag und wird an folgenden Tagen angeboten:
Mittwoch, 28. Februar 2018, 460.18.203
Dienstag, 8. Mai 2018, 460.18.204
Mittwoch, 29. August 2018, 460.18.205
Mittwoch, 7. November 2018, 460.18.206

Kursort
8002 Zürich, Lavaterstrasse 60, Pro Senectute Schweiz

Kosten
Die Kosten werden von Pro Senectute Schweiz übernommen.

Anmeldeschluss
Jeweils 6 Wochen vor Durchführung. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.207 ff.

GERAS für Sozialberatung und IF

Einführung in die Fallführungssoftware

Leitung **Remigius Baerlocher,** ehem. Stellenleiter/Koordinator GERAS
Christian Griess, Bereichsleiter Soziales/Administrator GERAS

Zielgruppe Anwenderinnen und Anwender der Fallführungssoftware GERAS von Pro Senectute

Kursziele Die Teilnehmenden
- kennen die Möglichkeiten der Fallführungssoftware,
- können die Fallführung in der Sozialberatung mithilfe von GERAS dokumentieren,
- können individuelle Finanzierungsgesuche in GERAS erfassen und bearbeiten.

Kursinhalte Die Fallführungssoftware GERAS mit den Bereichen «Sozialberatung» und «Individuelle Finanzhilfe» wird vorgestellt. Mit praktischen Übungen wird sie am Computer (maximal 2 Personen pro PC) angewendet. Die Referenten passen die Kursinhalte dem Wissens- und Erfahrungsstand der Teilnehmenden an.

Methodik
- Referat: theoretische, methodische und technische Inputs
- Praktische Übungen in Gruppen anhand von Fallbeispielen

Datum **Der Kurs dauert 1 Tag und wird an folgenden Tagen angeboten:**
Freitag, 26. Oktober 2018, 460.18.207
Freitag, 23. November 2018, 460.18.208

Kursort 8002 Zürich, Lavaterstrasse 60, Pro Senectute Schweiz

Kosten Die Kosten werden von Pro Senectute Schweiz übernommen.

Anmeldeschluss **Jeweils 6 Wochen vor Durchführung.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

Zertifikat Kommunikation

In Zusammenarbeit mit Susanne Mouret Kommunikation klären – bilden – beraten

Dieses Kommunikationsseminar, bestehend aus zwei Basis-Modulen, je zwei Aufbau-Modulen und einem Zertifizierungs-Modul, erstreckt sich über 2018/2019.

Leitung **Susanne Mouret,** dipl. Erwachsenenbildnerin/HF, Konfliktklärungshelferin/Mediatorin, Kommunikationsberaterin und Gordon-Trainerin, **Adrian Kunzmann**, Organisationsberater, Coach, Konflikthelfer, Supervisor BSO

Zielgruppe Teilnehmende des Zertifikatseminars Kommunikation, alle am Thema Interessierten

Themen

Basis-Modul: Grundlagen der Kommunikationspsychologie
Verstehen und verstanden werden
Montag, 12., und Dienstag, 13. März 2018

Aufbau-Modul 1: Konfliktgespräche führen
Agieren statt reagieren im Konflikt
Donnerstag, 19. April 2018

Aufbau-Modul 2: Teamtraining
Im Team konstruktiv kommunizieren und hilfreich agieren
Dienstag, 11. September 2018

Basis-Modul 2: Grundlagen der Rhetorik
(die Daten können erst im März 2018 bekannt gegeben werden)

Aufbau-Modul 3: Leitung und Moderation
Sitzungen leiten – Gespräche moderieren
(das Datum kann erst im März 2018 bekannt gegeben werden)

Aufbau-Modul 4: Verhandeln und argumentieren
Souverän argumentieren – kompetent verhandeln
(das Datum kann erst im März 2018 bekannt gegeben werden)

Zertifizierungs-Modul: Coaching 1:1
Durchführungsdaten nach Absprache mit Frau Susanne Mouret ab 2018

Zulassungsbedingung zum Zertifizierungs-Coaching:

- Zertifikat Soziale Kommunikation: 2 Tage Basis-Modul plus 2 x 1 Tag Aufbau-Module oder entsprechender Kompetenzennachweis.
- Zertifikat Rhetorik: 2 Tage Basis-Modul plus 2 x 1 Tag Aufbau-Module oder entsprechender Kompetenzennachweis.
- Zertifikat Kommunikation und Rhetorik: 2 x 2 Tage Basis-Module plus mind. 2 x 1, max. 2 x 2 Tage Aufbau-Module oder entsprechender Kompetenzennachweis.

460.18.209

Grundlagen der Kommunikations-psychologie

Verstehen und verstanden werden

Leitung **Susanne Mouret,** dipl. Erwachsenenbildnerin/HF, Konfliktklärungshelferin/Mediatorin, Kommunikationsberaterin und Gordon-Trainerin

Zielgruppe Teilnehmende des Zertifikatseminars Kommunikation, alle am Thema Interessierten

Kursziele Die Teilnehmenden
- verfügen über Basiswissen der Kommunikationspsychologie und deren Vertreter und Modelle (u. a. Gewaltfreie Kommunikation M. Rosenberg, Nachrichtenquadrat F. Schulz von Thun),
- beeinflussen durch ihre eigene Haltung die Gesprächsdynamik positiv,
- verfügen über konkrete Werkzeuge für die Gesprächsführung in schwierigen Situationen.

Kursinhalte Mit einem Überblick über die Entwicklung in der Kommunikationspsychologie und über deren wichtigste Vertreterinnen und Vertreter steigen Sie in die konkrete Umsetzung im eigenen Berufsalltag ein. Beispiele aus der Erfahrung der Seminarleitung erleichtern Ihnen den Transfer auf die eigenen Fallbeispiele aus dem Berufsalltag. Mit Reflexion und praktischem Training sammeln Sie erste Erfahrungen in der professionellen Gesprächsführung.

Methodik
- Theorieinput/Lehrgespräche
- Reflexion, Paar- und Gruppentraining
- Praxistransfer durch Arbeit an eigenen Fallbeispielen

Datum **Montag, 12., und Dienstag, 13. März 2018**
Kursort 8008 Zürich, Klosbachstrasse 36a, Foyer St. Anton
Kosten Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 420.–**
Anmeldeschluss **Montag, 8. Januar 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.210

Konfliktgespräche führen

Agieren statt reagieren in Konfliktsituationen

Leitung **Susanne Mouret,** dipl. Erwachsenenbildnerin/HF, Konfliktklärungshelferin/Mediatorin, Kommunikationsberaterin und Gordon-Trainerin

Zielgruppe Teilnehmende des Zertifikatseminars Kommunikation, alle am Thema Interessierten

Kursziele Die Teilnehmenden
- erkennen Konflikte frühzeitig und gehen diese aktiv an,
- verfügen über Werkzeuge, um Konfliktgespräche konstruktiv zu führen,
- führen vermittelnde Gespräche nach den Grundsätzen der Mediation/Konfliktklärungshilfe und entwickeln tragfähige Lösungen.

Kursinhalte Sobald wir mit Konflikten in Kontakt kommen, haben wir es auch mit heftigen Emotionen zu tun. Im Seminar bauen wir das Training auf dem Wissen der Emotionslehre auf. Wir bereichern es mit hilfreichen Modellen aus dem Konfliktmanagement und trainieren die Kommunikationswerkzeuge für die konkrete Umsetzung im Berufsalltag. Mit dem kleinen Einmaleins der Mediation legen wir die Basis, um in Konflikten zu vermitteln.

Methodik
- Kurzreferate
- Gruppenarbeiten
- Einzelarbeit, Fallanalysen
- Umsetzungstraining

Datum **Donnerstag, 19. April 2018**
Kursort 8008 Zürich, Klosbachstrasse 36a, Foyer St. Anton
Kosten Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**
Anmeldeschluss **Donnerstag, 15. Februar 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.211

Teamtraining

Im Team konstruktiv kommunizieren und hilfreich agieren

Leitung **Adrian Kunzmann,** Organisationsberater, Coach, Konflikthelfer, Supervisor BSO

Zielgruppe Teilnehmende des Zertifikatseminars Kommunikation, alle am Thema Interessierten

Kursziele Die Teilnehmenden
- erkennen ihre eigenen Rollen in Teams und erarbeiten nach Bedarf Handlungsalternativen,
- erleben die Dynamik in Gruppen und beschäftigen sich mit der Steuerung dieser,
- ordnen persönliche und gruppenspezifische Ziele, erkennen Gegensätzlichkeiten und suchen nach Optionen.

Kursinhalte Ohne die anderen geht es nicht – wir alle bewegen uns in oft unterschiedlichsten Gruppen- und Teamstrukturen. Die Qualität der Teamarbeit variiert stark und beeinflusst sowohl die Leistung als auch das Wohlbefinden des Einzelnen stark. In diesem Seminar erarbeiten Sie das Grundverständnis der Dynamik in Gruppen, reflektieren und analysieren Rollen in Teams und rüsten sich für die Teampraxis anhand von exemplarischen Fallbeispielen, mit dem Feedback aus der Gruppe und dem Lernen durch Erleben im Seminarraum und im Freien.

Methodik
- Kurzreferate
- Gruppen- und Einzelarbeiten
- Fallanalysen
- Umsetzungs- und Erlebnistrainings

Datum **Dienstag, 11. September 2018**
Kursort 8008 Zürich, Klosbachstrasse 36a, Foyer St. Anton
Kosten Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**
Anmeldeschluss **Dienstag, 10. Juli 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.212 ff.

Einführungstag Pro Senectute für neue Mitarbeitende

Übersicht über die Gesamtstiftung Pro Senectute und ihre Tätigkeitsfelder

Leitung
Werner Schärer, dipl. Forsting. ETH, lic. iur.,
Direktor Pro Senectute Schweiz
Mitglieder der Geschäftsleitung und Bereichsleitende

Zielgruppe
Neue Mitarbeitende von Pro Senectute

Kursziele
- Überblick über Organisation und Arbeitsweise der Gesamtorganisation sowie die Aufgaben von Pro Senectute Schweiz.
- Grundzüge des Leistungsvertrages mit dem Bundesamt für Sozialversicherungen und Umsetzung in die Leistungskataloge verstehen.
- Dienstleistungen von Pro Senectute Schweiz kennenlernen.

Kursinhalte
- Gesamtorganisation Pro Senectute: Geschichte, Leitgedanken, Ziele, Tätigkeitsfelder, Organisation, Strukturen, Finanzen
- Pro Senectute Schweiz: Aufgaben und Leistungen für die Gesamtorganisation; Dienstleistungen und Facharbeit für die kantonalen und interkantonalen Pro Senectute-Organisationen; eigenständige Aufgaben
- Zusammenarbeit PSO mit PS CH; Erfahrungsaustausch

Methodik
Nebst Kurzreferaten sollen auch Fragen der Teilnehmenden diskutiert werden. Es findet eine geführte Besichtigung der Bibliothek und Dokumentation sowie der Produktionsstätte des Magazins «Zeitlupe» statt.

Datum
Donnerstag, 15. März 2018, Kurs 460.18.212
Mittwoch, 30. Mai 2018, Kurs 460.18.213
Dienstag, 4. September 2018, Kurs 460.18.214
Mittwoch, 28. November 2018, Kurs 460.18.215

Kursort
8002 Zürich, Lavaterstrasse 60, Pro Senectute Schweiz

Kosten
Werden von Pro Senectute Schweiz übernommen.

Anmeldeschluss
Jeweils 6 Wochen vor Durchführung. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.216

Einführungshalbtag Pro Senectute für Freiwillige

Übersicht über die Gesamtorganisation Pro Senectute und ihre Tätigkeitsfelder

Leitung
Werner Schärer, dipl. Forsting. ETH, lic. iur.,
Direktor Pro Senectute Schweiz
Mitglieder der Geschäftsleitung und Bereichsleitende

Zielgruppe
Neue freiwillige Mitarbeitende von Pro Senectute

Kursziele
- Überblick über Organisation und Arbeitsweise der Gesamtorganisation sowie die Aufgaben von Pro Senectute Schweiz.
- Dienstleistungen von Pro Senectute Schweiz kennenlernen.

Kursinhalte
- Gesamtorganisation Pro Senectute: Geschichte, Leitgedanken, Ziele, Tätigkeitsfelder, Organisation, Strukturen, Finanzen
- Pro Senectute Schweiz: Aufgaben und Leistungen für die Gesamtorganisation; Dienstleistungen und Facharbeit für die kantonalen und interkantonalen Pro Senectute-Organisationen; eigenständige Aufgaben
- Zusammenarbeit PSO mit PS CH; Erfahrungsaustausch

Methodik
Nebst Kurzreferaten sollen auch Fragen der Teilnehmenden diskutiert werden. Es findet eine geführte Besichtigung der Bibliothek und Dokumentation sowie der Produktionsstätte des Magazins «Zeitlupe» statt.

Datum
Donnerstag, 28. Juni 2018
Halbtägig: Beginn 9.30 Uhr

Kursort
8002 Zürich, Lavaterstrasse 60, Pro Senectute Schweiz

Kosten
Werden von Pro Senectute Schweiz übernommen.

Anmeldeschluss
Donnerstag, 17. Mai 2018. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.217

Einführungshalbtag Pro Senectute für Stiftungsrätinnen und -räte

Übersicht über die Gesamtorganisation Pro Senectute und ihre Tätigkeitsfelder

Leitung **Werner Schärer,** dipl. Forsting. ETH, lic. iur.,
Direktor Pro Senectute Schweiz
Mitglieder der Geschäftsleitung

Zielgruppe Neue Stiftungsrätinnen und -räte der Pro Senectute Organisationen

Kursziele
- Überblick über Organisation und Arbeitsweise der Gesamtorganisation sowie die Aufgaben von Pro Senectute Schweiz.
- Grundzüge des Leistungsvertrages mit dem Bundesamt für Sozialversicherungen und Umsetzung in die Leistungskataloge verstehen.
- Dienstleistungen von Pro Senectute Schweiz kennenlernen.

Kursinhalte
- Gesamtorganisation Pro Senectute: Geschichte, Leitgedanken, Ziele, Tätigkeitsfelder, Organisation, Strukturen, Finanzen
- Pro Senectute Schweiz: Aufgaben und Leistungen für die Gesamtorganisation; Dienstleistungen und Facharbeit für die kantonalen und interkantonalen Pro Senectute-Organisationen; eigenständige Aufgaben
- Zusammenarbeit PSO mit PS CH; Erfahrungsaustausch

Methodik Nebst Kurzreferaten sollen auch Fragen der Teilnehmenden diskutiert werden. Es findet eine geführte Besichtigung der Bibliothek und Dokumentation sowie der Produktionsstätte des Magazins «Zeitlupe» statt.

Datum **Mittwoch, 21. November 2018**
Halbtägig: Beginn 9.30 Uhr

Kursort 8002 Zürich, Lavaterstrasse 60, Pro Senectute Schweiz
Kosten Werden von Pro Senectute Schweiz übernommen.
Anmeldeschluss **Mittwoch, 10. Oktober 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.218

Schreiben mit leichter Hand

Schreibwerkstatt

Leitung **Esther Spinner,** Schriftstellerin, freischaffende Kursleiterin mit den Themen Schreiben und Lesen

Zielgruppe Mitarbeitende Administration, alle am Thema Interessierten

Kursziele Schreiben gehört zu Ihrem Berufsalltag. Sie schreiben Briefe, Berichte, Protokolle, und manchmal vergeht Ihnen dabei die Freude am Schreiben. In der Schreibwerkstatt erhalten Sie neue Impulse. Sie entdecken die spielerische Seite des Schreibens und bauen allfällige Schreibblockaden ab. Sie prüfen Methoden des kreativen Schreibens auf ihre Tauglichkeit für Ihren Berufsalltag und finden dadurch mehr Leichtigkeit für Ihr tägliches Schreiben.

Kursinhalte
- Schreibbiografie
- Spiele mit Wörtern und Sätzen
- Schreibübungen
- Stilkriterien

Methodik
- Methoden der Poesie- und Bibliotherapie
- Methoden des kreativen Schreibens
- Einzel- und Gruppenarbeiten
- Kurzreferate

Datum **Freitag, 16. März 2018**
Kursort 8002 Zürich, Bederstrasse 33, Pro Senectute Bibliothek
Kosten Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**
Anmeldeschluss **Freitag, 12. Januar 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.219

Gruppensupervision

Fallsupervision für Sozialarbeiter und Sozialarbeiterinnen

Leitung **Xaver Wittmer,** Supervisor und Coach
Fachlicher Leiter, Sozialberatung Pro Senectute Aargau

Zielgruppe Für Sozialarbeitende der Pro Senectute Organisationen

Kursziele
- Die Teilnehmenden reflektieren ihre Beratungsprozesse und erkennen alternative Vorgehensweisen.
- Sie kennen Methoden von kollegialer Beratung.
- Die Arbeitszufriedenheit wird erhöht.

Kursinhalte Die Inhalte orientieren sich an den konkreten Bedürfnissen und Fragestellungen der Teilnehmenden. Das Gefäss der Supervision ermöglicht Raum und Zeit, die Arbeitshektik hinter sich zu lassen, um die Entwicklung von Beratungssituationen zu reflektieren. Dies wiederum gibt Kraft und Gewissheit für adäquates und professionelles Handeln. Alle Teilnehmenden haben die Möglichkeit, mindestens einmal einen Fall vorzustellen.

Methodik
- Der Supervisor moderiert die Gruppendiskussion und stellt ein vertrauensvolles Arbeitsklima sicher.
- Angepasst an die Situation und Fragestellung werden unterschiedliche Methoden aus dem Repertoire der Lösungsorientierung angewendet.
- Fallvorstellungen erfolgen mündlich an der Supervision. Wir bitten um entsprechende Vorbereitung.

Datum **Freitag, 6. April, 22. Juni und 28. September 2018**
Jeweils entweder vor- oder nachmittags.
Die Supervision findet bei 5 bis 7 Teilnehmenden statt.
Bitte teilen Sie uns bei Ihrer Anmeldung mit, ob Sie die drei Supervisionshalbtage am Vor- oder am Nachmittag besuchen möchten.

Kursort 8002 Zürich, Bederstrasse 33, Pro Senectute Bibliothek

Kosten Die Kosten werden von Pro Senectute Schweiz übernommen.

Anmeldeschluss **Freitag, 23. Februar 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.220

Suchen und Finden

Der Weg durch den Informationsdschungel

Leitung **Dieter Sulzer,** Leiter Pro Senectute Bibliothek

Zielgruppe Alle am Thema Interessierten

Kursziele
- Die wichtigsten Informationsquellen kennen, insbesondere zum Thema Alter und verwandter Gebiete.
- Recherchetechniken und -strategien gezielt anwenden.
- Informationsdienste kennen und nutzen.

Kursinhalte Wir werden in unserem Alltag mit einer riesigen Informationsflut konfrontiert. Aber welche Informationen sind für uns relevant, welche sind uns noch unbekannt, und wie erhalten wir Zugang zu ihnen?
Im Kurs werden Ihnen Webressourcen, Datenbanken und Bibliothekskataloge sowie Informationsdienste vorgestellt, die für Ihre Arbeit von Nutzen sind. Sie erlernen Recherchetechniken und Methoden, wie Sie Zugang zu einer Vielzahl an Informationsträgern wie E-Books, Fachzeitschriften oder Filmen erhalten.

Methodik
- Inputreferate
- Bearbeitung von Praxisbeispielen der Teilnehmenden
- Arbeiten individuell oder in Kleingruppen am PC

Datum **Donnerstag, 12. April 2018**
Kursort 8002 Zürich, Bederstrasse 33, Pro Senectute Bibliothek
Kosten Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**
Anmeldeschluss **Donnerstag, 15. Februar 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.221

Schriftliche Mitteilungen gezielt(er) anbringen

Korrespondenz, die ankommt

Leitung **Monika Lanz,** dipl. Übersetzerin DOZ, langjährige Dozentin FH für Kommunikation, Verantwortliche Trainings panOptimum

Zielgruppe In der Administration Tätige, alle, die ihre schriftliche Kommunikation weiterentwickeln wollen.

Kursziele
- Aufgezeigt werden heutige «Dos» und «Don'ts» in der schriftlichen Kommunikation.
- Erlernt wird Prägnanz im Ausdruck, für interne (Geschäfts-) Korrespondenz ebenso wie für externe Kommunikation (z. B. Schreiben an Behörden).
- Erreicht werden sollen Leichtigkeit beim Verfassen und Stilsicherheit, in Briefen genauso wie in E-Mails.

Kursinhalte Mit vielen Praxisbeispielen lernen die Teilnehmenden ihre Ausdrucksweise so zu verbessern, dass die firmeninterne Kommunikation sowie jene nach aussen gezielter wird. Auch soll sie stilistisch den neusten Gepflogenheiten entsprechen. Wichtige Grundregeln der Sprache und im Umgang damit geben Sicherheit beim Verfassen verschiedenster Formen von Mitteilungen (bei Berichten und Briefen an Behörden, Geschäftskorrespondenz im Sekretariat, elektronischer Kommunikation uvm.)

Methodik
- Illustrative Inputs aus Theorie und Praxis
- Gruppenübungen
- Einzelarbeiten

Datum **Montag, 14. Mai 2018**
Kursort 8008 Zürich, Klosbachstrasse 36a, Foyer St. Anton
Kosten Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**
Anmeldeschluss **Montag, 12. März 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.222

Umgang mit herausfordernden Situationen

Eine komplexe und anspruchsvolle Aufgabe

Leitung **Dorothea Fiechter,** Trainerin Aggressionsmanagement NAGS und ProDeMa, Erwachsenenbildnerin SVEB 1, Humorcoach, dipl. Pflegefachfrau HöFa I, Trainerin Gerechtes Sprechen

Zielgruppe In Betreuung, Pflege und Beratung Tätige

Kursziele Die Teilnehmenden
- kennen Definitionen, Ursachen und Einflussfaktoren,
- erlernen grundsätzliche Präventionsstrategien,
- können verbale und körperliche Deeskalationsstrategien anwenden.

Kursinhalte Die Begriffe herausforderndes und aggressives Verhalten werden durchleuchtet. Darauf aufbauend werden Präventions- und Deeskalationsstrategien gelernt und trainiert. Die relevanten Elemente vom «Gerechten Sprechen» werden erläutert und integriert und dadurch fachliche Kompetenzen ergänzt und gefestigt.

Methodik
- Referate
- Diskusionen und Erfahrungsaustausch
- Situationstraining
- Bearbeiten von Praxisbeispielen

Datum **Dienstag, 29. Mai 2018**

Kursort 8008 Zürich, Klosbachstrasse 36a, Foyer St. Anton

Kosten Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**

Anmeldeschluss **Dienstag, 27. März 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.223

Bewegungsaktivität

Zu Ihrem persönlichen Wohlbefinden

Leitung **Erika Tschumi,** andragogische Mitarbeiterin Bereich Sport und Bewegung Pro Senectute Schweiz

Zielgruppe Alle, die eine sitzende Tätigkeit ausüben und vermehrt Bewegung in den (Berufs-)Alltag integrieren möchten

Kursziele
- Sensibilisierung für die eigene Körperhaltung.
- Förderung der körperlichen und geistigen Beweglichkeit.
- Spielerische Gleichgewichtsschulung für Ihre Standhaftigkeit im Job.

Kursinhalte Sie erleben Übungs- und Anwendungsmöglichkeiten für Ihren Alltag. Durch Sichbewegen und spielerische kognitive Übungen wird die Gedächtnisleistung aktiviert. Durch gezieltes Training werden Körperhaltung und Atmung verbessert. Sie werden leistungsfähiger und der ganze Bewegungsablauf wird ökonomischer. Ihre Körperwahrnehmung und Ihr Wohlgefühl verbessert sich. Durch Gleichgewichtstraining erlangen Sie mehr Balance im Leben.

Methodik
- Spielerische praktische Anwendungen
- Bewegungstheorien
- Einsatz von Musik

Datum **Dienstag, 12. Juni 2018**
Kursort 8008 Zürich, Klosbachstrasse 36a, Foyer St. Anton
Kosten Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**
Anmeldeschluss **Dienstag, 10. April 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.224

Online Marketing, Social Media und Texten im Web

Grundlagen und Umgang der webbasierten Kommunikation

Leitung **Sabrina Hinder,** Leiterin Unternehmenskommunikation, Pro Senectute Schweiz

Zielgruppe Im Bereich Web und Online Marketing tätige Personen, alle am Thema Interessierten

Kursziele
- Funktionsweise von Suchmaschinen und entsprechende Optimierung Ihrer Webseiten.
- Suchmaschinenoptimierte Texte für Ihre Webseiten selbst erstellen.
- Einblick in Social Media und deren Einsatzmöglichkeiten.

Kursinhalte Der Kurs startet mit einer Einführung in Online Marketing. Danach erhalten Sie einen Einblick in Social Media und deren Chancen und Gefahren. Im nächsten Teil wird die Funktionsweise von Suchmaschinen aufgezeigt und Möglichkeiten, um möglichst rasch gefunden zu werden.
Im zweiten Teil wird die Wichtigkeit von Webseiten und deren Inhalte aufgezeigt. In einem Workshop lernen die Kursteilnehmenden Texte so zu schreiben, dass sie bei Google möglichst rasch gefunden werden und für den Endkunden doch noch verständlich sind.

Methodik
- Umsetzung des Gelernten am Computer
- Referate und Gespräche
- Eigene Online-Recherchen und anschliessende Diskussion im Plenum

Datum **Mittwoch, 13. Juni 2018**
Kursort 8002 Zürich, Lavaterstrasse 60, Pro Senectute Schweiz
Kosten Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**
Anmeldeschluss **Mittwoch, 2. Mai 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.225

Nützliche Protokolle

Vorbereiten – entwerfen – fertig schreiben

Leitung **Madeleine Marti,** Dr. phil., Kopfwerken GmbH

Zielgruppe Für Mitarbeitende, die in der Administration tätig sind

Kursziele Sie wissen,
- was in ein Protokoll gehört,
- wie das Protokoll dargestellt wird,
- wie Sie das Protokoll entwerfen und fertig stellen.

Kursinhalte Das Protokoll ist ein wichtiges Instrument zur Zusammenarbeit, weil darin die Ergebnisse des Gesprächs gesichert, die Aufgabenverteilung festgehalten und die wichtigen Diskussionspunkte zusammengefasst werden. Gute Protokolle sind zweckorientiert, übersichtlich, einheitlich und in klar verständlicher Sprache abgefasst.
Bringen Sie ein eigenes Beispiel mit, damit Sie Ihre Protokolle optimieren können.

Methodik
- Inputs und Kursunterlagen
- Übungen (einzeln oder 2er/3er-Gruppe)
- Fragen aus der Praxis klären

Datum **Freitag, 6. Juli 2018**
Kursort 8002 Zürich, Bederstrasse 33, Pro Senectute Bibliothek
Kosten Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**
Anmeldeschluss **Freitag, 25. Mai 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.226

Grundlagen im Projektmanagement I

Von der Idee zum Ziel

Leitung **Monica Schori,** Monica Schori & Partner GmbH, Küsnacht, Zürich
Lea Meister, REFLECTA AG Bern

Zielgruppe Alle am Thema Interessierten

Kursziele
- Sie können Projekte nach den Grundsätzen des Projektmanagements planen, strukturieren, organisieren und durchführen.
- Sie kennen die verschiedenen Rollen und Aufgaben in Projekten und sind sich der typischen Problematiken in der Zusammenarbeit in Projekten bewusst.

Kursinhalte Das Arbeiten in Projekten gewinnt heute in allen Lebensbereichen immer mehr an Bedeutung. Doch wie werden Projekte professionell und effizient abgewickelt? In dieser Weiterbildung befassen wir uns mit folgenden Fragen und Inhalten:
- Was ist ein Projekt? Was ist Projektmanagement?
- Projektphasen, Projektstrukturierung und -planung
- Projektorganisation, Projektcontrolling,
- Risikomanagement, «Hitparade» typischer Projektprobleme

Methodik
- Kurze Theorieblöcke
- Anwendung anhand von zwei bis drei konkreten Beispielen aus dem Teilnehmerkreis
- Arbeit in Kleingruppen

Eine Vertiefung und Weiterführung des Themas findet am Dienstag, 27. November 2018, statt (siehe Seite 54, Nr. 460.18.227)

Datum **Mittwoch, 22. August 2018**
Kursort 8008 Zürich, Klosbachstrasse 36a, Foyer St. Anton
Kosten Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**
Anmeldeschluss **Mittwoch, 20. Juni 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.227

Grundlagen im Projektmanagement II

Vertiefungstag

Leitung **Monica Schori,** Monica Schori & Partner GmbH, Küsnacht, Zürich
Lea Meister, REFLECTA AG Bern

Zielgruppe Alle Teilnehmenden der Weiterbildung «Grundlagen im Projektmanagement I» (siehe Seite 53, Nr. 460.18.226), von Mittwoch, 22. August 2018, alle am Thema Interessierten, sofern Vorkenntnisse vorhanden

Kursziele Die Teilnehmer wenden die grundsätzlichen Theorien des Projektmanagements in ihren eigenen Projekten konkret an und werden durch die Seminarleitung und die Kolleginnen und Kollegen aktiv dabei unterstützt.

Kursinhalte Im eintägigen Grundlagenkurs I wurden die wichtigsten PM-Instrumente behandelt, jedoch nicht alle angewandt. Der Vertiefungstag gibt die Möglichkeit, weitere Methoden anhand der eigenen Projekte einzusetzen. Es wird Raum für individuelle Problemlösungen geboten.

Methodik
- Repetition des PM-Werkzeugkastens
- Transfer ins eigene Projekt
- Arbeit in Kleingruppen
- Die Planung des Tages erfolgt auf der Basis der vorgängig abgefragten Teilnehmerbedürfnisse

Datum **Dienstag, 27. November 2018**
Kursort 8008 Zürich, Klosbachstrasse 36a, Foyer St. Anton
Kosten Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**
Anmeldeschluss **Dienstag, 25. September 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.228

Sozialversicherungen

Überblick über die wichtigsten Sozialversicherungen im Alter

Leitung **Uwe Koch,** Dozent für Sozialpolitik und Sozialversicherungen, ZHAW Zürich

Zielgruppe In der Sozialberatung Tätige

Kursziele Die Teilnehmenden
- kennen die Grundlagen der wichtigsten Sozialversicherungen im Alter,
- sind in der Lage, Fallbeispiele selbstständig zu lösen.

Kursinhalte Die Existenzsicherung im Alter basiert im Wesentlichen auf den Leistungen der Sozialversicherungen. Im Kurs werden die drei Säulen der Altersvorsorge behandelt. Thematisiert werden insbesondere auch Fragen rund um die Frühpensionierung. Ein Schwerpunkt wird die Darstellung der Ergänzungsleistungen bzw. der Zusatzleistungen zur AHV sein. Die einzelnen Sozialversicherungen werden anhand von Fallbeispielen und Verfügungen illustriert und praxisnah vermittelt.

Methodik
- Präsentation
- Lehrgespräch/Diskussion
- Bearbeitung von Fallbeispielen
- Beantwortung von Fragen der Kursteilnehmenden aus ihrem Praxisalltag

Datum **Montag, 27., und Dienstag, 28. August 2018**
Kursort 8008 Zürich, Klosbachstrasse 36a, Foyer St. Anton
Kosten Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 420.–**
Anmeldeschluss **Montag, 25. Juni 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.229

Stressbewältigung ist möglich

Stress vermindern, Ressourcen stärken, Burnout vorbeugen

Leitung **Monika Lanz,** Dozentin und dipl. Körpertherapeutin in eigener Praxis, Coach (Gesundheitsmanagement)

Zielgruppe Alle am Thema Interessierten

Kursziele
- Die momentane Verfassung und die häufigsten Stressquellen erkennen.
- Die persönlichen Stärken und Ressourcen erkennen; aufs «Selbstwertkonto» einzahlen.
- Die eigene Auswahl an Übungen und Techniken zusammenstellen als praktische Begleiter im Alltag – auch zur Burnout-Prävention.

Kursinhalte Freude an dem, was tägliche Aufgabe oder Pflicht ist – Motivation zurückzugewinnen oder zu bewahren, ist das Hauptziel des Seminars in der heutigen schnelllebigen Zeit. Stress ist in aller Munde, nicht aber die Methoden, um genau zu unterscheiden: Was ist Eustress, was negativer? Wie lässt sich Stress vermindern? Was sind persönliche Ressourcen? Und welche Mittel gibt es, die körperlich und damit auch psychisch helfen können, bei der Arbeit stabiler und somit stressresistenter, auch selbstbestimmter zu werden oder zu bleiben?

Methodik
- Theorie und vielfältige Übungen zum Einschätzen der Situation im eigenen Inneren und im Umfeld
- Gruppenübungen und Einzelarbeit
- Übungen zum Anwenden im Alltag (z. B. Einblick ins autogene Training, in Atemübungen etc.)

Datum **Donnerstag, 13. September 2018**

Kursort 8008 Zürich, Klosbachstrasse 36a, Foyer St. Anton

Kosten Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**

Anmeldeschluss **Donnerstag, 12. Juli 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

Die Führungsperson im Sandwich

Die vier aufeinander abgestimmten Führungsthemen werden als einzelne Module angeboten. Das gesamte Angebot erstreckt sich über 2018/2019.

Leitung **Daniel Bürki,** Coach und Supervisor BSO, Dozent Leadership

Zielgruppe Führungspersonen und Stabsmitarbeitende

Themen

Modul 1
Rollenklarheit durch Selbstkenntnis und Selbstmanagement
Donnerstag, 20., und Freitag, 21. September 2018

Modul 2
Ein Team, eine Projektgruppe überzeugend führen
Freitag, 9. November 2018

Modul 3
Im Team oder vor Publikum überzeugend kommunizieren
Montag, 18. März 2019

Modul 4
Konflikte im Team, in der Projektgruppe bearbeiten
Donnerstag, 27., und Freitag, 28. Juni 2019

Das gesamte Programm kann bei
weiterbildung@prosenectute.ch bezogen werden.

460.18.230

Die Führungsperson im Sandwich

Modul 1: Rollenklarheit durch Selbstkenntnis und Selbstmanagement

Leitung **Daniel Bürki,** Coach und Supervisor BSO, Dozent Leadership

Zielgruppe Führungspersonen und Stabsmitarbeitende

Kursziele Die Teilnehmenden reflektieren ihre Selbstkenntnis durch
- eine kleine biografische Auseinandersetzung,
- Analysieren ihrer Position im System,
- Optimieren ihres Stressverhaltens durch effiziente Arbeitsmethodik.

Kursinhalte Führungspersonen wachsen nicht selten in ihre neue Funktion hinein und handeln oft intuitiv richtig. Am ersten Tag reflektieren wir persönliche Werte und Einstellungen und professionalisieren so die situative Handlungskompetenz einer Führungsperson.
Am zweiten Tag testen wir spielerisch das Stressverhalten und wollen nützliche Hilfsmittel zur Erweiterung der persönlichen Arbeitstechnik überprüfen.

Methodik
- Geführte Reflexionen zu Führungsthemen
- Kurzreferate
- Trainingssequenzen in Kleingruppen zur Transfervorbereitung

Datum **Donnerstag, 20., und Freitag, 21. September 2018**
Kursort 8002 Zürich, Bederstrasse 33, Pro Senectute Bibliothek
Kosten Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 420.–**
Anmeldeschluss **Donnerstag, 19. Juli 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.231

Die Führungsperson im Sandwich

Modul 2: Ein Team, eine Projektgruppe überzeugend führen

Leitung **Daniel Bürki,** Coach und Supervisor BSO, Dozent Leadership

Zielgruppe Führungspersonen und Stabsmitarbeitende

Kursziele Die Teilnehmenden reflektieren ihren Führungsstil durch
- Analysieren und Lösen von konkreten Situationen,
- Erproben von neuen Techniken,
- Visionierung von Szenenbildern.

Kursinhalte «Wie kann ich situationsgerecht, effizient und effektiv auf meine Gruppe/mein Team einwirken?»
Sie setzen sich mit verschiedenen Menschenbildern, Gruppenstrukturen und deren Dynamik auseinander. Wir visionieren verschiedene Videosequenzen und ziehen Schlüsse daraus.
Sie entwickeln Ihren eigenen Führungsstil weiter und planen Umsetzungsschritte.

Methodik
- Geführte Reflexionen zu Führungsthemen
- Visionierung von Videosequenzen
- Trainingssequenzen in Kleingruppen zur Transfervorbereitung

Datum **Freitag, 9. November 2018**

Kursort 8002 Zürich, Bederstrasse 33, Pro Senectute Bibliothek

Kosten Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**

Anmeldeschluss **Freitag, 7. September 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.232

«Die Kunst der Abgrenzung»

Nähe und Distanz als Gesundheitsfaktoren. Wieso fällt es so schwer, sich abzugrenzen?

Leitung **Claudia Kandalowski,** seit 20 Jahren selbstständige Personalentwicklerin (ck-coaching.ch)

Zielgruppe In der Freiwilligenarbeit engagierte Mitarbeitende, alle am Thema Interessierten

Kursziele
- Verständnis für die eigene Person bekommen.
- Ansätze entwickeln, um sich erfolgreich abzugrenzen.
- Sich freundlich positionieren lernen – «Schutz gegen aussen».

Kursinhalte Viele Menschen werden unzufrieden, geraten in Stress und verlieren ihre eigenen Interessen und Bedürfnisse, weil sie sich zu wenig «abgrenzen». Sie verlieren ihre Ideen und Pläne aus den Augen, da sie sich anderen Menschen und ihren Aufgaben gegenüber zu stark verpflichtet fühlen. In meiner täglichen Arbeit mit Mitarbeitern, Führungskräften, mit Hausfrauen, Lehrern, Eltern und Kindern stelle ich fest, dass fehlende Abgrenzung u. a. in Einsamkeit münden kann. Praktische Beispiele, die im Seminar beleuchtet werden, um sich zu sensibilisieren – Schlüsse für die eigene Person im Alltag zu finden/zu entwickeln

Methodik
- Gespräche in Kleingruppen und im Plenum
- Vorstellen von Modellen/Referat

Datum **Montag, 24. September 2018**
Kursort 8008 Zürich, Klosbachstrasse 36a, Foyer St. Anton
Kosten Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**
Anmeldeschluss **Montag, 23. Juli 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.233

Schulden! Was tun?

Einführung in die Schuldenberatung

Leitung **Susanna Denzler,** Sozialarbeiterin
Barbara Mantz, lic. iur, Sozialarbeiterin

Zielgruppe In der Sozialarbeit tätige Fachpersonen

Kursziele Die Teilnehmenden
- kennen den Betreibungsablauf sowie das Vorgehen von Inkassobüros,
- können den Klienten erklären, worauf sie achten müssen und wie sie intervenieren können,
- kennen die verschiedenen Möglichkeiten einer Schuldenberatung und wissen, wann die Triage an eine Fachstelle sinnvoll ist.

Kursinhalte Die Hintergründe einer Verschuldung und die Folgen für die Betroffenen werden aufgezeigt. Der Betreibungsablauf und die Rechte und Pflichten von Schuldner und Gläubiger werden vorgestellt. Es wird auf die verschiedenen Schuldenbereinigungsverfahren eingegangen. Es wird geklärt, wann ein Privatkonkurs sinnvoll ist und welche Vor- und Nachteile ein solcher hat.

Methodik
- Referate
- Diskussion im Plenum
- Gruppenarbeit zu Fallbeispielen

Datum **Montag, 26. November 2018**
Kursort 8021 Zürich, Beckenhofstrasse 16, Caritas Zürich
Kosten Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**
Anmeldeschluss **Montag, 15. Oktober 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.234

Freiwilliges Engagement – geschätzte oder unterschätzte Mitarbeit?

Zusammenarbeit heute und in Zukunft

Leitung
André Häring, Leiter Fachstelle Freiwilligenarbeit, Pro Senectute Kanton Zürich, Ausbilder FA, MAS Coach FHNW
Claudia Poznik, Leiterin Freiwilligenteam Zoo Zürich, ausgebildete Zoologin und Erwachsenenbildnerin

Zielgruppe
Verantwortliche für Freiwilligenarbeit

Kursziele
- Wie werden Werte, Motivatoren und Standards in das heutige Freiwilligenmanagement einbezogen und umgesetzt?
- Präsentation der aktuellsten Erkenntnisse aus der FW-Forschung und deren Praxisbezug bei PSZH.
- Die Teilnehmenden erhalten Einblick in die Gestaltung der 16-jährigen Erfahrung mit Freiwilligenarbeit im Zoo Zürich.

Kursinhalte
Ohne Freiwilligenarbeit würde unsere Gesellschaft nicht funktionieren, dies ist eine mittlerweile weit herum anerkannte Tatsache. Was braucht es jedoch, damit freiwilliges Engagement gelingt? Wie haben sich Anforderungen, Bedingungen und die Beweggründe für Freiwilligenarbeit gewandelt? Sowohl die Engagierten als auch die Organisationen sind gefordert, da manches anders, vielfältiger und anspruchsvoller geworden ist. Die Teilnehmenden erhalten Einblicke in die Erfolgsgeschichten der Freiwilligenarbeit des Zoos Zürich und der Pro Senectute Kanton Zürich.

Methodik
- Kurze theoretische Inputs/Referate
- Gespräche in Kleingruppen und im Plenum
- Wissens- und Erfahrungsaustausch

Datum
Donnerstag, 29. November 2018

Kursort
8002 Zürich, Bederstrasse 33, Pro Senectute Bibliothek

Kosten
Für PS-Mitarbeitende werden die Kosten von Pro Senectute Schweiz übernommen. Für externe Teilnehmende **CHF 210.–**

Anmeldeschluss
Donnerstag, 18. Oktober 2018. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

Weiterbildungen

Tagungen, spezielle Angebote

460.18.301

Zürcher Ressourcen Modell ZRM® I

Dank Selbstmanagementkompetenz mit Freude und Leichtigkeit Ziele verwirklichen

Leitung

Barbara Hobi, ZRM®-Trainerin; lic. phil., Supervisorin BSO, eidg. anerkannte Psychotherapeutin

Susanne Benz, ZRM®-Trainerin, Motivationstrainerin für Erwachsene und Jugendliche, www.ressourcenraum.ch

Zielgruppe

Alle am Thema Interessierten

Kursziele

- Sich mit Herz und Verstand motivierende Ziele setzen.
- Sich für den Alltag stärken und schwierige Situationen erfolgreich meistern.
- Persönliches Wachstum und Zufriedenheit erleben.

Kursinhalte

Im ZRM®-Training (entwickelt von Dr. M. Storch und Dr. F. Krause) erarbeiten Sie – basierend auf neusten neurowissenschaftlichen Erkenntnissen zum menschlichen Lernen und Handeln – Ihrer aktuellen Lebenslage und Ihren Bedürfnissen entsprechend ein persönliches handlungswirksames Ziel, welches Sie stark motiviert. Sie entdecken und nutzen vielfältige Ressourcen, die Sie dabei unterstützen, Ihr persönliches Ziel immer häufiger umzusetzen. Gleichzeitig erlernen Sie eine Methode, die Sie später auch für weitere Ziele oder in der Arbeit mit anderen Menschen anwenden können.

Methodik

- Theoretische Inputs, interaktive Techniken
- Coaching, Einzelarbeit

Zusammen mit dem 3. Tag (ZRM® II, Seite 65, Nr. 460.18.302, Montag, 9. April 2018), erfüllt dieser Kurs die Bedingungen zur Zulassung zum Zertifikatslehrgang ZRM®-Trainer/in.

Datum **Montag, 19., und Dienstag, 20. März 2018**

Kursort 8002 Zürich, Bederstrasse 33, Pro Senectute Bibliothek

Kosten Für PS-Mitarbeitende **CHF 240.–**
Für externe Teilnehmende **CHF 500.–**

Anmeldeschluss **Montag, 15. Januar 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.302

Zürcher Ressourcen Modell ZRM® II

Mit Freude und Leichtigkeit auch unter Stress eigene Ziele verwirklichen

Leitung

Barbara Hobi, ZRM®-Trainerin; lic. phil., Supervisorin BSO, eidg. anerkannte Psychotherapeutin

Susanne Benz, ZRM®-Trainerin, Motivationstrainerin für Erwachsene und Jugendliche, www.ressourcenraum.ch

Zielgruppe

Alle, die bereits die ersten zwei Tage ZRM® besucht haben

Kursziele

- Vertiefung der Inhalte der ersten zwei Tage.
- Stressimpftraining.
- Transfer in die eigene Arbeit.

Kursinhalte

Der Prozess der ersten beiden Tage wird vertieft und erweitert. Dabei steht die Umsetzung der eigenen Ziele in herausfordernden Situationen im Vordergrund. Zudem besteht die Möglichkeit den Einsatz des ZRM® in der eigenen Arbeit zu besprechen. Zusammen mit den ersten beiden Tagen (ZRM® I, Seite 64, Nr. 460.18.301, Montag, 19., und Dienstag, 20. März 2018) erfüllt dieser Kurs die Bedingungen zur Zulassung zum Zertifikatslehrgang ZRM®-Trainer/in.

Methodik

- Theoretische Inputs
- Interaktive Techniken
- Coaching
- Einzelarbeit

Hinweis: Dieser Kurstag kann nur zusammen mit dem Kurs ZRM® I, Seite 64, Nr. 460.18.301, gebucht werden.

Datum
Montag, 9. April 2018

Kursort
8002 Zürich, Bederstrasse 33, Pro Senectute Bibliothek

Kosten
Für PS-Mitarbeitende **CHF 120.–**
Für externe Teilnehmende **CHF 250.–**

Anmeldeschluss
Montag, 5. Februar 2018. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.303

Selbstbewusstseinstraining – ein Kurs speziell für Frauen

Ein gutes Selbstbewusstsein entwickeln und seinen «Selbst-Wert» anerkennen!

Leitung **Barbara Brandes,** Ausbilderin mit eidg. FA, zertifizierter Coach für angewandtes Coaching, Stv. Leiterin und Ausbildungsverantwortliche einer kaufmännischen Praxisfirma

Zielgruppe Mitarbeiterinnen, die im privaten und geschäftlichen Umfeld selbstbewusster auftreten möchten.

Kursziele Die Teilnehmenden
- reflektieren ihr eigenes Verhalten,
- machen sich ihre negativen Glaubenssätze bewusst,
- entdecken das Eigen- und Fremdbild,
- lernen die eigenen Stärken kennen,
- entwickeln Möglichkeiten, um ihre persönlichen Stärken bewusst zu präsentieren,
- wissen, welchen Einfluss nonverbale Zeichen, Kleider und Farben haben,
- fühlen sich sicherer im persönlichen Auftritt.

Kursinhalte Ihnen fehlt im beruflichen und privaten Alltag oft genügend Selbstbewusstsein, um sich entsprechend zu präsentieren, Ihre Meinung zu vertreten und sich durchzusetzen? Im Kurs lernen Sie sich selber besser kennen und werden staunen, wie Ihr Umfeld Sie wahrnimmt und wie Sie Ihre Wirkung durch nonverbale Kommunikation, durch Kleider und Farben verändern können.

Methodik
- Fachliche Kurzinputs
- Einzelarbeit, Partner- und Gruppenarbeit
- Rollenspiele
- Erfahrungsaustausch und Reflexion

Datum **Mittwoch, 4. April 2018 (Teil 1), und Montag, 11. Juni 2018 (Teil 2)**

Kursort 8002 Zürich, Bederstrasse 33, Pro Senectute Bibliothek

Kosten Für PS-Mitarbeitende **CHF 240.–**
Für externe Teilnehmende **CHF 500.–**

Anmeldeschluss **Mittwoch, 31. Januar 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.304

Ganzheitlich gesund

Die Kraft hinter den Problemen entdecken – Prozessarbeit im Alltag

Leitung **Karin Bernet,** Dr. phil II, prozessorientierte psychosoziale Beraterin, Beraterin SGfB

Zielgruppe Menschen, die Interesse haben, Konflikte, Stress und Krankheiten anders anzugehen, oder die um ihre Gesundheit bemüht sind, sowie Fachpersonen im Bereich Beratung, Bildung und Sport

Kursziele
- Verstehen, wofür Konflikte nützlich sind und sie konstruktiv angehen,
- Stress abbauen,
- Ressourcen finden,
- Gesundheit stärken.

Kursinhalte Wie kann ich stressfrei mit Konflikten umgehen? Was hält gesund? Was macht krank? Sie analysieren Ihr Verhalten. Sie beobachten Ihre Körpersprache, bewusste und unbewusste Signale. Sie erarbeiten ganzheitliche Lösungsansätze, um Ihre Stärken zu fördern und Ihre Schwächen schätzen und nutzen zu lernen. Sie lernen sich von einer anderen Seite kennen und entdecken Ihre versteckten Ressourcen auch im Umgang mit anderen Menschen.

Methodik Kurs mit theoretischen und praxisbezogenen Themen:
- Körper- und Wahrnehmungsübungen
- Übungen in Kleingruppen (innere Arbeit, spielerisch)
- Gespräche in Klein- und Grossgruppen
- Kurze prozessorientierte Theorie

Datum **Freitag, 13. April 2018**
Kursort 8008 Zürich, Klosbachstrasse 36a, Foyer St. Anton
Kosten Für PS-Mitarbeitende **CHF 120.–**
Für externe Teilnehmende **CHF 250.–**
Anmeldeschluss **Freitag, 9. Februar 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.305

Wege zur mentalen Gesundheit

Aufbaukurs
Gedächtnis- und Motivationstraining

Leitung **Roland Geisselhart,** versierter Trainer mit 30 Jahren Erfahrung, bekannt durch Presse, TV und 18 Fachbücher

Zielgruppe Alle, die an den bisherigen Kursen «Wege zur mentalen Gesundheit» 2015, 2016 und 2017 teilgenommen haben

Kursziele
- Erreicht wird eine bessere Verfügbarkeit in aufbauender Abfolge über die wichtigsten Mental-, Arbeits-, Motivations- und Gedächtnistechniken.
- Erlernt wird der positive und flexible Umgang mit diesen Techniken am Arbeitsplatz.
- Die Teilnehmenden können sich im psychologischen-mentalen Bereich mit einfachen Techniken, motiviert und stufenweise verbessern.

Kursinhalte Denkkraft und Mental-Power im Alltag. Die inneren Ressourcen wecken. Den roten Faden Ihrer Lebensmotivationen stärken. Die Kraft der Gedanken für Ihre Ziele und ein harmonisches Umfeld. Flüssiger Kommunizieren. Optimierung des persönlichen Arbeitsstils. Wie tickt der andere Mensch? Bildvergleiche als Schlüssel. Stärken stärken – schwächt Schwächen. Termine, Handlungsabläufe, Tagesplan, Zahlen, Vokabeln/Fremdworte oder Redewendungen spielend lernen und leicht wiedergeben. Grundlagen und Hintergründe nach C. G. Jung – seine leichtesten Methoden.

Methodik
- Kurzreferate, Vorführungen, Erklärungen, Übungen in 2er-Gruppen
- Gespräche in Kleingruppen und im Plenum

Datum **Mittwoch, 18. April 2018**
Kursort 8008 Zürich, Klosbachstrasse 36a, Foyer St. Anton
Kosten Für PS-Mitarbeitende **CHF 120.–**
Für externe Teilnehmende **CHF 250.–**
Anmeldeschluss **Mittwoch, 14. Februar 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.306

Lachend durch stürmische Zeiten

«Widerstandsfähiger» durch Humor!

Leitung **Regula Eugster,** Resilienz-Trainerin, Erwachsenenbildnerin, Clown, Coach www.quellengang.ch
Bernie Fürer, Fachfrau Betreuung, Clown

Zielgruppe In Beratung und Betreuung Tätige, alle am Thema Interessierten

Kursziele
- Kennenlernen der Widerstandskraft Resilienz.
- Neue Facetten des eigenen Humors kennenlernen.
- Anhand eigener Fallbeispiele erfahren, wie Humor unterstützend wirkt.

Kursinhalte «Lachen ist gesund»: Das ist nichts Neues. Lachen schenkt Distanz, hilft zu regulieren und tut einfach gut. Wir werden Sie als Clowns darin unterstützen, neue Facetten Ihres Humors zu entdecken. Dabei wird Ihre eigene Resilienzfähigkeit gestärkt und ausgebaut. Sie erfahren, wie Sie diese Widerstandsfähigkeit im Berufsalltag lustvoll und humorvoll einsetzen können. Anhand Ihrer eigenen Praxisbeispiele werden wir den Praxistransfer üben.

Methodik
- Referat und Lehrgespräch zu Resilienz
- Humorübungen um die eigene Clownfigur zu stärken
- Improvisationsübungen
- Gruppenarbeiten

Datum **Montag, 7. Mai 2018**
Im Sinne eines weiterführenden Kurses empfehlen wir Ihnen auch den Kurs «Stark in stürmischen Zeiten» (Seite 70, Nr. 460.18.307, Montag, 22. Oktober 2018)

Kursort 8008 Zürich, Klosbachstrasse 36a, Foyer St. Anton
Kosten Für PS-Mitarbeitende **CHF 120.–**
Für externe Teilnehmende **CHF 250.–**
Anmeldeschluss **Montag, 5. März 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.307

Stark sein in stürmischen Zeiten

Biegsam und flexibel am Widerstand wachsen

Leitung **Regula Eugster,** Resilienz-Trainerin, Erwachsenenbildnerin, Clown, Coach www.quellengang.ch

Zielgruppe In Beratung und Betreuung Tätige, alle am Thema Interessierten

Kursziele
- Kennenlernen des Resilienzzirkels.
- Erforschung der eigenen Resilienzstrategien.
- Erfahrungen von Skills aus dem Resilienzzirkel.
- Austausch untereinander.

Kursinhalte In der Betreuung von Klientinnen und Klienten sind Sie zeitweise Situationen ausgesetzt, welche belastend sind. Dies können Zeitdruck, Teamprobleme, persönliche Herausforderungen, Krankheiten, Erschöpfung usw. sein. Krisenkompetenz oder -fähigkeit, sich biegsam an herausfordernde Situationen anzupassen, tragen wir alle in uns. An diesem Kurstag wird bewusst gemacht, welche Resilienzfaktoren bereits individuell vorhanden sind und welche noch gestärkt oder gefördert werden können.

Methodik
- Kreative Elemente
- Hörspiel
- Gruppenarbeit
- Lehrgespräche

Datum **Montag, 22. Oktober 2018**
Wir empfehlen Ihnen auch den Kurs «Lachend durch stürmischen Zeiten» (Seite 69, Nr. 460.18.306, Montag, 7. Mai 2018)

Kursort 8008 Zürich, Klosbachstrasse 36a, Foyer St. Anton

Kosten Für PS-Mitarbeitende **CHF 120.–**
Für externe Teilnehmende **CHF 250.–**

Anmeldeschluss **Montag, 20. August 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.308

Ganzheitlich beraten

Die Freude am Beraten stärken

Leitung **Karin Bernet,** Dr. phil. II, prozessorientierte psychosoziale Beraterin, Beraterin SGfB

Zielgruppe Fachpersonen im Bereich Beratung

Kursziele
- Führungsqualitäten ausbauen (Menschen positiv abholen, authentisch sein).
- Sich kennenlernen (eigene Schwachstellen kennen- und nutzen lernen).
- Imagination schulen.
- Differenzieren können.

Kursinhalte Wie kann ich meine Beratung verbessern?
Die folgenden Fragen dazu werden wir im Kurs beantworten: Wie berate ich? Kann ich meine Klienten unterstützen, das Optimum aus sich herauszuholen? Was ist mein Stil? Wer bin ich? Fühle ich mich wohl mit meinen Klienten? Was braucht ein Klient, um sich wohlzufühlen und sich zu entfalten? Wie erkenne ich, ob ein Klient an seine Grenzen kommt? Wie findet mein Klient seine Ressourcen? Wie verankere ich die «Errungenschaften», damit die neuen Erkenntnisse im Alltag nicht im Sand verlaufen?

Methodik Kurs mit theoretischen und praxisbezogenen Themen:
- Körper- und Wahrnehmungsübungen
- Übungen in Kleingruppen (innere Arbeit, spielerisch)
- Gespräche in Klein- und Grossgruppen
- Kurze prozessorientierte Theorie

Datum **Freitag, 18. Mai 2018**
Kursort 8008 Zürich, Klosbachstrasse 36a, Foyer St. Anton
Kosten Für PS-Mitarbeitende **CHF 120.–**
Für externe Teilnehmende **CHF 250.–**
Anmeldeschluss **Freitag, 16. März 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.309

Vom «Ja, aber» zum «Ja, und»

Die transformierende Kraft der Improvisation erleben

Leitung **Tobias von Schulthess**, Leiter und Trainer Playback-Theater St. Gallen, Focusing-Trainer, Mediator SDM/FSM

Zielgruppe Alle am Thema Interessierten

Kursziele
- Die Grundsätze der Improvisation kennenlernen und im Alltag anwenden können.
- Sicherstellen gelingender Kooperation ohne grosse Absprachen.
- Wahrnehmen und nutzen unmittelbarer Angebote und Möglichkeiten im verbalen und nonverbalen Dialog.

Kursinhalte Wo Unsicherheit entsteht, sagen oder hören wir oft ein «Ja, aber» und meinen damit ein «Nein». Dadurch entstehen Unterbrechungen, Blockaden oder Brüche im Arbeits- und Kommunikationsfluss. Die Kunst der Improvisation entwickelt das Vertrauen und den sinnvollen Umgang mit Unsicherheiten. Sie bietet einfache, praxisbezogene und kreative Ansätze, wie der Arbeitsfluss, trotz Unsicherheit, erhalten bleibt. Die Improvisation fördert unsere natürliche Neugierde und Fähigkeit, die unmittelbar zur Verfügung stehenden Ressourcen zu erkennen und zu nutzen. Das ist ebenso lustvoll wie herausfordernd und macht uns mutiger.

Methodik
- Spielerisches Experimentieren durch Ausdrucks- und Wahrnehmungsübungen aus dem Improvisationstheater
- Reflexionen zu zweit, in Kleingruppen und im Plenum
- Kurze theoretische Inputs

Datum **Donnerstag, 31. Mai 2018**
Kursort 8008 Zürich, Klosbachstrasse 36a, Foyer St. Anton
Kosten Für PS-Mitarbeitende **CHF 120.–**
Für externe Teilnehmende **CHF 250.–**
Anmeldeschluss **Donnerstag, 29. März 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.310

Ernährung und Entzündung

Wie Entzündungsprozesse durch die Ernährung beeinflusst werden

Leitung **Sybille Binder,** dipl. Ernährungsberaterin FH, Geschäftsführerin des Instituts für Integrative Naturheilkunde NHK in Zürich

Zielgruppe In Beratung, Betreuung und Bildung Tätige, alle am Thema Interessierten

Kursziele Die Teilnehmenden sind in der Lage
- die komplexen Zusammenhänge zwischen der Zubereitung von Nahrungs- und Genussmitteln und Entzündungsprozessen zu verstehen,
- Empfehlungen für ihren persönlichen und ihren Praxisalltag abzuleiten.

Kursinhalte Im Kurs werden folgende Themen behandelt:
- entzündungsfördernde und -hemmende Nahrungs- und Genussmittel
- Mangel- und Überfluss und Entzündung
- Darm, Leber und Entzündung
- Eisen und Entzündungen
- die Logi-antientzündliche-Lebensmittelpyramide
- praktische Anregungen und Degustation

Methodik
- Referat und Diskussion im Plenum
- Workshop
- Degustation

Datum **Dienstag, 5. Juni 2018**
Kursort 8008 Zürich, Klosbachstrasse 36a, Foyer St. Anton
Kosten Für PS-Mitarbeitende **CHF 120.–**
Für externe Teilnehmende **CHF 250.–**
Anmeldeschluss **Dienstag, 3. April 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.311

Persönlichkeitsstörungen

Ein vergessenes Thema im Alter

Leitung **Brigitte Ambühl Braun**, Dr. med., FMH für Psychiatrie und Psychotherapie, Äquivalent in innerer Medizin mit Schwerpunkt Geriatrie

Zielgruppe In Beratung, Bildung und Betreuung Tätige, alle am Thema Interessierten

Kursziele
- Erlernen der Grundlagen.
- Erkennen von Störungen.
- Erarbeiten von Lösungen.

Kursinhalte Wenn Betagte schwierig werden, steckt oft eine Persönlichkeitsstörung dahinter. Mit einem Impulsreferat wird erläutert, wie man eine solche erkennen kann. Auch in der dritten Lebensphase können sich Persönlichkeitsstörungen bemerkbar machen, die sich auf die Beziehungs- und Alltagsgestaltung auswirken und veränderbar sind. Einen Zugang dazu zu finden, mit Wissen und Kompetenz zum Handeln, ist das Ziel, an dem wir arbeiten. Seien es Essstörungen, ängstlich vermeidende, leicht kränkbare oder emotional instabile, depressiv bis impulsiv aggressive Persönlichkeiten.

Methodik
- Impulsreferat
- DVD-Clips
- Übungen

Datum **Donnerstag, 14. Juni 2018**
Kursort 8008 Zürich, Klosbachstrasse 36a, Foyer St. Anton
Kosten Für PS-Mitarbeitende **CHF 120.–**
Für externe Teilnehmende **CHF 250.–**
Anmeldeschluss **Donnerstag, 12. April 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.312

Logotherapie und Existenzanalyse

Einführung in die Theorie und Praxis der Logotherapie und Existenzanalyse nach Viktor E. Frankl

Leitung **Stefan Schwarz,** MSc, Diplompädagoge, Logotherapeut und Psychotherapeutischer Psychologe. Institutsleiter: Institut für Sinnzentrierte Führung, GmbH (ISF) Basel

Zielgruppe Alle am Thema Interessierten

Kursziele Sie lernen die verschiedenen Elemente der Frankl'schen Motivationslehre kennen sowie die wesentlichen Aspekte der paradoxen Intention, der Dereflexion und der Einstellungsmodulation und wissen, wie die Sinnwahrnehmung gesteigert werden kann.
Sie erleben Persönlichkeitsbildung ganz konkret.
Sie werden an die Existenzanalyse herangeführt.

Kursinhalte Der Mensch ist ein Wesen auf der Suche nach Sinn. Je sinnerfüllter ein Mensch lebt, desto gesünder kann er leben, und desto gesünder und sinnvoller kann er Krisenzeiten gestalten. Die Logotherapie hilft den Menschen, Ausschau zu halten nach eigenen Gestaltungsräumen, eigene Ressourcen zu mobilisieren und krisenträchtige personale Haltungen aufzugeben.

Methodik
- Trainer-Inputs
- Best-Practice-Beispiele sowie
- Einzel- und Gruppenarbeiten

Datum **Dienstag, 26. Juni 2018**
Kursort 8002 Zürich, Bederstrasse 33, Pro Senectute Bibliothek
Kosten Für PS-Mitarbeitende **CHF 120.–**
Für externe Teilnehmende **CHF 250.–**
Anmeldeschluss **Dienstag, 24. April 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.313

Achtsamkeit als Haltung und Methode in der Arbeit mit älteren Klienten

Leitung **Andreas Knuf,** Psychologischer Psychotherapeut, in freier Praxis in Konstanz (DE) tätig, verschiedene Buchveröffentlichungen zu Achtsamkeit

Zielgruppe Alle am Thema Interessierten

Kursziele Die Teilnehmenden
- kennen Achtsamkeitsmethoden, die sie in ihrer Alltagsarbeit einsetzen können,
- kultivieren einer achtsamen Haltung,
- nutzen Achtsamkeit für die eigene Psychohygiene und Burnout-Prophylaxe.

Kursinhalte Achtsamkeit ist in den letzten Jahren ein wichtiges Konzept für die psychosoziale Arbeit geworden. In diesem Seminar wird durch Übungen die eigene Achtsamkeit gefördert. Dadurch ergibt sich eine achtsamere Haltung den Klienten gegenüber, die sich u. a. durch Präsenz und Mitgefühl auszeichnet. Daneben werden achtsamkeitsorientierte Methoden vermittelt, die in der Arbeit mit älteren Klienten genutzt werden können. Dazu gehören vor allem die Förderung von Sinneswahrnehmungen, der Abbau von Grübelschleifen und ungünstigen Gedanken sowie die achtsame Wahrnehmung von Gefühlen wie Trauer und Angst. Achtsamkeit spielt aber nicht nur in der Arbeit mit Klienten eine wichtige Rolle, sondern auch im Umgang mit sich selbst und innerhalb eines Teams.

Methodik
- Verschiedene Achtsamkeitsübungen
- Kurzreferate
- Erarbeiten von konkreten Handlungsmöglichkeiten

Datum **Montag, 2. und Dienstag, 3. Juli 2018**
Kursort 8008 Zürich, Klosbachstrasse 36a, Foyer St. Anton
Kosten Für PS-Mitarbeitende **CHF 240.–**
Für externe Teilnehmende **CHF 500.–**
Anmeldeschluss **Montag, 30. April 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.314

Happynez bis ins hohe Alter!

Du bist das Beste, was dir passieren kann!

Leitung **Susanna Furrer,** dipl. Farbtherapeutin und Gesundheitscoach, Kunstmalerin und Sprachtherapeutin

Zielgruppe Alle am Thema Interessierten

Kursziele
- Was mir gefällt und entspricht, integriere ich in meinen beruflichen und persönlichen Alltag. Jedem das Seine!
- Gemeinsame Kreation des reichhaltigen Buffets «Happynez bis ins hohe Alter».
- Ich mache mich, mein Herz und Gehirn nachhaltig glücklich und gesund. Ich bin fähig, meine Erkenntnisse in die tägliche Arbeit einfliessen zu lassen.

Kursinhalte Was durch den Geist, das Gehirn, das emotionale Herz und den Körper strömt, formt Ihr Gehirn. Degeneration ist kein Zufall. Sie bekommen eine Ahnung davon, dass der viel zitierte Abbau im Alter nicht nur passiv unter «Schicksal» verstanden werden kann. Nach diesem Seminar freuen Sie sich definitiv auf ihr langes, möglichst gesundes, sinnerfülltes und kreatives Leben!

Methodik
- Kurzreferate
- Eigene Ressourcen aktivieren und nutzen
- Körperübungen
- Einzelarbeit, Kleingruppe und Plenum

Datum **Donnerstag, 12. Juli 2018**
Kursort 8008 Zürich, Klosbachstrasse 36a, Foyer St. Anton
Kosten Für PS-Mitarbeitende **CHF 120.–**
Für externe Teilnehmende **CHF 250.–**
Anmeldeschluss **Donnerstag, 10. Mai 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.315

Messiesyndrom

Wenn Menschen im Müll untergehen

Leitung **Brigitte Ambühl Braun**, Dr. med., FMH für Psychiatrie und Psychotherapie, Äquivalent in innerer Medizin mit Schwerpunkt Geriatrie

Zielgruppe In Beratung, Bildung und Betreuung Tätige, alle am Thema Interessierten

Kursziele
- Erlernen der Grundlagen.
- Erkennen von Störungen.
- Erarbeiten von Lösungen.

Kursinhalte Messie heisst eine Person mit mess, Unordnung, und meint ein zwanghaftes Sammeln von Objekten bis zur Vermüllung der eigenen Lebensräume. Deren Ursache zu erkennen, eine Vorstellung von Zwang und Messiedasein zu bekommen und Lösungsmöglichkeiten zu finden, ist das Ziel, an dem wir mit vielen Fallbeispielen arbeiten. Begleitend und als Impuls lernen wir etwas über Hirnfunktionen und deren Störungen kennen, die wir zum Begreifen und auch für die praktische Umsetzung brauchen.

Methodik
- Impulsreferat
- DVD-Clips
- Übungen

Datum **Freitag, 31. August 2018**
Kursort 8008 Zürich, Klosbachstrasse 36a, Foyer St. Anton
Kosten Für PS-Mitarbeitende **CHF 120.–**
Für externe Teilnehmende **CHF 250.–**
Anmeldeschluss **Freitag, 29. Juni 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.316

Mein neues NEIN – ein klares JA zu mir

Wirksam Grenzen setzen in der sozialen Arbeit – wie es doch gelingen kann!

Leitung **Stefanie Uzler,** Therapeutin
Lisa Ritter, Coach

Zielgruppe Alle am Thema Interessierten

Kursziele
- Sie werden Ihre Grenzen erforschen und erleben.
- Sie werden lernen, Ihre Grenzen zu akzeptieren und diese mit Freude und Respekt Ihrem Umfeld zu zeigen.
- Sie werden lernen, wie Sie mit Grenzgängern klar und charmant umgehen.

Kursinhalte Erfahren heisst Lernen, deshalb nähern wir uns dem Thema Grenzen ganz bewusst, nicht nur über einen intellektuellen Zugang, auch spielerisch über Ihre anderen Sinnes- und Wahrnehmungskanäle an – damit Sie auf allen Ebenen erfahren können, wo Ihre Grenzen sind. Wann gelingt es mir, meine Grenzen wahrzunehmen und zu kommunizieren? Wann gelingt mir dies nicht – wann sage ich JA und meine es nicht?
Wie Sie Ihre Grenzen neu Ihrem Umfeld klar und charmant kommunizieren, werden Sie durch die Technik «Vorbildfunktion» herausfinden können und sofort ausprobieren. Zudem werden Sie herausfinden, welche inneren Ressourcen Ihnen sonst noch zur Verfügung stehen, um Ihre Grenzen wirksam zu wahren.

Methodik
- Gespräche in Kleingruppen und im Plenum
- Reflektionen und Feedbacksessions
- Praktische Übungen

Datum **Dienstag, 18. September 2018**
Kursort 8008 Zürich, Klosbachstrasse 36a, Foyer St. Anton
Kosten Für PS-Mitarbeitende **CHF 120.–**
Für externe Teilnehmende **CHF 250.–**
Anmeldeschluss **Dienstag, 17. Juli 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.317

Sterben – eine Lebenskunst

Von der Begleitung alter und kranker Menschen in der Auseinandersetzung mit dem Tod

Leitung
Sabine Lenz, Psychotherapeutin ASP, Psychoonkologin SGPO
2000-2016 Psychoonkologin am Kantonsspital Aarau
Seit 1979 Psychotherapeutische Praxis, Zürich

Zielgruppe
In Pflege, Betreuung, Beratung und Bildung Tätige

Kursziele
Wie begegne ich dem Todesthema bei meinen Klientinnen und Klienten?
- Erkennen: Wie kommuniziere ich?
- Hinterfragen: Wie fühle ich mich dabei?
- Entdecken: Was könnte ich anders machen?
- Sich entscheiden: Das werde ich ändern!

Kursinhalte
Sie setzen sich damit auseinander, wie Sie Menschen begleiten, die sich dem Thema Sterben und Tod stellen müssen. Sie reflektieren die eigenen Möglichkeiten zur echten Auseinandersetzung mit diesem Thema. Was im Einzelfall hilfreich ist, wird auf dem Hintergrund der persönlichen Beziehung zwischen Klienten und Mitarbeitenden ausgelotet.

Methodik
- Inputreferate
- Gespräche in Kleingruppen und im Plenum
- Filmausschnitte
  Die Teilnehmenden erklären sich bereit, mit eigenen Fallbeispielen zu arbeiten.

Datum **Dienstag, 30. Oktober 2018**
Kursort 8008 Zürich, Klosbachstrasse 36a, Foyer St. Anton
Kosten Für PS-Mitarbeitende **CHF 120.–**
Für externe Teilnehmende **CHF 250.–**
Anmeldeschluss **Dienstag, 28. August 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.318

Umgang mit psychisch kranken Klientinnen und Klienten

Leitung **René Hadorn,** Psychiatriepfleger HF, Erwachsenenbildner HF, Supervisor und Coach BSO

Zielgruppe In Betreuung, Beratung und Bildung Tätige

Kursziele Die Teilnehmenden
- erwerben Kenntnisse zu häufigen psychischen Erkrankungen im Alter,
- beschreiben wahrnehmbare Phänomene in der Begegnung mit psychisch kranken Menschen,
- entwickeln persönliche Handlungsstrategien in der Begegnung mit psychisch kranken alten Menschen.

Kursinhalte Die Weiterbildung gibt Einblick in verschiedene, häufig auftretende psychische Erkrankungen im Alter. Einen Schwerpunkt bilden Depressionen, Angst, Persönlichkeitsstörungen und Wahnerkrankungen. Exkurs zu Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit im Alter.
Inhaltliche Schwerpunkte sind die Auswirkungen auf die Lebensgestaltung und Lebensqualität der Betroffenen sowie die Erarbeitung von förderlichen Begleitungs- und Betreuungsansätzen.

Methodik
- Referate, Lehrgespräche; Inputs mittels DVD
- Gruppenarbeiten
- Rollenspiele

Datum **Mittwoch, 31. Oktober 2018**
Kursort 8008 Zürich, Klosbachstrasse 36a, Foyer St. Anton
Kosten Für PS-Mitarbeitende **CHF 120.–**
Für externe Teilnehmende **CHF 250.–**
Anmeldeschluss **Mittwoch, 29. August 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.319 Kränkung, Scham und Depression

Leitung **Daniel Hell,** Prof. em. Dr. med. Privatklinik Hohenegg

Zielgruppe In Betreuung, Pflege, Sozialberatung und Bildung Tätige, alle am Thema Interessierten

Kursziele
- Unterschied von Kränkungsreaktion und Scham.
- Depressionsverständnis unter Berücksichtigung von Kränkungen.
- Umgang mit Gekränktsein und mit Sichschämen.

Kursinhalte Jeder Mensch hat seine Kränkungsgeschichte. Die Gefahr von Kränkungen sind narzisstische Verletzlichkeit und Destruktivität. Auch depressive Verstimmungen sind häufige Folgen. Derentwegen kann sich ein Mensch schämen.
Wie können Kränkungen vermindert werden?
Wie kann Scham die Folgen von Kränkungen und Depressivität mindern?
Wie kann mit Kränkung und Scham bei sich selber und bei andern umgegangen werden?

Methodik
- Präsentation aktueller Erkenntnisse
- Diskussion und Dialog in Seminarform

Datum **Dienstag, 13. November 2018**
Kursort 8008 Zürich, Klosbachstrasse 36a, Foyer St. Anton
Kosten Für PS-Mitarbeitende **CHF 120.–**
Für externe Teilnehmende **CHF 250.–**
Anmeldeschluss **Dienstag, 11. September 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

460.18.320

Publizieren und kommunizieren

Medien- und Öffentlichkeitsarbeit für Veranstaltungen

Leitung **Christine Loriol,** Trainer und Coach, www.christineloriol.ch

Zielgruppe Alle am Thema Interessierten

Kursziele
- Sie verstehen, wie Öffentlichkeitsarbeit für Ihren Anlass funktioniert und welche Kanäle Sie wie nutzen können.
- Sie lernen, Ihre Öffentlichkeits- und Medienarbeit gut zu konzipieren und umzusetzen (inkl. Schreiben und Gestalten).
- Sie wissen, wie Sie für Ihren nächsten Anlass vorgehen wollen.

Kursinhalte
Verfassen von Medienmitteilungen
Schreiben von Medientexten (Vorschau und Bericht)
Inhaltliches Gestalten von Inseraten, Plakaten und Flyern
Bedeutung von Multiplikation verstehen
Verschiedene Arten von Öffentlichkeitsarbeit erkennen
Basiswissen Schreiben: Titel, Lead, Text, Bildlegende
Basiswissen Bilder: die richtige Auswahl
Nicht nur Zeitungen sind Medien! Was ist mit Radio und TV?
Öffentlichkeitsarbeit als Netzwerken: das Weitersagen befeuern

Methodik
- Input
- Werkstattgespräch
- Üben einzelner Aufgaben
- Feedback zu bisherigen Texten, Inseraten, Medienmitteilungen

Datum **Mittwoch, 14. November 2018**
Achtung: Der Kurs findet von 9.30 bis 18.00 Uhr statt.

Kursort 8002 Zürich, Bederstrasse 33, Pro Senectute Bibliothek

Kosten Für PS-Mitarbeitende **CHF 120.–**
Für externe Teilnehmende **CHF 250.–**

Anmeldeschluss **Mittwoch, 12. September 2018.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

ZEITLUPE

Für Menschen mit Lebenserfahrung

vielseitig

informativ

unterhaltsam.

Bestellen Sie jetzt Ihre Gratis-Probenummer!

Als Magazin von Pro Senectute Schweiz bietet die Zeitlupe zehn Mal im Jahr vielfältigen Lesestoff und serviceorientierte Inhalte zur zweiten Lebenshälfte.

Bestellen Sie jetzt Ihre Gratis-Probenummer über Mail **info@zeitlupe.ch** oder Telefon **044 283 89 13**.

PRO SENECTUTE

Ankündigungen

unserer Kooperationspartner

Berner Fachhochschule BFH

Angebot 1 **Biografische Bildungsarbeit**

Dozent **Prof. Dr. Cornelia Kricheldorff,** Kath. Fachhochschule, Freiburg i. Br.
Durchführung **14./15. Februar 2018,** 8.45–16.45 Uhr
Kosten **CHF 680.–**
Web-Code alter.bfh.ch, K-A-34

Angebot 2 **Körperliche Prozesse und Sinneswahrnehmung im Alter**

Dozent **Prof. Dr. Hans-Werner Wahl,** Leiter Abteilung für Psychologische Alternsforschung
Durchführung **16. Februar 2018,** 8.45–16.45 Uhr
Kosten **CHF 340.–**
Web-Code alter.bfh.ch, K-A-19»

Angebot 3 **Sozialversicherungen im Zusammenhang mit Pflege und Betreuung**

Dozent **Markus Bieri,** dipl. Sozialarbeiter FH, MAS gesetzliche Sozialarbeit, Leiter Regionaler Sozialdienst Frutigen, Lehrbeauftragter Berner Fachhochschule
Durchführung **7. März 2018,** 8.45–16.45 Uhr
Kosten **CHF 340.–**
Web-Code alter.bfh.ch, K-A-6»

Angebot 4 **Häusliche Gewalt in der Angehörigenpflege**

Dozentin **Dr. Bettina Ugolini,** Diplompsychologin, Zentrum für Gerontologie der Universität Zürich
Durchführung **25. April 2018,** 8.45–16.45 Uhr
Kosten **CHF 340.–**
Web-Code alter.bfh.ch, K-A-7»

ISF Institut für Sinnzentrierte Führung

Angebot 1 **Fortbildung in psychosozialer Beratung nach Viktor Frankl**

Leitung **Stefan Schwarz,** MSc. Logotherapeut und Existenzanalytiker, Psychotherapeutischer Psychologe, Diplompädagoge, Institutsleiter: Institut für Sinnzentrierte Führung GmbH (ISF) Basel

Dauer/Kursinhalte Einjährige praxisorientierte Fortbildung: Die Inhalte basieren vor allem auf der Salutogenese von Aaron Antonovsky und der Logotherapie von Viktor E. Frankl. Daneben fliessen Aspekte der Systemtherapie, der kognitiven Verhaltenstherapie, der Psychosynthese von Roberto Assagioli und der lösungsorientierten Kurzzeittherapie von Steve de Shazer ein.

Ort Institut für Sinnzentrierte Führung, ISF, Eulerstrasse 9, Basel

Start **Samstag/Sonntag, 13./14. Januar 2018**

Kurskosten **CHF 6400.–**

Anmeldeschluss **Donnerstag, 30. November 2017**

Angebot 2 **In der Mitte des Lebens die Zukunft neu gestalten**

Leitung **Stefan Schwarz,** MSc. Logotherapeut und Existenzanalytiker, Psychotherapeutischer Psychologe, Diplompädagoge, Institutsleiter: Institut für Sinnzentrierte Führung GmbH (ISF) Basel

Dauer/Kursinhalte Die gehobene Art, sich in der Toskana neu zu entdecken

- Sie führen ein zufriedenes Leben, spüren aber, dass noch etwas anderes auf Sie wartet?
- Sie stehen vor einem neuen Lebensabschnitt und sind unsicher, wie Sie ihn gestalten möchten?

Entdecken Sie Ihre Träume und Leidenschaften, machen Sie Ihre Ressourcen nutzbar für den kommenden Lebensabschnitt. In der Abgeschiedenheit der Toskana und in wunderschönem Ambiente erhalten Sie ein massgeschneidertes, persönliches und somit effektives Coaching

Ort Strada del Palazzaccio 4/A, Villa d'Arceno, Castelnuovo

Datum **Bitte vereinbaren Sie ein Erstgespräch. Das Datum der Toskana-Woche planen wir gemeinsam.**

Kosten **ab CHF 4400.– (je nach Saison)**

Weitere Informationen **https://toskanacoaching.com/**

Die Frage auf Ihre Antwort

Wie gehen Sie in Ihrem **Seniorenheim, Spital, Mitarbeiter-Restaurant** oder in Ihrer **Cafeteria** auf die steigenden Ansprüche Ihrer Kunden ein?
Ihre Antwort: Mit einfachem Handling, hoher Qualität, Tempo und Rentabilität! NESCAFÉ Alegria garantiert Ihnen die Komplettlösung für Ihr Kaffeeangebot.

fruitcake.ch

NESCAFÉ Alegria

NESCAFÉ Alegria Spezialangebot!

Profitieren Sie vom Pro Senectute Spezialangebot und fordern Sie eine unverbindliche Offerte an mit dem Stichwort «Pro Senectute» über das Kontaktformular auf **nescafe-solutions.ch** oder per Mail.

NESTLÉ Suisse SA, Business Unit Professional Beverage Solutions
Blumenfeldstr. 15, 9401 Rorschach, 071 844 85 50, info@nescafe-solutions.ch

Allgemeine Bestimmungen

Allgemeine Bestimmungen

Kursdauer

Die Kurse (ohne Tagungen) dauern pro Tag sechs Stunden, in der Regel von 9.30 bis 12.30 und von 13.45 bis 17 Uhr. Detaillierte Angaben erfolgen mit der Einladung.

Anmeldungen

Bitte verwenden Sie für jede Kursanmeldung ein separates Anmeldeformular.

Pro Senectute-Mitarbeitende oder bei Pro Senectute-Organisationen freiwillig Tätige weisen wir darauf hin, dass jede Kursanmeldung von ihrer Geschäftsstelle visiert sein muss. Online-Anmeldungen sind nur für externe Teilnehmende möglich.
Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt.
Der Anmeldungseingang wird grundsätzlich nicht bestätigt.
Die Einladung mit den Detailinformationen sowie die Rechnung erhalten Sie ca. drei Wochen vor Kursbeginn.

Weiterbildungskosten

Für Mitarbeitende von Pro Senectute-Organisationen übernimmt Pro Senectute Schweiz die Kosten ganz oder teilweise für viele ein- bis zweitägige Kurse; zu jedem Kurs sind die Kosten vermerkt.
Die Kosten für Reise, Verpflegung und Unterkunft bezahlen alle Teilnehmenden selber. Eine evtl. Rückerstattung dieser Kosten erfolgt über die eigene kantonale Pro Senectute-Organisation.

Doppelführung von Kursen, Annullation, Wartelisten

Wir informieren Sie rechtzeitig über allfällige Annullationen, Doppelführungen oder Wartelisten. Muss ein Kurs annulliert werden, erfolgt die vollständige Rückerstattung des bereits einbezahlten Kursgeldes.

Rücktritts-bedingungen

Kurse von 1 bis 3 Tagen Dauer
Alle Abmeldungen müssen schriftlich und grundsätzlich bis zu einem Monat vor Kursbeginn erfolgen.
Bei späterer Abmeldung gilt folgende Regelung:

Bei kostenlosen Weiterbildungen (PS-Mitarbeitende)
Bei Eintreffen der Abmeldung **weniger als 30 Tage** vor Kursbeginn, verrechnen wir Ihnen Annullationskosten von CHF 80.–, es sei denn, Sie stellen eine Ersatzperson.

Bei kostenpflichtigen Weiterbildungen
Bei Eintreffen der Abmeldung **weniger als 30 Tage** vor Kursbeginn, verrechnen wir Ihnen Annullationskosten von CHF 80.–, es sei denn, Sie stellen eine Ersatzperson.
Bei Eintreffen der Abmeldung **weniger als eine Woche** vor Kursbeginn, verrechnen wir Ihnen die gesamten Kurskosten, es sei denn, Sie stellen eine Ersatzperson.

Ausnahmen sind schwerwiegende Gründe wie Todesfall von Angehörigen oder eine Erkrankung, die mit Arztzeugnis zu dokumentieren ist.

Kurse ab 4 Tagen Dauer
Separate Regelung

PRO SENECTUTE

GEMEINSAM STÄRKER

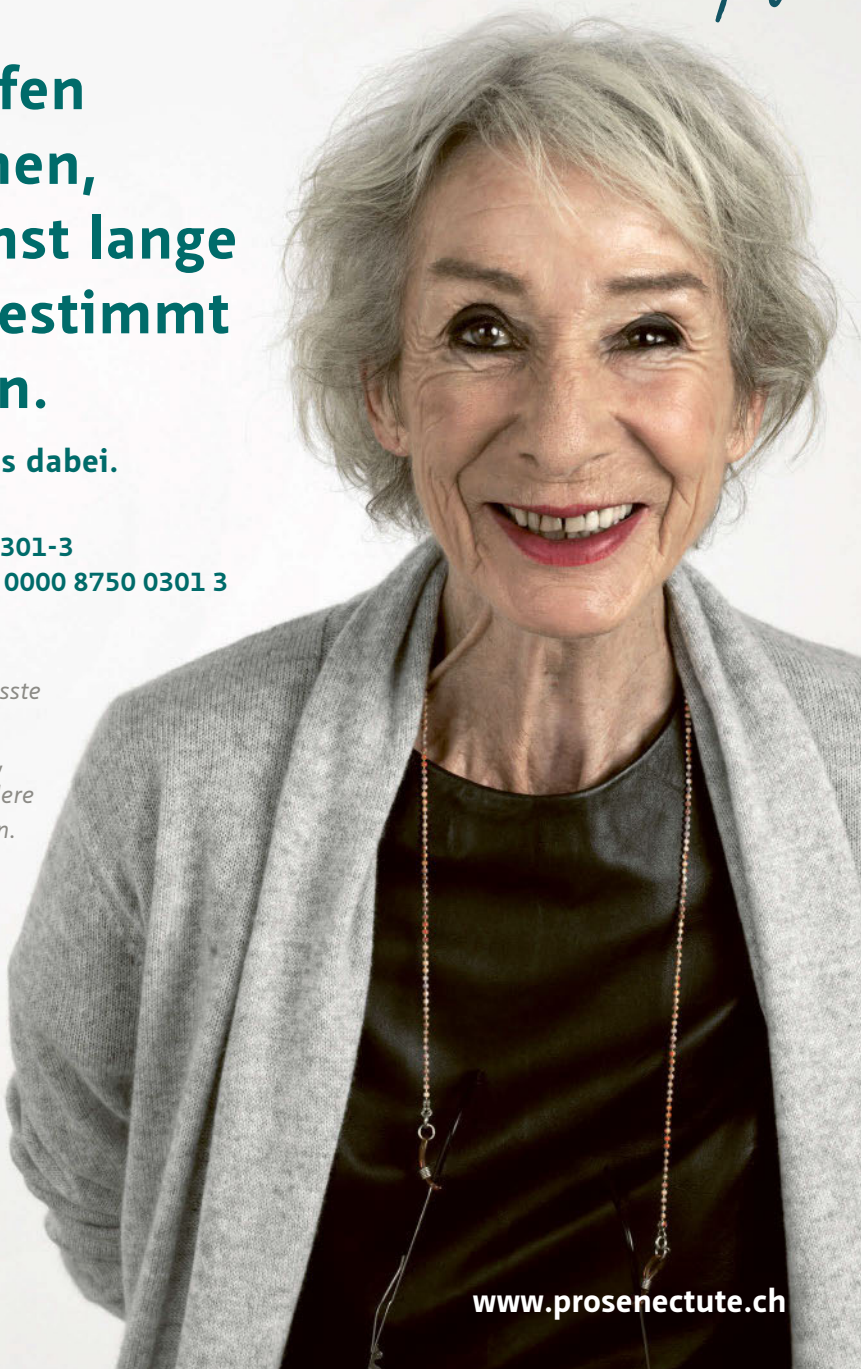
100 Jahre

Wir helfen Menschen, möglichst lange selbstbestimmt zu leben.

Helfen Sie uns dabei.

PC Konto 87-500301-3
IBAN CH91 0900 0000 8750 0301 3

Johanna S., 81, musste nach ihrem Sturz erfahren, wie es ist, wenn plötzlich andere über sie bestimmen.



ZEWO ZERTIFIZIERT CERTIFIÉ CERTIFICATO

www.prosenectute.ch

Anmeldeformular

Definitive Anmeldung für Weiterbildung.
Bitte für jeden Kurs ein separates Formular zustellen.

Titel

Durchführungsdatum Kurs-Nr.

Name/Vorname

Tätigkeit/Funktion Freiwillige MA ☐ja ☐nein

Korrespondenzadresse

Firma/Organisation

Strasse

PLZ und Ort

Tel. P/G/Natel

E-Mail P/G

Gemeinsames Mittagessen ☐ja ☐nein

Ich bestätige, die «Allgemeinen Bestimmungen» gelesen zu haben.

Datum und Unterschrift

Rechnung an
Adresse Arbeitgeber/Institution

Anmeldung für Pro Senectute-Mitarbeitende
nur mit PSO-Stempel und Unterschrift GL

Anmeldung senden an
Pro Senectute Schweiz, Weiterbildung, Lavaterstrasse 60, Postfach, 8027 Zürich

Der Anmeldungseingang für Kurse von 1 bis 3 Tagen wird nicht bestätigt.
Informiert wird in jedem Fall über doppelt geführte Kurse, Wartelisten oder Annullationen. Die Kurseinladungen erfolgen ca. zwei bis drei Wochen vor Kursbeginn.

Bitte
frankieren

Pro Senectute Schweiz
Weiterbildung
Lavaterstrasse 60
Postfach
8027 Zürich

Anmeldeformular

Definitive Anmeldung für Weiterbildung.
Bitte für jeden Kurs ein separates Formular zustellen.

Titel

Durchführungsdatum Kurs-Nr.

Name/Vorname

Tätigkeit/Funktion Freiwillige MA ☐ja ☐nein

Korrespondenzadresse

Firma/Organisation

Strasse

PLZ und Ort

Tel. P/G/Natel

E-Mail P/G

Gemeinsames Mittagessen ☐ja ☐nein

Ich bestätige, die «Allgemeinen Bestimmungen» gelesen zu haben.

Datum und Unterschrift

Rechnung an
Adresse Arbeitgeber/Institution

Anmeldung für Pro Senectute-Mitarbeitende
nur mit PSO-Stempel und Unterschrift GL

Anmeldung senden an
Pro Senectute Schweiz, Weiterbildung, Lavaterstrasse 60, Postfach, 8027 Zürich

Der Anmeldungseingang für Kurse von 1 bis 3 Tagen wird nicht bestätigt.
Informiert wird in jedem Fall über doppelt geführte Kurse, Wartelisten oder Annullationen. Die Kurseinladungen erfolgen ca. zwei bis drei Wochen vor Kursbeginn.

Bitte
frankieren

Pro Senectute Schweiz
Weiterbildung
Lavaterstrasse 60
Postfach
8027 Zürich

Pro Senectute
Weiterbildung
Lavaterstrasse 60, Postfach
8027 Zürich
Telefon: 044 283 89 41
www.prosenectute.ch

Verantwortung Bildung & Kultur
Christa Bula
christa.bula@prosenectute.ch

Kursadministration und -koordination
Corinne Mäder
corinne.maeder@prosenectute.ch
Telefon: 044 283 89 41

Anmeldungen
weiterbildung@prosenectute.ch

Herausgeberin: Pro Senectute Schweiz
Druck und Gestaltung: Stämpfli AG, Bern
Auflage: 9400 Exemplare
Publikation: September 2017

ZEWO ZERTIFIZIERT CERTIFIÉ CERTIFICATO

PRO SENECTUTE
GEMEINSAM STÄRKER