



vhs –Sonder-Newsletter 1/2019

Gesundheitsakademie

„Es kommt darauf an, den Körper mit der Seele und die Seele durch den Körper zu heilen.““

© [Oscar Wilde](#) irischer Schriftsteller (1854 - 1900)

Gesundheitsbildung ist als Schlüsselqualifikation ein unerlässlicher Teil der Lebens- und Alltagskompetenz. Wir stellen uns diesem Auftrag mit einem qualitätsgeprüften Angebot und einer verstärkten Orientierung auf Weiterbildungslehrgänge in Zusammenarbeit mit kompetenten Partnern.

Inhalt

- . Schwesternhelferin/Pflegediensthelfer
 - . Ismakogie-Lehrer
 - . Betreuungsassistent
 - . Systemischer Berater
 - . Stressmanagement-Trainer
- . Autogenes Training und PME für Kinder:
Weiterbildung für Kursleiter

Volkshochschule (vhs) Mühldorf am Inn e. V.

Schlörstraße 1 * 84453 Mühldorf am Inn

Tel.: 08631/9903-0 * info@vhs-muehldorf.de * www.vhs-muehldorf.de

Schwesternhelferin/Pflegediensthelfer

Trainer vom Malteser Hilfsdienst e. V.



Malteser
... weil Nähe zählt.

Sie werden in die elementaren Begriffe der Alten- und Krankenpflege eingeführt und befähigt, examiniertes Pflegepersonal im Krankenhaus, Altenheim und in der häuslichen Pflege fachkompetent zu unterstützen.

Voraussetzungen für die Teilnahme:

* Mindestalter 16 Jahre * körperlich und geistig für Tätigkeit in der Pflege geeignet * gute Deutschkenntnisse in Wort und Schrift

Diese Aufgaben erwarten Sie im Rahmen Ihrer Tätigkeit:

* Aktivierung und Mobilisation der Pflegebedürftigen * Begleitung und Kommunikation * Hilfe bei der Körperpflege * Unterstützung bei der hauswirtschaftlichen Versorgung * Hilfe bei der Ernährung * Beobachtung von Veränderungen im Pflegealltag * Maßnahmen zur Vermeidung von Zweitkrankheiten * Dokumentation der Pflege und Betreuung * Erste-Hilfe-Maßnahmen

Alle Tätigkeiten unterliegen der Aufsicht einer verantwortlichen Pflegekraft.

Ausbildungsinhalte:

* Pflege hilfsbedürftiger Menschen * Gesundheitslehre * Anatomie * Physiologie * Erkrankungen * Prävention * psychologische und soziologische Aspekte

Beginn/Dauer:

8. Januar bis 9. März 2019;

120 Unterrichtsstunden

(dienstags/donnerstags von 18:30 bis 21:30; samstags von 9 bis 16 Uhr)

Preis: € 520,-

Die Einlösung von Prämiegutscheinen der Bildungsprämie ist möglich!

Prüfung: schriftliche und mündlich-praktische Prüfung.

Abschluss:

Der erfolgreich abgeschlossene Kurs erfüllt die Anforderungen des medizinischen Dienstes der Pflegekassen an die Qualifizierung von Hilfskräften in der Pflege.

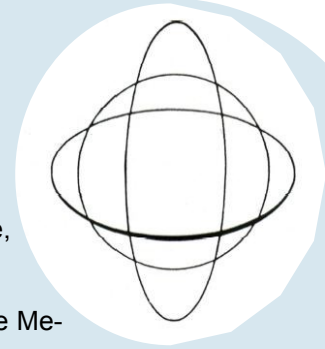
Praktikum:

Im Anschluss an die erfolgreich absolvierte Prüfung muss ein 80-stündiges Praktikum in einem Seniorenheim, einem Krankenhaus oder einer ambulanten Pflegestation abgeleistet werden.

Nähere Informationen finden Sie unter www.vhs-muehldorf.de.

Gerne beraten wir Sie telefonisch unter 08631/9903-10 (Karl Weber).

Ismakogie-Ausbildung



"Bewusst Bewegen - Ismakogie!"

Dozenten der Gesellschaft zur Förderung der Anne Seidel Ismakogie,
Wien/Österreich

Gesundheit, Wohlbefinden und gutes natürliches Aussehen - dafür steht die Methode Ismakogie!

Durch gezielte Übungen kann man das verloren gegangene Körperbewusstsein zurückgewinnen, die Haltung verbessern und dadurch die natürlichen Bewegungsabläufe im täglichen Leben optimieren. Zusätzlich erhöht die Selbstbeobachtung des eigenen Körpers die Konzentrationsfähigkeit. Die Aktivierung der einzelnen Körperfunktionen zeigt ihre Auswirkungen auch auf die Psyche: in einem verstärkten Selbstbewusstsein, einer inneren Ausstrahlung und damit einer natürlichen Schönheit. Die Haltungs- und Bewegungslehre der Österreicherin Prof. Anne Seidel kann jederzeit und überall ausgeübt werden, ohne spezielle Kleidung und Übungsgeräte.

"Die muskuläre Gebrauchsanleitung ist in jedem Körper als wundervolles Ordnungssystem zu erkennen, wird aber kaum gelesen" (Anne Seidel)

Bei der Info-Veranstaltung (kostenlos und unverbindlich) werden Ablauf und Inhalt der "Basisausbildung" und der "LehrerInnen-Ausbildung" vorgestellt.

Infos über die Ismakogie finden Sie auch unter www.ismakogie-anneseidel.at

Ismakogie: Basis-Ausbildung

Lernweg:

- * Erfühlen und Verstehen des Körpers als Ganzheit; Analyse von Haltungs- und Bewegungsmustern und deren Auswirkungen
- * Integrierung der Ordnungsübungen in den Alltag
- * Unterschiedliche Auslösefaktoren und deren Wirkung auf den gesamten Körper
- * Beweglichkeit der an der Atmung beteiligten Gelenke und Muskeln
- * Der Übungsaufbau beginnt bei den Füßen mit dem richtigen Bodenkontakt und endet im Gesicht

Lernziel:

- * Kenntnisse der ökonomischen Bewegungsmuster
- * Erkennen von Fehlhaltungen und deren Korrektur
- * Integration der erlernten Übungen in den Alltag
- * Früherkennung einer Verspannung und geeignete Gegenmaßnahmen

Abschluss:

Nach Beendigung der Basisausbildung erhalten die Teilnehmer ein Zertifikat. Danach kann innerhalb von zwei Jahren mit der LehrerInnen-Ausbildung begonnen werden.

Beginn/Dauer:

Samstag, 2. Februar 2019;

5 Wochenenden (samstags 10:00 bis 16:00 Uhr, sonntags 09:00 bis 14:00 Uhr)

Preis:

€ 860,- bei Komplettzahlung zum Lehrgangsbeginn

€ 900,- bei Ratenzahlung (2 Raten a € 450,-)

ACHTUNG:

**Empfehlungsrabatt (5%) für jeden neuen Teilnehmer, den Sie vermitteln!
Die Einlösung von Prämiegutscheinen der Bildungsprämie ist möglich!**

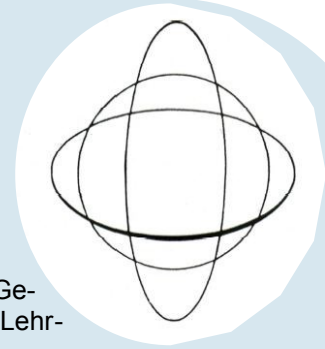
Ort: vhs-Zentrum; Schlörstraße 1 in Mühldorf

Anmeldung bis 06. Januar 2019 erforderlich!

Nähere Informationen finden Sie unter www.vhs-muehldorf.de.

Gerne beraten wir Sie telefonisch unter 08631/9903-10 (Karl Weber).

Ismakogie: LehrerInnen-Ausbildung



Lernweg:

- * Vertiefung der Inhalte der Basisausbildung
- * Anatomieunterricht
- * Didaktik; Umsetzung des eigenen Wissens in einen Unterrichtsablauf; Gestalten von Lehr-/Lernprozessen; Reflexion und Evaluierung der Lehr-/Lernprozesse
- * Grundkenntnisse der Gruppenführung
- * Zielgerichtete Begleitung und Unterstützung während der Ausbildung

Lernziel:

Mit der LehrerInnen-Ausbildung werden die Absolventen in die Lage versetzt, die Ismakogie-Methode kompetent, selbstbewusst und zielgerichtet in Einzel- und Gruppenseminaren zu unterrichten. Der Lernprozess ist jedoch mit dem Erreichen des Diploms nicht abgeschlossen und bedarf einer laufenden Weiterbildung, welche die "Gesellschaft zur Förderung der Anne-Seidel-Ismakogie" für Mitglieder kostenlos anbietet.

Abschluss:

Am Ende des vierten Wochenendseminars werden die Prüfungsfragen für die schriftliche Arbeit bekanntgegeben. Mit einem Lehrauftritt, unter Berücksichtigung der schriftlichen Arbeit, wird die Ausbildung beendet. Bei einem positiven Abschluss der Prüfung erhalten die TeilnehmerInnen ein Diplom.

Beginn/Dauer:

Samstag, 4. Mai 2019;

8 Wochenenden (samstags 09:00 bis 17:00 Uhr, sonntags 09:00 bis 15:00 Uhr)

Preis:

€ 1980,- bei Komplettzahlung zum Lehrgangsbeginn

€ 2060,- bei Ratenzahlung (4 Raten a € 515,-)

ACHTUNG:

Frühbucherrabatt (5%) bei Anmeldung bis 04. März 2019!
Empfehlungsrabatt (5%) für jeden neuen Teilnehmer, den Sie vermitteln!
Die Einlösung von Prämiegutscheinen der Bildungsprämie ist möglich!

Ort: vhs-Zentrum; Schlörstraße 1 in Mühldorf

Anmeldung bis 04. April 2019 erforderlich!

Infos über die Ismakogie und unseren Partner finden Sie auch unter www.ismakogie-anneseidel.at

Nähere Informationen finden Sie unter www.vhs-muehldorf.de.

Gerne beraten wir Sie telefonisch unter 08631/9903-10 (Karl Weber).



Betreuungsassistent

Trainer vom Malteser Hilfsdienst e. V.



Malteser

...weil Nähe zählt.

In der 60-stündigen Ausbildung (nach §53c SGB XI) werden die grundlegenden Kenntnisse für den Umgang mit demenzerkrankten Menschen vermittelt.

Themenfelder:

- * Validationstechniken, Beschäftigung
- * gerontopsychiatrische und neurologische Erkrankungen
- * Haftungsrecht in Betreuung und Pflege
- * Ernährung im Alter
- * Basale Stimulation
- * Kommunikations- und Umgangsformen im Alter

Beginn/Dauer:

07. Mai - 06. Juni 2019

60 Unterrichtsstunden (plus 80 Stunden Praktikum)

Informations-/Einführungsabend

Dienstag, 05.02.2019, 19.30 - 21 Uhr

kostenlos (dennoch Anmeldung erforderlich!)

Preis: € 270,-

Die Einlösung von Prämiegutscheinen der Bildungsprämie ist möglich!

Voraussetzung für die Teilnahme:

Erfolgreicher Abschluss als Schwesternhelferin/Pflegediensthelfer

Ort: Mühldorf a. Inn, vhs-Zentrum, Schlörstr. 1

In Zusammenarbeit mit der pilates academy

- **Pilatestrainer-Ausbildung:** 16.03.2019 und 25.05.2019

Nähere Informationen finden Sie unter www.vhs-muehldorf.de.

Gerne beraten wir Sie telefonisch unter 08631/9903-10 (Karl Weber).

Systemischer Berater



Dozenten vom istob-Zentrum für Systemische Therapie, Supervision und Beratung; München



Gesamtleitung: Cordula Meyer-Erben; Diplom-Sozialpädagogin, Systemische Therapeutin, Systemische Supervisorin, Dozentin für systemische Beratung, lehrende Supervisorin, Vorstand und Lehrtrainerin des istob-Zentrums

Das zweijährige Basismodul vermittelt die Grundlagen systemischer Kompetenzen in der Beratung und in beratungsähnlichen Arbeitskontexten. Ziel ist die Qualifizierung zur systemischen Arbeit mit Einzelkunden, Paaren, Familien, Gruppen und Teams. Unter Berücksichtigung der verschiedenen beruflichen Kontexte werden Werte und Haltungen reflektiert, um die professionelle Entwicklung anzuregen. Sie lernen systemisch-konstruktivistische Denk- und Handlungsmodelle kennen und haben Gelegenheit, Methoden der systemischen Gesprächsführung praxisnah zu erleben und in Form von Übungen und Rollenspielen intensiv zu trainieren.

Zielgruppe: Mitarbeitende in (der)

* Kinder- und Jugendhilfe * Konflikt- und Krisenberatung * Gesundheitsdienste * Suchthilfe * Bewährungshilfe * Sozialpsychiatrie * Migrationssozialarbeit * Frauenhilfe * Altenhilfe * klinischen und psychotherapeutischen Einrichtungen * sozial-psychiatrischen Einrichtungen * Beratungsstellen für Familien und Paare * Hilfe für Menschen mit besonderem Förderungsbedarf * pastoralen Arbeit und Seelsorge * Erwachsenenbildung * pädagogischen Einrichtungen

sowie * Lehrern und Schulpsychologen * Schul- und Jugendsozialarbeitern * Ärzten und Psychotherapeuten und Kinder- und Jugendpsychotherapeuten * Heilpraktikern und freiberuflichen Beratern und Therapeuten

Voraussetzungen

* Hochschul-, Fachhochschule-, Fachschulabschluss oder eine spezifische berufliche Ausbildung * die Tätigkeit in einem Arbeitsfeld, das die Umsetzung systemischer Ideen und Vorgehensweisen ermöglicht * eine mehrjährige Berufspraxis im beraterischen Feld ist erwünscht

In begründeten Einzelfällen sind Ausnahmen möglich!

Anerkennung: Die Weiterbildung wird als Fortbildung anerkannt für Psychologische Psychotherapeuten und Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten bei der Bayerischen Psychotherapeutenkammer und äquivalent für Ärzte bei der Bayerischen Landesärztekammer.

Beginn/Dauer

17. Oktober 2019 bis 23. Oktober 2021;

550 Stunden (Präsenzunterricht: donnerstags 10:00 bis 18:00 Uhr; freitags 09:30 bis 18:00 Uhr; samstags 09:30 bis 17:00 Uhr)

Infoabend: Montag, 20.05.2019, 19 - 20.30 Uhr - kostenlos (dennoch Anmeldung erforderlich!)

Preis

€ 5.390,- bei Anmeldung bis 31. Juli 2019

€ 5.590,- bei Anmeldung ab 1. August 2019

Die Zahlung in drei Raten ist auf Antrag möglich!

ACHTUNG:

Empfehlungsrabatt (5%) für jeden neuen Teilnehmer, den Sie vermitteln!

Die Einlösung von Prämiegutscheinen der Bildungsprämie ist möglich!

Zusätzliche Kosten fallen an für Übernachtung und Verpflegung bei den Selbstreflexionsseminaren (je Block etwa € 400,-) und für die Beantragung des Zertifikats der Systemischen Gesellschaft (€ 239,50)

Ort : vhs-Zentrum; Schlörstraße 1 in Mühldorf

Anmeldung bis 16. September 2019 erforderlich!

Nähere Informationen (z. B. Lehrgangsinhalte) unter Telefon 08631/9903-10!

Das istob-Zentrum ist ein Institut mit einer über fünfundzwanzigjährigen Tradition und Praxiserfahrung im Bereich der Weiterentwicklung von Humanressourcen und Organisationsstrukturen. In ihrem Angebot ist die Entwicklung und Qualifizierung der professionellen Rolle von Menschen in ihren Arbeitswelten das zentrale Thema. Infos über unseren Partner finden Sie auch unter www.istob-zentrum.de

Stressmanagement-Trainer/in: Weiterbildungslehrgang



Leitung: Peter M. Wiblishauser, Diplom-Psychologe und Leitung von Wiblishauser-Seminare



Stress nimmt immer mehr zu, deshalb steigt der Bedarf an Schulungen, in denen der effektive Umgang mit Stress vermittelt wird. Ziel dieser Fortbildung ist es, Ihnen in kurzer Zeit das Rüstzeug zu geben, um Stressmanagement-Seminare und -Coachings zu geben. Inhalt sind die Grundlagen der Stresstheorie (physiologische und gesundheitliche Aspekte von Stress), Stressmanagement-Strategien und das Planen und Leiten von Stressmanagement-Seminaren. Mit einem Stressmanagement-Seminar vermitteln Sie später Ihren Teilnehmern Anti-Stress-Strategien, die weit mehr als reine Entspannungstechniken beinhalten. In der Fortbildung erstellen Sie auch ein Seminarkonzept, so dass Sie schon bald mit Ihrem eigenen Seminar starten können.

Nähere Informationen über die Ausbildungsinhalte finden Sie im Internet unter www.vhs-muehldorf.de (Programm—Gesundheit—Gesundheitsakademie)

Einsatzgebiete :

Gesundheitsbereich

Patienten / Besucher in Schmerzkliniken, Burnout-Kliniken, Reha-Kliniken oder Gesundheitszentren; Patienten aus ärztlichen, psychologischen, physiotherapeutischen Praxen

Pädagogischer Bereich

Lehrer, Berufsschullehrer, Ausbilder, Erzieher, Schüler, Eltern

Teilnehmende von Volkshochschulkursen oder einer beruflichen Aus- und Weiterbildung

Betrieblicher Bereich

KMU, Großkonzerne; Mitarbeiter und Mittleres Management; Arbeiter und Angestellte

Coaching und Beratung

Personen mit hohen Belastungen (z. B. Selbständige, Politiker, Sportler, Medienschaffende)

Personen mit Mehrfachbelastungen (Beruf, Kinder, Pflege von Eltern, schwierige Partnerschaft/Alleinerziehend)

Abschluss/Zertifikat:

Nach erfolgreichem Abschluss der Fortbildung erhalten Sie ein Zertifikat als Stressmanagement-Trainer und eine Teilnahmebescheinigung. Das Erstellen eines Seminar-Konzepts ist Voraussetzung für den Erwerb des Zertifikats als Stressmanagement-Trainer.

In der Teilnahmebescheinigung werden Ihnen pauschal 40 Unterrichtseinheiten (UE) zu 45 Minuten bescheinigt (30 UE Präsenz + 10 UE Konzepterstellung)

Beginn/Dauer:

Samstag/Sonntag, 26./27.10. 2019

Samstag/Sonntag, 23./24. 11.2019

jeweils von 10 Uhr bis 16:30 Uhr

Preis:

€ 498.- bei Komplettzahlung zum Lehrgangsbeginn.

€ 518.- bei Ratenzahlung (2 Raten zu € 259.-)

Achtung:

Frühbucherrabatt (5%) bei Anmeldung bis 06. September 2019!
Empfehlungsrabatt (5%) für jeden neuen Teilnehmer, den Sie vermitteln!
Die Einlösung von Prämiegutscheinen der Bildungsprämie ist möglich!

Im Preis sind die Kosten für die schriftlichen Unterlagen und für das Zertifikat enthalten.

Ort: vhs-Zentrum; Schlörstraße 1 in Mühldorf

Anmeldung bis 11. Oktober 2019 erforderlich!

Autogenes Training und Progressive Muskelentspannung für Kinder (Trainer-Weiterbildungslehrgang)



Leitung: Peter M. Wiblishauser, Diplom-Psychologe und Leitung von Wiblishauser-Seminare



Überblick:

Sie lernen einen Entspannungskurs für Kinder und Jugendliche im Schulalter zu planen und durchzuführen. Zudem erfahren Sie auch, worauf Sie achten müssen, damit Ihr Entspannungskurs den Anforderungen der zentralen Prüfstelle für Prävention (ZPP) genügt. Unter bestimmten Voraussetzungen können Sie sich für die Anerkennung als Kursleiter für Entspannungskurse für Kinder durch die ZPP qualifizieren.

Eine Anerkennung als Kursleiter für Entspannungskurse für Kinder und Jugendliche bekommen Sie, wenn Sie

* über eine der von den Krankenkassen geforderte Grundqualifikation (z. B. als Erzieherin oder Sozialpädagogin) verfügen und

* über eine Fortbildung in einem Entspannungsverfahren (hier: Autogenes Training (AT) oder Progressive Muskelentspannung) und

* über eine Fortbildung (wie diese) über Autogenes Training oder Progressive Muskelentspannung für Kinder verfügen, und

* bei der ZPP ein Konzept einreichen, das bestimmte zusätzliche Kriterien erfüllt.

Inhalte:

1. Grundprinzipien von AT und PME

AT und PME werden in dieser Schulung als bekannt vorausgesetzt, die wichtigsten Punkte werden dennoch angesprochen und wiederholt und natürlich gibt es auch Zeit zum Üben und Anleiten. Da die ZPP nur bestimmte Varianten von PME und AT akzeptiert, wird auf diese Besonderheiten ausführlich eingegangen.

2. Zusätzliche Inhalte für Ihre Entspannungskurse

* Anfangs- und Endrituale * Entspannungsgeschichten und Fantasiereisen * Musik * Stilleübungen * Ruhige Spiele

3. Weitere Inhalte

* Die Eltern einbeziehen * Berechtigte und unberechtigte Erwartungen an einen Entspannungskurs * Wie sollen Kinder und Jugendliche zuhause üben? * Anwendung von AT und PME im schulischen Alltag * Über den Unterschied von AT und PME bei Erwachsenen und Kindern/Jugendlichen

4. Aufbau eines Entspannungskurses

* Allgemeine Prinzipien (Aufbau einer Stunde und eines ganzen Kurses) * Vorgaben der ZPP

5. Wie gewinnt man Kunden

* Flyer, Social-Media-Marketing, Empfehlungsmarketing

Fertiges Kurskonzept: Außerdem erhalten Sie kostenlos ein komplettes Kurskonzept, das Sie bei der ZPP einreichen können, und das schon anerkannt wurde.

Methoden: * Kurzvortrag * Rollenspiele * Gruppenarbeit * Entspannungsübungen

Zielgruppe:

Der Lehrgang richtet sich in erster Linie an schon ausgebildete Seminarleiter für Autogenes Training oder Progressive Muskelentspannung, die Kurse für Kinder und Jugendliche anbieten möchten. Sie sollten aus dem pädagogischen, medizinischen, pflegenden, sozialen, therapeutischen oder psychologischen Bereich sein.

Beginn/Dauer:

Samstag/Sonntag, 25./26.01.2020

jeweils von 10 Uhr bis 16:30 Uhr

Preis: € 279.-

Achtung:

Frühbucherrabatt (5%) bei Anmeldung bis 06. Dezember 2019!

Empfehlungsrabatt (5%) für jeden neuen Teilnehmer, den Sie vermitteln!

Die Einlösung von Prämiegutscheinen der Bildungsprämie ist möglich!

Im Preis sind die Kosten für die schriftlichen Unterlagen enthalten.

Ort: vhs-Zentrum; Schlörstraße 1 in Mühl Dorf

Anmeldung bis 10. Januar 2020 erforderlich!