

Fortbildungen 2012





**Deutsches
Rotes
Kreuz** Landesverband
Schleswig-Holstein e.V.

Klaus-Groth-Platz 1 • 24105 Kiel
Tel.: 0431/57 07-0 • Fax: 0431/57 07-130
info@drk-sh.de • www.drk-sh.de

Ansprechpartnerinnen

Psychosoziale Krebsnachsorge

Nadine Nehls,
Referentin für Psychosoziale Krebsnachsorge
Tel.: 0431/57 07-212
nadine.nehls@drk-sh.de
Newsletter: www.drk-sh.de/pskn

Gesundheitsförderung

Anja Gaethje
Referentin für Gesundheitsförderung
Tel.: 0431/57 07-418
anja.gaethje@drk-sh.de
Newsletter: www.drk-sh.de/gesundheitsfoerderung

Veranstaltungsmanagement

Lisa Krater
Tel.: 0431/57 07-412
lisa.krater@drk-sh.de



Seit vielen Jahren ist das DRK in Schleswig-Holstein für Menschen aktiv, die sich in der Psychosozialen Krebsnachsorge und in der Gesundheitsförderung engagieren möchten.

Die Psychosoziale Krebsnachsorge wendet sich seit 1979 an Menschen, die an Krebs erkrankt sind und deren Angehörige. Es gibt rund 50 Gruppen unter dem Dach des DRK in

Schleswig-Holstein - sie sind die Basis unserer Angebote. Die Gruppen werden von ehrenamtlichen Kräften begleitet, die darüber hinaus persönlich oder am Telefon sehr viele intensive und helfende Einzelgespräche führen. Dieses ehrenamtliche Engagement von Helferinnen und Helfern - viele sind selbst oder als Angehörige von einer Krebserkrankung betroffen - ist ein besonderes Merkmal unserer Angebote. In unseren Fortbildungen vermitteln wir unseren Ehrenamtlichen aktuelle Informationen und neue Anwendungen.

Seit den 70er Jahren gehören auch die Bewegungsangebote und die Kurse zum Gesundheitstraining in ganz Schleswig-Holstein zum landesweiten Programmangebot der Gesundheitsförderung im DRK. Die Gesundheitsförderung bezieht Körper, Geist sowie seelische und psychosoziale Aspekte mit ein. Die wohnortnahen Kurse, die von den DRK-Ortsvereinen und -Kreisverbänden angeboten werden, stoßen aufgrund der wohltuenden Bewegung und sozialen Vernetzung auf große Resonanz. Die Aufgabe des DRK-Landesverbandes ist es, die Aus- und Fortbildung der Mitarbeiter/innen zu organisieren, um die Qualität in dem Präventions- und Rehabilitationsbereich zu stärken. Dazu werden Übungsleiter/innen in folgenden Bereichen ausgebildet: Gedächtnistraining, Gymnastik, Tanzen, Yoga und Yoga für Kinder.

Mit der vorliegenden Broschüre wollen wir Ihnen unsere Fortbildungsangebote für die Aufgabenfelder Psychosoziale Krebsnachsorge und Gesundheitsförderung bekannt machen. Schauen Sie einfach einmal hinein und rufen Sie die zuständigen Mitarbeiterinnen an, wenn Sie Fragen haben.

Frauke Tengler, Vizepräsidentin
DRK-Landesverband Schleswig-Holstein e.V.

Gesamtarbeitskreis

Hautkrebs – Prävention und Behandlungsmethoden

Bundesweit erkranken jährlich ca. 195.000 Menschen an Hautkrebs. Es ist somit die häufigste Krebserkrankung. Wenn Hautkrebs bereits in einem sehr frühen Stadium erkannt wird, können die Folgen für die Betroffenen minimiert werden.

An diesem Tag möchten wir Sie über neue Therapieverfahren und über die flächendeckende Hautkrebsfrüherkennung (Screening) informieren. Weiterhin erhalten Sie einen Einblick in die aktuellen Entwicklungen in der Hautkrebsforschung.

Außerdem möchten wir diesen Tag nutzen, um Sie über die aktuellen Entwicklungen und die internen Neuigkeiten aus dem Bereich der Psychosozialen Krebsnachsorge auf dem Laufenden zu halten. Neben dem fachlichen Vortrag wird es auch Zeit geben, um in einen gemeinsamen Austausch zu kommen.

Termin

Termin	20.04.2012
Ort	DRK-Landesverband Schleswig-Holstein, Kiel
Referenten	Prof. Dr. Axel Hauschild Christel Schmahl-Ruhz Nadine Nehls
Kosten	kostenlos

Sport in der Krebsnachsorge

Durch Sport die Lebensqualität verbessern

Ein Großteil an Krebspatienten leidet infolge einer Chemo- und oder Strahlentherapie häufig an der außergewöhnlichen körperlichen, psychischen und geistigen Erschöpfung. In verschiedenen Studien konnte nachgewiesen werden, dass neben einer medikamentösen Therapie ein körperliches Training einen positiven Effekt auf diese Erschöpfungszustände hat. Aus diesem Grund sollte mit einer Bewegungstherapie, bestehend aus Ausdauer- und Muskelaufbautraining, rechtzeitig begonnen werden.

In diesem Seminar wollen wir einen kurzen theoretischen und praktischen Einblick in mögliche Trainingsmöglichkeiten geben.

Termin

Termin	28. - 29.04.2012
Ort	Martinshaus, Rendsburg
Referenten	Jens-Uwe Voß Dr. Thorsten Schmidt
Kosten*	50,- € für DRK-Mitarbeiter/-innen 80,- € für externe Teilnehmer/-innen

*Hierin sind die Verpflegungs- und Übernachtungskosten (im DZ) enthalten.



Atemtherapie

Der Atem als Seelenverankerung

Atemarbeit nach einer Krebserkrankung als Stärkung für den Alltag.

Der Atem begleitet uns unterstützend und wenn es gelingt ihn zuzulassen, ist er uns verlässlicher Freund, Berater und Impulsgeber.

Durch leichte Übungen im Sitzen, Liegen oder Stehen entwickelt sich ein Bewusstsein für das eigene Atemgeschehen, so kann die Seele aufatmen.

Termin

Termin	02.06.2012
Ort	Praxis für Atemtherapie, Kiel
Referentin	Ute Ross
Kosten*	25,- € für DRK-Mitarbeiter/-innen 40,- € für externe Teilnehmer/-innen

*Hierin sind die Verpflegungskosten enthalten.

Trauerseminar und meditatives Tanzen

Auf der Seite des Lebens gehen

Dieses Seminar lädt dazu ein, das Leben als Geschenk anzunehmen, den eigenen Lebensquellen nachzuspüren und eventuell hinderlichen Ballast loslassen.

Durch Impulsvorträge, Kreistänze nach ruhiger oder beschwingter Musik, Entspannungsübungen und durch einen anregenden Gesprächsaustausch, möchten wir Ihnen die eigenen Lebensquellen aufzeigen und gemeinsam lernen, dass Geschenk des Lebens bewusst anzunehmen.

Termin

Termin	16. - 17.06.2012
Ort	Kloster Nütschau, Nütschau
Referentinnen	Schwester Hildegard Faupel Melitta Kaspar
Kosten*	50,- € für DRK-Mitarbeiter/-innen 80,- € für externe Teilnehmer/-innen

*Hierin sind die Verpflegungs- und Übernachtungskosten (im DZ) enthalten.



Bewusst leben

Positives Potenzial erschließen

In diesem Seminar wird die Krebserkrankung zum Anstoß genommen, den eigenen Lebensweg neu verstehen und bewusster gestalten zu lernen.

Es werden mögliche Ansatzpunkte und Wege aufgezeigt, die zu einer guten, verlebendigen Krankheitsbewältigung führen können. Das wird verdeutlichen, wie hürden- und umwegereich dieser lange Suchprozess ist und welche immensen Anstrengungen er abverlangt.

Dabei werden uns immer wieder folgende Fragen beschäftigen:

- Worauf müssen wir als Begleitende achten?
- Welche Möglichkeiten der konstruktiven Unterstützung gibt es?
- Wie genau gehen wir damit um, wenn wir an Grenzen stoßen?

Termin

Termin	21. - 22.09.2012
Ort	Martinshaus, Rendsburg
Referentin	Karin Simmons
Kosten*	50,- € für DRK-Mitarbeiter/-innen 80,- € für externe Teilnehmer/-innen

*Hierin sind die Verpflegungs- und Übernachtungskosten (im DZ) enthalten.



Bausteine

Vorbereitung auf die ehrenamtliche Begleitung krebserkrankter Menschen

Diese Bausteine richten sich an interessierte Personen, die im DRK in angeleiteten Selbsthilfegruppen oder in der ehrenamtlichen Betreuung von chronisch krebserkrankten Menschen tätig sein möchten. Dieses können auch hauptamtliche Personen sein. Voraussetzungen sind das Interesse und die Bereitschaft an der unterstützenden ehrenamtlichen Tätigkeit. Zudem sind Vorgespräche in den wohnortnahen DRK-Kreisverbänden, Ortsvereinen oder im Landesverband hilfreich.

Bitte beachten Sie, dass die Bausteine nicht aufeinander aufbauen. Somit ist eine Teilnahme jederzeit möglich.

Baustein 1 - Das Programm der Psychosozialen Krebsnachsorge im DRK – Hilfe zur Selbsthilfe – Ehrenamtliche Begleitung

Termin	21.03.2012
Ort	DRK-Landesverband Schleswig-Holstein, Kiel
Referentin	Marion Scheunpflug

Baustein 2 Gesprächsführung: Zuhören, wahrnehmen, verstehen, rückmelden

Termin	20.06.2012
Ort	DRK-Landesverband Schleswig-Holstein, Kiel
Referentin	Marion Scheunpflug

Baustein 3 Vertiefung Gesprächsführung, persönliches Rollenverständnis, Selbsterfahrung, Starthilfen

Termin	02.11.2012
Ort	DRK-Landesverband Schleswig-Holstein, Kiel
Referentin	Katrin Wellmann

Kosten* pro Baustein

25,- € für DRK-Mitarbeiter/-innen
40,- € für externe/r Teilnehmer/-innen

*Hierin sind die Verpflegungskosten enthalten.

Infoveranstaltungen

Sport in der Krebsnachsorge

Eine gezielte Sport- und Bewegungstherapie zeigt umfangreiche Einflüsse auf psychischer, physischer wie auch psychosozialer Ebene bei Krebspatienten. Die Ziele der Sport- und Bewegungstherapie verfolgen eine Fülle von Zielen, welches in der Akut- und palliativen Phase vor allem Erhalt und in der Reha-Phase die Wiederherstellung ist.

In diesen regionalen Veranstaltungen möchten wir Sie auf die Bedeutung der Bewegung in der Krebsnachsorge aufmerksam machen. Es werden Ihnen die Ziele von Bewegung und Sport, verschiedene Bewegungsprogramme sowie Kontaktadressen und Finanzierungsmöglichkeiten aufgezeigt.

Infoveranstaltung 1

Termin	16.02.2012
Ort	DRK-Landesverband Schleswig-Holstein, Kiel
Referent	Dr. Thorsten Schmidt
Kosten	kostenlos

Infoveranstaltung 2

Termin	26.04.2012
Ort	DRK-Kreisverband Schleswig-Flensburg, Schleswig
Referent	Dr. Thorsten Schmidt
Kosten	kostenlos

Infoveranstaltung 3

Termin	13.09.2012
Ort	DRK-Kreisverband Stormarn, Bad Oldesloe
Referent	Dr. Thorsten Schmidt
Kosten	kostenlos

Infoveranstaltung 4

Termin	22.11.2012
Ort	DRK-Kreisverband Steinburg, Itzehoe
Referent	Dr. Thorsten Schmidt
Kosten	kostenlos

Regionale Arbeitskreise

Unterstützung der PSKN-Tätigkeit

Der regionale Arbeitskreis trifft sich, um Erfahrungen miteinander auszutauschen und die ehrenamtlich tätigen Mitarbeiter/innen bei vor Ort auftretenden Problemen zu begleiten und zu unterstützen.

Im Vordergrund steht dabei die Hilfestellung bei der Lösung praxisrelevanter Fragen und die individuelle Stärkung der Mitarbeiter/innen, in dem z. B. Möglichkeiten und Grenzen des Engagements aufgezeigt werden und der persönliche Standort (neu) bestimmt werden kann.

Termin 1

Termin	05.05.2012
Ort	DRK-Kreisverband Steinburg, Itzehoe
Referentin	Marion Scheunpflug
Kosten	kostenlos

Termin 2

Termin	29.09.2012
Ort	DRK-Kreisverband Schleswig-Flensburg, Schleswig
Referentin	Marion Scheunpflug
Kosten	kostenlos



Gedächtnistraining

Kreatives Schreiben und biografisches Arbeiten

Die Einbeziehung aller Sinne lassen das Gedächtnistraining zu einem Erlebnis werden.

Biografische Bezüge werden durch die Auswahl verschiedener Themen und fremde wie eigene Texte, hergestellt. Schreiben im Gedächtnistraining ist eine der vielen Möglichkeiten das Gehirn zu trainieren. Etwas aufzuschreiben tut der Seele gut und kann den Kindern und Enkelkindern hinterlassen werden.

Termin

Termin	02.03.2012
Ort	DRK-Landesverband Schleswig-Holstein, Kiel
Referentin	Gertraud Posdziech
Kosten*	25,- € für DRK-Mitarbeiter/-innen 40,- € für externe Teilnehmer/-innen

*Hierin sind die Verpflegungskosten enthalten.

Yoga und Qi-Gong

In Harmonie mit mir selbst

In dieser Fortbildung geht es darum, andere Bewegungsarten vorzustellen, die zwar dem Namen nach bekannt sind, viele aber gar nicht wissen, was dahinter steckt.

Es geht um Bewegung, Entspannung, Koordination, Gleichgewicht u.v.m. Qigong ist eine Lehre der Harmonie von Körper, Geist und Seele, in Verbindung von Atmung und Bewegung. Unser Ziel ist es, Horizonte zu erweitern und zu zeigen, dass nicht nur Gymnastik zur Erhaltung der Gesundheit dienen kann.

Auch Yoga spricht alle Ebenen von Körper, Geist und Seele an. Durch sanfte Körperübungen im Einklang mit der Atmung und Entspannungsübungen begibt man sich auf einen Selbsterfahrungsweg, mit dem man ein bewußteres Leben und ein gestärktes Selbstvertrauen erreicht.

Termin

Termin	25. - 26.08.2012
Ort	Martinshaus, Rendsburg
Referenten	Jens-Uwe Voß Sabine Ladwig
Kosten*	50,- € für DRK-Mitarbeiter/-innen 80,- € für externe Teilnehmer/-innen

*Hierin sind die Verpflegungs- und Übernachtungskosten (im DZ) enthalten.



Gymnastikausbildung

Grundausbildung

In der Ausbildung zum/zur Gymnastik-Übungsleiter/-in wird umfassendes Breitensportliches Grundwissen, kombiniert in Theorie und Praxis, übermittelt. Ob Anatomie, Rhythmus, Tanz, Koordination, Gleichgewicht oder Aerobic, Ausdauer, Spaß und Spiel, alles wird hier als Lehrstoff behandelt.

Zusätzlich zur Grundausbildung erhalten die Teilnehmer/innen eine umfassende Ausbildung im Bereich der geriatrischen Gymnastik, d.h. im Seniorenbereich 60+. Dieser Bereich gewinnt immer mehr an Bedeutung. Auch Recht, Unfallschutz und Regeln zur Leitung einer Gruppe werden hier, stets aktualisiert, unterrichtet. Es lohnt sich also, diese Ausbildung zu machen.

Grundlehrgang

Termin	21. - 25.03.2012
Ort	Fichtenhof, Rickling
Referenten	Jens-Uwe Voß, Natali Goltz

Aufbaulehrgang

Termin	06. - 10.06.2012
Ort	Kiek in, Neumünster
Referenten	Jens-Uwe Voß, Natali Goltz

Abschlusslehrgang

Termin	12. - 16.09.2012
Ort	Kiek in, Neumünster
Referenten	Jens-Uwe Voß, Natali Goltz

Kosten* pro Abschnitt

250,- € für DRK-Mitarbeiter/innen
365,- € für externe Teilnehmer/innen

*Hierin sind die Verpflegungs- und Übernachtungskosten (im DZ) enthalten. Es kommen noch einmalig Materialkosten für den Leitfaden beim Grundlehrgang hinzu.

Gymnastikfortbildung 1

Straffer Bauch / starker Rücken

In dieser Fortbildung wird intensiv mit den Muskelgruppen gearbeitet, die für den gesamten Stützapparat sehr wichtig sind. Alle Muskeln in unserem Körper degenerieren ab etwa dem 40. Lebensjahr, deshalb ist es wichtig, diese zu trainieren. Auch das Gleichgewicht leidet unter dieser Degeneration und damit steigt das Sturzrisiko. Wir wollen Übungen übermitteln, die auch unsere älteren Teilnehmer/innen im Stehen, Sitzen und Liegen durchführen können.

Das Ziel ist es allen zu helfen, so lange wie möglich aus eigener Kraft die anstehenden Aufgaben mit Freude zu erledigen.

Fortbildung 1

Termin	03. - 04.03.2012
Ort	Sportzentrum, Schilksee
Referentin	Natali Goltz
Kosten*	130,- € für DRK-Mitarbeiter/-innen 190,- € für externe Teilnehmer/-innen

*Hierin sind die Verpflegungs- und Übernachtungskosten (im DZ) enthalten.



Gymnastikfortbildung 2

Sturzprohylaxe

Diese Fortbildung zielt darauf ab, allen Übungsleiter/innen neue, aber auch bewährte Übungen zu übermitteln, mit denen die eigenen Gruppen besser trainiert werden können, um damit das Sturzrisiko zu minimieren. Auch Hinweise auf verschiedene Sturfaktoren werden gegeben. Dabei werden Gleichgewicht, Koordination, räumliche Wahrnehmung und Krafttraining eine wesentliche Rolle spielen.

Das Ziel ist es, unsere Teilnehmer/innen so zu sensibilisieren, dass sie ein wesentlich geringeres Sturz- und Verletzungsrisiko haben.

Fortbildung 2

Termin	21.04.2012
Ort	DRK-Landesverband Schleswig-Holstein, Kiel
Referenten	Jens-Uwe Voß Natali Goltz
Kosten*	50,- € für DRK-Mitarbeiter/-innen 60,- € für externe Teilnehmer/-innen

*Hierin sind die Verpflegungskosten enthalten.

Gymnastikfortbildung 3

Gymnastik – aber richtig

In diesem Programm geht es darum, neue Wege mit bewährten Übungen zu verknüpfen. Dazu gibt es einen Muskelfunktions-test, um die Arbeit unseres Körpers besser zu verstehen.

Nach diesem Test gibt es dann gezielte Übungsprogramme, die uns helfen, entsprechende muskuläre Defizite auszugleichen. Es sind neue Körpererfahrungen, die gemacht werden.

Das Ziel ist es, den Körper soweit kennenzulernen, dass wir als Übungsleiter/-innen noch bewusster mit unseren Teilnehmer/innen umgehen können.

Fortbildung 3

Termin	12.05.2012
Ort	Gemeindehaus „Doerpshuus“, Großenwiehe
Referent	Jens-Uwe Voß
Kosten*	50,- € für DRK-Mitarbeiter/-innen 60,- € für externe Teilnehmer/-innen

*Hierin sind die Verpflegungskosten enthalten.



Gymnastikfortbildung 4

Koordinationstraining 40 +

Mit diesem Programm wollen wir die Aufmerksamkeit aller Übungsleiter/innen auf Bereiche lenken, die unmittelbar durch die nachlassende Muskulatur im Alter mit betroffen sind. Dazu gehören die koordinativen Fähigkeiten. Wir werden gezielte Übungen für diesen Bereich vorstellen, mit den Übungsleiter/innen gemeinsam neue Trainingsvarianten entwickeln, Stundenbilder an die Hand geben und auch hier ein spezielles Muskeltraining vermitteln.

Ziel ist es, die koordinativen Fähigkeiten wieder zu verbessern und damit mehr Lebensqualität zu fördern.

Fortbildung 4

Termin	29. - 30.09.2012
Ort	Jugendherberge, Heide
Referent	Jens-Uwe Voß
Kosten*	130,- € für DRK-Mitarbeiter/-innen 190,- € für externe Teilnehmer/-innen

*Hierin sind die Verpflegungs- und Übernachtungskosten (im DZ) enthalten.

Gymnastikfortbildung 5

Sitzballgymnastik für Senioren / Fitballs Drum

In dieser Fortbildung richten wir den Fokus auf ein gezieltes Training mit den Sitzbällen (Fitbälle). Es gibt eine ganze Reihe Übungen zum Training der gesamten Muskulatur, besonders im tiefenmuskulären Bereich. Gleichgewicht, Körperwahrnehmung und Kraft werden trainiert.

Die Fitball-Drums sind derzeit in aller Munde und Frau Christel Klön wird uns durch diesen rhythmischen Wirbel aus Takt und Bewegung führen.

Unser Ziel ist es, mehr Aufmerksamkeit auf diese Bälle zu lenken, etwas neues auszuprobieren und verschiedene Varianten für die Gymnastik anzubieten.

Fortbildung 5

Termin	10.11.2012
Ort	DRK-Kreisverband Lübeck, Lübeck
Referenten	Jens-Uwe Voß Christel Klön
Kosten*	50,- € für DRK-Mitarbeiter/-innen 60,- € für externe Teilnehmer/-innen

*Hierin sind die Verpflegungskosten enthalten.



Nordic Walking-Fortbildung 1 und 2

Nordic Walking-Refresher

An diesem Tag können Sie nicht nur Ihre Nordic Walking-Technik auffrischen, sondern auch mit Schrittvarianten den Puls in Schwung bringen. Lernen Sie Dehnungs- und Kräftigungsübungen kennen, denn der Stock ist nicht nur zum Walken da. Außerdem haben Sie die Möglichkeit zu einem Erfahrungsaustausch unter Übungsleiter/-innen und Trainerin.

Fortbildung 1 Nordic Walking

Termin	05.05.2012
Ort	DRK-Landesverband Schleswig-Holstein, Kiel
Referentin	Martina Kobelstein
Kosten*	50,- € für DRK-Mitarbeiter/-innen 60,- € für externe Teilnehmer/-innen

An diesem Tag werden Ihnen die Grundlagen des pulsgesteuerten Trainings vermittelt und auch in der Praxis getestet. Der Nachmittag steht unter dem Thema "Nordic Walking und Rückenschmerzen".

Wer eine eigne Pulsuhr besitzt, kann diese mitbringen. Aber man kann natürlich auch ohne Pulsuhr teilnehmen!

Fortbildung 2 Nordic Walking

Termin	08.09.2012
Ort	DRK-Landesverband Schleswig-Holstein, Kiel
Referentin	Martina Kobelstein
Kosten*	50,- € für DRK-Mitarbeiter/-innen 60,- € für externe Teilnehmer/-innen

*Hierin sind die Verpflegungskosten enthalten.



Wassergymnastikausbildung

Grundausbildung

Die Ausbildung zum/zur Übungsleiter/in in der Wassergymnastik umfasst zwei Lehrgangsabschnitte (Aufbau- und Abschlusslehrgang) mit je 5 Tagen.

Themenschwerpunkte sind

- Physikalische Eigenschaften des Wasser
- Entwicklung von gymnastischen Übungen im Wasser
- Rettungsfähigkeit

Die Ausbildung richtet sich an die Personen, die Kurse in der Wassergymnastik leiten möchten.

Für die Teilnahme ist die Absolvierung des Grundlehrgangs Trockengymnastik für Senioren notwendig.

Grundlehrgang

Termin	07. - 11.11.2012
Ort	Jugendherberge, Heide
Referentin	Irene Buttler

Aufbaulehrgang + Abschlusslehrgang

Die Termine finden 2013 statt und werden rechtzeitig bekanntgegeben.

Referentin Irene Buttler

Kosten* pro Abschnitt

250,- € für DRK-Mitarbeiter/innen
365,- € für externe Teilnehmer/innen

*Hierin sind die Verpflegungs- und Übernachtungskosten (im DZ) enthalten. Es kommen noch einmalig Materialkosten für den Leitfaden beim Grundlehrgang hinzu.

• Aktionstag 18.08.2012 • Aktionstag 18.08.2012 • Aktionstag 18.08.2012 • Aktionstag 18.08.2012 •

Bewegung ist Leben und Leben ist Bewegung

Unter diesem Motto stehen die Angebote im Bereich der Psychosozialen Krebsnachsorge und der Gesundheitsförderung im Deutschen Roten Kreuz, die wir Ihnen an diesem Tag vorstellen möchten.

Mit vielen Mitmachaktionen, Informationsständen sowie interessante Aktionen für Groß und Klein hoffen wir, dass Sie viel Spaß und Freude haben werden.

Wir würden uns freuen, wenn wir Sie auch im Jahr 2012 wieder als Gast begrüßen dürfen.

Nähere Informationen entnehmen Sie bitte ab Frühjahr unserer Internetseite oder rufen Sie uns gerne an.

Bewegung ist Leben
Leben ist Bewegung



Termin

Termin: 18. August 2012

Ort: Kieler Innenstadt



Wassergymnastikfortbildung

SWEAT-Formel

In dieser Fortbildung wird noch einmal auf die SWEAT-Formel eingegangen. Gestaltung einer Übungsstunde mit der SWEAT-Formel ist ein Hauptthema.

- S-steht für Geschwindigkeit
- W-steht für Arbeitspositionen
- E-steht für Vergrößern, Verkleinern
- A-steht für verschiedene Ebenen
- T-steht für Fortbewegungen

Lernen Sie auch die neue Musik - CD vom Roten Kreuz für die Aqua-Gymnastik kennen.

Fortbildung Wassergymnastik

Termin	15.09.2012
Ort	Grundschule, Hohenlockstedt
Referentin	Irene Buttler
Kosten*	50,- € für DRK-Mitarbeiter/-innen 60,- € für externe Teilnehmer/-innen

*Hierin sind die Verpflegungskosten enthalten.



YOGA-Ausbildung

Grundausbildung

Yoga führt bei regelmäßigem Üben zu innerer Ausgeglichenheit und Linderung von Verspannung. Da die sanfte Körperübung zusammen mit bewusster Atmung durchgeführt wird, gelangt man zu innerer Gelassenheit und Ruhe. Durch diese Energie wird der ganze Mensch aktiviert. Davon profitiert auch Ihre Gesundheit.

Mangelnde Fitness oder „fortgeschrittenes“ Alter (bis 55 Jahre) sind kein Hinderungsgrund mit Yoga anzufangen. Die Anerkennung persönlicher Grenzen, individueller Beweglichkeit und des eigenen Rhythmus werden auch in der Ausbildung zum/r Yoga-Kursleiter/in gefördert. Die Ausbildung umfasst vier Abschnitte, Abschnitt 3 und 4 folgen 2013.

Abschnitt 1

Termin	25. - 29.04.2012
Ort	Gustav-Heinemann-Stiftung, Bad Malente
Referentin	Sabine Ladwig

Abschnitt 2

Termin	31.10. - 04.11.2012
Ort	Sportzentrum, Schilksee
Referentin	Sabine Ladwig

Kosten* pro Abschnitt

250,- € für DRK-Mitarbeiter/innen
365,- € für externe Teilnehmer/innen

*Hierin sind die Verpflegungs- und Übernachtungskosten (im DZ) enthalten. Es kommen noch einmalig Materialkosten für den Leitfaden beim Abschnitt 1 hinzu.

YOGA-Fortbildung 1

Der Beckenboden – Unsere stabile und kraftvolle Mitte

Der Beckenboden ist mit seinen Verbindungen zum Nervensystem, zur Wirbelsäule und den inneren Organen eine der wichtigsten Muskelgruppen unseres Körpers.

Er ist ein wesentlicher Teil des inneren Halte- und Stützapparates, somit wirken sich ein guter Gesamttonus im Körper und eine aufrechte Haltung positiv auf den Beckenboden aus. Mit gezielten Übungen und ausgewählten Asanas in Kombination mit der Atmung verfeinern wir unser Bewusstsein für den eigenen Beckenraum, um ihn zu erfahren, zu aktivieren und zu stärken.

„In der Tiefe liegt die Kraft“ und so gibt uns die Tiefenentspannung die Zeit, die Übungen nicht nur körperlich, sondern auch auf der geistigen und seelischen Ebene wirken zu lassen.

Fortbildung 1

Termin	25.02.2012
Ort	Fichtenhof, Rickling
Referentin	Sabine Ladwig
Kosten*	50,- € für DRK-Mitarbeiter/-innen 60,- € für externe Teilnehmer/-innen

*Hierin sind die Verpflegungskosten enthalten.



YOGA-Fortbildung 2

Yoga im Winter - sich wohlfühlen im Rhythmus der Jahreszeiten

Der Winter gibt der Natur Zeit zur Ruhe zu kommen und auch der Mensch befindet sich im Fluss der Jahreszeiten. Es gilt seine Energie zu bewahren, den Energiefokus nach innen zu richten und sich so auf das Wesentliche zu konzentrieren.

Die Fortbildung beinhaltet Übungsreihen zur Harmonisierung von Emotionen - Sanfte Bewegungen vermitteln ein Gefühl von tiefer Ruhe und Wärme. Atemübungen und Massagen unterstützen die Entspannung.

Eine Meditation beschließt den Tag und gibt Körper, Geist und Seele die Möglichkeit zur inneren Einkehr.

Fortbildung 2

Termin	01.12.2012
Ort	Fichtenhof, Rickling
Referentin	Sabine Ladwig
Kosten*	50,- € für DRK-Mitarbeiter/-innen 60,- € für externe Teilnehmer/-innen

*Hierin sind die Verpflegungskosten enthalten.



YoBEKA - Kinder-Yoga

YoBEKA – Yoga, Bewegung, Entspannung, Konzentration, Achtsamkeit

YoBEKA ist ein Konzept für Grundschulen, Kindertagesstätten, -horte und andere Bildungseinrichtungen, das Unterstützung gibt, um Kinder in ihrer gesamten Persönlichkeitsentwicklung zu fördern.

Das in der Praxis entstandene Programm beinhaltet Körperübungen, die in Form von Spielen, in Verbindung mit Sprechversen, Geschichten und Liedern die Kinder miteinander in Bewegung bringen, zur Entspannung führen und das friedliche Miteinander fördern.

Die Qualifizierungsmaßnahme erstreckt sich über vier Module á 2 Tage. Bildungsfreistellung ist beantragt. Modul 3 und Modul 4 folgen im Jahr 2013. Eigene Yoga - Erfahrungen von mindestens einem Jahr sind Voraussetzung für diese Ausbildung.

Zielgruppen

DRK-Yogalehrer/-innen, Erzieher/innen, pädagogische Fachkräfte, Lehrer/-innen, Interessierte mit profunder Erfahrung im Umgang mit Kindern und Jugendlichen.

Modul 1

Termin	03. - 04.09.2012; Beginn 12:30 Uhr
Ort	Fichtenhof, Rickling
Referentinnen	Ilona Holterdorf Birgit Villanyi

Modul 2

Termin	29. - 30.10.2012; Beginn 12:30 Uhr
Ort	Jugendherberge Heide
Referentinnen	Ilona Holterdorf Birgit Villanyi

Kosten* pro Modul

150,- €

*Hierin sind die Verpflegungs- und Übernachtungskosten (im DZ) enthalten.



Rhythmisierungskurs

Einführung in die vielseitige Methodik und Didaktik eines rhythmisierten Schul-, Kita- und Hortalltages.

In diesem Kurs erhalten Lehr- und Erziehungskräfte eine praxisrelevante Einführung, wie sie unterschiedliche Elemente des Yoga zur Förderung von Achtsamkeit, Konzentration, Bewegung und Entspannung in den Unterricht integrieren können. Bewegungsabläufe, Bewegungslieder und Sprech- und Affirmationsverse können zu Unterrichtsbeginn eingesetzt werden, um die nötige Aufmerksamkeit und Wachheit zu erzeugen. Sie sorgen auch für gezielte Bewegung und Entspannung zwischen anstrengenden Sitzphasen während des Unterrichts.

Auch im Kita-Alltag kann dies mit spielerischen Elementen erfolgreich angewandt werden.

Die Voraussetzung für diesen Kurs ist die Arbeit mit Kindern.

Termin

Termin	28.01.2012
Ort	Jugendherberge, Heide
Referentin	Ilona Holterdorf
Kosten*	50,- €

*Hierin sind die Verpflegungskosten enthalten.

Tanzausbildung

Grundausbildung

Die Teilnehmer/innen erhalten eine fachbezogene Ausbildung nach den DRK Ausbildungsrichtlinien. Sie erwerben Kenntnisse der Geragogik, lernen Zusammenhänge zwischen Musik und tänzerischer Bewegung und werden befähigt, Tänze methodisch und didaktisch zu vermitteln.

Grundkurs hat 2011 begonnen.

Aufbaulehrgang

Termin	09. - 12.02.2012
Ort	Jugendherberge, Heide
Referentin	Roswitha Dietz

Abschlusslehrgang

Termin	23. - 26.03.2012
Ort	Jugendherberge, Heide
Referentin	Roswitha Dietz

Kosten* pro Abschnitt

250,- € für DRK-Mitarbeiter/innen
365,- € für externe Teilnehmer/innen

*Hierin sind die Verpflegungs- und Übernachtungskosten (im DZ) enthalten.



Tanzfortbildung

Für Übungsleiter/innen und Instruktor/innen

Die Teilnehmer/innen erhalten jedes Jahr Fortbildungen mit neuen Tänzen und wechselnden Themenschwerpunkten.

Die Teilnehmer/innen werden methodisch didaktisch vorbereitete Tänze ansagen.



Termin

Termin	05. - 06.10.2012
Ort	Nordkolleg, Rendsburg
Referentin	Roswitha Dietz
Kosten*	130,- € für DRK-Mitarbeiter/innen 190,- € für externe Teilnehmer/innen

*Hierin sind die Verpflegungs- und Übernachtungskosten (im DZ) enthalten. Hinzu kommen noch die Kosten für Arbeitsmaterialien.

Sitztanzfortbildung 1 und 2

Teilnahme ohne erforderliche Vorkenntnisse

Dieses Angebot richtet sich an Teilnehmer/innen, die entweder in Heimen oder sozialen Einrichtungen tätig sind. Die zu betreuende Zielgruppe sind Personen, die sich nur noch im Sitzen bewegen können. Die Fortbildungen geben Anregungen für Spiele und rhythmische Bewegungen im Sitzen nach Musik.

Fortbildung 1

Thementänze für Hochaltrige und Demente

- Tänze zur Aktivierung der Fantasie und Kreativität
- Wecken der Vorstellungs- und Einbildungskraft
- Schöpferische Einfälle
- Erinnerungen wecken

Fortbildung 1

Termin	21.04.2012	9:30 - 13:30 Uhr
Ort	Gemeindehaus der Versöhnungskirche, Husum	
Referentin	Gisela Osing Erika Petersen	
Kosten	30,- €	

Fortbildung 2

Planung von Stundenabläufen / Stundenbild

- Erarbeiten eines Stundenbildes
- Wirkungen eines Stundenbildes
- Stoffsammlung eines Stundenbildes

Fortbildung 2

Termin	03.11.2012	9:30 - 13:30 Uhr
Ort	DRK-Kreisverband Schleswig-Flensburg, Schleswig	
Referentin	Gisela Osing Erika Petersen	
Kosten	30,- €	

Tanzfreizeit

„Tanzen, was mir Freude macht!“

Tanzfreizeitangebot (1) Buntes Tanzprogramm

Bad Pyrmont 04. - 06.05.2012

Diese Tanzfreizeit richtet sich an Tanzleiterinnen und geübte Tänzerinnen.

Beginn:	04.05.2012 - 14:30 Uhr
Ende:	06.05.2012 - 13:00 Uhr
Anmeldeschluss:	02.03.2012
Kosten:	158,- € EZ / VP
plus Hin/Rückfahrt:	50,- € - Bus ab Itzehoe

Tanzfreizeitangebot (2) Square Dance

Bad Pyrmont 13. - 15.07.2012

Es wird Square Dance für Anfänger angeboten.

Beginn:	13.07.2012 - 14:30 Uhr
Ende:	15.07.2012 - 13:00 Uhr
Anmeldeschluss:	11.05.2012
Kosten:	158,- € EZ / VP

Tanzfreizeitangebot (3) Buntes Tanzprogramm

Tönning - Jugendherberge 16. - 18.11.2012

Diese Tanzfreizeit richtet sich an neue und geübte Tanzleiterinnen und Tänzerinnen.

Beginn:	16.11.2012 - 14:30 Uhr
Ende:	18.11.2012 - 13:00 Uhr
Anmeldeschluss:	07.09.2012
Kosten:	128,- € DZ / VP

Tanznachmittag (4) Tänze im Advent

Itzehoe - Oelixdorf im Gasthaus „Zur Linde“

Termin:	03.12.2012
Zeit:	13:30 Uhr - 16:30 Uhr
Anmeldeschluss:	05.11.2012
Kosten:	14,- € Kuchen oder belegte Brote, Kaffee/Tee/Selter

Nähere Information

Roswitha Dietz - Schoolland 1 - 25569 Krempermoor
Tel. 04824-3004399
Email: dietz.tanz@t-online.de

Tanzfortbildungen

Benutzung eines Laptops

Musik verwalten - Musik aufnehmen - brennen - langsamer abspielen. Nutzung des Notebooks für den Einsatz der Musikwiedergabe beim Seniorentanz. Einführung in die medialen Funktionen und Möglichkeiten des Notebooks.

(Windows Mediaplayer und andere gängige Mediaplayer)

Termin

Termin	09.03.2012
Ort	Bürgersaal, Sörup
Referent	Bernhard Schnittke
Kosten*	35,- €

LINE DANCE - ausgelassenes Tanzvergnügen country – smoothy oder rock'ig – popp'ig

Seminar für den schnellen Einstieg und Aufbau neuer Tanzgruppen.

Der Line-Dance bietet die Möglichkeit neue Wege zu probieren, zumal er inzwischen sogar vom deutschen Tanzsportverein anerkannt worden ist. Doch über allem steht die Freude am Tanzen, jeder tanzt zwar „solo“ aber synchron mit allen anderen. Dadurch werden aus Fremden schnell Freunde. Das Tanzen ist wie ein Fieber, das jeden erfasst, der damit in Berührung kommt.

Termin

Termin	09.06.2012
Ort	DRK-Landesverband Schleswig-Holstein, Kiel
Referentin	Annegret Hüttmann
Kosten*	50,- €

*Hierin sind die Verpflegungskosten enthalten.

Gedächtnistrainingausbildung

Einführung in Theorie und Praxis des ganzheitlichen Gedächtnistrainings

Der Bedarf an qualifizierten Trainern/innen steigt mit der zunehmenden Zahl der älterwerdenden Menschen und dem wachsenden Bewusstsein über die Vorteile eines guten Gedächtnisses. Die Ausbildung umfasst drei Wochen mit je 40 Unterrichtseinheiten und schließt mit einer Lehrprobe ab.

Im Einzelnen werden folgende Punkte bearbeitet

- der ganzheitliche Ansatz im Gedächtnistraining
- Grundlagen der Gehirnfunktionen und des Gedächtnisses
- Praktische Arbeit und Erproben des Trainingsmaterials
- Einführung in die Kurspädagogik für Gedächtnistrainingsgruppen
- Arbeiten mit verschiedenen Zielgruppen

Grundlehrgang hat 2011 begonnen.

Aufbaulehrgang

Termin	01. - 05.02.2012
Ort	Jugendherberge, Heide
Referentin	Gertraud Posdziech

Abschlusslehrgang

Termin	30.05. - 03.06.2012
Ort	Kiek in, Neumünster
Referentin	Gertraud Posdziech

Grundlehrgang

Termin	24. - 28.10.2012
Ort	Jugendherberge, Heide
Referentin	Gertraud Posdziech

Kosten* pro Abschnitt

250,- € für DRK-Mitarbeiter/innen
365,- € für externe Teilnehmer/innen

*Hierin sind die Verpflegungs- und Übernachtungskosten (im DZ) enthalten. Es kommen noch Materialkosten für den Leitfaden für jeden Abschnitt hinzu.

Gedächtnistrainingfortbildung 1

Lesen, Schreiben und Biografisches Arbeiten im Gedächtnistraining

Erlebnisorientiertes Gedächtnistraining durch viele Übungen und die Einbeziehung aller Sinne ist das Ziel dieses Seminars. Biografische Bezüge werden durch die Auswahl verschiedener Themen hergestellt. Wir werden fremde und eigene Texte lesen und damit die Basis für das biografische Arbeiten schaffen. Geschichten aus dem eigenen Leben zu erzählen und aufzuschreiben tut der Seele gut und kann den Kindern und Enkelkindern hinterlassen werden.

Schreiben im Gedächtnistraining ist eine der vielen Möglichkeiten das Gehirn zu trainieren. Besonders angesprochen werden dabei Fantasie und Kreativität, Wortfindung für den aktiven und passiven Wortschatz, sowie die Kommunikationskompetenz. Das gemeinsame Schreiben in der Gruppe macht Spaß und stärkt das Gruppenzusammengehörigkeitsgefühl.

Ideen- und Erfahrungsaustausch runden das Seminar ab.

Gedächtnistrainingfortbildung 2

Altes festigen, Neues erfahren

Wer mit Gruppen arbeitet, braucht immer wieder neue, abwechslungsreiche Übungen. Zum Gelingen guter Gedächtnistrainingsstunden tragen unterschiedliche Methoden bei. Außerdem wollen wir die eigene Kreativität und Ideenkraft wecken und Fantasien anregen. Viele Übungen zum Assoziieren und für die fluide Intelligenz werden dabei sein. Ein Referat wird einen Einblick in die neueste Entwicklung in der Gehirnforschung geben. Ideenbörse und kollegiale Beratung runden das Seminar ab.



Fortbildung 1

Termin	23.06.2012
Ort	DRK-Landesverband Schleswig-Holstein, Kiel
Referentin	Gertraud Posdziech
Kosten*	50,- € für DRK-Mitarbeiter/innen 60,- € für externe Teilnehmer/innen

*Hierin sind die Verpflegungskosten enthalten.

Fortbildung 2

Termin	22.09.2012
Ort	Fichtenhof, Rickling
Referentin	Gertraud Posdziech
Kosten*	50,- € für DRK-Mitarbeiter/innen 60,- € für externe Teilnehmer/innen

*Hierin sind die Verpflegungskosten enthalten.

Fortbildung für alle Bereiche

Lebenslanges Lernen

Körper und Geist fit zu halten, gewinnt durch den demografischen Wandel immer mehr an Wichtigkeit und Bedeutung. Im Zeitalter von Internet und modernen Kommunikationsmöglichkeiten stehen dynamische Veränderungen im Mittelpunkt. Es ist fast wie beim Kauf eines neuen Computers: Was heute noch modern war, ist morgen schon veraltet. Sobald wir Lernen mit Sinn und Freude verstehen wird es uns möglich sein, Lernen als ständige Veränderung und persönliche Bereicherung zu sehen. Die moderne Hirnforschung hat bewiesen, dass Gefühle auf das Erinnerungsvermögen und Emotionen auf das Lernen sich entscheidend auswirken.

Wenn man während dem Lernen in Balance mit seinen Gefühlen ist, hat man es viel leichter, denn unser Gehirn lernt dann hoch effizient.

In diesem Seminar wird gezeigt, wie mit modernen Methoden Lern- und Prüfungsblockaden aufgelöst werden, und die Emotionen wieder ins Gleichgewicht gebracht werden, um das Lernen mit Sinn und Freude zu ermöglichen.

Fortbildung

Termin	28.04.2012
Ort	DRK-Landesverband Schleswig-Holstein, Kiel
Referentin	Gertraud Posdziech
Kosten*	50,- € für DRK-Mitarbeiter/innen 60,- € für externe Teilnehmer/innen

*Hierin sind die Verpflegungskosten enthalten.

1. Gesundheitsforum

DRK-Landesverband Schleswig-Holstein e.V. „Bewegung ist Leben und Leben ist Bewegung“

Vorträge

- Der Stellenwert des Sportes in der Prävention
Jens-Uwe Voß, Gymnastiklehrberater
- Älter werden und Fit bleiben mit Gedächtnistraining
Gertraud Posdziech, Ausbildungsreferentin BVGT
- Stressbewältigung mal anders
Claudia Seeger, Dipl. Sozialpädagogin
- Yoga zu mehr Beweglichkeit, Entspannung und Ausgeglichenheit; Sabine Ladwig, Yogalehrberaterin

1. Runde Workshops

- Stürze verhindern – Sturzfolge minimieren
Jens-Uwe Voß, Gymnastiklehrberater
- Powertraining fürs Gehirn
Gertraud Posdziech, Ausbildungsreferentin BVGT
- Tänzerischer Ausklang einer Gymnastik-, Gedächtnistraining-, Yogaeinheit etc..
Roswitha Dietz, Tanzlehrberaterin
- Eine Yogastunde erleben
Sabine Ladwig, Yogalehrberaterin
- Persönliche Abgrenzung und Balance im Stressalltag
Claudia Seeger, Dipl. Sozialpädagogin

2. Runde Workshops

- Gute Tiefenmuskulatur – Gute Haltung
Jens-Uwe Voß, Gymnastiklehrberater
- Kreative Seminarmethoden
Gertraud Posdziech, Ausbildungsreferentin BVGT
- Square Dance für Anfänger
Roswitha Dietz, Tanzlehrberaterin
- Was ist Business-Yoga / Yoga auf dem Stuhl
Sabine Ladwig, Yogalehrberaterin
- Kommunikation: Rüstzeug für schwierige Gespräche
Claudia Seeger, Dipl. Sozialpädagogin

Termin

Termin	16.06.2012
Ort	Kiek In, Neumünster
Kosten*	60,- €

*Hierin sind die Verpflegungskosten enthalten.

Fortbildung für alle Bereiche Kursleiter für Autogenes Training

Das Autogene Training ist ein anerkanntes und hoch wirksames Entspannungsverfahren, bei dem die willentliche Beeinflussung körperlicher Vorgänge durch Autosuggestion erlernt und trainiert wird. Durch Autogenes Training kann man zu einer schnelleren und tieferen Entspannung in Stresssituationen gelangen und somit psychosomatischen Störungen vorbeugen bzw. die damit verbundenen Beschwerden lindern. In der Ausbildung wird durch Vortrag und Gruppenarbeit theoretisches und praktisches Basiswissen zum Autogenen Training erarbeitet. Einen großen Anteil werden Elemente der Selbsterfahrung und Rollenspiele einnehmen, mit Hilfe derer Sie die Fähigkeit erwerben, Autogenes Training selbst anzuwenden und anzuleiten.

Inhalte

- Stressmodelle • Hintergrund und Grundlagen des AT
- Selbsterfahrung • Bildung formelhafter Vorsätze
- Anwendungsbereiche / Indikationen • Kontraindikationen
- Umgang mit Widerständen • Erstellen eines Kursplans
- Durchführung von Trainingseinheiten

Nach erfolgreicher Teilnahme sind Sie befähigt, Erwachsene in Gruppen oder im Einzelunterricht selbstständig im Autogenen Training anzuleiten.

Modul 1

Termin	22. - 23.09.2012
Ort	Jugendherberge, Heide
Referentin	Britt-Marie Fenske

Modul 2

Termin	10. - 11.11.2012
Ort	Jugendherberge, Heide
Referentin	Britt-Marie Fenske

Kosten* pro Modul

130,- € für DRK-Mitarbeiter/innen
190,- € für externe Teilnehmer/innen

*Hierin sind die Verpflegungs- und Übernachtungskosten (im DZ) enthalten.

Fortbildung für alle Bereiche Konflikt in der Gruppe

Schwierige Gesprächssituationen und Konflikte nehmen in unserem Leben viel Raum ein und verlaufen selten so, wie wir uns das wünschen. Wir stehen permanent in einem Spannungsverhältnis bezüglich der Ansprüche an uns selbst, der Umwelt und die unseres Gegenübers. So sind insbesondere häufig Konflikte in Gruppen darauf zurückzuführen, dass Wünsche, Bedürfnisse, Wertvorstellungen und Umgangsweisen kaum thematisiert werden. Kommt es daraufhin zu Konflikten, steht häufig die Schuldfrage im Vordergrund. Diese Klärung führt fast nie zu einer Konfliktlösung.

In diesem Seminar wollen wir einen Ausweg finden, wie man lösungsorientiert kommunizieren kann und Konflikte gar nicht erst entstehen, wenn beizeiten die unterschiedlichen Vorstellungen und Sichtweisen genannt werden.

- Widerstände als Herausforderung
- Schuld- und Lösungsfrage
- Eisberg-Prinzip
- Gruppenzusammensetzung
- Selbstsicherheit und souveränes Auftreten

Für alle Ausbildungslehrgänge ein Pflichtkurs!! Empfehlung für alle Übungsleiter/innen.

Termin

Termin	17.11.2012
Ort	DRK-Landesverband Schleswig-Holstein, Kiel
Referentin	Claudia Seeger
Kosten*	50,- € für DRK-Mitarbeiter/innen 60,- € für externe Teilnehmer/innen

*Hierin sind die Verpflegungskosten enthalten.

Benediktiner-Kloster Nütschau

Haus St. Ansgar, Schlossstraße 26, 23843 Travenbrück

Bürgersaal, Schleswiger Str. 3, 24966 Sörup**DRK-Landesverband Schleswig-Holstein e.V.**

Klaus-Groth-Platz 1, 24105 Kiel

DRK-Kreisverband Lübeck e.V.

Herrendamm 42-50, 23556 Lübeck

DRK-Kreisverband Schleswig-Flensburg e.V.

Stadtweg 49, 24837 Schleswig

DRK-Kreisverband Steinburg e.V.

Bahnhofstraße 11, 25524 Itzehoe

DRK-Kreisverband Stormarn e.V.

Grabauer Straße 17, 23843 Bad Oldesloe

Freizeit-, Tagungs- und Bildungsstätte Fichtenhof

An der Kirche 1, 24635 Rickling

Gemeindehaus „Doerpshuus“

Alte Bredstedter Str. 1, 24969 Großenwiehe

Gemeindehaus der Versöhnungskirche Husum

Berliner Straße 72, 25813 Husum

Grundschule, Finnische Allee 16, 25551 Hohenlockstedt**Gustav-Heinemann-Bildungsstätte,**

Schweitzer Straße 58, 23714 Bad Malente

Jugenderberge Heide, Poststr. 4, 25746 Heide,**Kiek in, Gartenstraße 32, 24534 Neumünster****Nordkolleg, Am Gerhardshain 44, 24768 Rendsburg,****Martinshaus, Kanalufer 48, 24768 Rendsburg****Praxis für Atmetherapie, Holtener Straße 198, 24105 Kiel****Sportzentrum Schilksee, Soling 1, 24199 Kiel****Zielgruppen**

An den Aus- und Fortbildungen können Mitarbeiter/-innen des DRK oder externe, interessierte Personen teilnehmen. Für die Ausbildungslehrgänge wünschen wir uns engagierte und aktive Frauen und Männer, die gesund und bewegungsbegabt sind. Wir freuen uns, wenn diese sich nach der Ausbildung in den DRK-Gruppen vor Ort engagieren.

Eine Anerkennung nach dem Bildungsfreistellungs- und Qualifizierungsgesetz (BFQG) ist für alle Ausbildungslehrgänge beantragt.

Im Laufe der Ausbildung benötigen Sie

- einen Erste-Hilfe-Nachweis (nicht älter als zwei Jahre)
- die Fortbildung „Gruppenleiten“, Vergleichbare Qualifikationen können ggf. anerkannt werden

Anmeldeschluss ist spätestens 4 Wochen vor Lehrgangsbeginn. Wenn die Kosten von Trägereinrichtungen übernommen werden, muss dies durch die Leiter/innen der Fachgebiete durch Unterschrift bestätigt werden. Für DRK-Mitarbeiter/-innen gilt die Bedingung, dass eine DRK-Einrichtung den Anmeldebogen als Kostenträger abzeichnet. Sonderregelungen bitte im DRK-Landesverband Schleswig-Holstein erfragen.

Die Teilnehmer/innen erhalten ca. 2 Wochen vor Beginn der Veranstaltung eine persönliche Einladung. Die Rechnung wird nach der Veranstaltung an den Kostenträger gestellt.

Ausfallgebühren

(sofern kein/e Ersatzteilnehmer/-in angemeldet wird)

- bis 4 Wochen vor Veranstaltungsbeginn: keine Kosten
- 4 - 2 Wochen vor Veranstaltungsbeginn: 10% der Veranstaltungskosten
- ab 2 Wochen vor Veranstaltungsbeginn: 50 % der Veranstaltungskosten
- bei Nichterscheinen: 100 % der Veranstaltungskosten

Die Fachabteilung behält sich vor, bei zu geringer Beteiligung die Veranstaltung kurzfristig abzusagen.

Für alle Veranstaltungen erhält der/die Teilnehmer/in eine Bescheinigung, aus der die Seminarinhalte und der/die Referent/-in ersichtlich sind. Alle Fortbildungen aus den einzelnen Bereichen dienen der Lehrscheinverlängerung (1 Tag = 8 UE, 2 Tage = 16 UE).



**DRK-Landesverband
Schleswig-Holstein e.V.**

Klaus-Groth-Platz 1
24105 Kiel

Tel.: 0431/57 07-0
Fax: 0431/57 07-130

info@drk-sh.de

