

Kraft schöpfen!

Gesunder Umgang mit Stress

Zielgruppe:	Mitarbeiter*innen aller Bereiche des Klinikums Aschaffenburg-Alzenau, Interessierte Personen aus externen Einrichtungen des Gesundheitswesens
Inhalt / Ziele:	<p>Dieses Seminar beinhaltet vorwiegend praktische Stressbewältigungstechniken, die im beruflichen Alltag und in der Freizeit einsetzbar sind: Effiziente Übungen mit wenig Zeitaufwand, die das Ausbrennen sowie Folgen von Stress verhindern können.</p> <p>Diese Übungen benötigen keinerlei Vorkenntnisse und werden auf die persönlichen Bedürfnisse der Teilnehmer angepasst.</p> <p>Theoretische Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none">• Definition von Stress und Überlastung• Bedeutung von Entspannung und Loslassen• Einflüsse auf das persönliche Stressrisiko• Möglichkeiten der Prävention <p>Praktische Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none">• Selbstanalyse der eigenen inneren Antreiber• Training von alternativen Verhaltens- und Denkmustern• Wahrnehmen und Wahren persönlicher Grenzen• Einführung und Training verschiedener Stressbewältigungstechniken: Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung, Tiefenentspannung, Yoga und Achtsamkeitstraining
Trainer*in:	Simone Schmitt Dipl. Psychologin Yoga-Lehrerin BDY, Konfliktmoderatorin
Teilnehmerzahl:	max. 14 Teilnehmer
Termin:	04.10.2022
Zeit:	08.30 Uhr bis 16.30 Uhr
Ort:	Bildungshaus Schmerlenbach
Punkte:	8 Fortbildungspunkte für die  Identnummer: 20121220
<u>Teilnahmegebühr:</u>	185€ für extern Teilnehmende Inkl. Verpflegung und Tagungsgetränke
<u>Anmeldeschluss:</u>	vier Wochen vor Veranstaltungsbeginn

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie dicke Socken und eine Decke mit!

Mehr Wertschätzung!

„Sei du selbst die Veränderung, die du dir wünschst für die Welt.“

Mahatma Gandhi
Pazifist und Menschenrechtler

Zielgruppe: Mitarbeiter*innen aus allen Bereichen des Klinikums Aschaffenburg-Alzenau, Interessierte Personen aus externen Einrichtungen des Gesundheitswesens

Inhalt / Ziele: Wertschätzung sich selbst und anderen gegenüber ist die Voraussetzung für gelingende Kommunikation und Wohlbefinden. In einer wertschätzenden Arbeitsumgebung steigt die Motivation und die Identifikation mit dem Arbeitsplatz. Im Patientenkontakt ist sie die Voraussetzung für guten Kontakt und somit für die Patientencompliance. Häufig wird ein Mangel an Wertschätzung beklagt und viele Menschen leiden darunter. Was kann jede/r einzelne für sich tun und wie können wir unseren Beitrag zu einem wertschätzenden Klima leisten?

In diesem Seminar lernen Sie:

- Wertschätzung mir selbst gegenüber als Voraussetzung für echte Wertschätzung gegenüber anderen
- eigene Haltungen, Ansprüche und Verhaltensweisen zu reflektieren
- den Wert eines authentischen Lächelns schätzen zu lernen
- abschätziges Verhaltensweisen zu erkennen und bewusst verabschieden

Im Seminar werden Techniken zur Zentrierung und wertvolle Übungen für mehr Präsenz und Kreativität miteinander verknüpft.

Trainer*in: Christine Holzer
Dipl. Sozialpädagogin, Yogalehrerin, Theaterpädagogin, Coach

Teilnehmerzahl: max. 14 Personen

Termin: 06.10.2022

Ort: Bildungshaus Schmerlenbach

Zeit: 08.30 Uhr bis 16.30 Uhr

Punkte: 8 Fortbildungspunkte für die



Identnummer: 20121220

Teilnahmegebühr: 185€ für externe Teilnehmende
Inkl. Verpflegung und Tagungsgetränke

Anmeldeschluss: vier Wochen vor Veranstaltungsbeginn

Berufspädagogische Fortbildungen für Praxisanleiter*Innen

Inhalt: Rolle Praxisanleiter:in – Rollenkonflikte geschickt meistern

Dozenten: Simone Schmitt

Zeit: 09:00 – 16:30 Uhr

Veranstaltungsort: AP-0-17

Preis: 135€ für extern Teilnehmende

Punkte: 8 Punkte

Termin: 05.10.2022



Inhalte: Auffrischung Methoden Praxisanleitung

Dozenten: Daniela Göbel

Zeit: 09:00 – 16:30 Uhr

Veranstaltungsort: AP-0-17

Preis: 100€ für extern Teilnehmende

Punkte: 8 Punkte

Termin: 07.10.2022
oder
02.12.2022



Für externe
Teilnehmer
geöffnet!

Berufspädagogische Fortbildungen für Praxisanleiter*innen 2022

Inhalte:	Den inneren Kritiker in die Hängematte legen
Dozenten:	Christine Holzer
Zeit:	09:00 – 16:30 Uhr
Veranstaltungsort:	AP-0-17
Preis:	135€ für extern Teilnehmende
Punkte:	8 Punkte
Termin:	17.10.2022



Inhalte:	Nähe herstellen – Distanz wahren
Dozentin:	Christine Holzer
Zeit:	09:00 – 16:30 Uhr
Veranstaltungsort:	AP-0-17
Preis:	135€ für extern Teilnehmende
Punkte:	8 Punkte
Termin:	18.10.2022



Für externe
Teilnehmer
geöffnet!

Berufspädagogische Fortbildungen für Praxisanleiter*innen 2022

Inhalte:	Coaching, Rolle, Training, Beratung
Dozenten:	Marion Kühn
Zeit:	jeweils von 09:00 – 16:30 Uhr
Veranstaltungsort:	AP-0-17
Preis:	350€ für extern Teilnehmende
Punkte:	12 Punkte
Termin:	19.10.2022 – 21.10.2022 Die Termine müssen zusammen gebucht werden.



Inhalte:	Sensibilisierung und pädagogische Strategien im Umgang mit Gewalt
Dozentin:	Werner Stürmer, Simone Schmitt
Zeit:	jeweils von 09:00 – 16:30 Uhr
Veranstaltungsort:	AP-0-17
Preis:	250€ für extern Teilnehmende
Punkte:	10 Punkte
Termin:	24.10.2022 – 25.10.2022 Die Termine müssen zusammen gebucht werden.



Für externe
Teilnehmer
geöffnet!

Berufspädagogische Fortbildungen für Praxisanleiter*innen 2022

Inhalte: Interkulturelle Zusammenarbeit

Dozenten: Julia Bechtluft

Zeit: jeweils von 09:00 – 16:30 Uhr

Veranstaltungsort: AP-0-17

Preis: 135€ für extern Teilnehmende

Punkte: 8 Punkte

Termin: 28.10.2022



Inhalte: Reflexion/Methoden

Dozentin: Michaela Schwarz, Sibilla Mellonj de Vecchis

Zeit: 09:00 – 16:30 Uhr

Veranstaltungsort: AP-0-17

Preis: 100€ für extern Teilnehmende

Punkte: 8 Punkte

Termin: 07.11.2022



Inhalte: Tag 1: Praxisanleitung in außergewöhnlichen Situationen, Schwerpunkt Sterbebegleitung
Tag 2: Wertschätzung und Anerkennung in Situationen der Praxisanleitung

Dozentin: Susanne Doll, Claudia Heger-Rothländer

Zeit: 09:00 – 16:30 Uhr

Veranstaltungsort: online

Preis: 115€ pro Tag für extern Teilnehmende

Punkte: pro Tag 8 Punkte

Termin: 21.11.2022 und 22.11.2022



Für externe
Teilnehmer
geöffnet!

Kinaesthetics

Aufbaukurs für Praxisanleitende

Zielgruppe:	Praxisanleitende, die bereits an einem zertifizierten Kinaesthetics-Grundkurs Pflege teilgenommen haben. Jetzt auch für Nicht-Praxisanleitende geöffnet!
Inhalt / Ziele:	<p>Sie haben die 6 Kinaesthetics Konzepte in der Pflege theoretisch und praktisch vertieft. Sie sind in der Lage, zu jedem Konzept eine Definition in eigenen Worten zu formulieren und können diese mit 1-2 Beispielen aus Ihrer Praxis verbinden. Sie sind in der Lage, die Situation eines Patienten/Bewohners anhand der Kinaesthetics Konzepte einzuschätzen. Dabei benutzen Sie geeignete Vorgehensweisen, welche Ihnen helfen, den entsprechenden Analyseprozess selbstständig durchzuführen.</p> <p>Sie erweitern Ihre persönlichen Bewegungs- und Handlingfähigkeiten. Sie kennen Ihre persönlichen Stärken und Verbesserungsmöglichkeiten im Handling von Patienten/Bewohnern. Sie haben Ihren eigenen Lernprozess für die nächsten 3 Monate festgelegt.</p> <p>Sie können mit KollegInnen auf Ihrer Abteilung schwierige Pflegesituationen analysieren und Ihre Entdeckungen im Pflegealltag anhand einzelner Kinaesthetics Konzepte austauschen.</p> <p>Im Aufbaukurs wird mit folgenden Lernschritten gearbeitet:</p> <ul style="list-style-type: none">• anhand der eigenen Körpererfahrung die jeweiligen Inhalte erarbeiten• Bewegungsanleitung an und mit gesunden Menschen üben• Analysieren von Pflegesituationen und Dokumentation mit dem Kinaesthetics-Raster• in der Praxis arbeiten und Ihr Handeln anschließend analysieren und reflektieren
Trainer*in:	Uwe Wagner, Krankenpfleger für Anästhesie- und Intensivpflege, Kinaesthetictrainer Stufe 3, Fachbuchautor
Teilnehmerzahl:	max. 10 Personen
Termin:	11.10.2022, 12.10.2022, 28.10.2022, 25.11.2022 Es müssen alle 4 Termine gemeinsam gebucht werden! Praxisbegleitung (Uwe Wagner): 29.11.2022 Die Anleitung findet nur für interne Teilnehmer*innen beider Standorte am Standort Aschaffenburg statt. Bitte an diesem Tag FD oder SD einplanen.
Zeit:	08.30 Uhr bis 16.00 Uhr
Ort:	A-0-21, Konferenzraum im Eingangsbereich, Standort Aschaffenburg
Punkte:	24 Fortbildungsstunden für die Registrierung bei der VdBP Schuljahr 22/23 14 Fortbildungspunkte für die Registrierung Pflegende
Anmeldeschluss:	31.05.2022
Teilnahmegebühr:	360 Euro incl. Arbeitsunterlagen, Registrierung und Teilverpflegung (für externe Teilnehmer*innen).

Zertifizierung/Registrierung:

Nach Beendigung des Aufbaukurses erhalten die Teilnehmer*innen das Aufbaukurs-Zertifikat von Kinaesthetics Deutschland. Für die Arbeitsunterlagen, Zertifizierung und Registrierung wird **pro Teilnehmer*in ein Betrag von 30 Euro** erhoben.

Bitte bringen Sie Ihr Zertifikat, eine Yogamatte, Wolldecke, bequeme Kleidung, warme Socken und Schreibmaterial mit!

Für externe
Teilnehmer
geöffnet!

Deeskalationstraining

Zielgruppe: Mitarbeiter*innen des pflegerischen und ärztlichen Dienstes aus allen Bereichen der Somatik, Interessierte Personen aus externen Einrichtungen des Gesundheitswesens

Inhalt / Ziele: Begegnungen mit aggressiven oder gar gewalttätigen Personen sind leider keine Seltenheit. Sie lernen in diesem Kurs Deeskalationsstrategien kennen, um einen möglichen Gewaltkreislauf frühzeitig zu unterbrechen.

Inhalte:

- Erlernen von verbalen und nonverbalen Kommunikationstechniken zur Deeskalation
- Früherkennung potentieller Gewaltsituationen
- Aufrechterhaltung der Handlungsfähigkeit in Stresssituationen
- Praktische Anwendung körperlicher Abwehrtechniken als letztes Mittel der Gefahrenabwehr, wenn alle anderen Möglichkeiten der Deeskalation ausgeschöpft sind.
- Patientengerechte, körperschonende und verletzungsfreie Selbstverteidigung wie
 - Sanfte Befreiungstechniken
 - Ausweichtechniken
 - Lösungsmöglichkeiten für Körperumklammerungen
 - Festlegungs- und Fixierungstechniken

Referent*in: Richard Schug, Polizeihauptkommissar und Verhaltenstrainer
Gisela Schug, Co-Trainerin

Teilnehmerzahl: 12 Personen

Termin: 17.10.2022

Ort: Konferenzraum am Standort Alzenau

Zeit: 09.00 Uhr bis 16.30 Uhr

Punkte: 8 Fortbildungspunkte für die



Identnummer: 20121220

Teilnahmegebühr: 135€ für extern Teilnehmende

Anmeldeschluss: vier Wochen vor Veranstaltungsbeginn

Demenzsensible Patientenbegleitung im Krankenhaus

- Zielgruppe:** Mitarbeiter/innen des Pflegedienstes und der Funktionsabteilungen, die Kontakt mit Patient*innen mit Demenz haben.
Pflegerkräfte externer Einrichtungen des Gesundheitswesens
- Inhalt / Ziele:** Ein Krankenhausaufenthalt ist für Patient*innen mit Demenz eine erhebliche und risikobehaftete Stresssituation, die u.a. mit herausfordernden Verhaltensweisen wie z. B. Abwehr, Aggression oder Hin- und Weglauftendenz einhergehen kann. Für Mitarbeitende, vorwiegend aus dem Bereich der Pflege, ist dies eine große Belastung. Doch wie kann man Patient*innen mit Demenz Sicherheit und Vertrauen vermitteln und sich dadurch das pflegerisch, medizinisch-therapeutische Handeln erleichtern?
- Die Fortbildung vermittelt Kenntnisse zu:
- Ursachen, Symptomatik, Auswirkungen (auf das alltägliche Leben), Diagnose- und Therapieformen bei Demenz
 - Abgrenzung zu kognitiven Leistungseinschränkungen einer Depression und eines Delirs
 - Risiken eines Klinikaufenthalts für Menschen mit Demenz
 - Hintergründe und Auswirkungen von herausforderndem Verhalten
 - Beziehungsgestaltung und Anwendung demenzsensibler Kommunikationsformen (u.a. am Beispiel der Integrativen Validation®)
 - Einbezug biografischer Kenntnisse und deren Implementierung in den Anamnesebogen
 - Demenzsensible Gestaltung des Umfelds
 - Möglichkeiten der Aktivierung
 - Einbezug von Angehörigen und ehrenamtlichen Mitarbeitenden
- Referent/in:** Friederike Döring
Dipl.-Sozialpädagogin (FH), Gerontologin (FH), IVA-Teamerin®, Krankenschwester mit Weiterbildung zur Gerontopsychiatrischen Fachkraft
- Teilnehmerzahl:** max. 20 Teilnehmende
- Termin:** 26.10.2022
- Zeit:** 08.30 Uhr bis 16.30 Uhr
- Ort:** A-0-21, Konferenzraum Eingangshalle Standort Aschaffenburg
- Punkte:** 8 Fortbildungspunkte für die
- 
Identnummer: 20121220
- Anmeldeschluss:** vier Wochen vor Veranstaltungsbeginn
- Teilnahmegebühr:** 135€ für extern Teilnehmende

50 Plus - Älter werden im Beruf

Vom guten Umgang mit sich selbst

Für externe
Teilnehmer
geöffnet!

Zielgruppe: Mitarbeiter/innen aus allen Bereichen des Klinikums Aschaffenburg ab dem 50. Lebensjahr, Interessierte Personen aus externen Einrichtungen des Gesundheitswesens

Inhalt / Ziele: Diese Veranstaltung beschäftigt sich mit den körperlichen und psychischen Veränderungen, die mit dem Älterwerden einhergehen.

Das Ziel ist eine persönliche Standortbestimmung und die Wertschätzung und Stärkung der eigenen Ressourcen.

Wo liegen die spezifischen Fähigkeiten der älteren Mitarbeiter/innen? Wie gestaltet sich die Zusammenarbeit mit den jüngeren Kollegen/innen?

Was ist hilfreich, um sich der veränderten Situation anzupassen?

Sie lernen in dem Seminar Strategien zur Selbstmotivation.

Sie üben physische und psychische Entlastungsmöglichkeiten und Sie erarbeiten sich eine persönliche Gesundheitsvorsorge zum Erhalt Ihrer Leistungsfähigkeit.

Neben theoretischen Inhalten lernen Sie auch Kurzentspannungstechniken für den beruflichen Alltag kennen.

Referent/in: Cornelia Uhrig
Theologin, Pädagogin, Supervisorin und Coach

Teilnehmerzahl: max. 16 Teilnehmende

Termin: 21.11.2022

Zeit: 08.30 Uhr bis 16.30 Uhr

Ort: A-0-21, Konferenzraum Eingangshalle Standort Aschaffenburg

Punkte: 8 Fortbildungspunkte für die



Identnummer: 20121220

Anmeldeschluss: vier Wochen vor Veranstaltungsbeginn

Teilnahmegebühr: 135€ für extern Teilnehmende

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie dicke Socken und eine Decke mit!