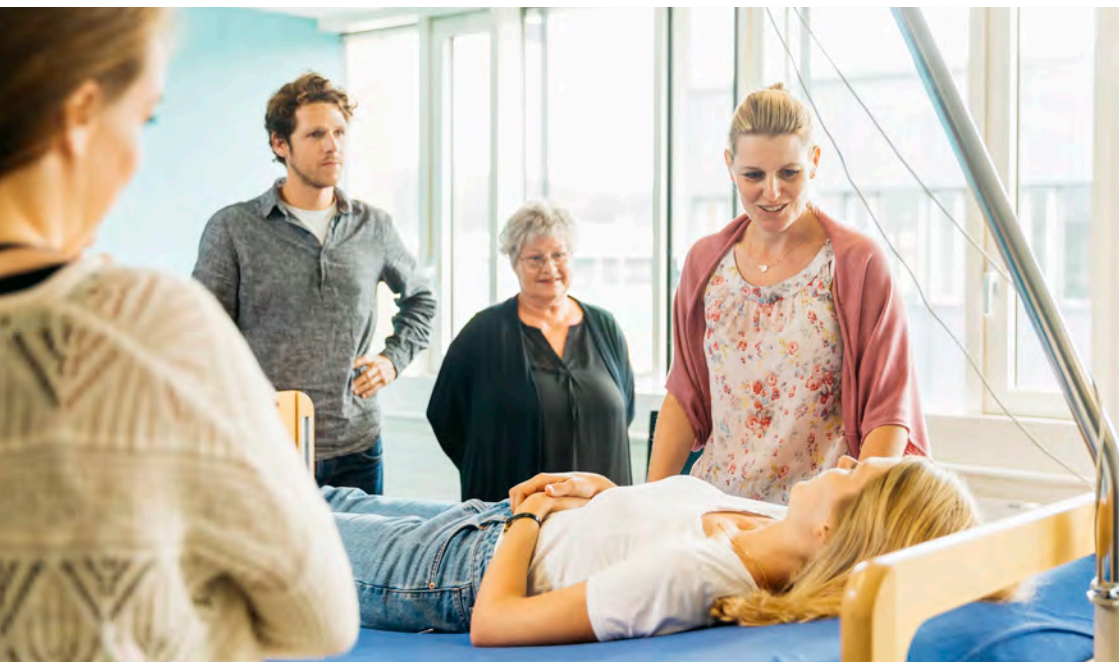


# Bildungsprogramm 2026



Schweizerisches Rotes Kreuz  
Kanton Schwyz





## ***Neu denken – neu handeln – mit Bildung wachsen***

Geschätzte Leserinnen und Leser

Manchmal braucht es einen Neuanfang, manchmal neue Impulse. Das Bildungsprogramm 2026 des SRK Kanton Schwyz lädt Sie ein, sich weiterzuentwickeln, neue Wege zu gehen und Ihre Stärken zu entdecken – beruflich wie persönlich.

Ob Sie sich neu orientieren oder Ihre Kenntnisse vertiefen möchten: Unser Lehrgang Pflegehilfende SRK bietet Ihnen eine fundierte Basis für den Einstieg in die Pflege und Betreuung. Ergänzt wird das Angebot durch praxisnahe Weiterbildungen für Fachpersonen, betreuende Angehörige und Interessierte.

Neu finden Sie im Bildungsprogramm angegliedert das chili Präventionsprogramm, welches Kinder und Jugendliche in ihrer Konfliktfähigkeit stärkt und ein respektvolles Miteinander fördert. Als neues Angebot kommt das Digitalkafi, ein niederschwelliges Angebot für alle, die sich im digitalen Alltag besser zurechtfinden möchten – ganz ohne Vorkenntnisse, dafür mit viel Praxisbezug und Austausch.

Unsere bewährten Kurse Babysitting-Kurs SRK, Sexualkunde und Elternbildung sind wieder mit dabei. Gerne bieten wir individuelle Inhouse-Schulungen für Institutionen, die passgenaue Weiterbildungslösungen suchen an – melden Sie sich bei uns.

Als eduQa-zertifizierter Bildungsbereich stehen wir für Qualität, Aktualität und moderne Lernformen. Wir begleiten Sie mit Herz und Kompetenz auf Ihrem Bildungsweg.

Das Bildungsteam des SRK Kanton Schwyz freut sich auf Ihre Teilnahme, Ihre Fragen und den gemeinsamen Austausch. Lassen Sie sich inspirieren – und gestalten Sie Ihre Zukunft aktiv mit.

Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Schwyz



Andrea Heinzer, Leitung Bildung



**Entdecken Sie die Vorteile eines eduQa-zertifizierten Bildungsbereichs.**

Diese Zertifizierung bewirkt ein effektives Qualitätsmanagement, die zeitgemässe und flexible Gestaltung der Bildungsangebote sowie die Einbindung moderner Lernformen.



# Inhalt

- 5 Lehrgang Pflegehelfende SRK**
- 8 Weiterbildungen und Kurse:  
Zertifikat Pflegehelfende SRK Langzeitpflege**
  - 10 Validation Schweiz VA-CH® Basis I Kurs \*
  - 12 Notfallsituationen in der Pflege \*
  - 15 Pflegedokumentation \*
  - 16 SRK-Kurs Palliative Care Zirkel \*
  - 18 Pflege von Menschen mit Parkinson-Erkrankung
  - 21 Pflege von Multiple-Sklerose-Erkrankten
  - 22 Apoplexie & Halbseitenlähmung \*
  - 24 Kommunikation bei der Pflegearbeit
  - 25 Mundhygiene in der Pflege
  - 27 Richtiger Umgang mit Medikamenten
  - 28 Blutdruck und Puls messen
  - 29 Hautpflege und Wundbehandlung
  - 30 Demenz – Grundlagen \*
  - 33 Deutschkurse
  - 34 Gut gewickelt – Wickel und Auflagen
  - 35 Wandeljahre – kraftvoll durch die Wechseljahre
- 36 chili-Training**
- 38 Jugendliche**
  - 38 Babysitting-Kurs SRK
  - 46 Sexualkunde – Für Jungs
  - 47 Neuland Körper! Alles über den weiblichen Zyklus
- 48 Workshop-Reihe «Starke Eltern – Starke Kinder®»**
  - 48 Workshop 1: Kommunikation
  - 50 Workshop 2: Bedürfnisse
  - 52 Workshop 3: Resilienz
- 55 Digitalkafi**
- 56 Organisatorisches**

# **Geschäftsstelle Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Schwyz**

Herrengasse 15, 6430 Schwyz  
041 811 75 74  
info@srk-schwyz.ch  
www.srk-schwyz.ch

## **Geschäftsführer a.i.**

Marco Cantele

## **Stv. Geschäftsführerin**

Sandra Wierenko

## **Bildung**

Andrea Heinzer

## **Entlastung für pflegende Angehörige und Kinderbetreuung zu Hause**

Ilona Schatt

## **Fahrdienst und Notrufsysteme**

Bernhard Kather

## Lehrgang Pflegehelfende SRK

Der Lehrgang Pflegehelfende SRK richtet sich an Personen, die einen beruflichen Einstieg in den Pflegebereich planen oder sich auf die Pflege von Angehörigen vorbereiten möchten. Der Besuch des Lehrgangs, inklusive das Absolvieren eines Praktikums, befähigt die Teilnehmenden, im Auftrag von Pflegefachpersonen, hilfsbedürftige Menschen zu begleiten und sie in den Lebensaktivitäten kompetent zu unterstützen. Der Lehrgang ist nach einem national gültigen Rahmenlehrplan aufgebaut. Das Zertifikat Pflegehelfende SRK ist somit in der ganzen Schweiz anerkannt. Dieser Lehrgang ist keine formale Berufsausbildung. Pflegehelfende SRK arbeiten immer unter Anleitung von diplomiertem Pflegepersonal in einer Institution oder im privaten Umfeld.

KURSZIELE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die PH SRK führt die Pflege von betreuten Personen gemäss Anweisung der zuständigen Pflegefachperson durch.</li> <li>• Die PH SRK hat Verständnis für die altersspezifischen, kulturellen und religiösen Gewohnheiten sowie die aktuelle Situation der betreuten Personen.</li> <li>• Die PH SRK pflegt respektvolle Beziehungen in ihrem arbeitsbezogenen Umfeld im Rahmen ihrer Kompetenzen.</li> </ul>
ZIELGRUPPE	Wiedereinsteigende oder Umsteigende in den Pflegebereich, pflegende Angehörige
ZULASSUNGSBEDINGUNGEN	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mindestens zurückgelegtes 18. Altersjahr.</li> <li>• Bereitschaft und Interesse am Umgang mit hilfs- und pflegebedürftigen Menschen, insbesondere älteren Menschen.</li> <li>• Bereitschaft zur Zusammenarbeit in einem Team.</li> <li>• Verstehen von Texten und der gesprochenen Sprache der jeweiligen Region. Fähigkeit, sich in dieser Sprache mündlich und schriftlich verständlich auszudrücken. Es wird ein Sprachtest in B1 vorgenommen.</li> <li>• Gute körperliche, geistige und seelische Gesundheit.</li> </ul>
KURSDAUER	120 Stunden plus 15 Tage Praktikum im Alters- und Pflegeheim im Kanton Schwyz
KURSKOSTEN	<p><i>Infoanlass:</i> Fr. 50.00 (inkl. Aufnahmegespräch und Deutschtest)</p> <p><i>Basismodul:</i> Fr. 1380.00</p> <p><i>Aufbaumodul:</i> Fr. 870.00</p> <p>Kurskosten sind inkl. Lehrmittel gedruckt und als E-Book, Zugang und Benutzung der Lernplattform und Ausstellung des Zertifikats.</p>
ANFRAGEN UND ANMELDUNGEN	<p>Fordern Sie unsere Anmeldedokumentation für den Lehrgang Pflegehelfende SRK an bei:</p> <p>SRK Kanton Schwyz</p> <p>Abteilung Bildung</p> <p>bildung@srk-schwyz.ch / 041 544 37 02</p>

**KURS  
01-02****LEHRGANG PFLEGEHILFENDE SRK, KURS 01-02/2026, EINSIEDELN**

KURSDATEN	<b>Basismodul:</b> 13. / 14. / 20. Januar 2026 03. / 10. / 24. Februar 2026 10. / 17. / 24. / 31. März 2026 07. / 14. / 21. April 2026 <b>Aufbaumodul:</b> 12. / 19. / 26. Mai 2026 02. / 09. / 10. Juni 2026
ZEIT/DAUER	<b>Basismodul:</b> 09.00–16.00 Uhr, inkl. Mittagspause <b>Aufbaumodul:</b> 09.00–16.30 Uhr, inkl. Mittagspause
KURSORT	Alters- und Pflegeheim Langrütli, 8840 Einsiedeln (Der Kursort kann kurzfristig ändern.)
KURSLEITERIN SRK	Erzinger Stefanie Diplomierte Pflegefachfrau HF, SVEB 1
ANMELDESCHLUSS	-

**KURS  
03-04****LEHRGANG PFLEGEHILFENDE SRK, KURS 03-04/2026, IBACH**

KURSDATEN	<b>Basismodul:</b> 08. / 09. / 16. / 23. / 30. Januar 2026 06. / 20. Februar 2026 06. / 13. / 27. März 2026 10. / 17. / 24. April 2026 <b>Aufbaumodul:</b> 22. / 29. Mai 2026 12. / 19. / 25. / 26. Juni 2026
ZEIT/DAUER	<b>Basismodul:</b> 09.00–16.00 Uhr, inkl. Mittagspause <b>Aufbaumodul:</b> 09.00–16.30 Uhr, inkl. Mittagspause
KURSORT	Alterszentrum Rubiswil, 6438 Ibach (Der Kursort kann kurzfristig ändern.)
KURSLEITERIN SRK	Suter Claudia Diplomierte Pflegefachfrau FH, SVEB 1
ANMELDESCHLUSS	-



**LEHRGANG PFLEGEHILFENDE SRK, KURS 05-06/2026, FREIENBACH****KURS  
05-06**

KURSDATEN	<b>Basismodul:</b> 06. / 07. / 18. / 25. August 2026 01. / 08. / 15. / 22. September 2026 13. / 20. / 27. Oktober 2026 03. / 10. November 2026 <b>Aufbaumodul:</b> 17. / 24. November 2026 01. / 09. / 15. / 16. Dezember 2026
ZEIT/DAUER	<b>Basismodul:</b> 09.00–16.00 Uhr, inkl. Mittagspause <b>Aufbaumodul:</b> 09.00–16.30 Uhr, inkl. Mittagspause
KURSORT	Pflegezentrum Pfarrmatte, 8807 Freienbach <i>(Der Kursort kann kurzfristig ändern.)</i>
KURSLITERIN SRK	Erzinger Stefanie Diplomierte Pflegefachfrau HF, SVEB 1
ANMELDESCHLUSS	31. Mai 2026

**LEHRGANG PFLEGEHILFENDE SRK, KURS 07-08/2026, ARTH****KURS  
07-08**

KURSDATEN	<b>Basismodul:</b> 13. / 14. / 21. / 28. August 2026 04. / 11. / 18. / 25. September 2026 16. / 23. / 30. Oktober 2026 06. / 13. November 2026 <b>Aufbaumodul:</b> 20. / 27. November 2026 04. / 11. / 17. / 18. Dezember 2026
ZEIT/DAUER	<b>Basismodul:</b> 09.00–16.00 Uhr, inkl. Mittagspause <b>Aufbaumodul:</b> 09.00–16.30 Uhr, inkl. Mittagspause
KURSORT	Alterszentrum Chriesgarten, 6415 Arth <i>(Der Kursort kann kurzfristig ändern.)</i>
KURSLITERIN SRK	Suter Claudia Diplomierte Pflegefachfrau FH, SVEB 1
ANMELDESCHLUSS	31. Mai 2026

## Zertifikat Pflegehelfende SRK Langzeitpflege

Die Pflegehelfenden SRK und weitere Gruppen von Assistenzpflegepersonal sind eine der größten Gruppen des Personals in Pflege und Betreuung in der Schweiz. Sie wirken im Rahmen der Pflege- und Betreuungsteams bei der Grundpflege, Alltagsgestaltung, Logistik und Hauswirtschaft mit. Die größte Gruppe von Assistenzpflegepersonal ist in der Langzeitpflegebranche tätig. Für die laufende Vertiefung ihrer Kompetenzen, für den Praxiseinsatz und für die Vorbereitung auf den Einstieg in eine Berufsbildung hat diese Gruppe Bedarf an Fortbildung. Mit dem Zertifikat des Lehrgangs «Pflegehelfende SRK Langzeitpflege» gelingt es bestehende Fortbildungen der PH SRK zu dokumentieren und zu zertifizieren.

### ZIELGRUPPE

Zielgruppe sind Pflegehelfende SRK mit einem Zertifikat «120 Std. Lehrgang PH SRK», die Berufserfahrung und eine laufende Anstellung in der Pflege vorweisen können.

### UMSCHREIBUNG ANGEBOT

Die Kompetenzen, die in den Modulen des Lehrgangs «Pflegehelfende SRK Langzeitpflege» erworben werden, vertiefen und ergänzen das Kompetenzprofil der Pflegehelfenden SRK. Das Zertifikat wird abgegeben, wenn die vorgeschriebenen Stundenzahlen für Pflicht- und Wahlmodule erfüllt und dokumentiert sind.

Das Zertifikat ist ein einheitliches Dokument, das von der Departementsleitung Gesundheit und Integration unterschrieben wird.

The graphic features a red background with white line art. On the left is a computer monitor with a lightbulb icon on its screen. To the right of the monitor is a large, glowing lightbulb. Further right is a gear. In the foreground, there is a printer with a sheet of paper emerging from it. The text 'MEDIA + PRINT' is in a small, white, sans-serif font, and 'TRINER' is in a large, bold, white, sans-serif font with a small dot above the 'i'.

MEDIA + PRINT  
**TRINER**

Triner AG | Schmiedgasse 7 | 6431 Schwyz | [www.triner.ch](http://www.triner.ch)

In *Schwyz* zuhause.

## ORGANISATIONSSTRUKTUR

### ***Pflichtmodule:***

Fortbildungsmodule im Umfang von insgesamt 118 Stunden.

Die Titel und die Stundenzahlen der Pflichtmodule sind verbindlich:

NR.	THEMEN
1	Kinästhetik Grundkurs: 24 Stunden
2	Grundkurs Validation nach Methode - Integrative Validation/IVA nach Nicole Richard (16 Std.) oder - Validation nach Naomi Feil (16 Std.)
3	Basale Stimulation in der Pflege®: 18 Stunden
4	Erste Hilfe / Notfälle im Alter: 6 Stunden
5	Ethik in der Pflege: 6 Stunden
6	Pflegedokumentation: 6 Stunden
7	Palliative Care: 42 Stunden

### ***Wahlmodule:***

Mindestens 3 Fortbildungsmodule PH SRK der Rotkreuz-Kantonalverbände im Umfang von insgesamt 18 Stunden. Die Themen der Wahlmodule müssen einen relevanten Bezug haben zur Langzeitpflege. Die RK-KV kennzeichnen die Fortbildungsangebote, die zum Modell Langzeitpflege gehören, mit einem \* als «Wahlmodul für Zertifikat des Lehrgangs Pflegehelfende SRK Langzeitpflege».

### ***Generell:***

Die Module können im eigenen oder in anderen RK-KV absolviert werden. Die RK-KV anerkennen gegenseitig ihre Fortbildungsmodule.

Fortbildungen von anderen Bildungsorganisationen werden im Modell Zertifikat «Pflegehelfende SRK Langzeitpflege» anerkannt, wenn sie den Standards von zertifizierten Grundkursen entsprechen.

Die Kursbesuche der aufgeführten Themen müssen innerhalb von 5 Jahren erfolgen.

Voraussetzungen für den Erwerb des Zertifikats des Lehrgangs «Pflegehelfende SRK Langzeitpflege» sind:

- Abgeschlossener «120 Std. Lehrgang PH SRK» und laufendem Anstellungsverhältnis in der Pflege.
- Körperliche, geistige und seelische Gesundheit.

Antragsformular zum Download auf unserer Webseite unter [www.srk-schwyz.ch/langzeitpflege](http://www.srk-schwyz.ch/langzeitpflege) oder zu bestellen bei:

SRK Kanton Schwyz, Abteilung Bildung  
bildung@srk-schwyz.ch / 041 544 37 02

## Validation Schweiz VA-CH® Basis I Kurs \*

Erlernen und erleben Sie mit der Kommunikationsmethode Validation Schweiz VA-CH® einen neuen, wertschätzenden Zugang zu den Lebenswelten, Bedürfnissen und Gewohnheiten von Menschen mit neurokognitiven Störungen (Demenz).

Die Teilnehmenden lernen die verschiedenen Lebenswelten zu erkennen und zu akzeptieren und eignen sich theoretisches Wissen zum Menschsein an die validierende Grundhaltung und die VA-CH®-Methode kennen den Umgang anhand verschiedener Praxisbeispiele. Sie kennen einen wertschätzenden Zugang zu Menschen mit kognitiven Störungen (Demenz) und lernen das theoretische Wissen der Validation Schweiz VA-CH® in ihre Praxisituation zu transferieren.

**Basis I Zertifikat:** Ermöglicht Ihnen die praktische Anwendung der VA-CH® im Beruf/Alltag; Zugang zum Basis II Kurs

ZIELGRUPPE	Interessierte Personen aus der Pflege und Betreuung, pflegende Angehörige, Pflegehelfende SRK
KURSZIELE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verstehen und Akzeptieren der Lebenswelt von Menschen mit Demenz.</li> <li>• Theoretisches Wissen zum Mensch sein und validierende Grundhaltung.</li> <li>• Demenzformen und Kernsymptome einer Demenz.</li> <li>• Praxisbeispiele bearbeiten</li> </ul>
KURSDAUER	2 Tage / 16 Lektionen
KURSKOSTEN	Fr. 380.00
MITBRINGEN	Bildungsspass Schreibmaterial

**BASIS I – KURS VA-CH®****KURS 09**

KURS DATEN:	16. / 17. April 2026 (Donnerstag / Freitag)
ZEIT/DAUER:	09.00–17.00, inkl. Mittagspause
KURSORT:	SRK Kanton Schwyz, Herrengasse 15, 6430 Schwyz
KURSLEITERIN SRK	Vjollca Kqiku VA-CH® Referentin
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	SRK Kanton Schwyz Abteilung Bildung bildung@srk-schwyz.ch / 041 544 37 02
ANMELDESCHLUSS	06. April 2026



**Seit 1991 - in der ganzen Schweiz für Sie da!**  
**«Unser Haus, unsere Wohnung, unser Lebenswerk»**

**Wir beraten und unterstützen Sie gerne in diesen Fragen**

- Bewertung: neutral & professionell
- Verkauf / Tausch: auch mit Wohnrecht, Nutznießung, etc.

Herr Mike Benz ist gerne für Sie da und bietet Ihnen ein kostenfreies, sowie persönliches und unverbindliches Erstgespräch an.



MB Management and Consulting AG  
 Alte Steinhauserstrasse 33  
 6330 Cham

**041 780 44 01**  
**info@mb-management.ch**  
**www.mb-management.ch**

**SIV**   


## Notfallsituationen in der Pflege \*

Als Mitarbeitende in der Pflege / Betreuung in einer Institution oder Zuhause können Sie jederzeit mit einem Notfall konfrontiert werden. Dann ist rasches, koordiniertes und effektives Handeln angesagt. In dieser Weiterbildung lernen Sie, Notfälle richtig zu beurteilen sowie geeignete und wirksame Massnahmen zu ergreifen. Die Kombination aus aktueller Theorie und praktischem Üben macht Sie fit für Notfälle im Pflege- / Betreuungsalltag.

ZIELGRUPPE	Pflegehelfende SRK, Personal aus Spitex- und Behindertenorganisationen, pflegende Angehörige, interessierte Personen in der Pflege und Betreuung
KURSZIELE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sie repetieren die theoretischen Grundlagen der ersten Hilfe.</li> <li>• Sie kennen körperliche Ereignisse, welche zu einem Notfall führen könnten.</li> <li>• Sie vertiefen den Ablauf von Massnahmen in Notfallsituationen.</li> </ul>
KURSKOSTEN	Fr. 190.00
MITBRINGEN	Bildungspass Schreibmaterial

### NOTFALLSITUATIONEN IN DER PFLEGE

#### KURS 10

KURSdatum	01. Juni 2026 (Montag)
ZEIT/DAUER	09.00 – 16.00 Uhr
KURSORT	Pro Senectute Kanton Schwyz Hintere Bahnhofstrasse 8, 8853 Lachen
KURSLEITERIN SRK	Heinzer-Strüby Priska Diplomierte Pflegefachfrau HF, SVEB 1
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	SRK Kanton Schwyz Abteilung Bildung bildung@srk-schwyz.ch / 041 544 37 02
ANMELDESCHLUSS	22. Mai 2026

**NOTFALLSITUATIONEN IN DER PFLEGE****KURS 11**

KURSdatum	05. November 2026 (Donnerstag)
ZEIT/DAUER	09.00–16.00 Uhr
KURSORT	SRK Kanton Schwyz, Herrengasse 15, 6430 Schwyz
KURSLEITERIN SRK	Heinzer-Strüby Priska Diplomierte Pflegefachfrau HF, SVEB 1
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	SRK Kanton Schwyz Abteilung Bildung bildung@srk-schwyz.ch / 041 544 37 02
ANMELDESCHLUSS	26. Oktober 2026

**VICTORINOX****BEREIT FÜR VIELSEITIGE  
AKTIVITÄTEN IM FREIEN**

Unser Huntsman Taschenmesser.  
15 Funktionen, inklusive Holzsäge  
und Schere. Jederzeit griffbereit für  
vielseitige Aktivitäten im Freien.



**FROM THE MAKERS OF THE  
ORIGINAL SWISS ARMY KNIFE™  
ESTABLISHED 1884**

Seit Generationen  
die Anlagebank für

**SZ**

# ANLAGELÖSUNGEN? *Machen wir selbst.*

Damit investieren Sie Ihren  
Sparbetrag und Ihr Vermögen  
einfach und individuell.

[szkb.ch/anlegen](http://szkb.ch/anlegen)



Schwyzer  
Kantonalbank



## Pflegedokumentation \*

Pflege dokumentieren! Ja, aber wer, wie, wo und wozu? Die Pflegedokumentation ist ein individuelles Dokument, welches alle relevanten Informationen zum Pflegeverlauf über die gepflegte Person zusammenfasst.

ZIELGRUPPE	Pflegehelfende SRK
KURSZIELE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sie sind in der Lage, die Wichtigkeit dieses Arbeitsmittels zu erkennen und zu verstehen (auch die rechtliche Seite).</li> <li>• Sie üben, Beobachtungen im Pflegealltag präzise zu formulieren.</li> </ul>
KURSKOSTEN	Fr. 190.00
MITBRINGEN	Bildungsspass Schreibmaterial

### PFLEGEDOKUMENTATION

#### KURS 12

KURSDATEN	10. Februar 2026 (Dienstag)
ZEIT/DAUER	09.00–16.00 Uhr
KURSORT	SRK Kanton Schwyz, Herrengasse 15, 6430 Schwyz
KURSLEITERIN SRK	Heinzer-Strüby Priska Diplomierte Pflegefachfrau HF, SVEB 1
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	SRK Kanton Schwyz Abteilung Bildung bildung@srk-schwyz.ch / 041 544 37 02
ANMELDESCHLUSS	30. Januar 2026

### PFLEGEDOKUMENTATION

#### KURS 13

KURSDATEN	21. August 2026 (Freitag)
ZEIT/DAUER	09.00–16.00 Uhr
KURSORT	Haus Waldstatt, Hauptstrasse 3, 1. Stock, «Gönn Dir Raum», 8840 Einsiedeln
KURSLEITERIN SRK	Heinzer-Strüby Priska Diplomierte Pflegefachfrau HF, SVEB 1
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	SRK Kanton Schwyz Abteilung Bildung bildung@srk-schwyz.ch / 041 544 37 02
ANMELDESCHLUSS	11. August 2026

## SRK-Kurs Palliative Care Zirkel \*

Die Diagnose «unheilbare, tödlich verlaufende Krankheit» verändert im Leben des Betroffenen und dessen Umfeld alles. Damit beginnt für die Betroffenen, aber auch für ihr näheres Umfeld eine schwierige Zeit, mit vielen Herausforderungen die alle Ebenen des Menschseins betreffen können.

Die Palliative Care ist darauf ausgerichtet diese Lebensphase der Betroffenen unter dem Aspekt der «bestmöglichen» Lebensqualität zu unterstützen und die Leiden zu lindern, ob zu Hause, im Spital, im Hospiz oder im Pflegeheim.

Der Kurs wurde konzipiert in Anlehnung an die Richtlinien und Qualitätsstandards von Palliative Schweiz.

ZIELGRUPPE	Pflegehelfende SRK, pflegende Angehörige, alle interessierten Personen
KURSZIELE	<p>Umfassende Vorbereitung und persönliche Auseinandersetzung für die Begleitung von schwerkranken und sterbenden Menschen nach den Prinzipien der Palliative Care.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Grundlagen der Palliative Care</b> Sie erhalten Grundkenntnisse über das Konzept der Palliative Pflege und dessen Möglichkeiten und Ziele.</li> <li>• <b>Pflegerische Biografiearbeit / Einbezug von Angehörigen</b> Sie lernen die Bedeutung, den Sinn und Zweck der Biografiearbeit kennen und wie wichtig die Beachtung und der Einbezug des Umfeldes vom Betroffenen ist.</li> <li>• <b>Symptommanagement</b> Sie erhalten Kenntnisse über die häufig auftretenden Begleitsymptome und deren Behandlungs- und Linderungsmöglichkeiten.</li> <li>• <b>Kompetenzbereich Aufgaben im pflegerischen Begleiten / ethische Herausforderungen / Grenzsituationen</b> Sie erhalten Kenntnisse über ihre Zuständigkeiten und Kompetenzen in der Unterstützung der Betroffenen und setzen sich mit möglichen, herausfordernden Situationen auseinander.</li> <li>• <b>Leben, Sterben, Begleiten bis zum Tod, Trauer</b> Sie setzen sich mit den Lebensthemen auseinander und können auf die möglichen Bedürfnisse des Sterbenden und dessen Angehörige begleitende und pflegerische unterstützende Massnahmen ableiten.</li> </ul>
KURSKOSTEN	<p>Fr. 1500.00 für alle 8 Tage inkl. Dokumentation und Teilnahmebestätigung.</p> <p>Wenn Sie ein Modul einzeln buchen kostet 1 Kurstag Fr. 190.00 inkl. Dokumentation und Teilnahmebestätigung.</p>
MITBRINGEN	<p>Bildungsspass</p> <p>Schreibmaterial</p>

## KURS 14

KURSDATEN	<p>31. März 2026 (Dienstag) <i>Kurstag 1: Grundlagen der Palliative Care</i></p> <p>01. April 2026 (Mittwoch) <i>Kurstag 2: Pflegerische Biografiearbeit / Einbezug von Angehörigen (familienzentrierte Pflege)</i></p> <p>12. / 13. Mai 2026 (Dienstag / Mittwoch) <i>Kurstag 3 / 4: Symptommanagement</i></p> <p>02. Juni 2026 (Dienstag) <i>Kurstag 5: Kompetenzbereich Aufgaben im pflegerischen Begleiten / ethische Herausforderungen / Grenzsituationen</i></p> <p>03. Juni und 01. / 02. Juli 2026 (Mittwoch / Mittwoch / Donnerstag) <i>Kurstag 6 / 7 / 8: Leben, Sterben, Begleiten bis zum Tod, Trauer</i></p> <p><b>Alle Module können auch einzeln gebucht werden:</b> Voraussetzung dafür ist der Besuch des ersten Kurstages «Grundlagen der Palliative Care» oder eine Teilnahme-Bestätigung, dass Sie diesen Kurs schon besucht haben.</p>
ZEIT/DAUER	<p>8 Tage à 6 Stunden 09.00–16.00, inkl. 1 Std. Mittagspause</p>
KURSORT	SRK Kanton Schwyz, Herrengasse 15, 6430 Schwyz
KURSLEITERIN SRK	<p>Suter Claudia Diplomierte Pflegefachfrau FH, SVEB 1</p>
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	<p>SRK Kanton Schwyz Abteilung Bildung bildung@srk-schwyz.ch / 041 544 37 02</p>
ANMELDESCHLUSS	<p>21. März 2026 für kompletten Palliative Care Zirkel 10 Tage vor Kurstermin für einzelne Module</p>

## Pflege von Menschen mit Parkinson-Erkrankung

In der Pflege begegnen wir immer wieder Menschen, die an Morbus Parkinson erkrankt sind. Dieses Krankheitsbild ist eine grosse Herausforderung für alle Beteiligten. Um die Ressourcen des Betroffenen fördern zu können sowie das «Krankheitsgeschehen» professionell zu unterstützen, braucht es Hintergrundwissen, Einfühlungsvermögen und Geduld. Sie erhalten Einblick in das Krankheitsbild sowie in Massnahmen zur Bewältigung und zur Unterstützung beim Auftreten von krankheitsbedingten Problemen.

ZIELGRUPPE	Personen, die in der Pflege und Betreuung tätig sind.
KURSZIELE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sie kennen die wichtigsten Symptome der Krankheit und deren Auswirkung auf das tägliche Leben.</li> <li>• Sie kennen unterstützende Massnahmen.</li> </ul>
KURSKOSTEN	Fr. 95.00
MITBRINGEN	Bildungspass Schreibmaterial

### PFLEGE VON MENSCHEN MIT PARKINSON-ERKRANKUNG

#### KURS 15

KURS DATEN	22. April 2026 (Mittwoch)
ZEIT/DAUER	09.00 – 12.00 Uhr
KURSORT	SRK Kanton Schwyz, Herrengasse 15, 6430 Schwyz
KURSLEITERIN SRK	Froehli Ramona, Diplomierte Pflegefachfrau HF, SVEB 1
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	SRK Kanton Schwyz Abteilung Bildung bildung@srk-schwyz.ch / 041 544 37 02
ANMELDESCHLUSS	12. April 2026



# WETSCH AU CHÖNNÄ HÄLFÄ?



Ob Firmenkurse,  
Sanitätsdienste,  
Bevölkerungskurse  
oder Blutspenden...

... Die Schwyzer  
Samaritervereine bieten  
diverse Dienstleistungen  
an



Weitere Infos unter:  
[www.samariter-schwyz.ch](http://www.samariter-schwyz.ch)  
oder bei ihrem lokalen  
Samariterverein

**Kontakt:**  
Samariterverband des Kantons Schwyz,  
Sekretariat, Holenstock 41, 8840 Einsiedeln,  
055 412 79 43, [info@samariter-schwyz.ch](mailto:info@samariter-schwyz.ch)

# Wir unterstützen Sie – Bei allen Fragen rund ums Älterwerden.



Steuererklärungs- und  
Treuhanddienst



Geselligkeit und Netzwerk  
in Ihrer Gemeinde



Alltagshilfen



Beratung: Gesundheit,  
Wohnen, Lebensgestaltung  
Finanzen, Vorsorge, uvm.



Kurse: Sprachen, Digitale Welt,  
Sport & Bewegung, Wissen,  
Kreativität, Gesundheit...

## Pro Senectute Kanton Schwyz

### Standort Ausserschwyz

Hintere Bahnhofstrasse 8, Lachen  
T 055 442 65 55  
(MO bis FR, vormittags)  
Schalter:  
MO bis DO und FR vormittags

### Standort Innerschwyz

Bahnhofstrasse 29, Brunnen  
T 041 825 13 83  
(MO bis FR, vormittags)  
Schalter:  
MO bis DO, vormittags

[info@sz.prosenectute.ch](mailto:info@sz.prosenectute.ch)

[www.sz.prosenectute.ch](http://www.sz.prosenectute.ch)



## Pflege von Multiple-Sklerose-Erkrankten

Multiple Sklerose ist eine Erkrankung die durch entzündliche Prozesse an den Nervenbahnen hervorgerufen wird. Die verschiedenen Krankheitsbilder und Verlaufsformen stellt Pflegende vor besondere Herausforderungen. Für die Betroffenen ist ihre Unterstützung zur selbstständigen Lebensführung wichtig.

ZIELGRUPPE	Personen, die in der Pflege und Betreuung tätig sind.
KURSZIELE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sie befassen sich mit dem Krankheitsbild Multiple Sklerose.</li> <li>• Sie lernen verschiedene Möglichkeiten zur Unterstützung der Betroffenen.</li> <li>• Sie kennen die Möglichkeiten von Sekundärerkrankungen.</li> </ul>
KURSKOSTEN	Fr. 95.00
MITBRINGEN	Bildungspass Schreibmaterial

### PFLEGE VON MULTIPLE-SKLEROSE-ERKRANKTEN

#### KURS 16

KURSDATEN	22. April 2026 (Mittwoch)
ZEIT/DAUER	13.00 – 16.00 Uhr
KURSORT	SRK Kanton Schwyz, Herrengasse 15, 6430 Schwyz
KURSLEITERIN SRK	Froehli Ramona, Diplomierte Pflegefachfrau HF, SVEB 1
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	SRK Kanton Schwyz Abteilung Bildung bildung@srk-schwyz.ch / 041 544 37 02
ANMELDESCHLUSS	12. April 2026

## Apoplexie & Halbseitenlähmung \*

Eine Apoplexie ist für alle beteiligte ein massiver Einschnitt ins tägliche Leben. Diese bringt meist schwere Veränderungen mit sich, körperliche Beeinträchtigungen und kognitive, geistige Störungen. Durch diese Veränderungen müssen sich Betroffene, dessen Umfeld sowie auch sie als Pflegende neu orientieren und neue Wege finden. Durch Wissenserweiterung im theoretischen Teil und persönliche Erfahrung im praktischen Teil können Sie Ihr Verständnis und Ihre Arbeitsweise optimieren. Mit Hilfe des Bobath-Konzepts können sie als Pflegende alle Beteiligten in ihrer Selbständigkeit unterstützen.

ZIELGRUPPE	Pflegehelfende SRK, pflegende Angehörige, interessierte Personen in der Pflege und Betreuung
KURSZIELE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sie befassen sich mit dem Krankheitsbild Apoplexie.</li> <li>• Sie lernen, was eine Halbseitenlähmung bedeutet.</li> <li>• Sie kennen Grundbegriffe des Bobath-Konzepts.</li> <li>• Sie erweitern Ihr Wissen über die Pflegeschwerpunkte Körperpflege, Essen und Trinken (Schluckstörungen), Kommunikation (Aphasie) und Bewegung.</li> </ul>
KURSKOSTEN	Fr. 190.00
MITBRINGEN	Bildungsspass Schreibmaterial

### APOPLEXIE & HALBSEITENLÄHMUNG

#### KURS 17

KURSDATEN	20. März 2026 (Freitag)
ZEIT/DAUER	09.00 – 16.00 Uhr
KURSORT	SRK Kanton Schwyz, Herrengasse 15, 6430 Schwyz
KURSLEITERIN SRK	Heinzer-Strüby Priska Diplomierte Pflegefachfrau HF, SVEB 1
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	SRK Kanton Schwyz Abteilung Bildung bildung@srk-schwyz.ch / 041 544 37 02
ANMELDESCHLUSS	10. März 2026



**APOPLEXIE & HALBSEITENLÄHMUNG****KURS 18**

KURS DATEN	20. Oktober 2026 (Dienstag)
ZEIT/DAUER	09.00 – 16.00 Uhr
KURSORT	Pro Senectute Kanton Schwyz Hintere Bahnhofstrasse 8, 8853 Lachen
KURSLEITERIN SRK	Heinzer-Strüby Priska Diplomierte Pflegefachfrau HF, SVEB 1
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	SRK Kanton Schwyz Abteilung Bildung bildung@srk-schwyz.ch / 041 544 37 02
ANMELDESCHLUSS	09. Oktober 2026



## Mehr Zeit für die schönen Augenblicke im Leben?

Überlassen Sie Ihre Steuerangelegenheiten uns.

**BDO AG** | 6438 Ibach | Tel. 041 818 31 90  
**BDO AG** | 8853 Lachen | Tel. 055 451 52 30  
[www.bdo.ch](http://www.bdo.ch)



## Kommunikation bei der Pflegearbeit

Kommunikation ist ein ganz wesentlicher Bestandteil in der Pflegearbeit und findet im Alltag wie selbstverständlich statt. Dabei ist sie sehr störanfällig und führt oft ungewollt zu Missverständnissen und Konflikten. Jeder Mensch hat das Bedürfnis zu verstehen und verstanden zu werden.

ZIELGRUPPE	Pflegehelfende SRK, pflegende Angehörige, alle interessierten Personen
KURSZIELE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sie erhalten Grundlagen und Hintergrundwissen über die Kommunikation und lernen die Ursachen zur Entstehung von Missverständnissen kennen.</li> <li>• Sie erkennen die Bedeutung der Kommunikation.</li> <li>• Sie lernen Methoden zur Verbesserung ihrer kommunikativen Fähigkeiten kennen, um eine verständliche und direkte Kommunikation zu führen.</li> <li>• Sie üben sich in verschiedenen Gesprächssituationen.</li> </ul>
KURSDAUER	1 Tag à 6 Lektionen
KURSKOSTEN	Fr. 190.00
MITBRINGEN	Bildungsspass Schreibmaterial

### KOMMUNIKATION

#### KURS 19

KURSDATEN	<i>Wird auf <a href="http://www.srk-schwyz.ch">www.srk-schwyz.ch</a> publiziert</i>
ZEIT/DAUER	<i>Wird auf <a href="http://www.srk-schwyz.ch">www.srk-schwyz.ch</a> publiziert</i>
KURSORT	SRK Kanton Schwyz, Herrengasse 15, 6430 Schwyz
KURSLEITERIN SRK	-
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	SRK Kanton Schwyz Abteilung Bildung <a href="mailto:bildung@srk-schwyz.ch">bildung@srk-schwyz.ch</a> / 041 544 37 02
ANMELDESCHLUSS	<i>Wird auf <a href="http://www.srk-schwyz.ch">www.srk-schwyz.ch</a> publiziert</i>

## Mundhygiene in der Pflege

Der theoretische Kursteil klärt über Mund- und Zahnpflege generell und insbesondere bei Kranken, Behinderten und Betagten auf. Im zweiten Teil werden anhand von praktischen Übungen viele Tipps, Anregungen und Hilfestellungen für die tägliche Mund- und Zahnpflege vermittelt.

ZIELGRUPPE	Pflegehelfende SRK, pflegende Angehörige, interessierte Personen in der Pflege und Betreuung
KURSZIELE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sie erhalten Kenntnisse über die Gesunderhaltung von Zähnen, Zahnfleisch und Schleimhäuten.</li> <li>• Sie erhalten Einsicht in Probleme und Krankheitsbilder bei Zähnen, Zahnfleisch und Schleimhäuten sowie deren Ursachen.</li> <li>• Sie vertiefen Ihr Wissen bei Besonderheiten der Mundpflege bei Kranken, Behinderten und Betagten.</li> <li>• Sie erhalten einen Überblick über geeignete Mundhygienemittel.</li> <li>• Im praktischen Teil lernen Sie in kurzen und betreuten Übungen, die theoretischen Grundlagen in Ihre tägliche Praxis einzubinden. Zahnreinigung: Zahnputztechniken und deren Anwendung in der Pflege; Prothesenreinigung: Hilfsmittel und Vorgehen.</li> </ul>
KURSDAUER	3 Lektionen
KURSKOSTEN	Fr. 95.00
MITBRINGEN	Bildungsspass Schreibmaterial

### MUNDHYGIENE IN DER PFLEGE

#### KURS 20

KURS DATEN	07. September 2026 (Montag)
ZEIT/DAUER	14.00 – 17.00 Uhr
KURSORT	SRK Kanton Schwyz, Herrengasse 15, 6430 Schwyz
KURSLEITERIN SRK	Vogel Petra Diplomierte Dentalhygienikerin HF
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	SRK Kanton Schwyz Abteilung Bildung bildung@srk-schwyz.ch / 041 544 37 02
ANMELDESCHLUSS	28. August 2026

**Gut vorbereitet. Klar strukturiert.  
Erfolgreich unterwegs.**



Entdecken Sie hochwertige Notizbücher und Schreibwaren  
in unseren Filialen.

**McPaper<sup>®</sup>**  
**Land**  
Papeterie- und Bürofachmarkt

## Richtiger Umgang mit Medikamenten

Wo werden Tabletten aufbewahrt, wie lange sind sie haltbar? Darf ich Tabletten zerteilen? Spielt es eine Rolle, zu welchem Zeitpunkt ich ein Medikament einnehme? Soll ich Tabletten immer mit Wasser einnehmen? Was sind Generika? Enthalten Generika dasselbe wie Originale? Was bedeuten die Zeichen auf der Medikamentenschachtel?

ZIELGRUPPE	Pflegehelfende SRK, pflegende Angehörige, interessierte Personen in der Pflege und Betreuung
KURSZIELE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sie erhalten Informationen zum Umgang mit Medikamenten.</li> <li>• Sie lernen verschiedene Applikationsformen und Verabreichungsarten kennen.</li> <li>• Sie erlernen den Umgang mit dem Beipackzettel.</li> </ul>
KURSKOSTEN	Fr. 95.00
MITBRINGEN	Bildungspass Schreibmaterial

### RICHTIGER UMGANG MIT MEDIKAMENTEN

#### KURS 21

KURS DATEN	23. Juni 2026 (Dienstag)
ZEIT/DAUER	09.00 – 12.00 Uhr
KURSORT	SRK Kanton Schwyz, Herrengasse 15, 6430 Schwyz
KURSLEITERIN SRK	Heinzer-Strüby Priska Diplomierte Pflegefachfrau HF, SVEB 1
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	SRK Kanton Schwyz Abteilung Bildung bildung@srk-schwyz.ch / 041 544 37 02
ANMELDESCHLUSS	13. Juni 2026

## Blutdruck und Puls messen

### KENNE ICH MEINE BLUTDRUCKWERTE?

In der Schweiz hat schätzungsweise jede vierte erwachsene Person einen erhöhten Blutdruck, das sind rund 1,5 Millionen Menschen.

Der Blutdruck gibt wichtige Informationen über den Druck in Ihren Blutgefässen, liefert so wertvolle Informationen über Ihren Gesundheitszustand. Denn ein stabiler Blutdruck kann zur Vorbeugung von Krankheiten beitragen.

ZIELGRUPPE	Pflegehelfende SRK, pflegende Angehörige, interessierte Personen in der Pflege und Betreuung
KURSZIELE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sie erhalten theoretische Grundlagen über das Herz- und Kreislaufsystem.</li> <li>• Sie kennen die Ursachen und Symptome von zu hohem und zu tiefem Blutdruck.</li> <li>• Sie lernen den Blutdruck und den Puls richtig zu messen.</li> </ul>
KURSKOSTEN	Fr. 95.00
MITBRINGEN	Bildungspass Schreibmaterial

### BLUTDRUCK UND PULS MESSEN

#### KURS 22

KURSDATEN:	23. Juni 2026 (Dienstag)
ZEIT/DAUER:	13.00 – 16.00 Uhr
KURSORT:	SRK Kanton Schwyz, Herrengasse 15, 6430 Schwyz
KURSLEITERIN SRK	Heinzer-Strüby Priska Diplomierte Pflegefachfrau HF, SVEB 1
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	SRK Kanton Schwyz Abteilung Bildung bildung@srk-schwyz.ch / 041 544 37 02
ANMELDESCHLUSS	13. Juni 2026

## Hautpflege und Wundbehandlung

Was bedeutet eigentlich medizinische Hautpflege und warum ist sie so wichtig für die moderne Wundbehandlung? In unserem Kurs erhalten Sie Antworten auf zentrale Fragen: Welche Produkte eignen sich für sensible und reife Haut?

Ab wann gilt ein Hautzustand als pathologisch?

Was umfasst die moderne Wundbehandlung und welche Kriterien sind entscheidend bei der Wundbeurteilung?

Sie lernen die Grundlagen der Haut- und Wundpflege, verstehen die Zusammenhänge und erhalten praxisnahes Wissen, das Sie sofort anwenden können. Ideal für Pflegefachkräfte, medizinisches Personal und alle, die ihr Fachwissen erweitern möchten.

KURSZIELE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Haut und ihre Funktion kennen.</li> <li>• Ausgewählte Hautpflege dem Hauttyp entsprechen anzuwenden.</li> <li>• Produkte kennen, welche für sensible und ältere Haut geeignet sind.</li> <li>• Nach ausgewählten Kriterien einen Hautzustand pathologisch oder physiologisch zu erkennen.</li> <li>• Diverse vorsorgliche Massnahmen kennen, damit es nicht zu Wunden kommt.</li> <li>• Sie erhalten Versorgungstipps bei Wunden im Alltag.</li> </ul>
KURSKOSTEN	Fr. 95.00
MITBRINGEN	Bildungsspass Schreibmaterial

### HAUTPFLEGE UND WUNDBEHANDLUNG

#### KURS 23

KURSDATEN	26. Juni 2026 (Freitag)
ZEIT/DAUER	14.00 – 17.00 Uhr
KURSORT	SRK Kanton Schwyz, Herrengasse 15, 6430 Schwyz
KURSLEITERIN SRK	Bürgler Silvana Diplomierte Pflegefachfrau, zertifizierte Wundmanagerin
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	SRK Kanton Schwyz Abteilung Bildung bildung@srk-schwyz.ch / 041 544 37 02
ANMELDESCHLUSS	16. Juni 2026

## Demenz – Grundlagen \*

Ob als Gesundheitsfachpersonen, Freiwillige oder als Angehörige eines betagten Menschen – früher oder später werden die meisten Menschen mit Altersdemenz konfrontiert. Im Alltag ist die Betreuung von Demenzkranken oft eine grosse Herausforderung. Demenz ist ein häufiger Grund für Pflegebedürftigkeit im Alter. Demenz kennt diverse Formen, Symptome und Verläufe, denen wir auf den Grund gehen.

ZIELGRUPPE KURS 1: **Pflegende Angehörige, alle interessierten Personen**

ZIELGRUPPE KURS 2&3: **Pflegehelfende SRK**

KURSZIELE

- Sie kennen die verschiedenen Demenzformen.
- Sie schärfen Ihre Wahrnehmung von kognitiven und Verhaltenssymptomen.
- Sie reflektieren Ihre Haltung im Umgang mit Menschen mit Demenz.

KURSKOSTEN **Fr. 190.00**

MITBRINGEN **Bildungspass  
Schreibmaterial**

### DEMENTZ – GRUNDLAGEN FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

#### KURS 24

KURSDATEN	17. März 2026 (Dienstag)
ZEIT/DAUER	09.00 – 16.00 Uhr
KURSORT	SRK Kanton Schwyz, Herrengasse 15, 6430 Schwyz
KURSLEITERIN SRK	Schürpf Pia, Soz. Gerontologie ZHAW, FAGE, SVEB 1
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	SRK Kanton Schwyz Abteilung Bildung bildung@srk-schwyz.ch / 041 544 37 02
ANMELDESCHLUSS	07. März 2026

### DEMENTZ – GRUNDLAGEN FÜR PFLEGEHELFFENDE SRK

#### KURS 25

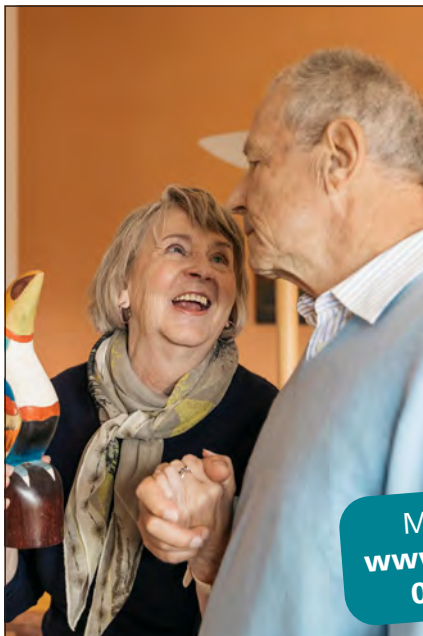
KURSDATEN	29. Juni 2026 (Montag)
ZEIT/DAUER	09.00 – 16.00 Uhr
KURSORT	SRK Kanton Schwyz, Herrengasse 15, 6430 Schwyz
KURSLEITERIN SRK	Schürpf Pia, Soz. Gerontologie ZHAW, FAGE, SVEB 1
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	SRK Kanton Schwyz Abteilung Bildung bildung@srk-schwyz.ch / 041 544 37 02
ANMELDESCHLUSS	19. Juni 2026



## DEMENTZ – GRUNDLAGEN FÜR PFLEGEHELFENDE SRK

### KURS 26

KURSDATEN	17. September 2026 (Donnerstag)
ZEIT/DAUER	09.00–16.00 Uhr
KURSORT	SRK Kanton Schwyz, Herrengasse 15, 6430 Schwyz
KURSLEITERIN SRK	Schürpf Pia, Soz. Gerontologie ZHAW, FAGE, SVEB 1
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	SRK Kanton Schwyz Abteilung Bildung bildung@srk-schwyz.ch / 041 544 37 02
ANMELDESCHLUSS	07. September 2026



**Schweizerisches Rotes Kreuz**  
Kanton Schwyz



**Wir helfen!**

**Anlaufstelle  
Demenz/Alzheimer**

Melden Sie sich  
[www.srk-schwyz.ch](http://www.srk-schwyz.ch)  
041 811 83 33



# THERESIANUM

INGENBOHL

## JUNGE MENSCHEN STARK MACHEN

### DIE FACHMITTELSCHULE

- Pädagogik
- Gesundheit
- Soziale Arbeit

### DAS GYMNASIUM

- Untergymnasium
- Matura
- Matura bilingual D/E

### DIE MÄDCHEN-SEK

- 7. bis 9. Schuljahr
- 10. Schuljahr



WOHNEN  
auf dem  
Campus



041 825 26 00 | [www.theresianum.ch](http://www.theresianum.ch)



persönlich klasse



## Deutschkurse

Kursangebote diverser Organisationen zur sprachlichen Vorbereitung für den Lehrgang Pflegehelfende SRK.

### DEUTSCH IN DER PFLEGE

Finanzielle Unterstützung vom Kanton Schwyz für alle Menschen zum Erlernen der Grundfähigkeiten. Neben den Deutschkursen gibt es viele weitere Kurse zur Erwerb von Grundkompetenzen.

#### KURS 27

ANFRAGEN UND  
ANMELDUNG

[www.einfach-besser.ch](http://www.einfach-besser.ch)

### KOMIN – KOMPETENZZENTRUM FÜR INTEGRATION KANTON SCHWYZ

Die Kursteilnehmenden können zwischen Kursen wählen, die sich auf mündliche und schriftliche Sprachkompetenz konzentrieren. Das Angebot berücksichtigt das individuelle Lerntempo der Teilnehmenden. Ebenfalls im Angebot sind Eltern-Kind- Kurse und Alphabetisierungskurse.

#### KURS 28

ANFRAGEN UND  
ANMELDUNG

[www.kom-in.ch/kurse/deutschkurse-fuer-erwachsene/](http://www.kom-in.ch/kurse/deutschkurse-fuer-erwachsene/)  
[www.kom-in.ch/kurse/eltern-kind-kurs/](http://www.kom-in.ch/kurse/eltern-kind-kurs/)  
[www.kom-in.ch/kurse/alphabetisierungskurs/](http://www.kom-in.ch/kurse/alphabetisierungskurs/)

### DEUTSCH ALS ZWEITSPRACHE IN DER PFLEGE – KURSANGEBOT VOM SRK KANTON GLARUS

Der Kurs vermittelt Deutschkenntnisse, die für die Tätigkeit in der Pflege notwendig und hilfreich sind.

Der DaZ-Kurs «Deutsch als Zweitsprache in der Pflege» ist ein Vorbereitungskurs für den Lehrgang Pflegehelfende SRK und richtet sich an Personen, die bereits in diesem Berufsfeld arbeiten oder einsteigen möchten.

#### KURS 29

KURS DATEN

**DaZ-Kurs 12:** 08. Januar – 16. März 2026  
(Montag und Donnerstag, 14.00–17.00 Uhr)  
**DaZ-Kurs 13:** 28. Mai – 14. September 2026  
(Montag und Donnerstag, 17.00–20.00 Uhr)

ANFRAGEN UND  
ANMELDUNG

SRK Kanton Glarus  
Sekretariat Bildung, Kasernenstrasse 2, 8750 Glarus  
Telefon (Montag bis Freitag, 08.00 bis 11.00 Uhr): 055 650 27 77  
[sekretariat@srk-glarus.ch](mailto:sekretariat@srk-glarus.ch)

## Gut gewickelt – Wickel und Auflagen

Seit jeher werden Menschen mit Wickel und Auflagen behandelt. Das traditionelle Verfahren hat sich über Jahrhunderte bewährt. Noch heute kommt es zur Linderung von Schmerzen und Krankheiten, oder aktiviert Entspannung für Körper, Seele und Geist.

ZIELGRUPPE	Pflegehelfende SRK und alle interessierten Personen
INHALTE	An unserem Kurs lernen Sie die wichtigsten Grundregeln für einen warmen oder kalten Wickel. Ebenfalls die verschiedenen Möglichkeiten Wickel in der Pflege anzuwenden.
KURSKOSTEN	Fr. 90.00
MITBRINGEN	Um vor Ort Wickel auszuprobieren, bitten wir Sie nach Möglichkeit mitzubringen: <ul style="list-style-type: none"> <li>• altes Frottee-/Badetuch</li> <li>• altes Stirnband</li> <li>• altes Baumwollhalstuch</li> </ul>

### GUT GEWICKELT – WICKEL UND AUFLAGEN

#### KURS 30

KURSDATEN	28. Oktober 2026 (Donnerstag)
ZEIT/DAUER	19.00 – 21.00 Uhr
KURSORT	SRK Kanton Glarus, Kasernenstrasse 2, 8750 Glarus
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	SRK Kanton Glarus Sekretariat Bildung, Kasernenstrasse 2, 8750 Glarus Telefon (Montag bis Freitag, 08.00 bis 11.00 Uhr): 055 650 27 77 sekretariat@srk-glarus.ch

## Wandeljahre – kraftvoll durch die Wechseljahre

Die Wechseljahre sind eine natürliche Phase im Leben einer Frau, die Veränderungen mit sich bringt. Nicht jede Frau durchlebt diesen Wandel auf die gleiche Art und Weise. So unterschiedlich Symptome sein können, so nehmen Frauen diese Zeit auf ganz verschiedene Weise wahr.

Frauen, die mitten im Leben stehen, finden in diesem Kurs vielseitige Antworten auf Fragen zu den Wechseljahren, der Gesundheit, dem Lebensstil und dem weiblichen Körper.

ZIELGRUPPE	Alle interessierten Personen
INHALTE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sie erforschen die Lebensmitte und ihre Phasen.</li> <li>• Sie wissen, welche Symptome auftreten können.</li> <li>• Sie erhalten praktische Informationen für den Umgang.</li> <li>• Sie entdecken Ihre eigenen Ressourcen für den Alltag.</li> </ul>
KURSKOSTEN	Fr. 120.00

### WANDELJAHRE – KRAFTVOLL DURCH DIE WECHSELJAHRE

#### KURS 31

KURSDATEN	04. November 2026 (Mittwoch) und 18. November 2026 (Mittwoch)
ZEIT/DAUER	19.00 – 21.00 Uhr
KURSORT	SRK Kanton Glarus, Kasernenstrasse 2, 8750 Glarus
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	SRK Kanton Glarus Sekretariat Bildung, Kasernenstrasse 2, 8750 Glarus Telefon (Montag bis Freitag, 08.00 bis 11.00 Uhr): 055 650 27 77 sekretariat@srk-glarus.ch

## chili-Training

### *Gemeinsam stark im Umgang mit Konflikten*



**Konflikte gehören zum Alltag – in Schulen, Familien und Unternehmen. Entscheidend ist, wie wir damit umgehen.**

Das chili-Programm des Schweizerischen Roten Kreuzes Kanton Schwyz stärkt soziale Kompetenzen, fördert respektvolle Kommunikation und zeigt, wie Konflikte frühzeitig erkannt und konstruktiv gelöst werden können.

Mit interaktiven Trainings, praxisnahen Übungen und erprobten Methoden lernen Kinder, Jugendliche und Erwachsene, wie sie Konflikte gewaltfrei ansprechen, gemeinsam Lösungen finden und Verantwortung übernehmen. So entsteht ein positives Miteinander – in der Schule, im Team, in der Familie oder im Betrieb.

## chili an Schulen

### *Konflikte fair lösen lernen*

#### **Soziales Lernen fördern – Schulklima verbessern – Lehrpersonen entlasten**

Das CHILI-Schulprogramm unterstützt Lehrpersonen, Schülerinnen und Schüler dabei, Konflikte konstruktiv zu lösen und das Klassenklima nachhaltig zu stärken. Kinder und Jugendliche lernen, ihre Gefühle auszudrücken, respektvoll zu kommunizieren und gemeinsam Lösungen zu entwickeln – wichtige Kompetenzen für Schule und Leben.

- **Präventionstraining:** Frühzeitig Konfliktpotenziale erkennen und deeskalieren – für ein starkes Miteinander von Anfang an.
- **Interventionstraining:** Unterstützung bei akuten Konflikten in Klassen oder Gruppen – lösungsorientiert und nachhaltig.
- **Mediensensibilisierung:** Förderung eines respektvollen Umgangs in digitalen Räumen – Cybermobbing vorbeugen. In Zusammenarbeit mit der Kantonspolizei Schwyz leisten wir Aufklärungsarbeit zum verantwortungsbewussten Medienumgang.
- **Elternabende:** Die Eltern aktiv in den Prozess von chili miteinbeziehen.
- **Trainings für Lehrpersonen, Schul-Sozialarbeitende und Betreuungspersonen:** Stärkung der Konflikt- und Kommunikationskompetenz im Schulalltag – praxisnah und entlastend.

#### **Vorteile für Schulen:**

- Förderung von sozialem Lernen und Klassengemeinschaft
- Gewaltprävention und Stärkung der Konfliktkompetenz
- Entlastung der Lehrpersonen im Umgang mit Konflikten
- Nachhaltige Verbesserung des Schulklimas

#### **Rahmenbedingungen:**

- **Dauer:** 4 Lektionen pro Klasse / 2 Lektionen für einen Elternabend / 4-8 Lektionen für eine Lehrerweiterbildung
- **Ort:** Direkt an Ihrer Schule
- **Leitung:** Zertifizierte chili-Fachpersonen des SRK Kanton Schwyz
- **Kosten:** siehe [www.srk-schwyz.ch/chili](http://www.srk-schwyz.ch/chili)

## chili in der Integrationsarbeit

### *Respektvoll zusammenleben*

#### **Interkulturelle Verständigung fördern – Empathie stärken – Miteinander gestalten**

In einer vielfältigen Gesellschaft ist gegenseitiges Verständnis zentral. Das chili-Training unterstützt Integrationsprojekte, Sprachkurse und Freiwilligenarbeit, um den respektvollen Dialog zu fördern und ein friedliches Zusammenleben zu ermöglichen.

#### **Vorteile für Integrationsprojekte:**

- Förderung interkultureller Kommunikation
- Stärkung von Empathie und Selbstreflexion
- Beitrag zu einem offenen, respektvollen Miteinander
- Flexible Module für Gruppen aller Altersstufen

#### **Rahmenbedingungen:**

- Dauer: 4 Lektionen pro Klasse
- Ort: Direkt an Ihrer Institution / Schule
- Leitung: Zertifizierte chili-Fachpersonen des SRK Kanton Schwyz
- Kosten: siehe [www.srk-schwyz.ch/chili](http://www.srk-schwyz.ch/chili)

## chili für Unternehmen & Vereine

### *stärkt Arbeitsklima und Gemeinschaft*

#### **Teamentwicklung fördern – Kommunikation verbessern – Betriebsklima stärken**

Konflikte am Arbeitsplatz gehören zum Leben – entscheidend ist der Umgang damit. Unsere massgeschneiderten chili-Workshops für Führungskräfte und Mitarbeitende fördern eine positive Konflikt- und Kommunikationskultur – als Präventionsmassnahme, Teambildung oder Ka-dertraining.

#### **Vorteile für Unternehmen & Vereine:**

- Konflikte erkennen und einschätzen
- Zeit- und Stress-Management
- Verschiedene Strategien im Umgang mit Konflikten kennen lernen.
- Nichtverletzende Feedbackkulturen anwenden, um im Umgang mit negativem Feedback konstruktiv zu reagieren.

#### **Rahmenbedingungen:**

- Ort: In Ihrem Unternehmen oder extern
- Dauer & Inhalte: 4 – 8 Lektionen
- Leitung: Zertifizierte chili-Fachpersonen des SRK Kanton Schwyz
- Kosten: siehe [www.srk-schwyz.ch/chili](http://www.srk-schwyz.ch/chili)

## Jetzt chili-Training buchen – für ein starkes Miteinander

Ob Schule, Familie, Verein oder Unternehmen – chili stärkt den respektvollen Umgang und die Fähigkeit, Konflikte konstruktiv zu lösen. Kontaktieren Sie uns – wir beraten Sie gerne persönlich. Die Trainings sind immer massgeschneidert auf das Alter, Potenzial und die Bedürfnisse der Gruppe abgestimmt.

SRK Kanton Schwyz, Abteilung Bildung, [bildung@srk-schwyz.ch](mailto:bildung@srk-schwyz.ch) / 041 544 37 02

# Babysitting-Kurs SRK

Die Jugendlichen lernen, was beim Babysitting wichtig ist und wie sie mit auftretenden Schwierigkeiten umgehen können. Im Kurs werden Kenntnisse vermittelt, die gute, anerkannte Babysitter auszeichnen.

Nach Abschluss des Kurses wird die SRK Bestätigung abgegeben.

KURSZIELE	<ul style="list-style-type: none"><li>• Die Jugendlichen werden befähigt, gesunde Kinder ab dem 3. Lebensmonat während einigen Stunden zu betreuen.</li><li>• Sie lernen schwierige Situationen erkennen und sicher damit umzugehen.</li><li>• Sie erkennen die verschiedenen Bedürfnisse des Kleinkindes und lernen auf diese einzugehen.</li><li>• Sie erhalten Anregungen für einen verantwortungsvollen und gesundheitsfördernden Umgang mit Kleinkindern.</li></ul>
KURSDAUER	10 Lektionen Theorie und praktische Übungen.
KURSKOSTEN	Nach Absprache mit den jeweiligen Veranstalter
TEILNAHMEBEDINGUNGEN	Jugendliche ab 13 Jahren, Gratis Babysitting-Kurs SRK App vor dem Kurs herunterladen.

## BABYSITTING-KURS SRK

KURS 32

KURS DATEN	10. / 17. Januar 2026 (Samstag)
ZEIT	09.00 – 15.00 Uhr, inkl. 1 Std. Mittagspause
KURSORT	8840 Einsiedeln
KURSLEITERIN	Schnüriger Angela, FABE Kind, SVEB 1
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	SRK Kanton Schwyz Abteilung Bildung bildung@srk-schwyz.ch / 041 544 37 02



**BABYSITTING-KURS SRK****KURS 33**

KURSDATEN	04. / 07. Februar 2026 (Mittwoch / Samstag)
ZEIT	Mittwoch: 13.30 – 17.30 Uhr Samstag: 09.00 – 16.00 Uhr, inkl. 1 Std. Mittagspause
KURSORT	6430 Schwyz
KURSLEITERIN	-
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	FFS Erwachsenenbildung, Laubstrasse 4, 6430 Schwyz eb@ffs-schwyz.ch / 041 811 67 81

**BABYSITTING-KURS SRK****KURS 34**

KURSDATEN	18. / 21. März 2026 (Mittwoch / Samstag)
ZEIT	Mittwoch: 13.30 – 17.30 Uhr Samstag: 09.00 – 16.00 Uhr, inkl. 1 Std. Mittagspause
KURSORT	8854 Siebnen
KURSLEITERIN	Schnüriger Angela, FABE Kind, SVEB 1
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	Frauengemeinschaft Siebnen / Schübelbach / Vorderthal / Wangen Reber Lea, Steinmühle 13, 8854 Siebnen lea@reber-family.net / 055 440 95 00

## KURS 35

## BABYSITTING-KURS SRK

KURSDATEN	15. / 18. April 2026 (Mittwoch / Samstag)
ZEIT	Mittwoch: 13.30 – 17.30 Uhr Samstag: 09.00 – 16.00 Uhr, inkl. 1 Std. Mittagspause
KURSORT	6430 Schwyz
KURSLEITERIN	-
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	FFS Erwachsenenbildung, Laubstrasse 4, 6430 Schwyz eb@ffs-schwyz.ch / 041 811 67 81

ORIGINE SWISSTELL

GAUMENFREUDE  
PLAISIR DU PALAIS

FELDER AG, FLEISCHWAREN

Fabrikladen | Wintersried 12 | Seewen/Schwyz | +41 41 818 31 71 | swisstell.ch

**BABYSITTING-KURS SRK****KURS 36**

KURSDATEN	20. / 23. Mai 2026 (Mittwoch / Samstag)
ZEIT	Mittwoch: 13.30 – 17.30 Uhr Samstag: 09.00 – 16.00 Uhr, inkl. 1 Std. Mittagspause
KURSORT	6415 Arth
KURSLEITERIN	-
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	Müller Fabienne, FrauenArth, Gotthardstrasse 78f, 6415 Arth fabiennemueller1980@hotmail.com / 079 786 56 40

**BABYSITTING-KURS SRK****KURS 37**

KURSDATEN	06. / 13. Juni 2026 (Samstag)
ZEIT	09.00 – 15.00 Uhr, inkl. 1 Std. Mittagspause
KURSORT	8808 Pfäffikon
KURSLEITERIN	Schnüriger Angela, FABE Kind, SVEB 1
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	Gemeinde Freienbach, Abteilung Gesellschaft Etzelstrasse 13, Postfach 160, 8808 Pfäffikon familie@freienbach.ch / 055 416 92 70

**BABYSITTING-KURS SRK****KURS 38**

KURSDATEN	17. / 20. Juni 2026 (Mittwoch / Samstag)
KURSZEITEN	Mittwoch: 13.30 – 17.30 Uhr Samstag: 09.00 – 16.00 Uhr, inkl. 1 Std. Mittagspause
KURSORT	8840 Einsiedeln
KURSLEITERIN	Schnüriger Angela, FABE Kind, SVEB 1
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	SRK Kanton Schwyz Abteilung Bildung bildung@srk-schwyz.ch / 041 544 37 02

**KURS 39****BABYSITTING-KURS SRK**

KURSDATEN	24. / 27. Juni 2026 (Mittwoch / Samstag)
KURSZEITEN	Mittwoch: 13.30 – 17.30 Uhr Samstag: 09.00 – 16.00 Uhr, inkl. 1 Std. Mittagspause
KURSORT	6403 Küssnacht
KURSLEITERIN	-
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	Schmid Nadja, familien treff, küssnacht merlischachen babysitter@frauennetz-kuessnacht.ch

**KURS 40****BABYSITTING-KURS SRK**

KURSDATEN	02. / 05. September 2026 (Mittwoch / Samstag)
KURSZEITEN	Mittwoch: 13.30 – 17.30 Uhr Samstag: 09.00 – 16.00 Uhr, inkl. 1 Std. Mittagspause
KURSORT	6430 Schwyz
KURSLEITERIN	-
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	FFS Erwachsenenbildung, Laubstrasse 4, 6430 Schwyz eb@ffs-schwyz.ch / 041 811 67 81

**KURS 41****BABYSITTING-KURS SRK**

KURSDATEN	12. / 19. September 2026 (Samstag)
ZEIT	09.00 – 15.00 Uhr, inkl. 1 Std. Mittagspause
KURSORT	8832 Wollerau
KURSLEITERIN	Schnüriger Angela, FABE Kind, SVEB 1
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	Elternverein Wollerau Mathis Grit, Neuhusweg 6, 8805 Richterswil grima@gmx.ch / 079 830 16 33

**BABYSITTING-KURS SRK****KURS 42**

KURS DATEN	Oktober 2026 (Mittwoch / Samstag) (wird auf <a href="http://www.srk-schwyz.ch">www.srk-schwyz.ch</a> publiziert)
ZEIT	Mittwoch: 13.30 – 17.30 Uhr Samstag: 09.00 – 16.00 Uhr, inkl. 1 Std. Mittagspause
KURSORT	8853 Lachen
KURSLEITERIN	Schnüriger Angela, FABE Kind, SVEB 1
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	Frauengemeinschaft Lachen Ruf Ruth, Seidenstrasse 22b, 8853 Lachen <a href="mailto:rufi2006@bluewin.ch">rufi2006@bluewin.ch</a> / 055 442 51 24



**Miär sind debi.**

Wir tragen Verantwortung  
für Umwelt und Gesellschaft.



**BABYSITTING-KURS SRK****KURS 43**

KURSDATEN	24. / 31. Oktober 2026 (Samstag)
ZEIT	09.00 – 15.00 Uhr, inkl. 1 Std. Mittagspause
KURSORT	6442 Gersau
KURSLEITERIN	-
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	Frauenverein Gersau Nebi Ademi, Bläuisstrasse 4, 6442 Gersau nebi@bluewin.ch

**BABYSITTING-KURS SRK****KURS 44**

KURSDATEN	21. / 28. Oktober 2026 (Samstag)
KURSZEITEN	09.00 – 15.00 Uhr, inkl. 1 Std. Mittagspause
KURSORT	6430 Schwyz
KURSLEITERIN	-
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	FFS Erwachsenenbildung, Laubstrasse 4, 6430 Schwyz eb@ffs-schwyz.ch / 041 811 67 81

**BABYSITTING-KURS SRK****KURS 45**

KURSDATEN	11. / 14. November 2026 (Mittwoch / Samstag)
ZEIT	Mittwoch: 13.30 – 17.30 Uhr Samstag: 09.00 – 16.00 Uhr, inkl. 1 Std. Mittagspause
KURSORT	6415 Arth
KURSLEITERIN	-
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	Müller Fabienne, FrauenArth, Gotthardstrasse 78f, 6415 Arth fabienneueller1980@hotmail.com / 079 786 56 40

**BABYSITTING-KURS SRK****KURS 46**

KURS DATEN	14. / 21. November 2026 (Samstag)
ZEIT	09.00 – 15.00 Uhr, inkl. 1 Std. Mittagspause
KURSORT	8864 Reichenburg
KURSLEITERIN	Schnüriger Angela, FABE Kind, SVEB 1
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	FamilienForum Reichenburg Bianca Weber, Bahnhofstrasse 44, 8864 Reichenburg bianca.weber@familienforum-reichenburg.ch / 076 438 61 57



**Nehmen Sie mit uns Kontakt auf**

 **krebsliga zentralschweiz**

**Lebensqualität mit Krebs – wir unterstützen Sie dabei**

Unser Beratungsteam begleitet betroffene Menschen und ihr Umfeld bei Fragen rund um Krebs.

Beratungsstellen in Ihrer Nähe: [www.krebsliga.info](http://www.krebsliga.info)  
Schwyz: 041 818 43 22 [info@krebsliga.info](mailto:info@krebsliga.info)  
Lachen: 055 442 89 70 Spenden: CH61 0900 0000 6001 3232 5

**Infos zum Beratungsangebot:**



# Sexualkunde – Für Jungs

Erwachsen werden, einen Beruf erlernen, Liebe entdecken, die eigene Sexualität leben, sich in seinem Körper wohlfühlen. So viel läuft in der Pubertät gleichzeitig. Es ist normal, dass viele Unsicherheiten entstehen, vor allem wenn ständig so viele Inputs aus den sozialen Medien auf einen herabprasseln. Dieser Kurs soll jungen Männern Werkzeuge in die Hand geben, sich selber besser wahrzunehmen und die eigene Basis zu finden.

ZIELGRUPPE	Jungs zwischen 14 und 16 Jahren
KURSZIELE	<ul style="list-style-type: none"><li>• Die Sexualisierungsprozesse Mann und Frau verstehen.</li><li>• Biologische Grundlagen und Geschlechtsunterschiede</li><li>• Verhütung, Kondomanwendung und Regeln beim Geschlechtsverkehr</li><li>• Männlichkeit im Zeitalter von sozialen Medien und Influencern</li><li>• Geschlechterrollen</li><li>• Selbstwahrnehmung und Auftrittskompetenz (Körpersprache)</li></ul>
KURSDAUER	4 Stunden
KURSKOSTEN	Fr. 60.00
MITBRINGEN	Schreibmaterial

## SEXUALKUNDE, ACHTERBAHN PUBERTÄT, JUNGS

KURS 47

KURSDATEN	14. Mai 2026 (Donnerstag)
ZEIT	18.00–22.00 Uhr (mit Pausen)
KURSORT	SRK Kanton Schwyz, Herrengasse 15, 6430 Schwyz
KURSLEITERIN SRK	Pavan Claudio, Sexualpädagoge ISP
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	SRK Kanton Schwyz Abteilung Bildung bildung@srk-schwyz.ch / 041 544 37 02
ANMELDESCHLUSS	04. Mai 2026



## Neuland Körper! Alles über den weiblichen Zyklus

Nicht alle Veränderungen vom Mädchen zur Frau sind sichtbar.

Was passiert genau bei der ersten Menstruation und wie entsteht der weibliche Zyklus? Welche Geheimnisse gilt es während der Pubertät und auf dem Weg zum Frauwerden zu entdecken?

Alle diese Fragen und mehr werden im Kurs beantwortet.

ZIELGRUPPE	Mädchen von 10–12 Jahren
KURSZIELE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Du entdeckst spielerisch das Erwachsenwerden.</li> <li>• Du lernst die körperlichen Veränderungen genau kennen.</li> <li>• Du weisst Bescheid über die Menstruation und die Monatshygiene.</li> <li>• Du kennst den weiblichen Zyklus und weiss, wie er entsteht.</li> <li>• Du kannst alle Fragen stellen.</li> </ul>
KURSDAUER	3 Stunden
KURSKOSTEN	Fr. 45.00
MITBRINGEN	Schreibmaterial

### NEULAND KÖRPER! ALLES ÜBER DEN WEIBLICHEN ZYKLUS

#### KURS 48

KURSdatum	<i>Wird auf <a href="http://www.srk-schwyz.ch">www.srk-schwyz.ch</a> publiziert</i>
ZEIT	<i>Wird auf <a href="http://www.srk-schwyz.ch">www.srk-schwyz.ch</a> publiziert</i>
KURSORT	SRK Kanton Schwyz, Herrengasse 15, 6430 Schwyz
KURSLEITERIN SRK	Pitschen Myriam, Diplomierte Hebamme HF, Sexualpädagogin
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	SRK Kanton Schwyz Abteilung Bildung <a href="mailto:bildung@srk-schwyz.ch">bildung@srk-schwyz.ch</a> / 041 544 37 02
ANMELDESCHLUSS	<i>Wird auf <a href="http://www.srk-schwyz.ch">www.srk-schwyz.ch</a> publiziert</i>

## Workshop-Reihe «Starke Eltern – Starke Kinder®»

### *Mehr Freude mit Kindern*

In jeder Familie gibt es Situationen, in denen Eltern Unterstützung bei der Erziehung ihrer Kinder brauchen. Die Workshop-Reihe stärkt Ihr Selbstvertrauen in der Rolle als Eltern, indem sie mehr Bewusstsein, Wertschätzung und gegenseitiges Vertrauen in den Familienalltag bringt.

Die Workshops wurden von Kinderschutz Schweiz auf der Grundlage der anleitenden Erziehung entwickelt und können als Reihe oder einzeln besucht werden.

### **Workshop 1: Kommunikation**

### **Workshop 2: Bedürfnisse**

### **Workshop 3: Resilienz**

ZIELGRUPPE	Eltern und Erziehungsberechtigte von Kindern zwischen 2 - 10 Jahre
KURSKOSTEN	Fr. 60.00 pro Person / Abend   Fr. 100.00 pro Elternpaar / Abend
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	SRK Kanton Schwyz Abteilung Bildung bildung@srk-schwyz.ch / 041 544 37 02

## **Workshop 1: Kommunikation**

### *Was wertschätzende Sprache ausmacht*

Kinder wollen von Natur aus mit anderen Menschen kooperieren. Oft tun sie es dann nicht mehr, wenn sie die Verbindung zu uns verlieren oder wenn ein anderes Bedürfnis sich in den Vordergrund drängt.

Wenn Eltern ihre Vorbildfunktion wahrnehmen, mit dem Kind in Beziehung bleiben und eine klare, verbindende Sprache wählen, erreichen sie das Kind und erhöhen damit seine Bereitschaft zu Kooperieren.

ZIELGRUPPE	Eltern und Erziehungsberechtigte von Kindern zwischen 2 - 10 Jahre
KURSZIELE	In diesem interaktiven Workshop lernen wir verschiedene Kommunikationsformen und weitere Möglichkeiten kennen, wie wir klar und wertschätzende in Verbindung mit Kindern treten oder bleiben können.
KURSKOSTEN	Fr. 60.00 pro Person / Fr. 100.00 pro Elternpaar
DAUER	2 Std.
MITBRINGEN	Schreibmaterial

**STARKE ELTERN – STARKE KINDER® WORKSHOP 1: KOMMUNIKATION****KURS 49**

KURSdatum	04. März 2026 (Mittwoch)
ZEIT	18.30–20.30 Uhr
KURSORT	SRK Kanton Schwyz, Herrengasse 15, 6430 Schwyz
KURSLEITERIN SRK	Schnüriger Angela, FABE Kind, SVEB 1 zertifizierte Kursleiterin Starke Eltern - Starke Kinder®
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	SRK Kanton Schwyz Abteilung Bildung bildung@srk-schwyz.ch / 041 544 37 02
ANMELDESCHLUSS	22. Februar 2026

**STARKE ELTERN – STARKE KINDER® WORKSHOP 1: KOMMUNIKATION****KURS 50**

KURSdatum	23. September 2026 (Mittwoch)
ZEIT	18.30–20.30 Uhr
KURSORT	Haus Waldstatt, Hauptstrasse 3, 1. Stock, «Gönn Dir Raum», 8840 Einsiedeln
KURSLEITERIN SRK	Schnüriger Angela, FABE Kind, SVEB 1 zertifizierte Kursleiterin Starke Eltern - Starke Kinder®
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	SRK Kanton Schwyz Andrea Heinzer bildung@srk-schwyz.ch / 041 811 75 74 (Taste 4)
ANMELDESCHLUSS	13. September 2026

## Workshop 2: Bedürfnisse

### *Was Kinder und Eltern brauchen*

Menschliche Bedürfnisse können wir uns wie einen Tank vorstellen: Ist dieser Tank leer, haben wir unangenehme Gefühle, sind oft dünnhäutig und/oder schnell gereizt - und verhalten uns manchmal auch entsprechend. Ist der Tank voll, haben wir angenehme Gefühle, sind gelassener und unser Verhalten ausgeglichener.

Das gilt für Erwachsene genauso wie für Kinder.

ZIELGRUPPE	Eltern und Erziehungsberechtigte von Kindern zwischen 2 - 10 Jahre
KURSZIELE	In diesem interaktiven Workshop erforschen wir Zusammenhänge zwischen Bedürfnissen, Gefühlen und Verhalten - um uns selbst und unsere Kinder (noch) besser zu verstehen.
KURSKOSTEN	Fr. 60.00 pro Person / Fr. 100.00 pro Elternpaar
DAUER	2 Std.
MITBRINGEN	Schreibmaterial

### STARKE ELTERN – STARKE KINDER® WORKSHOP 2: BEDÜRFNISSE

#### KURS 51

KURSdatum	01. April 2026 (Mittwoch)
ZEIT	18.30–20.30 Uhr
KURSORT	SRK Kanton Schwyz, Herrengasse 15, 6430 Schwyz
KURSLEITERIN SRK	Schnüriger Angela, FABE Kind, SVEB 1 zertifizierte Kursleiterin Starke Eltern - Starke Kinder®
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	SRK Kanton Schwyz Abteilung Bildung bildung@srk-schwyz.ch / 041 544 37 02
ANMELDESCHLUSS	22. März 2026

**STARKE ELTERN – STARKE KINDER® WORKSHOP 2: BEDÜRFNISSE****KURS 52**

KURSdatum	04. November 2026 (Mittwoch)
ZEIT	18.30–20.30 Uhr
KURSORT	Haus Waldstatt, Hauptstrasse 3, 1. Stock, «Gönn Dir Raum», 8840 Einsiedeln
KURSLEITERIN SRK	Schnüriger Angela, FABE Kind, SVEB 1 zertifizierte Kursleiterin Starke Eltern - Starke Kinder®
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	SRK Kanton Schwyz Abteilung Bildung bildung@srk-schwyz.ch / 041 544 37 02
ANMELDESCHLUSS	25. Oktober 2026

**gasser**  
Heizung-Sanitär AG

seit 1947

Muotastrasse 24  
6438 Ibach  
T 041 818 50 80  
[www.gasser-haustechnik.ch](http://www.gasser-haustechnik.ch)  
[info@gasser-haustechnik.ch](mailto:info@gasser-haustechnik.ch)

**WÄRMEPUMPENANLAGEN**  
**Grundwasser – Erdsonden - Luft - WRG**

Als Energiefachleute wissen wir Bescheid  
(mehr als 500 Anlagen realisiert)!

Wir beraten Sie systemunabhängig und bieten  
Ihnen sämtliche Dienstleistungen an, wie  
Baueingaben, Förderbeiträge, Bauleitung usw.

## Workshop 3: Resilienz

### *Was Kinder fürs Leben stärkt*

Resilienz ist unser «seelisches Immunsystem». Sie wird manchmal auch als innere Stärke bezeichnet und hilft uns dabei, Situationen zu akzeptieren, Verantwortung zu übernehmen und Probleme zu lösen. Zudem ist sie ein Schutzfaktor in unserer oft unübersichtlichen Welt. Durch und mit dieser Kraft lernen wir, mit unseren Gefühlen umzugehen, mit anderen in Beziehung zu treten und unsere persönlichen Grenzen zu wahren.

ZIELGRUPPE	Eltern und Erziehungsberechtigte von Kindern zwischen 2 - 10 Jahre
KURSZIELE	In diesem interaktiven Workshop setzen wir uns damit auseinander, welche Erziehung stark macht und wie wir Kinder darin begleiten können, Resilienz zu entwickeln.
KURSKOSTEN	Fr. 60.00 pro Person / Fr. 100.00 pro Elternpaar
DAUER	2 Std.
MITBRINGEN	Schreibmaterial

### STARKE ELTERN – STARKE KINDER® WORKSHOP 3: RESILIENZ

#### KURS 53

KURSdatum	22. April 2026 (Mittwoch)
ZEIT	18.30–20.30 Uhr
KURSORT	SRK Kanton Schwyz, Herrengasse 15, 6430 Schwyz
KURSLEITERIN SRK	Schnüriger Angela, FABE Kind, SVEB 1 zertifizierte Kursleiterin Starke Eltern - Starke Kinder®
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	SRK Kanton Schwyz Abteilung Bildung bildung@srk-schwyz.ch / 041 544 37 02
ANMELDESCHLUSS	12. April 2026

**STARKE ELTERN – STARKE KINDER® WORKSHOP 3: RESILIENZ****KURS 54**

KURSdatum	02. Dezember 2026 (Mittwoch)
ZEIT	18.30–20.30 Uhr
KURSORT	Hauptstrasse 3, Haus Waldstatt, 1. Stock, «Gönn Dir Raum», 8840 Einsiedeln
KURSLEITERIN SRK	Schnüriger Angela, FABE Kind, SVEB 1 zertifizierte Kursleiterin Starke Eltern - Starke Kinder®
ANFRAGEN UND ANMELDUNG	SRK Kanton Schwyz Abteilung Bildung bildung@srk-schwyz.ch / 041 544 37 02
ANMELDESCHLUSS	22. November 2026



**Arbeit, die wirkt! Werde Teil unseres Teams als:** Sozialpädagog\*in / Fachperson Betreuung / Quereinsteiger\*in / Praktikant\*in im Berufseinstieg, SRK-Kurs oder Ausbildung





**Lea Löönd**  
Generalagentin Schwyz



**Kaspar Michel**  
Generalagent Lachen

# Wir legen Sie nicht aufs Kreuz.

## Mit uns erleben Sie keine bösen Überraschungen.

**Generalagentur Schwyz**  
Lea Löönd  
[mobiliar.ch/schwyz](https://mobiliar.ch/schwyz)

**Generalagentur Lachen**  
Kaspar Michel  
[mobiliar.ch/lachen](https://mobiliar.ch/lachen)

*die* **Mobiliar**



# Digitalkafi

## *Entspannter Umgang mit digitalen Geräten im Alltag*

Kommen Sie zurecht in der digitalen Welt? Möchten Sie Ihr Smartphone, Tablet oder Laptop besser nutzen? Im Digitalkafi lernen Seniorinnen und Senioren in entspannter Atmosphäre den sicheren Umgang mit digitalen Geräten – ganz ohne Stress und völlig kostenlos.

### Was erwartet Sie im Digitalkafi?

- **Individuelle Unterstützung:** Junge Gymnasiastinnen und Gymnasiasten begleiten Sie Schritt für Schritt – geduldig und auf Augenhöhe.
- **Praktische Hilfe:** Apps installieren, Online-Buchungen (SBB-Tickets / Fahrplan, Kulturanlässe etc.), digitale Formulare ausfüllen, Fotos verschicken, Videotelefonie usw. – wir helfen Ihnen direkt an Ihrem eigenen Gerät.
- **Ungezwungen:** Lernen Sie in gemütlichen Cafés und Restaurants an vier Standorten im Kanton Schwyz.

### Warum Digitalkafi?

- **Generationen-Projekt:** Jung und Alt lernen voneinander und bauen Brücken zwischen den Generationen.
- **Flexibel und stressfrei:** Egal ob Anfänger oder Fortgeschrittene – alle Fragen sind willkommen.
- **Kostenlos & unkompliziert:** Dank unserer Sponsoren ist die Teilnahme gratis, das erste Getränk wird von uns offeriert.

### So einfach geht's:

- Bringen Sie Ihr Smartphone, Tablet oder Laptop mit.
- Kommen Sie vorbei – eine Anmeldung ist nicht erforderlich, aber willkommen.

## *Digitalkafi – weil Lernen gemeinsam einfacher und schöner ist.*

Besuchen Sie uns und entdecken Sie die digitale Welt – wir freuen uns auf Sie!

Die nächsten Termine werden in Kürze veröffentlicht. Melden Sie sich jetzt bei uns und erhalten Sie die neuen Daten als Erste(r)!

SRK Kanton Schwyz

Abteilung Bildung

[bildung@srk-schwyz.ch](mailto:bildung@srk-schwyz.ch) / 041 544 37 02

## Organisatorisches

### LEHRGANG PFLEGEHELFEDE SRK

Bitte fordern Sie unsere Anmeldedokumentation für den Lehrgang Pflegehelfende SRK an. Wir senden Ihnen gerne alles zu. Die Anmeldedokumentation erhalten sie bei:

SRK Kanton Schwyz  
Abteilung Bildung  
bildung@srk-schwyz.ch / 041 544 37 02

Die Standards sowie allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) zum Lehrgang Pflegehelfende SRK finden Sie unter: [www.srk-schwyz.ch/lehrgangphsrk](http://www.srk-schwyz.ch/lehrgangphsrk)

### MODALITÄTEN FÜR ALLE ANDEREN WEITERBILDUNGEN UND KURSE

ANMELDUNG	Bitte melden Sie sich vor dem Anmeldeschluss an. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eintreffens berücksichtigt. Nach dem Anmeldeschluss erhalten Sie eine Kursbestätigung.
ZAHLUNG	Die Kursgebühr ist vor dem Kursbeginn zu bezahlen.

### ALLGEMEINES

Bei ungenügender Teilnehmerzahl kann eine Weiterbildung abgesagt werden. Bei grosser Nachfrage kann ein zusätzlicher Kurs zu einem späteren Zeitpunkt angeboten werden. In beiden Fällen werden Sie informiert.

### BITTE MITBRINGEN

- Schreibpapier, Schreibutensilien, Filzstifte, Leuchtstifte
- Bildungspass (kann für Fr. 5.00 gekauft werden)
- Persönliche Erfahrungen aus dem Arbeitsbereich, allenfalls Fallbeispiele

### AUSKÜNFTE UND ANMELDUNGEN

SRK Kanton Schwyz  
Abteilung Bildung  
bildung@srk-schwyz.ch / 041 544 37 02

### ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN UND DATENSCHUTZERKLÄRUNG

Unsere allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) und die Datenschutzerklärung finden Sie jederzeit auf unserer Webseite unter:

[www.srk-schwyz.ch/downloads](http://www.srk-schwyz.ch/downloads)  
[www.srk-schwyz.ch/datenschutzerklaerung](http://www.srk-schwyz.ch/datenschutzerklaerung)



Durch Scannen des QR-Codes gelangen Sie direkt auf unsere Webseite [www.srk-schwyz.ch/bildung](http://www.srk-schwyz.ch/bildung) mit weiteren hilfreichen Informationen zu unserem Bildungsangebot.





## Anmeldung und Informationen:

Andrea Heinzer  
Leitung Bildung SRK Kanton Schwyz  
041 544 37 02  
bildung@srk-schwyz.ch



## Unsere Dienstleistungen:

### Notrufsysteme

Sicherheit rund um die Uhr

### Aus- und Weiterbildungen

Wissen fürs Leben

### Fahrdienst

Mobil – auch im Alter  
oder bei Krankheit

### chili – das Konflikttraining

Sozialkompetenz stärken

### Entlastung für betreuende Angehörige

Durchatmen und Kraft schöpfen

### Patientenverfügung SRK & Vorsorge

Damit Ihr Wille zählt

### Kinderbetreuung zu Hause

Für besonders wichtige Menschen

### Allgemeine Beratungen und Anlaufstelle Demenz/Alzheimer

Individuelle Beratung bei  
Problemen im Alltag

SRK Kanton Schwyz  
Herrengasse 15  
6430 Schwyz

Telefon 041 544 37 02  
bildung@srk-schwyz.ch  
www.srk-schwyz.ch

Vielen Dank für Ihre Unterstützung.  
IBAN CH25 0900 0000 6001 0823 8

