

ebikon

 **höchweid**



Internes Weiterbildungsprogramm

Weiterbildungs- und Work-Life-Balance Angebote

Programm 2023

Inhaltsverzeichnis

| | |
|--|----|
| Allgemeines..... | 3 |
| «Mit Dir zum Wir» - Achtsame Kommunikation..... | 4 |
| Seitenwechsel der Mitarbeitenden..... | 5 |
| Demenz Workshop..... | 6 |
| Rückenschonende Arbeitsweise | 7 |
| Korrektes Reagieren in Notfallsituationen..... | 8 |
| Inkontinenz Material Schulung | 9 |
| Verhalten im Brandfall | 10 |
| BB-Treffen bereichsübergreifend | 11 |
| Verlaufsblätter schreiben bei Lernenden / Studierenden | 12 |
| Work-Life-Balance..... | 13 |
| Gemeinsame Fasten und Verzichtswochen | 13 |
| Nordic Walking am Abend | 14 |
| Joggen am Mittag..... | 15 |
| Mangelernährung / Food Waste..... | 16 |
| Kochkurs Kochen mit/für Freunde | 17 |
| Kochkurs Herbstgerichte..... | 18 |
| Destillate à la Gin, Rum, Whisky, Grappa | 19 |
| Cocktails & Häppchen | 20 |

Allgemeines

Bildung ist Grundlage und Garant für qualitativ hochstehende Leistungen für die Bewohnenden sowie für unsere Gäste. Das Zentrum Höchstweid fördert mit vielfältigen Fort- und Weiterbildungen die Kompetenzen der Mitarbeitenden aller Arbeitsbereiche.

Anmeldungen / Abmeldungen

Anmeldungen erfolgen über die Teamleitung oder Bereichsleitung.

Es gelten folgende Regelungen:

- Anmeldungen sind verbindlich
- Anmeldefristen müssen eingehalten werden
- Abmeldungen sind schriftlich an Fachstelle Bildung, Luzia Stadelmann zu richten.
- Kurzfristige, krankheitsbedingte Abmeldungen am Empfang mitteilen.

Kurszeiten

Die Kurszeiten sind bei den einzelnen Kursen aufgeführt. Mitarbeitende vom Zentrum Höchstweid, welche an einem Kurs teilnehmen, dürfen nicht stempeln. Die Kurszeiten werden manuell erfasst.

Kosten

Die Kosten werden in der Regel vom Zentrum Höchstweid übernommen.

«Mit Dir zum Wir» - Achtsame Kommunikation

| | |
|------------|---|
| Zielgruppe | Für alle Mitarbeitenden in einer Festanstellung (ohne Auszubildende und Praktikanten) vom Zentrum Höchweid, ist der Kurs obligatorisch |
| Ziele | <ul style="list-style-type: none">▪ Die Teammitglieder vom Zentrum Höchweid sind sensibilisiert auf das Thema «Achtsame Kommunikation» gegenüber Bewohnenden und Arbeitskollegen und verstehen, wie wichtig der Beitrag jedes Einzelnen ist▪ Die Mitarbeitenden meistern die verschiedenen externen und internen Kontakte souverän und prägen das Image des Zentrums Höchweid aktiv und positiv mit▪ Sie vertiefen das Thema Feedback-Kultur, um positive Feedbacks mehr zu teilen▪ Die Mitarbeitenden wissen, was jeder Einzelne zum Team-Spirit beitragen kann |
| Themen | <ul style="list-style-type: none">▪ Eigene Haltung zum Thema▪ Kundenorientierung▪ Souveräner Auftritt▪ Feedback-Kultur▪ Gesprächstechniken und Instrumente in der Kommunikation |
| Leitung | Annemarie Ryter und Karin Grütter von bildbar.ch |
| Daten | Dienstag, 28.03.2023, Gesamtkader Mittwoch, 22.03.2023, Fachpersonen von allen Abteilungen Freitag, 12.05.2023, Fachpersonen von allen Abteilungen Dienstag, 05.09.2023, Fachpersonen von allen Abteilungen Mittwoch, 10.05.2023, Mitarbeitende von allen Abteilungen Mittwoch, 24.05.2023, Mitarbeitende von allen Abteilungen Dienstag, 30.05.2023, Mitarbeitende von allen Abteilungen Mittwoch, 13.09.2023, Mitarbeitende von allen Abteilungen |
| Zeit | 09.00 – 12.30 / 13.30 – 17.00 Uhr |
| Kursort | Zentrum Höchweid, Höchweidstrasse 36, 6030 Ebikon Höchweid Saal |
| Anmeldung | Durch Teamleitungen Teilnehmende max. 18 Personen Anmeldeschluss 6 Wochen vor dem Start |

Seitenwechsel der Mitarbeitenden

| | |
|------------|---|
| Zielgruppe | Alle Mitarbeitenden vom Zentrum Höchweid |
| Ziele | <ul style="list-style-type: none">▪ Verständnis für den anderen Bereich und die anderen Prozesse entwickeln▪ Die Teammitglieder vom Zentrum Höchweid sind sensibilisiert auf das Thema «Achtsame Kommunikation gegenüber Bewohnenden und Arbeitskollegen» und verstehen, wie wichtig der Beitrag jedes Einzelnen ist▪ Rückmeldung vom Seitenwechsel wird während eines Rapports an das Team gegeben |
| Thema | <ul style="list-style-type: none">▪ ½ Tag Einblick in einen anderen Arbeitsbereich |
| Leitung | Teamleitung |
| Datum/Zeit | Individuell und wird durch die Teamleitung organisiert |
| Kursort | Zentrum Höchweid, Höchweidstrasse 36, 6030 Ebikon Individueller Besuch im geplanten Bereich |
| Anmeldung | Organisation durch die Teamleitung beim anderen Bereich |

Demenz Workshop

| | |
|------------|--|
| Zielgruppe | Mitarbeitende im Bereich Pflege, Gastro und Hauswirtschaft |
| Ziele | <ul style="list-style-type: none">▪ Grundlagen der Demenzerkrankung ist allen bekannt▪ Tipps und Tricks im Umgang mit den Bewohnenden im Alltag |
| Themen | <ul style="list-style-type: none">▪ Übersicht und Definitionen der verschiedenen Demenzerkrankungen▪ Integrative Validation▪ Fallbeispiele |
| Leitung | Beatrice Birrer, FaBe EFZ und Verantwortliche Snoezelen |
| Daten | Montag, 03.04.2023 Donnerstag, 26.10.2023 Donnerstag, 30.11.2023 |
| Zeit | 14.00 – 16.00 Uhr |
| Kursort | Zentrum Höchweid, Höchweidstrasse 36, 6030 Ebikon Sitzungszimmer Rotsee |
| Anmeldung | Durch Teamleitungen Teilnehmende max. 16 Personen Anmeldeschluss 6 Wochen vor dem Start |

Rückenschonende Arbeitsweise

| | |
|------------|--|
| Zielgruppe | Mitarbeitende im Bereich Pflege und Hauswirtschaft |
| Ziele | <ul style="list-style-type: none">▪ Sensibilisierung der Mitarbeitenden für die rüchenschonende Arbeitsweise im Arbeitsalltag und im privaten Alltag |
| Themen | <ul style="list-style-type: none">▪ Grundlagen und Aufbau des Rückens▪ Einflussfaktoren beim Lastentragen▪ Persönliches Verhalten |
| Leitung | Barbara Kunaica, FaGe EFZ und Kinästhetics Peer Tutorin |
| Daten | Dienstag, 13.06.2023 Montag, 18.09.2023 Dienstag, 17.10.2023 Donnerstag, 23.11.2023 |
| Zeit | 14.00 – 16.00 Uhr |
| Kursort | Zentrum Höchweid, Höchweidstrasse 36, 6030 Ebikon Sitzungszimmer Rotsee |
| Anmeldung | Durch Teamleitungen Teilnehmende max. 16 Personen Anmeldeschluss 6 Wochen vor dem Start |

Korrektes Reagieren in Notfallsituationen

| | |
|------------|---|
| Zielgruppe | Fachpersonen Pflege |
| Ziele | <ul style="list-style-type: none">▪ Teilnehmer/innen kennen Sofortmassnahmen, welche sie in einer Notfallsituation im Heim anwenden müssen▪ Teilnehmer/innen wenden korrekte pflegerische Massnahmen bei einer Notfallsituation an▪ Teilnehmer/innen fühlen sich sicher in einer Notsituation |
| Themen | <ul style="list-style-type: none">▪ Alarmierung▪ Sofortmassnahmen zu den Themen Sturz, Bewusstlosigkeit und Herzversagen▪ Sofortmassnahmen bei Atemnot, Verschlucken, Schmerz▪ Situationsbeurteilung bei Symptomen von Hirnverletzungen |
| Leitung | Dijana Egeric, dipl. Pflegefachfrau HF und Erwachsenenbildnerin / Notfallinstruktorin |
| Daten | Donnerstag, 09.03.2023 Donnerstag, 28.09.2023 |
| Zeit | 13.00 – 16.00 Uhr |
| Kursort | Zentrum H \ddot{o} chweid, H \ddot{o} chweidstrasse 36, 6030 Ebikon Sitzungszimmer Rotsee |
| Anmeldung | Durch Teamleitungen Teilnehmende max. 12 Personen Anmeldeschluss 6 Wochen vor dem Start |

Inkontinenz Material Schulung

| | |
|------------|---|
| Zielgruppe | <ul style="list-style-type: none">▪ Inko Materialverantwortlichen, obligatorisch▪ Alle Mitarbeitenden Pflege▪ Lernende und Studierende in der Pflege |
| Ziele | Wissensauffrischung zum Thema Inkontinenzmaterial |
| Themen | <ul style="list-style-type: none">▪ Basic Wissen▪ Kosten Inkomaterialien▪ Handhabung Inkomaterialien |
| Leitung | Sara Lossli, Mitarbeitende IVF Hartmann |
| Daten | Dienstag, 02.05.2023 Montag, 08.05.2023 Donnerstag, 25.05.2023 |
| Zeit | 14.15 – 16.00 Uhr |
| Kursort | Zentrum Höchweid, Höchweidstrasse 36, 6030 Ebikon Sitzungszimmer Rotsee |
| Anmeldung | Durch Teamleitungen Teilnehmende mind. 10 und max. 20 Personen Anmeldeschluss 6 Wochen vor dem Start |

Verhalten im Brandfall

Zielgruppe Alle Teams einzeln

- Ziele**
- Richtig reagieren bei einem Alarm (Ruhe bewahren)
 - Richtig handeln bei einem Vorkommnis
 - Bedienen der Brandmeldeanlage
 - Kennen des Standorts der Fluchtwegpläne und Fluchtwege
 - Kennen des Sammelplatzes
 - Richtiger Umgang mit den Brandschutztüren

Beschreibung Eine Brandschutzschulung ist zwingend und regelmässig für jeden Mitarbeitenden, eine Schulung soll verhindern, dass bei einem Ereignis Panik ausbricht. Besonders für die Bewohnenden ist es wichtig, dass Mitarbeitende Ruhe bewahren, um den Bewohnenden ein sicheres Gefühl geben zu können.

- Themen**
- Verhalten bei Alarmmeldung
 - Internes Westensystem inkl. Ablauf kennen
 - Funktion und Ort der Brandschutztüre
 - Fluchtwege und Sammelplatz
 - Ablauf Alarm und Eintreffen der Feuerwehr
 - Zufahrt und Haupteingang freihalten
 - Vorgehen der Feuerwehr

Leitung Beat Brun, Leiter Technik & Unterhalt

Datum Daten bis Ende Januar 2023 durch die Teamleitung direkt mit Beat Brun für das Jahr 2023 festlegen

Kursort Zentrum H \ddot{o} chweid, H \ddot{o} chweidstrasse 36, 6030 Ebikon
Auf der jeweiligen Abteilung

BB-Treffen bereichsübergreifend

| | |
|------------|--|
| Zielgruppe | Berufsbildende aller Bereich des Zentrums Höchstweid |
| Ziele | <ul style="list-style-type: none">▪ Themen zur Berufsbildung besprechen▪ Einander unterstützen in dieser Funktion |
| Themen | <ul style="list-style-type: none">▪ Verlaufsblätter schreiben▪ Einführung neue Lernende▪ ADHS▪ etc. |
| Leitung | Manuela Zurkirchen, eidg. Ausbilderin und Luzia Stadelmann, eidg. Ausbilderin |
| Daten | Montag, 16.01.2023 Montag, 20.03.2023 Montag, 01.05.2023 Montag, 26.06.2023 Montag, 04.09.2023 Montag, 06.11.2023 |
| Zeit | 14.00 – 16.00 Uhr |
| Kursort | Zentrum Höchstweid, Höchstweidstrasse 36, 6030 Ebikon Sitzungszimmer Rotsee |
| Anmeldung | Durch Teamleitungen |

Verlaufsblätter schreiben bei Lernenden / Studierenden

| | |
|------------|---|
| Zielgruppe | <ul style="list-style-type: none">▪ Mitarbeitende aus allen Bereichen, welche Verlaufsblätter schreiben▪ Berufsbildende Fachpersonen, obligatorisch |
| Ziele | Sicherheit beim Verlaufsblätter schreiben |
| Themen | <ul style="list-style-type: none">▪ Warum werden Verlaufsblätter geschrieben?▪ Was wird auf den Verlaufsblättern festgehalten?▪ Wie werden Verlaufsblätter geschrieben und praktisches üben |
| Leitung | Luzia Stadelmann, dipl. Expertin Intensivpflege und eidg. Ausbilderin |
| Daten | Montag, 23. 01.2023 Montag, 13.03.2023 Donnerstag, 22.06.2023 Donnerstag, 14.09.2023 Montag, 30.10.2023 Donnerstag, 16.11.2023 |
| Zeit | 14.00 – 16.00 Uhr |
| Kursort | Zentrum Höchweid, Höchweidstrasse 36, 6030 Ebikon Sitzungszimmer Rotsee |
| Anmeldung | Durch Teamleitungen Teilnehmende max. 16 Personen Anmeldeschluss 6 Wochen vor dem Start |

Work-Life-Balance

Gemeinsame Fasten und Verzichtswochen

| | |
|------------|--|
| Zielgruppe | Alle Mitarbeitenden |
| Ziele | Diese Woche beinhaltet den gänzlichen Verzicht auf feste Nahrung (Vollfasten) oder bewusstes Verzicht auf etwas Selbstgewähltes. Die Woche ist begleitet und während der Woche findet ein Programm statt. Die Teilnahme am Programm ist erwünscht, aber nicht verpflichtend. |
| Themen | <ul style="list-style-type: none">▪ Information zum gänzlichen Verzicht auf feste Nahrung▪ Diverse Themen während der Fastenwoche▪ Detailprogramm wird Ende Januar/anfangs Februar bekannt gegeben |
| Leitung | Pia Pfister, Katechetin und Pietsch Dubach, Religionspädagoge |
| Daten/Zeit | Informationsabend zum Vollfasten 26.01.2023, 19.00 – 21.00 Uhr Einstimmungsabend Fasten und Verzichtswochen 14.03.2023, Zeit noch unbekannt Fasten und Verzichtswochen Donnerstag, 16.03. bis Donnerstag, 23.03.2023 |
| Kursort | Zentrum Höchstweid, Höchstweidstrasse 36, 6030 Ebikon Sitzungszimmer Rotsee |
| Anmeldung | Durch Teamleitungen Anmeldeschluss: <ul style="list-style-type: none">▪ Informationsabend zum Vollfasten bis am 31.12.2022▪ Verzichtswochen bis 6 Wochen |

Nordic Walking am Abend

| | |
|------------|---|
| Zielgruppe | Alle Mitarbeitenden, Anfänger erwünscht |
| Ziele | Einführung und Instruktion in die Nordic Walking Technik |
| Themen | <ul style="list-style-type: none">▪ Mit der ALFA – Technik und den 7 Steps zur richtigen Nordic Walking Technik▪ Videoanalyse nach Wunsch |
| Leitung | Ursula Hodel Giger, Instruktorin Nordic Walking |
| Daten | Montag, 01.05.2023 Montag, 08.05.2023 Montag, 15.05.2023 Montag, 22.05.2023 |
| Zeit | 16.30 bis 18.00 |
| Kursort | Zentrum Hönchweid, Hönchweidstrasse 36, 6030 Ebikon vor dem Eingang und Umgebung |
| Anmeldung | Durch Teamleitungen Teilnehmende mind. 4 und max. 8 Angabe bei der Anmeldung: <ul style="list-style-type: none">▪ Nordic Walking Stöcke vorhanden ja/nein▪ Erfahrung beim Nordic Walking ja/nein Anmeldeschluss 6 Wochen vor Start |

Joggen am Mittag

| | |
|------------|--|
| Zielgruppe | Alle Mitarbeitenden, Anfänger erwünscht |
| Ziele | Einführung und Instruktion in das richtige Joggen, Freude an Bewegung, Freude am Laufsport, Gesundheitsförderung, Gelenkschonendes Laufen/Joggen. |
| Themen | <ul style="list-style-type: none">▪ Aller Anfang ist schwer/leicht▪ Jogging warum/wie/wo?▪ Mentale Einstimmung/Wetter/Kleider/Route/Essen/Trinken▪ Warmup wie/was?▪ Kräftigung der Bauch- und Rumpfmuskulatur▪ Beinarbeit/Fuss- und Schwunggymnastik▪ Koordinatives Laufen, Intervall, wie werde ich schneller und ausdauernder?▪ «Ideales» Tempo, ziehen ist wichtiger als abstossen, Pulsfrequenz |
| Leitung | Wolfgang Fluri, langjährige Erfahrung als Lauftrainer des Lauftreffs Rotsee und der Einsteigerkurse. |
| Daten | Dienstag, 18.04.2023 Dienstag, 25.04.2023 Dienstag, 02.05.2023 Dienstag, 09.05.2023 Dienstag, 16.05.2023 Dienstag, 23.05.2023 |
| Zeit | 11.45 bis 13.00 |
| Kursort | Zentrum Höchweid, Höchweidstrasse 36, 6030 Ebikon Treffpunkt: vor dem Haupteingang |
| Anmeldung | Bei den Teamleitungen Teilnehmende mind. 4 und max. 10 Personen Anmeldeschluss 4 Wochen vor Start |

Mangelernährung / Food Waste

| | |
|------------|---|
| Zielgruppe | <ul style="list-style-type: none">▪ Pflegemitarbeitenden▪ Mitarbeitende Hauswirtschaft▪ Mitarbeitende Restauration▪ Mitarbeitende Gastronomie |
| Ziele | <p>Mangelernährung:</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Das Ernährungskonzept ist integrierter Bestandteil des Arbeitsauftrages der Gastronomie, Hauswirtschaft, Pflege und Restauration▪ Die Teilnehmenden erkennen Verhaltensweisen, die eine Mangelernährung begünstigen und können erste Massnahmen einleiten▪ Die Teilnehmenden sind sich den Folgen einer Mangelernährung bewusst <p>Food Waste:</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Die Teilnehmenden setzen sich aktiv mit dem Thema Food Waste auseinander▪ Die Teilnehmenden entwickeln ein Bewusstsein bezüglich Food Waste am Arbeitsplatz und in der Freizeit |
| Themen | <p>Mangelernährung</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Vorstellen des Ernährungskonzeptes▪ Was ist eine Mangelernährung?▪ Ursachen, Gründe, Folgen▪ Nutritest▪ Unterstützung und Lenkung bei der Menüauswahl <p>Food Waste</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Was wird unter Food Waste verstanden?▪ Wie können wir dies im Betrieb umsetzen?▪ Was wird bereits gemacht?▪ Wie kann im Privaten Food Waste vermindert werden? |
| Leitung | Marco Furrer, Teamleiter Gastronomie Selmin Seferovic, Stv. Teamleiter Gastronomie |
| Daten | Mittwoch, 01.03.2023 Mittwoch, 08.03.2023 Jeweils von 13.30 – 17.00 Uhr |
| Kursort | Zentrum Höchweid, Höchweidstrasse 36, 6030 Ebikon Sitzungszimmer Rotsee |
| Anmeldung | Bei den Teamleitungen Teilnehmende mind. 6 und max. 16 Personen |

Kochkurs Kochen mit/für Freunde

| | |
|--------------|---|
| Zielgruppe | Alle Mitarbeitenden |
| Ziele | Zubereitung einfacher Gerichte |
| Beschreibung | Kochen mit Freunden und Freude. Wir kochen einfache Gerichte mit/für Freunde. Das Menü wird im Anschluss gemeinsam mit einem Glas Wein genossen. |
| Themen | Einfache Gerichte zubereiten |
| Leitung | Marco Furrer, Leiter Gastronomie |
| Datum | Mittwoch, 26.04.2023 / 17.00 Uhr Dauer 2.5 Stunden |
| Kursort | Zentrum Hönchweid, Hönchweidstrasse 36, 6030 Ebikon Küche |
| Anmeldung | Bei den Teamleitungen Teilnehmende mind. 5 und max. 10 Personen Anmeldeschluss 6 Wochen vor Start |

Kochkurs Herbstgerichte

| | |
|--------------|--|
| Zielgruppe | Alle Mitarbeitenden |
| Ziele | Zubereitung herbstlicher Gerichte |
| Beschreibung | Wir bereiten mit herbstlichen Zutaten Gerichte zu. Das Menü wird im Anschluss gemeinsam mit einem Glas Wein genossen. |
| Themen | Kochen für Gäste |
| Leitung | Marco Furrer, Leiter Gastronomie |
| Datum | Mittwoch, 25.10.2023 / 17.00 Uhr Dauer 2.5 Stunden |
| Kursort | Zentrum H \ddot{o} chweid, H \ddot{o} chweidstrasse 36, 6030 Ebikon K \ddot{u} che |
| Anmeldung | Bei den Teamleitungen Teilnehmende min. 5 und max. 10 Personen Anmeldeschluss 6 Wochen vor Start |

Destillate à la Gin, Rum, Whisky, Grappa

| | |
|--------------|--|
| Zielgruppe | Alle Mitarbeitenden |
| Ziele | Wissen über die Destillate: Gin, Rum, Whisky, Grappa erweitern |
| Beschreibung | <ul style="list-style-type: none">▪ Zu welchem Destillat gehört welche Grundzutat?▪ Wie werden die Destillate gebrannt und was zeichnet jedes einzelne aus? |
| Themen | Verkostung |
| Leitung | Bernhard Keiblinger, Leiter Restauration und Marcel Honauer, Inhaber von Genusswein |
| Datum | Freitag, 08.09.2023 / 17.00 Uhr |
| | Dauer 2 Stunden |
| Kursort | Zentrum Höchweid, Höchweidstrasse 36, 6030 Ebikon Sitzungszimmer Rotsee |
| Anmeldung | Bei den Teamleitungen |
| | Teilnehmende min. 5 und max. 15 Personen |
| | Anmeldeschluss 6 Wochen vor Start |

Cocktails & Häppchen

| | |
|--------------|--|
| Zielgruppe | Alle Mitarbeitenden |
| Ziele | Cocktails mixen und Häppchen geniessen |
| Beschreibung | Bernhard führt uns in die Kunst vom Cocktail mixen ein. Dabei geniessen wir die Cocktails und dazu feine Häppchen aus der Küche. |
| Themen | Cocktail mixen und Verkostung |
| Leitung | Bernhard Keiblinger, Leiter Restauration |
| Datum | Mittwoch, 03.05.2023 / 17.00 Uhr |
| | Dauer 2.5 Stunden |
| Kursort | Zentrum Höchweid, Höchweidstrasse 36, 6030 Ebikon Sitzungszimmer Rotsee |
| Anmeldung | Bei den Teamleitungen |
| | Teilnehmende min. 5 und max. 15 Personen |
| | Anmeldeschluss 6 Wochen vor Start |