

# Damit Sie weiterkommen *Pour aller plus loin*

Kursprogramm 2023 für Freiwillige und weitere Interessierte  
*Programme des cours 2023 pour bénévoles et autres intéressé-e-s*



EDUQUA

Croix-Rouge suisse  
Schweizerisches Rotes Kreuz  
Canton de Berne Kanton Bern



# Wissen fürs Leben

Liebe Interessierte

Möchten Sie sich freiwillig engagieren, oder betreuen Sie Angehörige? Wir unterstützen Sie dabei mit einer grossen Auswahl spannender Kurse – von «Demenz verstehen» über «Notfälle bei älteren Menschen» bis hin zu «Transkultureller Kompetenz». Ein Klassiker in unserem Programm ist der acht-tägige Lehrgang «Passage SRK – Lehrgang in Palliative Care». Er bereitet Sie darauf vor, Menschen im Sterbeprozess kompetent zu begleiten.

Die vorliegende kompakte Broschüre ersetzt das bisherige umfangreiche Kursprogramm. Alle Kurse inklusive Detailinformationen finden Sie auf → [srk-bern.ch/kursefreiwillige](https://srk-bern.ch/kursefreiwillige)

Haben Sie Fragen? Wir beraten Sie gerne persönlich.

Freundliche Grüsse

Mona Schneeberger  
Leiterin Kurse Begleitung und Betreuung  
und das SRK-Bildungsteam



Das vollständige Kursprogramm 2023 für Freiwillige und weitere Interessierte finden Sie mit allen Detailinformationen auf → [srk-bern.ch/kursefreiwillige](https://srk-bern.ch/kursefreiwillige)

# Un savoir pour la vie

Chères intéressées, chers intéressés,

*Aimeriez-vous vous engager comme bénévole ou accompagnez-vous des proches? Nous vous apportons notre soutien à travers un grand choix de cours passionnants – de «Comprendre la démence» à «Compétence transculturelle» en passant par «Urgences chez les personnes âgées». Le cours de huit jours «Passage CRS – formation aux soins palliatifs» est également un grand classique de notre programme de cours. Il vous prépare à accompagner de manière compétente des personnes en fin de vie.*

*La présente brochure compacte remplace l'ancien volumineux programme de cours. Vous trouverez tous les cours avec les informations détaillées sur → [crs-berne.ch/cours-benevoles](https://crs-berne.ch/cours-benevoles)*

*Avez-vous des questions? Nous vous conseillerons volontiers personnellement.*

Meilleures salutations,

Mona Schneeberger  
Responsable des cours d'accompagnement et des soins  
et l'équipe de Formation CRS

*Vous trouverez le programme complet des cours 2023 pour bénévoles et autres intéressé-e-s, avec toutes les informations détaillées, sur → [crs-berne.ch/cours-benevoles](https://crs-berne.ch/cours-benevoles)*



# Drei gute Gründe für gezielte Weiterbildung

## Trois bonnes raisons pour un perfectionnement ciblé

# 1

### **Eine wichtige und bereichernde Aufgabe erfüllen**

Wenn Sie andere Menschen kompetent betreuen oder für sie da sind, erfüllen Sie eine wichtige gesellschaftliche Aufgabe – die in Zukunft noch an Bedeutung gewinnen wird.

### **Réaliser une mission importante et enrichissante**

*Lorsque vous accompagnez de manière compétente des personnes, vous réalisez une mission sociale importante – et qui va encore gagner en importance à l'avenir.*

# 2

### **Thematische und persönliche Weiterentwicklung**

Sie bilden sich fachlich und persönlich weiter und erwerben zusätzliche Kompetenzen. Dadurch gewinnen Sie Selbstsicherheit und werden befähigt, für Ihre Mitmenschen da zu sein.

### **Développement thématique et personnel**

*Vous vous formez sur le plan professionnel et personnellement et vous acquérez des compétences supplémentaires. Ainsi vous gagnez en assurance et êtes en mesure d'aider vos semblables.*

# 3

### **Gezielte und erprobte Weiterbildung**

Wir haben für alle Interessierten den passenden Kurs. Der Fokus liegt auf der Betreuung und Begleitung. Alle Kurse werden von gut vernetzten Fachleuten mit viel Praxiserfahrung geleitet.

### **Une formation ciblée qui a fait ses preuves**

*Nous avons l'offre de formation adéquate pour toutes et tous. L'accent est mis sur l'accompagnement et le soutien. Tous les cours sont dirigés par des professionnels bénéficiant d'une grande expérience pratique.*

# Aktuelle Kursangebote

auch online

## Demenz verstehen

### **Betroffene besser verstehen**

In diesem Einführungskurs lernen Sie, wie Sie auf Menschen mit Demenz eingehen können. Dabei steht eine wirkungsvolle Kommunikation im Zentrum.

→ [srk-bern.ch/demenz-verstehen](https://srk-bern.ch/demenz-verstehen)

## Demenz verstehen – Aufbau Mit herausforderndem Verhalten umgehen

Menschen mit Demenz verhalten sich manchmal herausfordernd. Im Kurs lernen Sie die Ursachen dafür kennen. Und Sie lernen, Strategien zu entwickeln, um mit herausforderndem Verhalten umzugehen.

→ [srk-bern.ch/demenz-aufbau](https://srk-bern.ch/demenz-aufbau)

auch online

## ensa – Erste Hilfe bei psychischen Notfällen

### **Rechtzeitig auf Menschen zugehen**

Im Kurs lernen Sie, rechtzeitig psychische Probleme zu erkennen, auf Menschen zuzugehen und Hilfe anzubieten – sowohl im privaten als auch im beruflichen Umfeld.

→ [srk-bern.ch/ensa](https://srk-bern.ch/ensa)

auch online

## Gratis-Kurs: Flucht und Trauma Betroffene besser begleiten

Geflüchtete leiden aufgrund ihrer Fluchterfahrung oft unter Trauma-Folgeerkrankungen. Im Kurs erlernen Sie konkrete Verhaltensweisen, um mit Betroffenen umgehen zu können.

→ [srk-bern.ch/fut-freiwillige](https://srk-bern.ch/fut-freiwillige)

## Menschen begleiten

### **Das Gegenüber verstehen**

Sie lernen als Freiwillige/-r oder betreuende/-r Angehörige/-r, mit Konflikten und Widerstand umzugehen. Dabei reflektieren Sie das Thema Nähe und Distanz sowie Ihre eigenen Grenzen.

→ [srk-bern.ch/menschen-begleiten](https://srk-bern.ch/menschen-begleiten)

Kurse im Berner Oberland finden Sie unter:

→ [srk-bern.ch/kurse-beocare](https://srk-bern.ch/kurse-beocare)



auch online

## Notfälle bei älteren Menschen

### Mehr Sicherheit im Alltag

Akuter Schlaganfall, Sturz, allergische Reaktion oder Zuckerschokk: Sie lernen, physische Notfälle rasch zu erkennen und Hilfe einzuleiten.

→ [srk-bern.ch/notfaelle-alter](https://srk-bern.ch/notfaelle-alter)

## Transkulturelle Kompetenz

### Versiert umgehen mit Vielfalt

Gesellschaftliche Vielfalt ist bereichernd, aber auch herausfordernd. Transkulturelle Kompetenzen helfen, Vorurteile abzulegen und konstruktiv mit anspruchsvollen Situationen umzugehen.

→ [srk-bern.ch/tkk](https://srk-bern.ch/tkk)

## Passage SRK – Lehrgang in Palliative Care

### Menschen im Sterbeprozess betreuen

In diesem achttägigen Lehrgang lernen Sie, sterbende Menschen kompetent zu betreuen. Sie vertiefen die wichtigsten Themen der Sterbebegleitung und der Trauer. Sie erfahren, wie Sie auch non-verbale Kommunikation einsetzen können und welche Möglichkeiten zur Schmerz-

linderung bestehen. Sie beschäftigen sich zudem mit ethischen und rechtlichen Aspekten. Schliesslich lernen Sie, wie Sie mit Ihren eigenen Grenzen umgehen können – und wo Sie selbst Unterstützung bekommen.

→ [srk-bern.ch/passage](https://srk-bern.ch/passage)

*«Diesen Lehrgang zu machen, war einer meiner besten Entschiede. Er hat mich befähigt, mit Sicherheit und Kompetenz schwer kranke und sterbende Menschen zu begleiten.»*

Maria-Teresa Cano, Juristin, Mediatorin, Fachexpertin Kommunikation



# Cours actuels en français

aussi en ligne

## Comprendre la démence

### **Mieux comprendre les personnes touchées**

Dans ce cours d'introduction, vous apprenez comment interagir avec des personnes souffrant de démence. Dans ce cadre, l'accent est mis sur une communication efficace.

→ [crs-berne.ch/comprendre-demence](https://crs-berne.ch/comprendre-demence)

aussi en ligne

## Compétence transculturelle

### **Bien gérer la diversité**

La diversité culturelle est enrichissante, mais aussi un défi. Des compétences transculturelles aident à éviter les préjugés et à gérer de manière constructive les situations difficiles.

→ [crs-berne.ch/diversite](https://crs-berne.ch/diversite)

aussi en ligne

## Ensa – Premier secours en cas d'urgence psychique

### **Aller assez tôt vers les gens**

Dans ce cours, vous apprenez à identifier assez tôt des problèmes psychiques, à aller vers les gens et à proposer de l'aide – aussi bien dans le cadre privé que dans le cadre professionnel.

→ [crs-berne.ch/ensa](https://crs-berne.ch/ensa)

## Urgences chez les personnes âgées

### **Plus de sécurité au quotidien**

Accident vasculaire cérébral aigu, chute, réaction allergique ou hypoglycémie: vous apprenez à identifier rapidement les urgences physiques et à apporter de l'aide.

→ [crs-berne.ch/urgences](https://crs-berne.ch/urgences)

## Kurzporträt SRK Kanton Bern

## Bref portrait de la CRS Canton de Berne

Von Kleinkindern bis zu Seniorinnen und Senioren, vom Berner Jura bis ins Oberland: Das Schweizerische Rote Kreuz (SRK) Kanton Bern setzt sich im ganzen Kanton für Menschen in Not ein.

*De la petite enfance jusqu'à un âge avancé, du Jura bernois à l'Oberland: la Croix-Rouge suisse (CRS) Canton de Berne s'engage dans tout le canton pour les personnes dans le besoin.*

## Zahlen und Fakten Faits et chiffres



# 1712

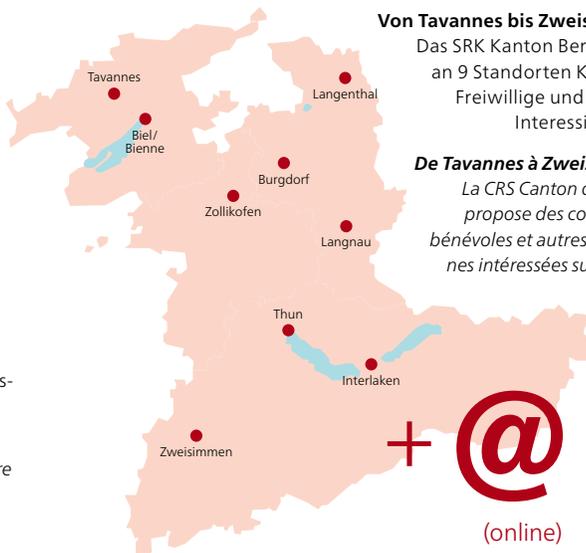
**Freiwillige und weitere Interessierte haben  
2021 einen Kurs besucht.**

***bénévoles et autres personnes intéressées ont  
suivi un cours en 2021.***



Das SRK Kanton Bern ist der zweitgrösste nonformale Bildungsanbieter im Kanton Bern.

*La CRS Canton de Berne est le deuxième plus important prestataire non formel de formation du canton de Berne.*



Sie interessieren sich für unser Kursangebot? Wir beraten Sie gerne persönlich.

**Schweizerisches Rotes Kreuz (SRK)  
Kanton Bern**

Bildung SRK

Bernstrasse 162, 3052 Zollikofen

Telefon 031 919 09 19

[bildung@srk-bern.ch](mailto:bildung@srk-bern.ch)

Online-Anmeldung und weitere Informationen: [srk-bern.ch/kursefreiwillige](https://srk-bern.ch/kursefreiwillige)

Vous vous intéressez à notre offre de cours? Nous vous conseillons volontiers personnellement.

**Croix-Rouge suisse (CRS)  
Canton de Berne**

Formation CRS

Bernstrasse 162, 3052 Zollikofen

Téléphone 031 919 09 19

[formation@crs-berne.ch](mailto:formation@crs-berne.ch)

Inscription en ligne et informations complémentaires: [crs-berne.ch/cours-benevoles](https://crs-berne.ch/cours-benevoles)



**Croix-Rouge suisse  
Schweizerisches Rotes Kreuz**  
Canton de Berne Kanton Bern

