

## ■ Fortbildung in der Pflege

### Frühjahr/Sommer 2011

biologische Seite der Schmerzen wird der Blick gelenkt, sondern darauf, wie Gefühle, Gedanken und unser Verhalten die Schmerzwahrnehmung beeinflussen. Gemeinsam werden Lösungsansätze gesucht.

Peter Fiset

Dienstag, 15. März 2011, 18:30 – 21:30 Uhr, 4 Unterrichtsstunden  
Haus des Lernens, Johann-Domann-Straße 10, 49080 Osnabrück  
14,- €

Kurs N600303

#### Augen und Nacken entspannen durch Übungen aus dem Qi Gong

Sie lernen Qi-Gong-Übungen kennen, die eine kräftigende, entspannende und wohltuende Wirkung auf angestrengte Augen und Verspannungen im Nackenbereich entfalten können.

Anne Fiedler

Dienstag, 03. + 10. + 17. Mai 2011, jeweils 18:30 – 20:00 Uhr,  
6 Unterrichtsstunden  
Freie Schule Melle, Waldstraße 81, 49324 Melle  
15,- €

Kurs N600305

#### Rückhalt – Alles was dem Rücken gut tut

in Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle Frau & Betrieb  
- Bildungsurlaub – (anerkannt gem. § 10 Abs. 1 Niedersächsisches Bildungsurlaubsgesetz)

Rückenprobleme machen uns im Alltag immer wieder zu schaffen, insbesondere bei überwiegend sitzenden oder stehenden Tätigkeiten oder wenn Vorbelastungen die gesundheitliche Leistungsfähigkeit bereits einschränken. Ein alternatives Ausgleichsprogramm bzw. eine prophylaktische Maßnahme mit ganzheitlichem Anspruch bietet Ihnen dieser Bildungsurlaub. Im Mittelpunkt stehen Wahrnehmungsübungen, funktionelle Rückengymnastik und Entspannungsübungen. Hinweise und Trainingseinheiten zum rückengerechten Sitzen, Liegen, Bücken und Gehen erleichtern Ihnen monotone Bewegungsabläufe im (Arbeits-)Alltag. Neben praktischen Übungen werden theoretische Grundlagen vermittelt und Zusammenhänge von Arbeits- und Umweltbelastungen, Lebenssituation, Körperhaltung und gesunder Lebensführung besprochen mit dem Ziel, die berufliche Leistungsfähigkeit zu stärken und Rückenbeschwerden prophylaktisch zu minimieren.

Susanne Geiger

04. – 08. Juli 2011, jeweils 09:00 – 16:00 Uhr / 40 Unterrichtsstunden  
VHS-Akademie-Michaelisschule, Graf-Stauffenberg-Straße 19,  
49124 Georgsmarienhütte  
120,- € / 80,- €\*  
\*) Bei Anspruch auf Bezuschussung durch die Koordinierungsstelle Frau & Betrieb

Altersdemenz geben. Dazu zählen Entstehungsbedingungen, Diagnostik, Symptome, Verlaufsformen, medikamentöse und psychosoziale Interventionsmöglichkeiten. Anhand von Fallbeispielen werden Problemfelder bearbeitet wie:

- fehlende Krankheitseinsicht und Kooperationsbereitschaft,
- Gedächtnisverlust, Desorientiertheit, Weglauftendenzen, Impulshandlungen, Aggressivität und Misstrauen,
- Kommunikationsprobleme aufgrund von nachlassendem Sprachverständnis,
- Pflegeprobleme wie z. B. Körperhygiene, Inkontinenz, Schluckstörung
- Rechtliche Situation der Erkrankten: Pflegeversicherung, Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung

Ziele des Seminars sind es, Signale und Bedürfnisse der Kranken zu verstehen und zu deuten, Lösungsstrategien auf der Basis 'einfühlenden Verstehens' zu entwickeln und eine stabile Pflegekompetenz zu erwerben, die den Patienten ein hohes Maß an Lebensqualität ermöglicht.

Hildegard Bohnstedt

Dienstag, 22. Februar 2011, 9:00 – 16:30 Uhr, 9 Unterrichtsstunden  
Haus des Lernens, Johann-Domann-Straße 10, 49080 Osnabrück  
60,- € / 30,- €\*  
\*) Bei Anspruch auf Bezuschussung durch die Koordinierungsstelle Frau & Betrieb

Kurs N600917

#### Workshop „Tanzen im Sitzen“ – Fortbildung für Mitarbeiter/innen in der Altenpflege und Behindertenhilfe

– Tagesseminar –

„Tanzen im Sitzen“ aktiviert ältere und behinderte Menschen durch Bewegung nach Musik. Diese Tanzform spricht den ganzen Menschen an, vermittelt Freude, fördert soziale Kontakte und trainiert Alltagsbewegungen. Der Workshop wendet sich an Mitarbeiter/innen in Einrichtungen der Alten- und Behindertenhilfe. Inhalte sind: Tänze im Sitzen – Rhythmische Bewegungsspiele – Tänze mit Handgeräten – Zielgruppengerechte Vereinfachung von Tänzen – Stundenbilder – Anleitung aus der Praxis für die Praxis.

Elke Beyling

Samstag, 19. März 2011, 10:00 – 16:30 Uhr, 8 Unterrichtsstunden  
Haus des Lernens, Johann-Domann-Straße 10, 49080 Osnabrück  
24,- €

Kurs N600302

#### Chronische Schmerzen bewältigen: Psychologische Strategien

Viele Menschen kennen Kopf-, Rücken- oder Gelenkschmerzen. Von chronischen Schmerzen spricht man, wenn sie länger als 6 Monate bestehen. Dieser Kurs ist weniger auf medizinische Krankheitsfaktoren gerichtet, sondern stellt ein psychologisches Modell der Schmerzentstehung dar. Nicht auf die

- Krankheitslehre / Umgang mit Medikamenten
- Personenzentrierte Pflege / Ressourcen erkennen und fördern
- Unterstützende Gesprächsführung
- Behördenkunde / Rechtskunde
- Hauswirtschaftliche Grundlagen / Lebensmittelkunde / Hygiene
- Freizeitgestaltung / Teilhabe am gesellschaftlichen Leben
- Soziales Umfeld / Angehörige
- Institutionen der Pflege/Berufskunde

Ein Schulabschluss wird vorausgesetzt. Pflegerische, erzieherische, hauswirtschaftliche Vorkenntnisse sind wünschenswert.

Der Unterricht erfolgt zweimal wöchentlich dienstags und donnerstags von 18:30 – 21:00 Uhr. Hinzu kommen zwei Tagesseminare (= 100 Unterrichtsstunden) sowie 40 Stunden Hospitation / Praktikum. Die erfolgreiche Kursteilnahme wird mit einem VHS-Zertifikat bescheinigt.

Tina Schallenberg / Dozententeam

Beginn: Dienstag, 10. Mai 2011 / Ende: September 2011  
Haus des Lernens, Johann-Domann-Straße 10, 49080 Osnabrück  
Paulusheim, Magdalenenstraße 49, 49082 Osnabrück  
250,- € / 170,- €\*  
\*) Bei Anspruch auf Bezuschussung durch die Koordinierungsstelle Frau & Betrieb

Kurs N130301

#### Burn Out

in Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle Frau & Betrieb

Wer am Arbeitsplatz oder zu Hause permanent hohen Anforderungen ausgesetzt ist, kann an einem Burn-Out-Syndrom erkranken. Symptome wie z. B. Erschöpfung, Niedergeschlagenheit, Schlaf- und Konzentrationsstörungen, Magen- und Darmbeschwerden oder häufige Kopfschmerzen können ein deutlicher Hinweis sein. Dieser Kurs zeigt Möglichkeiten zur Klärung der Situation auf und welche Schritte sinnvoll sind, um dem Burn-Out-Syndrom zu entkommen.

Claudia Siefke

Montag, 12. + 28. Februar 2011, jeweils 19:30 – 21:00 Uhr,  
4 Unterrichtsstunden  
Mütterzentrum Hasbergen, Schulstraße 16, 49205 Hasbergen  
14,- € / 7,- €  
\*) Bei Anspruch auf Bezuschussung durch die Koordinierungsstelle Frau & Betrieb

Kurs N600304

#### Wenn die vertraute Welt im Vergessen versinkt ... Menschen mit Altersdemenz

- Probleme, Konflikte, Lösungsstrategien – in Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle Frau & Betrieb
- – Tagesseminar –

Zunächst wird es eine Einführung in das sehr komplexe Krankheitsbild der

Zu folgenden Veranstaltungen melde ich mich verbindlich an:

<input type="checkbox"/>	Kurs M600301	Ausbildungslehrgang Hauswirtschaftler/in
<input type="checkbox"/>	Kurs N190901	Grundkurs für Helfer/innen in der Altenpflege XXVI
<input type="checkbox"/>	Kurs N600901	Grundkurs für Helfer/innen in der Altenpflege XXVII
<input type="checkbox"/>	Kurs N600905	zusätzliche Betreuungskraft im Pflegeheim
<input type="checkbox"/>	Kurs N600906	Alltagsbegleiter/in für Menschen mit Unterstützungsbedarf XI
<input type="checkbox"/>	Kurs N130301	Burn Out
<input type="checkbox"/>	Kurs N600304	Wenn die vertraute Welt in Vergessen versinkt
<input type="checkbox"/>	Kurs N600917	Tanzen im Sitzen
<input type="checkbox"/>	Kurs N600302	Chronische Schmerzen
<input type="checkbox"/>	Kurs N600303	Augen und Nacken entspannen – Qi Gong
<input type="checkbox"/>	Kurs N600305	Rückhalt – alles was dem Rücken gut tut

Datum/Ort

Unterschrift

VHS Osnabrücker Land

Am Schölerberg 1

49082 Osnabrück



VHS Osnabrücker Land

## Fortbildung in der Pflege

ist ein Programm für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in Einrichtungen der Kranken- und Altenpflege einschließlich der Sozialstationen und mobilen Pflegedienste sowie für Berufsrückkehrerinnen und Erziehungsurlauberinnen aus diesen Bereichen.

### Anmeldung an die

### VHS Osnabrücker Land

#### Hauptgeschäftsstelle:

Am Schölerberg 1  
49082 Osnabrück  
Tel. 0541/501-7777  
Fax 0541/501-4423  
E-mail: VHS@LKOS.de

Monika von der Haar, Programmbereichsleiterin  
Hermann Wellers, Programmbereichsleiter

Kurs M600301

#### Ausbildung zum/zur Hauswirtschafter/in

in Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle Frau & Betrieb  
– Lehrgang –

Mit diesem Lehrgang bietet Ihnen die Volkshochschule Osnabrücker Land in Zusammenarbeit mit der Landwirtschaftskammer Weser-Ems die Möglichkeit, die bei der Hausarbeit gewonnenen Erfahrungen zum nachträglichen Abschluss einer Lehre im Bereich Hauswirtschaft zu nutzen. Die Ausbildung dauert ca. 1 Jahr und findet jeweils montags nachmittags (nur außerhalb der Schulferien) statt. Am Ende des Lehrgangs besteht die Möglichkeit, die Hauswirtschafter/innenprüfung vor einer amtlich bestellten Prüfungskommission der Landwirtschaftskammer abzulegen. Hauswirtschafter/innen qualifizieren sich für:

- Hauswirtschaftliche Versorgungsleistungen wie z. B: Speisenzubereitung und Service, Gestaltung und Pflege von Räumen und des Wohnumfeldes, Vorratshaltung und Warenwirtschaft
- Hauswirtschaftliche Betreuungsleistungen wie Motivation und Beschäftigung für Menschen in verschiedenen Lebensabschnitten und -situationen
- Vermarktung hauswirtschaftlicher Produkte und Dienstleistungen

**Monika von der Haar / Dozententeam**

**Beginn: Montag, 10. Januar 2011, 15:00 Uhr, 40 x montags, 15:00 – 21:00 Uhr, 280 Unterrichtsstunden Haus des Lernens, Johann-Domann-Str. 10, 49080 Osnabrück**

**924,- € / 724,- €\* )**

\*) Bei Anspruch auf Bezuschussung durch die Koordinierungsstelle Frau & Betrieb

Kurs N190901

#### Grundkurs für Helfer/innen in der Altenpflege XXVI

in Zusammenarbeit mit der Berufsfachschule für Altenpflege der BBS Bersenbrück und der Koordinierungsstelle Frau & Betrieb  
– Lehrgang –

Der Lehrgang wendet sich vor allem an nicht ausgebildete Mitarbeiter/innen aus dem Altenpflegebereich (z.B. Teilzeitkräfte, Wochenend-Aushilfen) sowie an Personen, die an einer Tätigkeit in der Altenpflege interessiert sind und sich über das Berufsfeld informieren wollen. Im Grundkurs sollen grundlegende fachliche Qualifikationen (Basisqualifikationen) für die Betreuung und Pflege alter Menschen in Einrichtungen der stationären Altenpflege vermittelt werden.

**Inhalte sind:**

- Altenarbeit als Beruf
- Pflegerische Basisqualifikationen
- Gesundheitslehre / Krankheitslehre
- Alter (er)leben
- Tagesgestaltung im Alter

Der Unterricht erfolgt einmal wöchentlich donnerstags von 18:30 – 20:45 Uhr sowie 14tägig samstags von 08:30 – 13:15 Uhr (= 240 Unterrichtsstunden). Der Lehrgang schließt mit einer praktischen und mündlichen Aktivität ab. Die erfolgreiche Kursteilnahme wird mit einem VHS-Zertifikat bescheinigt.

**Hildegard Denkler / Dozententeam**

**Beginn: Donnerstag, 27. Januar 2011 / Ende: Januar 2012**  
**BBS Bersenbrück, Ravensberger Straße 15, 49593 Bersenbrück**  
**480,- € / 380,- €\* )**

\*) Bei Anspruch auf Bezuschussung durch die Koordinierungsstelle Frau & Betrieb

Kurs N600901

#### Grundkurs für Helfer/innen in der Altenpflege XXVII

in Zusammenarbeit mit der Berufsfachschule für Altenpflege des Berufsbildungswerkes Osnabrücker Land (BBW) und der Koordinierungsstelle Frau & Betrieb  
– Lehrgang –

Der Lehrgang wendet sich vor allem an nicht ausgebildete Mitarbeiter/innen aus dem Altenpflegebereich (z.B. Teilzeitkräfte, Wochenend-Aushilfen) sowie an Personen, die an einer Tätigkeit in der Altenpflege interessiert sind und sich über das Berufsfeld informieren wollen. Im Grundkurs sollen grundlegende fachliche Qualifikationen (Basisqualifikationen) für die Betreuung und Pflege alter Menschen in Einrichtungen der stationären Altenpflege vermittelt werden.

Inhalte sind:

- Altenarbeit als Beruf
- Pflegerische Basisqualifikationen
- Gesundheitslehre / Krankheitslehre
- Alter (er)leben
- Tagesgestaltung im Alter

Der Unterricht erfolgt einmal wöchentlich mittwochs von 18:30 – 21:00 Uhr sowie 14tägig samstags von 08:30 – 12:30 Uhr (= 240 Unterrichtsstunden). Der Lehrgang schließt mit einer praktischen und mündlichen Aktivität ab. Die erfolgreiche Kursteilnahme wird mit einem VHS-Zertifikat bescheinigt.

**Hermann Wellers / Dozententeam**

**Beginn: Mittwoch, 09. März 2011 / Ende: März 2012**  
**Haus des Lernens, Johann-Domann-Str. 10, 49080 Osnabrück**  
**480,- € / 380,- €\* )**

\*) Bei Anspruch auf Bezuschussung durch die Koordinierungsstelle Frau & Betrieb

Kurs N600905

#### Fortbildung zur zusätzlichen Betreuungskraft im Pflegebereich

Qualifizierung gemäß § 87b Abs. 3 SGB XI  
in Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle Frau & Betrieb  
– Lehrgang –

Zusätzliche Betreuungskräfte in der stationären Pflege unterstützen die Pflegefachkräfte bei der Beaufsichtigung und Betreuung von pflegebedürftigen Menschen mit demenzbedingten Fähigkeitsstörungen, psychischen Erkrankungen oder geistigen Beeinträchtigungen. Inhalte des 160 Ustd. umfassenden Kurses sind:

- Vertiefende Kenntnisse, Methoden und Techniken über das Verhalten, die Kommunikation und die Umgangsformen mit betreuungsbedürftigen Menschen
- Grundkenntnisse der Pflegedokumentation
- Hauswirtschaft und Ernährungslehre
- Beschäftigungsmöglichkeiten und Freizeitgestaltung für Menschen mit Demenzerkrankungen
- Kommunikation und Zusammenarbeit mit den an der Pflege Beteiligten, z.B. Angehörige und Pflegekräfte
- Rechtskundliche Fragestellungen
- Erste Hilfe

Im Rahmen eines 14tägigen Betreuungspraktikums in der stationären Altenpflege werden Erfahrungen im Umgang mit Menschen mit einer erheblichen Einschränkung der Alltagskompetenz gesammelt.

Der Unterricht erfolgt einmal wöchentlich mittwochs von 18:30 – 21:00 Uhr sowie 14tägig samstags von 08:30 – 12:30 Uhr (= 160 Unterrichtsstunden). Die erfolgreiche Kursteilnahme wird mit einem VHS-Zertifikat bescheinigt.

**Tina Schallenberg / Dozententeam**

**Beginn: Mittwoch, 04. Mai 2011 / Ende: Februar 2012**  
**Haus des Lernens, Johann-Domann-Straße 10, 49080 Osnabrück**  
**480,- € / 380,- € \*)**

\*) Bei Anspruch auf Bezuschussung durch die Koordinierungsstelle Frau & Betrieb

Kurs N600906

#### Alltagsbegleiter/in für Menschen mit Unterstützungsbedarf XI

in Zusammenarbeit mit dem Paulusheim Osnabrück und der Koordinierungsstelle Frau & Betrieb  
– Lehrgang –

**Inhalte:**

- Motivation: Begleiten – Unterstützen – Betreuen ? / Nähe – Distanz
- Erste Hilfe im häuslichen Bereich
- Lebenspraktisches Training / Mobilitätstraining / Rollstuhltraining

### Verbindliche Anmeldung

_____Name	_____Ort
_____Vorname	_____
_____Straße/Hausnr.	_____
_____Plz.	_____
_____Telefon	_____
Hiermit ermächtige ich die VHS Osnabrücker Land, die Kursgebühr abzubuchen.	
_____Kontonummer	_____BLZ
_____Bank mit Ortsangabe	_____Beruf
_____Kontoinhaber /in	_____Geburtsjahr
_____Datum	_____Unterschrift

### Bitte beachten Sie:

- Die schriftliche Anmeldung auch per Fax oder E-mail ist verbindlich. Die Teilnahmebedingungen werden anerkannt.
- Die Anmeldung wird bei Lehrgängen bestätigt.
- Bei Tagesseminaren werden Sie nur dann von der VHS benachrichtigt, wenn der Kurs ausfallen sollte, überbelegt ist oder Terminänderungen notwendig sind.

Das einfache Fortbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung. Abmeldungen bitte rechtzeitig mind. 10 Tage vor Beginn an die VHS-Geschäftsstelle richten.

\*) Anspruch auf Bezuschussung durch die Koordinierungsstelle Frau & Betrieb haben:

- Berufsrückkehrer/innen, Elternzeitnehmende, geringfügig beschäftigte Frauen und Mitarbeiterinnen aus Betrieben, die dem Verbund Frau & Betrieb angehören
- Arbeitslose Frauen, die nicht ALG I oder ALG II-Empfängerinnen sind  
Anträge auf Kursermäßigung werden im Kurs verteilt oder liegen beim jeweiligen Bildungsträger vor.

Haben Sie Interesse an einer Mitgliedschaft im Verbund Frau & Betrieb?



Weitere Infos unter 0541/2 70 26  
E-Mail: info@frau-und-betrieb-os.de, www.frau-und-betrieb-os.de

Die Koordinierungsstelle Frau & Betrieb bietet Betrieben im Verbund Serviceleistungen an.