

PROGRAMM | PROGRAMMA

2025



Aus- und Weiterbildung der Personalentwicklung

Formazione ed aggiornamento
risorse umane



IMPRESSUM

Herausgeber und Eigentümer:

Landesrettungsverein Weißes Kreuz EO
Lorenz-Böhler-Str. 3 | I-39100 Bozen
Tel. +39 0471 444 351 | Fax +39 0471 444 373

Autoren/Redaktion:

Abteilung Personal

Gestaltung, Satz:

Nadia Huber www.nadia-huber.com

Bilder:

Weißes Kreuz, Harald Wisthaler, Kurt Mantinger, Mario Clara, Philipp, Franceschini, Katharina Blasbichler, Gabriel Eisath, Daniele Fiorentino, shutterstock.com

Druck:

Athesia Druck, Bozen

Papier:

Gedruckt auf PEFC®-zertifiziertem Papier 80 Gramm

Alle Rechte vorbehalten. WK © 2024



Member of:



EINLEITUNG | INTRODUZIONE

Vorwort Prefazione	4
Informationen zur Anmeldung Informazioni per l'iscrizione	6
Feedback der Teilnehmer Feedback dei partecipanti	8

GRUNDSEMINARE | CORSI BASE

NEU: Herausfordernde Gespräche gelassen führen	10
Meetingmanagement - Praxisworkshop für effiziente und ergebnisorientierte Sitzungen	11
Relazione soccorritore-paziente - Come instaurare una relazione di qualità durante ogni intervento	11
Aspetti legali delle attività della Croce Bianca	12
Rechtliche Aspekte der Tätigkeiten im Weißen Kreuz	12
NEU: Präsenz und Wirkung	13
Gehirnjogging - Optimieren der eigenen Lern- und Leistungsfähigkeit	14
NEU: Inklusive Kommunikation - Interkulturell und Intergenerational	14
NUOVO: Comunicazione inclusiva - Interculturale e intergenerazionale	15
Sanitärer-Patienten-Beziehung - Wie man bei jedem Einsatz eine Qualitätsbeziehung aufbauen kann	16

AUFBAUSEMINARE | CORSI D'APPROFONDIMENTO

NEU: Der Patiententransfer - Einsatz für die eigene Gesundheit II	17
Kinaesthetics II - Muovere senza sollevare	17
NEU: Das ABC der Eigensicherung	18
Deeskalation Advanced	19

ZIELGRUPPENSPEZIFISCHE ANGEBOTE | OFFERTE PER GRUPPI TARGET SPECIFICI

Medienwerkstatt für Sektionen - Social Media und Texterstellung	20
---	----

SPEZIALISIERUNGEN | SPECIALIZZAZIONI

NEU: Smart Working mit Microsoft 365	20
---	----

GESUNDHEITSFÖRDERUNG | PROMOZIONE DELLA SALUTE

Fels in der Brandung, statt Hamster im Rad - In zehn Schritten zur persönlichen Resilienz	21
NEU: Ergonomie 4.0 - Faszien- und Muskulaturgesundheit am Arbeitsplatz	22
Der Patiententransfer - Einsatz für die eigene Gesundheit	23
Praxistraining Deeskalation und Gewaltschutzstrategien - Cool bleiben, wenn's heiß wird!	24
Kinaesthetics I - Muovere senza sollevare	25
Ein echt nerviges Seminar - In Grenzsituationen ruhig und gelassen bleiben	25
De-Escalazione e strategie di difesa - Restare calmi, quando il gioco si fa duro	26
„Dem Stress davon laufen“ - Stressabbau durch Bewegung und Entspannung	27
Erfolg beginnt im Kopf - Mentaltraining	28
Brainfood - Mangiare sano anche durante il servizio	28
Dove finisce il divertimento? - Riconoscere, nominare e affrontare il sessismo e la violenza sessualizzata	29
Da hört der Spaß auf?! - Sexismus und sexualisierte Grenzüberschreitungen erkennen, benennen, begegnen	29
Was hält Rettungskräfte gesund?	30
Gestärkt in und aus dem Einsatz - Gesunde Ernährung	31
Denk an mich. Dein Rücken	31

THEMENABEND | SERATA A TEMA

NUOVO: La catena di soccorso del supporto psicosociale	32
Die Rettungskette der psychosozialen Notfallversorgung	32
Der psychosoziale Aspekt beim Transport von Terminalpatienten	33
WK-Office, Portal und Co. - Überblick über die Software im WK	34
NEU: Organisationskultur als Schlüssel für die Aufgaben und Chancen einer komplexen Zukunft	34
NEU: Die Veränderung unserer Arbeitswelt durch generative KI	35
NUOVO: Il cambiamento del nostro mondo lavorativo attraverso l'IA generativa	35

Liebe Freiwillige, liebe Mitarbeiter:innen aller Tätigkeiten und Funktionen!

Es freut mich sehr, euch das diesjährige Aus- und Weiterbildungsangebot der Personalentwicklung vorzustellen. Wie jedes Jahr hat die Personalentwicklung ein breites Repertoire an Fortbildungen ausgearbeitet und ich freue mich, euch nun einen Vorgeschmack zu geben, was euch im Jahr 2025 erwartet.

Als Weißes Kreuz sind wir ein Ort der Begegnung, an dem Menschen verschiedener Generationen, Sprachen und Kulturen zusammenkommen. Diese Vielfalt bereichert uns als Landesrettungsverein. Mit dem neuen Kursangebot „Inklusive Kommunikation - interkulturell und intergenerationell“ bieten wir unseren Mitarbeiter:innen die Möglichkeit die eigene Kommunikation in diesem Bereich zu schärfen und neue Techniken zu erlernen.

Kommunikation kann manchmal jedoch auch herausfordernd sein. Das neue Seminar „Herausfordernde Gespräche gelassen führen“ bietet ehren- und hauptamtlichen Führungskräften Unterstützung in genau solchen Momenten.

Die Gesundheit aller Mitarbeiter:innen liegt dem Weißen Kreuz am Herzen. Deshalb ist die **Gesundheitsförderung** ein fester Bestandteil der Aus- und Weiterbildung der Personalentwicklung. Neben bewährten Angeboten wie Kinästhetik-Schulungen und Resilienzen-Trainings gibt es in diesem Bereich auch Neues: Mit dem Kursangebot „Ergonomie 4.0“ haben vor allem Mitarbeiter:innen der Landesleitung und Führungskräfte die Möglichkeit, moderne ergonomische Prinzipien in ihren Arbeitsalltag einzubauen.

Ein wichtiger Schwerpunkt in der Gesundheitsförderung, den wir seit vielen Jahren setzen, ist die **Gewaltprävention**. In Ergänzung zum Grund- und Aufbau-seminar bieten wir in diesem Jahr vier vertiefende

Webinare an, die sich mit speziellen Aspekten der Gewaltprävention beschäftigen. Zu Themen wie „Der intoxikierte aggressive Patient“ oder „Konfrontationen mit gefährlichen Gegenständen auf engstem Raum“, werden die wichtigsten Strategien aufgefrischt und neue Inhalte vermittelt.

In den **Themenabenden** greifen wir aktuelle Entwicklungen innerhalb und außerhalb des Weißen Kreuzes auf. Ein Themenabend beschäftigt sich zum Beispiel mit der Anwendung von künstlicher Intelligenz im persönlichen Alltag.

Auch für unsere **Mitarbeiter:innen der italienischen Muttersprache** bieten wir wie jedes Jahr eine breite

Palette von Fortbildungen an. Neben bewährten Schulungen zu Themen wie Kinästhetik und der Sanitärer-Patienten-Beziehung gibt es auch neue Kurse, wie etwa „Kommunikatione inclusiva - interculturale e intergenerazionale“.

Ich wünsche euch gutes Durchstößern des Aus- und Weiterbildungsangebotes der Personalentwicklung. Viel Freude und Erfolg bei den Veranstaltungen, sowie bei der Anwendung des Gelernten im Alltag!

Euer Präsident


Alexander Schmid



Cari volontari, cari collaboratori di ogni attività e funzione!

Sono lieto di presentarvi il programma di formazione ed aggiornamento risorse umane di quest'anno. Come ogni anno, il reparto personale ha elaborato un ampio repertorio di corsi di formazione e sono lieto di darvi un assaggio di ciò che potrete aspettarvi nel 2025.

Come Croce Bianca, siamo un luogo d'incontro in cui si riuniscono persone di generazioni, lingue e culture diverse. Questa **diversità** ci arricchisce come associazione. Con il nuovo corso "Comunicazione inclusiva - interculturale e intergenerazionale", offriamo ai nostri volontari e dipen-

denti l'opportunità di affinare le proprie capacità comunicative in questo ambito e di apprendere nuove tecniche.

Tuttavia, a volte la **comunicazione** può essere difficile. Il nuovo seminario "Herausfordernde Gespräche gelassen führen" offre ai dirigenti un supporto proprio in momenti del genere.

La salute di tutti i volontari e dipendenti è una priorità per la Croce Bianca. Per questo motivo la **promozione della salute** è un elemento essenziale del programma. Oltre a

programmi consolidati come i corsi di cinestetica e la formazione sulla resilienza, c'è anche una novità in questo ambito: il corso "Ergonomie 4.0" offre ai dipendenti e ai dirigenti l'opportunità di integrare i moderni principi ergonomici nella loro routine lavorativa.

Un tema centrale nella promozione della salute che portiamo avanti da molti anni è la **prevenzione della violenza**. Oltre ai seminari di base e avanzati, quest'anno offriamo quattro webinar di approfondimento che trattano aspetti specifici della prevenzione della violenza. Argomenti come "Der intoxikierte aggressive Patient" o "Konfrontationen mit gefährlichen Gegenständen auf engstem Raum", verranno affrontati con argomenti sulle strategie principali e l'introduzione di nuovi contenuti.

Nelle **serate a tema**, affrontiamo gli sviluppi attuali sia all'interno che all'esterno della Croce Bianca. Una serata a tema, ad esempio, tratta l'applicazione dell'intelligenza artificiale nella vita quotidiana.

Come ogni anno, offriamo anche un'ampia gamma di formazioni per i nostri **dipendenti di madrelingua italiana**. Nel programma, oltre a nuovi corsi, come già menzionato precedentemente, ci sono anche nuove formazioni, come la cinestetica e la relazione soccorritore-paziente.

Spero che vi divertirete a sfogliare il programma di formazione ed aggiornamento del reparto personale. Vi auguro inoltre molto divertimento e successo nelle attività formative, così come nell'applicazione di ciò che imparerete nella vita quotidiana!

Il vostro Presidente


Alexander Schmid



Anmeldung

Die Anmeldung für die Weiterbildungen der Personalentwicklung kann durch den Dienstleiter direkt im WK-Office gemacht werden oder über die Personalentwicklung - Tel. 0471444351 oder personalentwicklung@wk-cb.bz.it. Der Anmeldeschluss wird für jede Veranstaltung definiert und ist im Allgemeinen zwei Wochen vor Veranstaltungsbeginn. Die Teilnahme ist für alle freiwilligen, ehrenamtlichen und hauptamtlichen Mitarbeitenden des Weißen Kreuzes kostenlos.

Teilnehmer:innen erhalten auf Anfrage bei gekennzeichneten Kursen ECM Punkte.

Iscrizione ai corsi

L'iscrizione dei corsi della formazione dello sviluppo può essere effettuata dal capo servizio direttamente tramite WK-Office o direttamente tramite l'ufficio personale - tel. 0471444351 oppure via e-mail risorseumane@wk-cb.bz.it. Per ogni manifestazione è definito un termine d'iscrizione, il quale in genere è due settimane prima dell'inizio della manifestazione. La partecipazione è gratuita per tutti volontari e collaboratori della Croce Bianca.

Per i corsi contrassegnati i partecipanti ricevono su richiesta crediti ECM.

WK Credits

Die WK-Credits sind ein Messwert zur Bewertung von Aus- und Fortbildungsaktivitäten. Neben den Angeboten der Abteilung Ausbildung und externen Anbietern, können WK-Credits auch in den Aus- und Weiterbildungen der Personalentwicklung erworben werden. Alle Kurse dieser Broschüre wurden daher nach Inhalten, Länge, Methodik und Relevanz für den Krankentransport und Rettungsdienst bewertet. Die jeweilige Punkteanzahl ist direkt in der jeweiligen Kursbeschreibung ersichtlich. Nach Abschluss des Kurses werden die WK-Credits den Teilnehmer:innen automatisch angerechnet.

Credits CB

I "Credits-CB" sono un valore di misurazione per la valutazione delle attività di istruzione e formazione. Oltre alle offerte di corsi del Reparto Formazione e di fornitori esterni, i "Credits-CB" possono essere ottenuti anche dal programma di formazione ed aggiornamento delle risorse umane. Tutti i corsi presenti in questo programma sono stati valutati in base ai contenuti, alla durata, alla metodologia e alla rilevanza per il soccorso e il trasporto infermi. Il relativo numero di punti è indicato nella rispettiva descrizione del corso. Al termine del corso, i "Credits-CB" vengono automaticamente accreditati ai partecipanti.

Der Kurs war noch
interessanter wie erwartet.
Meine Erwartungen wurden
übertrroffen.

Danke an die Referentin, ich
habe meine versteckte
Schublade gefunden. Danke
an das WK für die
vollen Kursangebote und die
Möglichkeit.

100-prozentige
Weiterempfehlung, Top Kurs,
vielen Dank!

Einer der besten
Referenten, die ich je
gehört habe!

Gut strukturierter Kurs,
gutes Verhältnis zwischen
Theorie und Praxis.
Theorie greifbar erklärt -
Abwechslungsreich. Im Alltag
gut brauchbar und hilfreich.
Vielen Dank - gerne mehr!

Gute Praxiseinheiten,
wertvolle Tipps, kann man
gut umsetzen.

Eine sehr gute Fortbildung.
Die Referentin ist
kompetent, freundlich und
bemüht. Herzlichen Dank!

Noch mehr Zeit für
praktische Beispiele wäre gut,
vielen Dank den höchst
kompetenten Vortragenden.

Sehr professionelle,
freundliche und
zuvorkommende Art der
Instruktoren!
Super Kurs Dankel!

Der Referent ist sehr
kompetent, war sehr interessant
und gut erklärt. Insbesondere
die Aufklärung über Mythen und
Fakten war toll. Sollte mehr solche
Kurse mit Hannes geben.

Super Inhalt,
viel mitgenommen.



Herausfordernde Gespräche gelassen führen

NEU
+2 WK CREDITS

Termin: Mi, 08.10.25 | Zeit: 08.30-17.30 Uhr | Ort: WK Bozen | Kursnr.: 54964 | Anmeldeschluss: 24.09.25

Zielsetzung

Die Führungskräfte, sehen sich immer wieder mit herausfordernden und schwierigen Gesprächssituationen innerhalb der Organisation konfrontiert. In solchen Situationen die Ruhe zu bewahren, die richtigen Worte zu finden und das Gespräch auf eine Kooperationsebene zu führen, ist nicht einfach.

Ziel dieses Kurses ist es, dass die Teilnehmer:innen effektive Kommunikationswerkzeuge und förderliche Einstellungen kennenlernen und praktisch zu trainieren, um schwierige Gesprächssituationen mutig anzugehen und kompetent zu führen. Sie erfahren, wie Prinzipien einer klaren und wertschätzenden Kommunikation auf Augenhöhe Kooperation fördern und Konflikten vorbeugen. Frei nach dem Motto „Klar in der Sache und wohlwollend dem Menschen gegenüber“.

Im Training beschäftigen wir uns mit folgenden Fragestellungen:

- + Wie kann ich meine Vorstellungen und Sichtweisen kommunizieren, dass andere sie annehmen, verstehen und ernstnehmen?
- + Wie gelingt es mir Kritik anzunehmen und gleichzeitig auch Respekt zu bekommen?
- + Wie kann ich die Anliegen und Wünsche anderer erkennen und daraus passende Lösungen entwickeln?
- + Wie kann ich mit verschiedenen Sichtweisen umgehen, sodass sich alle Gesprächspartner verstanden fühlen und Interesse für meinen Standpunkt entsteht?

Inhalte

- + Gewinnende Gesprächsführungsprinzipien und -techniken kennenlernen und trainieren
- + Das eigene Kommunikationsverhalten reflektieren und das Bewusstsein über den eigenen Beitrag zur Lösung von schwierigen Gesprächen erkennen
- + Eine neue Qualität der Gesprächsführung entwickeln und durch authentische Kommunikation überzeugen
- + Bewusst agieren statt unbewusst reagieren – Herausforderungen mit Kraft und Leichtigkeit begegnen
- + Unterschiedliche Standpunkte zusammenführen und gemeinsame Lösungen entwickeln
- + Wertschätzung als Erfolgsfaktor in der Kommunikation
- + Die Qualität des Zuhörens als Quelle von Verstehen, Kreativität und Entwicklung



Zielgruppe

Ehrenamtliche und hauptamtliche Führungskräfte, Ausschussmitglieder, Sektionsjugendleiter:innen, Gruppenleiter:innen und Freiwilligenkoordinator:innen

Referent

David Schneider, Future Coach
Trainer

Meetingmanagement

Praxisworkshop für effiziente und ergebnisorientierte Sitzungen

+2 WK CREDITS

Termin: Di, 21.10.25 | Zeit: 09.00-17.00 Uhr | Ort: WK Bozen | Kursnr.: 54967 | Anmeldeschluss: 07.10.25

Zielsetzung

Wer Sitzungen souverän leiten will, braucht mehr als theoretisches Wissen. In diesem Workshop können die Teilnehmer:innen praktischen Erfahrungen für eine erfolgreiche Moderation selbst sammeln. Hierfür üben die Teilnehmer:innen im Sitzungs-Simulator konkrete, alltagsnahe Meeting-Situationen. Dabei nehmen die Teilnehmer:innen unterschiedliche Rollen ein und erfahren selbst, wie sie ergebnis- und teilnehmerorientiert eine Besprechung leiten oder daran teilnehmen.

Dabei profitieren alle auch von den Erfahrungen und dem Verhalten der anderen Teilnehmer:innen. So eignet sich jeder im Laufe des Workshops ein Repertoire an persönlichen Erfahrungen, Einsichten und Verhaltensweisen an, die man als Sitzungsleitung oder Sitzungsteilnehmer:in im Weißen Kreuz konkret umsetzen kann.

Inhalte

- + Praxistraining: jetzt moderiere ich!
- + Ziele definieren und Ziel führend moderieren
- + Arbeitsmittel und Medien gezielt einsetzen
- + Rationeller Umgang mit der Zeit
- + Tipps für eine effiziente Besprechung
- + Selbstsicheres Auftreten: Der Körper spricht mit!
- + Wie gehen wir mit schwierigen Teilnehmern um?
- + Intervenieren bei Konflikten
- + Abschluss und Ergebnissicherung



Zielgruppe

Ehrenamtliche und hauptamtliche Führungskräfte, Sektionsjugendleiter:innen

Referentin

Jutta Wieser, TELOS-Referentin mit Schwerpunkt Rhetorik, Moderation und Meetingmanagement

Relazione soccorritore-paziente

Come instaurare una relazione di qualità durante ogni intervento

+ PUNTI ECM
+14 CREDITS CB

Data: Ven, 17.10.25 | Ore: 08.30-17.00 | Luogo: CB Bolzano | N°corso: 54966 | Termine d'iscrizione: 03.10.25

Obiettivo

Ogni intervento rappresenta un'esperienza unica e irripetibile e la possibilità di stabilire un legame autentico e di qualità con il paziente e il suo mondo. In ogni tragitto il soccorritore può offrire al paziente uno spazio di condivisione in cui potersi raccontare. Questo spazio ha bisogno di determinate caratteristiche affinché la relazione si basi su un rapporto di fiducia e rispetto reciproci e per far sì che ogni incontro si trasformi in un dono ricco di magia sia per il paziente che per il soccorritore.

Contenuti

- + Sviluppare un livello di ascolto e di comunicazione idonei alla circostanza
- + Riconoscere il mondo del paziente e il proprio mondo interiore
- + Contattare il proprio livello di empatia
- + Aumentare il proprio livello di consapevolezza
- + Imparare a stare con ciò che emerge



Gruppo target

Collaboratori volontari e dipendenti

Docenti

Elena Bonfrisco, Vizeresponsabile Reparto Formazione, Counselor psicocorporeo relazionale
Giorgio Pe, Istruttore

Aspetti legali delle attività della Croce Bianca

+2 CREDITS CB

Data: Mar, 18.11.25 | **Ore:** 19.00–21.00 | **Luogo:** Online | **N°corso:** 54963 | **Termine d'iscrizione:** 04.11.25

Obiettivo

Ai collaboratori volontari e dipendenti nonché ai dirigenti volontari della Croce Bianca saranno trasmessi conoscenze sugli aspetti legali delle loro funzioni. Sarà dato un primo quadro sulle disposizioni vigenti. Poi segue la differenziazione tra responsabilità penale e civile con una speciale attenzione su temi come il rifiuto trasporto, il trattamento sanitario obbligatorio e la guida con segnali di emergenza. Ai collaboratori sarà data anche una visione generale sulla propria copertura assicurativa.

Contenuti

- + Che cosa significa responsabilità?
- + Quali conseguenze di diritto civile e penale sono collegate con la mia attività?
- + Quali reati posso commettere?
- + Quando può essere compilato il rifiuto trasporto?
- + Che cosa devo osservare in caso di una reanimazione?
- + Come sono assicurato?



Gruppo target

Collaboratori volontari e dipendenti

Docente

Stefan Viehweider, Responsabile
Legal Compliance

Rechtliche Aspekte der Tätigkeiten im Weißen Kreuz

+2 WK CREDITS

Termin: Di, 14.10.25 | **Zeit:** 19.00–21.00 Uhr | **Ort:** Online | **Kursnr.:** 54962 | **Anmeldeschluss:** 30.09.25

Zielsetzung

Diese Veranstaltung soll allen freiwilligen, ehrenamtlichen und hauptamtlichen Mitarbeitenden im WK Kenntnisse über die rechtlichen Aspekte, die mit den verschiedenen Funktionen in Verbindung stehen, vermitteln. Dabei wird vorab ein allgemeiner Überblick über die geltenden Bestimmungen gegeben. Dann folgt die Unterscheidung zwischen straf- und zivilrechtlicher Haftung mit besonderem Augenmerk auf Themen wie Transportverweigerung, Zwangseinlieferung und Fahren mit Sondersignal. Die Mitarbeiter:innen erhalten ebenso einen Überblick über die bestehenden Versicherungsabdeckungen.

Inhalte

- + Was bedeutet Haftung?
- + Welche straf- und zivilrechtlichen Folgen sind mit meiner Tätigkeit verbunden?
- + Welche „Verbrechen“ kann ich begehen?
- + Wann kann eine Transportverweigerung ausgefüllt werden?
- + Was muss ich bei einer Reanimation beachten?
- + Wie bin ich versichert?



Zielgruppe

Ehrenamtliche, freiwillige und hauptamtliche Mitarbeiter:innen

Referent

Stefan Viehweider, Stabstelle „Legal Compliance“

Präsenz und Wirkung

NEU
+2 WK CREDITS

Termin: Do-Fr, 22.-23.05.25 | **Zeit:** 09.00–17.00 Uhr | **Ort:** Lichtenburg Nals | **Kursnr.:** 54971 | **Anmeldeschluss:** 08.05.25

Zielsetzung

Steigern Sie Ihre persönliche Ausstrahlung und entwickeln Sie einen authentischen Stil, der überzeugt. Mit praktischen Übungen stärken Sie Ihre Präsenz, nutzen Lampenfieber positiv und erzielen wirkungsvolle Auftritte. Erhalten Sie professionelles Feedback, um Ihre Ausdrucksfähigkeit zu verfeinern und Ihre Wirkung zu maximieren, ohne Ihre Identität zu verlieren.

Sie stärken Ihre eigene Wirkung. Sie erarbeiten Ihren persönlichen und damit wirkungsvollen Stil. Durch einen hohen Anteil an Übungssequenzen erreichen Sie eine hohe Transferqualität.

Erweitern Sie Ihre Ausdrucksvielfalt durch gezielte Übungen, entdecken Sie die wirkungsvollsten Methoden für Ihre Persönlichkeit und stärken Sie Ihre Überzeugungskraft. Profitieren Sie von detailliertem Feedback, das Ihnen hilft, klar und authentisch zu kommunizieren, ohne Ihre Einzigartigkeit zu verlieren.

Inhalte

- + Präsenz: was Vitalität bindet und die Wirkung reduziert; wie Persönlichkeit, Ausdruck und Auftritt kongruent werden
- + Haltung und Stand: Vorbereitung Ihrer Auftritte und Ihr Platz im Raum
- + Ausdruck, Atmung, Stimme: wie man tief Luft holt und ein Auditorium stimmlich erreicht
- + Lampenfieber: sich Aufregung zunutze machen
- + Umsetzungserfolg generieren: Präsenzsituationen

Zielgruppe

Ehrenamtliche und hauptamtliche Führungskräfte, Ausbilder:innen, Mitarbeiter:innen der Landesleitung, Sektionsjugendleiter:innen

Referent

Thimo Fiesel (A-Kufstein), Partner, Berater & Trainer bei ComTeam Organisationsentwicklung GmbH (Innsbruck), Trainingsschwerpunkte: Führungskräfteentwicklung, Persönlichkeitsentwicklung (Präsenz und Wirkung, Führen im Change, etc.), Teamdynamik und Teamentwicklung.



Gehirnjogging

Optimieren der eigenen Lern- und Leistungsfähigkeit

+ ECM PUNKTE
+2 WK CREDITS

Termin: Fr, 30.05.25 | **Zeit:** 08.30-17.30 Uhr | **Ort:** Lichtenburg Nals | **Kursnr.:** 54968 | **Anmeldeschluss:** 16.05.25

Zielsetzung

Diese Veranstaltung zeigt den Teilnehmer:innen, wie sie ihr scheinbar ermüdetes oder vergessliches Gehirn mit relativ wenig Aufwand und mit Spaß trainieren können. Dabei erfahren sie vorab einige interessante Fakten, wie das Gehirn funktioniert und wie man diese Funktionen noch unterstützen kann.

Die Teilnehmer:innen lernen, wie sie sich Sachen und Namen besser merken können und wie sie zum Beispiel auch in stressigen Situationen die Konzentration hochhalten.

Ein besonderes Augenmerk wird zudem auf die vielen Übungen gelegt, damit die Teilnehmer:innen zuhause sofort in den Alltag einbauen können. Das Ergebnis wird verblüffen!

Inhalte

- + Interessante, leicht verständliche Fakten zum Thema Gehirn
- + Tipps für das tägliche Training mentaler Leistungsfähigkeit
- + Funktionsfähigkeit des Gehirns stärken; u.a. mit gesundheitswirksamer Bewegung, Brainfood, einem guten Mix aus Über- und Unterforderung.
- + Neben spaßigen, visuellen und koordinativen Aufgaben wartet ein Sammelsurium an Übungen auf Sie, welche auf einfache Art und sofort in Ihrem Alltag eingebaut werden können



Zielgruppe

Ehrenamtliche, freiwillige und hauptamtliche Mitarbeiter:innen

Referentin

Nadine Däpp, Sportcoach und Mentaltrainerin

Inklusive Kommunikation

Interkulturell und Intergenerational

NEU
+4 WK CREDITS

Termin: Do, 20.03.25 | **Zeit:** 08.30-17.30 Uhr | **Ort:** Lichtenburg Nals | **Kursnr.:** 54969 | **Anmeldeschluss:** 06.03.25

Zielsetzung

Sensibilisierung für kulturelle und generationsbedingte Vielfalt, Vermittlung von inklusiver Kommunikation, Förderung eines respektvollen und kollaborativen Arbeitsumfelds, sowie Stärkung der Motivation und des konstruktiven Feedbacks über Generationen und Kulturen hinweg.

Inhalte

- + **Einführung in interkulturelle und intergenerationale Kommunikation:** Bedeutung von Diversität, kulturelle und generationsbedingte Unterschiede, Abbau von Stereotypen.
- + **Aktives Zuhören und effektive Rückmeldungen:** Techniken des aktiven Zuhörens, konstruktives Feedback, Umgang mit schwierigen Feedbacksituationen.
- + **Kommunikation über Generationen hinweg:** Kommunikationspräferenzen der verschiedenen Generationen, generationsübergreifende Zusammenarbeit, Motivation durch altersgerechte Ansprache.
- + **Werkzeuge und Techniken inklusiver Kommunikation:** Geschlechtergerechte und diskriminierungsfreie

Zielgruppe

Ehrenamtliche und hauptamtliche Führungskräfte, Gruppenleiter:innen, Freiwilligenkoordinator:innen, Sektionsjugendleiter:innen, Ausschussmitglieder

Referentin

Katharina von Bruchhausen, Zertifizierte Business Knigge Trainerin, Referentin und Beraterin spezialisiert auf Stil und Etikette, Umgangsformen, Kommunikation und Persönlichkeitsentwicklung

Comunicazione inclusiva

Interculturale e intergenerazionale

NUOVO
+4 WK CREDITS

Data: Mer, 19.03.25 | **Ore:** 08.30-17.30 | **Luogo:** Lichtenburg Nalles | **N°corso:** 54970 | **Termine d'iscrizione:** 05.03.25

Obiettivo

Sensibilizzazione alla diversità culturale e generazionale, promozione di una comunicazione inclusiva, creazione di un ambiente di lavoro rispettoso e collaborativo, nonché potenziamento della motivazione e del feedback costruttivo attraverso generazioni e culture diverse.

Contenuti

- + **Introduzione alla comunicazione interculturale e intergenerazionale:** Importanza della diversità, differenze culturali e generazionali, superamento degli stereotipi.
- + **Ascolto attivo e feedback efficace:** Tecniche di ascolto attivo, feedback costruttivo, gestione di situazioni di feedback difficili.
- + **Comunicazione tra generazioni:** Preferenze comunicative delle diverse generazioni, collaborazione intergenerazionale, motivazione attraverso una comunicazione adeguata all'età.
- + **Strumenti e tecniche di comunicazione inclusiva:** Linguaggio neutrale rispetto al genere e privo di discriminazioni, tecniche motivazionali, gestione dei conflitti.

Gruppo target

Dirigenti volontari e dipendenti, capo gruppi, membri del consiglio, coordinatori volontari e responsabili del Gruppo Giovani

Docente

Katharina von Bruchhausen, Formatrice certificata di Business Etiquette, relattrice e consulente specializzata in Stile e galateo, buone maniere, comunicazione e sviluppo personale



Sanitäter-Patienten-Beziehung

Wie man bei jedem Einsatz eine Qualitätsbeziehung aufbauen kann

+ ECM PUNKTE
+14 WK CREDITS

Termin: Mi, 30.04.25

Zeit: 08.30-17.00 Uhr

Ort: WK Bozen

Kursnr.: 54965

Anmeldeschluss: 16.04.25

Zielsetzung

Jeder Einsatz stellt eine einzigartige und unwiederholbare Erfahrung und die Möglichkeit dar, eine authentische und qualitativ hochwertige Beziehung mit dem Patienten und seiner Welt herzustellen. Auf jeder Reise kann der Sanitäter dem Patienten einen Raum zum Austausch schaffen und anbieten, in dem der Patient seine Geschichte erzählen kann. Dieser Raum braucht bestimmte Eigenschaften, damit die Beziehung auf gegenseitigem Vertrauen und Respekt beruht und jede Begegnung zu einem Geschenk voller Magie wird, sowohl für den Patienten als auch für den Sanitäter.

Inhalte

- + Entwicklung von angemessenem Zuhören und Kommunikation
- + Die Welt des Patienten und die eigene innere Welt erkennen
- + Das eigene Einfühlungsvermögen kontaktieren
- + Das eigene Bewusstsein erhöhen
- + Lernen, mit dem zu „bleiben“, was entsteht

Zielgruppe

Ehrenamtliche, freiwillige und hauptamtliche Mitarbeiter:innen

Referenten

Elena Bonfrisco, Stellvertreterin Abteilung Ausbildung, Counselor pisco-corporeo relazionale

Giorgio Pe, Ausbilder

Der Patiententransfer - Einsatz für die eigene Gesundheit II

Hilfsmittel-Einsatz unter kinästhetischen Grundsätzen

NEU
+ ECM PUNKTE
+14 WK CREDITS

Termin: Fr, 26.09.25

Zeit: 08.30-17.30 Uhr

Ort: WK Bozen

Kursnr.: 54973

Anmeldeschluss: 12.09.25

Zielsetzung

Nach Besuch der Impulsveranstaltung, in welcher unter Berücksichtigung kinästhetischer Grundsätze, einfach anwendbare Alternativen des Patiententransfers vermittelt wurden, bietet dieses Aufbauseminar neben der Vertiefung des bereits Erlernten das Einbinden unterschiedlicher Hilfsmittel in den täglichen Patiententransfer.

Wieder werden die berufsspezifischen Gegebenheiten im Krankentransport und Rettungsdienst in den Focus gesetzt. Die Teilnehmer erlernen, durch das Einbinden von, (in nahezu jedem Einsatz verfügbaren) Hilfsmitteln, weitere Möglichkeiten des Patiententransfers.

So können z.B. ein Bettlaken, ein Handtuch oder „die Banane“ hilfreiche Unterstützung bei einem Patiententransfer bieten. Unter Berücksichtigung der erlernten kinästhetischen Grundsätze eröffnen sich weitere Möglichkeiten des Patiententransfers, welche sich für die Patienten angenehm und sicher und für die Mitarbeiter kräfteschonend und einfacher gestalten.

Leicht verständliche Vorgehensweisen und ein hoher Praxisanteil versprechen wiederum einen hohen und nachhaltigen Lernerfolg für die Teilnehmer.

Inhalte

- + Vertiefung Grundlagen kinästhetischer Arbeitsweise
- + Einbinden von Hilfsmitteln
- + Praxisbeispiele



Zielgruppe

Alle Mitarbeiter:innen, welche bereits das Grundseminar besucht haben.

Referent

Manfred Lauble, Notfallsanitäter/Praxisanleiter/QMB/Auditor im Sozial- und Gesundheitswesen Schwerpunkt Rettungsdienst u. Ausbildung

Kinaesthetics II

Muovere senza sollevare

+ ECM PUNKTE
+14 CREDITS CB

Data: Ven, 12.09.25

Ore: 08.30-17.30

Luogo: CB Bolzano

N°corso: 54987

Termine d'iscrizione: 29.08.25

Obiettivo

In questa formazione i partecipanti prenderanno visione di diversi concetti del Kinaesthetics. In Kinaesthetics viene data importanza alla percezione, l'analisi e l'adattamento del proprio movimento. La nostra attenzione sarà sul MUOVERE SE STESSI insieme alle persone.

Verranno sviluppate soprattutto delle competenze di sostegno per aiutare le persone a muoversi e di conseguenza proteggere la propria salute. La formazione è strutturata in due moduli.

Contenuti

- + Concetto Kinaesthetics - Anatomia Funzionale
 1. Ossa e muscoli
 2. Masse e spazi intermedi
 3. Orientamento
- + Esempi pratici sulla mobilitazione delle persone
- + Utilizzo degli ausili per la movimentazione delle persone



Gruppo target

Tutti i collaboratori che hanno partecipato al corso base

Docente

Evi Lantschner, Istruttrice Kinaesthetics



Das ABC der Eigensicherung

Webinare zu den Themen Eigensicherung, Deeskalation und Gewaltschutz

NEU
+2 WK CREDITS

Block: 1	Termin: Mo, 14.04.25	Zeit: 19.00–21.00 Uhr	Ort: Online	Kursnr.: 55048	Anmeldeschluss: 31.03.25
Block: 2	Termin: Mo, 26.05.25	Zeit: 19.00–21.00 Uhr	Ort: Online	Kursnr.: 55049	Anmeldeschluss: 12.05.25
Block: 3	Termin: Mo, 15.09.25	Zeit: 19.00–21.00 Uhr	Ort: Online	Kursnr.: 55050	Anmeldeschluss: 01.09.25
Block: 4	Termin: Mo, 10.11.25	Zeit: 19.00–21.00 Uhr	Ort: Online	Kursnr.: 55051	Anmeldeschluss: 27.10.25

Zielsetzung

Die zunehmende Gewalt in der Gesellschaft betrifft auch den Arbeitsplatz, insbesondere für notfallmedizinische Fach- und Führungskräfte. Diese sind verstärkt psychischen und physischen Gefahren ausgesetzt. Neben persönlichen Faktoren spielen Medienkonsum und gesellschaftliche Trends eine Rolle bei der Verschärfung des Verhaltens von Patienten. Unzureichende Handlungsfähigkeiten erschweren den angemessenen Umgang mit Konfliktsituationen, weshalb spezifische Handlungskompetenzen notwendig sind, um Risiken für Personen und Sachwerte zu minimieren.

In der Schulung werden persönliche Stärken durch bewährte Verhaltensregeln ergänzt, um den Umgang mit Stress, Bedrohungen und Gewalt während des Patientenkontakts zu verbessern.

Hierbei handelt es sich um 4 verschiedene Webinare mit jeweils einem anderen Schwerpunkt. Ziel dieser Veranstaltungsreihe ist es, anhand realer Fallbeispiele Prinzipien zu vermitteln, die das Umfeld von Patienten und Rettungskräften positiv beeinflussen.

Inhalte

- + Aufbau von Handlungskompetenz zur Bewältigung von Stress- und Gewaltsituationen
- + Vermittlung technischer und taktischer Fähigkeiten
- + Entwicklung physischer und psychologischer Eigenschaften
- + Erarbeitung einer „Toolbox“ zur Handlungserweiterung
- + Verbesserung der Einschätzungsfähigkeit von Führungskräften
- + Erhöhung der Sicherheit und Reduzierung von Schäden

Themenblock 1 – Psychiatrischer Ausnahmezustände

Patienten in psychiatrischen Ausnahmezuständen und ähnlichen Krisenlagen sind in ihren Verhaltens- und Handlungsmustern oftmals schwierig einzuschätzen.

Themenblock 2 – Konfrontationen mit gefährlichen Gegenständen auf engstem Raum

Während der Patientenversorgung auf engstem Raum (Wohnung, RTW, etc.) kann es immer wieder, aufgrund der wahrgenommenen psychischen Ausnahmesituation, zu Konfrontationen mit gefährlichen Gegenständen kommen.

Themenblock 3 – Der intoxikierte aggressive Patient

(Misch)intoxikationen sind wesentliche gewaltbegünstigende Faktoren, die aufgrund teils massiver Wahrnehmungsverzerrungen die notfallmedizinische Versorgung des Patienten und die Sicherheit der anwesenden Einsatzkräfte gefährden können.

Themenblock 4 – Behinderungen an der Einsatzstelle

„Stress frisst Hirn.“ Selbst bei (unspektakulären) Routineeinsätzen werden Rettungskräfte an Einsatzstellen behindert und unnötig gefährdet.



Zielgruppe

Alle Mitarbeiter:innen, welche bereits das Grundseminar „Praxistraining Deeskalation und Gewaltschutzstrategien“ besucht haben.

Referent

Dr. phil. Ken Oesterreich, Dozent in der Aus- und Fortbildung von medizinischen Rettungskräften und Notfallmedizinern

Deeskalation Advanced

+ ECM PUNKTE
+14 WK CREDITS

Termin: Fr, 04.04.25	Zeit: 08.30-17.30 Uhr	Ort: WK Brixen	Kursnr.: 54972	Anmeldeschluss: 21.03.25
-----------------------------	------------------------------	-----------------------	-----------------------	---------------------------------

Zielsetzung

Die zunehmende Gewalt in unserer Gesellschaft macht auch vor dem Arbeitsplatz nicht halt. Immer häufiger werden Rettungskräfte mit Situationen konfrontiert, die eine psychische Belastung und physische Gefahr darstellen. Neben der eigenen Veranlagung und krankheitsbedingten Faktoren beeinflussen Medienkonsum und Trends in der Alltagskultur das Verhalten der Menschen zunehmend negativ. Rettungskräfte benötigen deshalb eine besondere Handlungskompetenz, um das erhöhte Risiko von Personen- und Sachschäden bereits im Vorfeld zu minimieren.

Die persönlichen Stärken und Erfahrungen der Teilnehmer:innen werden in dieser Schulung daher durch bewährte Verhaltensregeln ergänzt, um Ihnen die notwendige Stress- und Handlungskompetenz für den Umgang mit kritischen Situationen, Bedrohungen und Gewalt während des direkten Patientenkontakts zu vermitteln. Praxisszenarien, Simulationen und Fallbeispiele schaffen ein Trainingsumfeld mit größtmöglichem Bezug zur Realität und befähigen die Teilnehmer:innen, auch unter schwierigen Bedingungen professionell zu agieren.

Inhalte

- + Erklärungsansätze zur Entwicklung menschlichen Aggressions- und Gewaltverhaltens
- + Frühzeitiges Erkennen von gewalttätigen Situationen anhand von Analysen dokumentierter Praxisfälle aus dem Rettungsdienst
- + Eigensicherung/ Eigenschutz in eskalierenden Situationen
- + Einfluss psychoaktiver Substanzen auf menschliches Aggressions- und Gewaltverhalten
- + Umgang mit Angst in gewalttätigen Situationen
- + Situationstraining bei Gewalt im RTW und beengten Wohnräumen



Zielgruppe

Alle Mitarbeiter:innen, welche bereits das Grundseminar „Praxistraining Deeskalation und Gewaltschutzstrategien“ besucht haben.

Referent

Dr. phil. Ken Oesterreich, Dozent in der Aus- und Fortbildung von medizinischen Rettungskräften und Notfallmedizinern

Medienwerkstatt für Sektionen

Social Media und Texterstellung

Termin: Fr, 11.04.25 | **Zeit:** 08.30-16.00 Uhr | **Ort:** Brandnamic Campus | **Kursnr.:** 55076 | **Anmeldeschluss:** 28.03.25

Zielsetzung

Diese Schulung richtet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die ihre Kenntnisse in den Bereichen Social Media und Texterstellung gezielt vertiefen möchten. Sie lernen, die Kraft der Sprache wirkungsvoll einzusetzen und ihre Zielgruppe mit gekonntem Storytelling zu begeistern. Darüber hinaus erfahren sie, wie moderne KI-Tools den kreativen Prozess unterstützen und die Effizienz steigern. Praktische Übungen, in denen das Gelernte direkt angewendet wird, runden den Kurs ab.

Inhalte

- + Texting für Social Media
 - Psychologie des Textens
 - Schreiben auf den Punkt
 - Storytelling als Erfolgsgeheimnis
- + Social-Media-Marketing
 - Aktuelle Trends
 - KI clever nutzen: Capcut, Canva und ChatGPT
 - Praktische Übungen



Zielgruppe

Medienkoordinator:innen, ehrenamtliche und hauptamtliche Führungskräfte

Referierende

Mitarbeiter:innen der Firma Brandnamic

SPEZIALISIERUNGEN | SPECIALIZZAZIONI

Smart Working mit Microsoft 365

NEU

Termin: Di, 11.03.25 | **Zeit:** 15.00-17.00 Uhr | **Ort:** Online | **Kursnr.:** 55305 | **Anmeldeschluss:** 25.02.25

Zielsetzung

In diesem Kurs lernen die Teilnehmer*innen, wie sie Microsoft Teams effektiv nutzen können, um die Kommunikation und Zusammenarbeit im Team zu verbessern. Der Kurs zeigt auf, wie durch eine effiziente Kommunikation in MS Teams die E-Mail-Flut reduziert werden kann und eine transparentere Kommunikation im Team möglich wird. Die Teilnehmer*innen erfahren, wie sie Unterhaltungen in Teams und Chats führen, Besprechungen planen und durchführen sowie Videokonferenzen moderieren können. Zudem wird die Dokumentenverwaltung in Microsoft Teams erläutert, einschließlich des Teilens und gemeinsamen Bearbeitens von Dokumenten. Die Teilnehmer*innen lernen, wie sie den Überblick über ihre persönlichen Aufgaben und die Teamaufgaben behalten und wie sie Notizen und Protokolle in OneNote verwalten können.

Inhalte

- + Dokumentenverwaltung in Microsoft Teams
- + Aufgabenmanagement in MS365 mit Planner und ToDo
- + Kurze Einführung in die Notizverwaltung und Protokollierung der Teambesprechungen mit OneNote
- + Transparente Kommunikation mit Microsoft Teams etablieren
- + Onlinebesprechungen planen und durchführen
- + Weitere Apps in MS Teams einbinden



Zielgruppe

Ehrenamtliche und hauptamtliche Führungskräfte, Mitarbeiter:innen der Landesleitung

Referentinnen

Christine Vigl, Business- und Managementcoach
Dagmar Demanega, Beraterin und Mitarbeiterin Firma Ewico

Fels in der Brandung, statt Hamster im Rad

In zehn Schritten zur persönlichen Resilienz

+2 WK CREDITS

Termin: Mi, 16.04.25 | **Zeit:** 08.30-17.30 Uhr | **Ort:** WK Brixen | **Kursnr.:** 54976 | **Anmeldeschluss:** 02.04.25

Zielsetzung

Unser Leben ist schnell geworden, anspruchsvoll und vielschichtig, belastend und chancenreich zugleich. Um im täglichen Wellengang nicht den Überblick zu verlieren, braucht es die Fähigkeit zur verantwortungsbewussten Selbststeuerung. Diese Fähigkeit wird im Seminar gezielt geschult. Zentrale Themen des Seminars sind innere Stabilität, persönliche Gestaltungskraft in Zeiten ständiger Veränderung und Komplexitätsbewältigung genauso wie die sorgfältige Pflege des persönlichen Energiehaushaltes.

Ziele des Seminars:

- + Klarheit gewinnen über Standort, Werte, Ziele, Visionen
- + Kompetente Selbststeuerung und Selbstwirksamkeit
- + Sorgfältige Pflege des persönlichen Energiehaushalts
- + Stärke nach innen und außen entwickeln

Die Teilnehmer:innen lernen Werkzeuge kennen, um eine gute Balance zwischen der eigenen Kraft und den täglichen Herausforderungen zu finden.

Inhalte

- + Das Energiefass
 - Die sorgfältige Pflege des persönlichen Energiehaushalts
 - Energiespender und Energieräuber identifizieren
 - Eigenes Energieniveau bewusst anheben
- + Der Rollenkuchen
 - Genauere Standortbestimmung der persönlichen Situation
 - beruflich und privat Gleichgewicht in die eigenen Rollen bringen
- + Grenzen setzen, Grenzen achten, Grenzen öffnen
 - Sich selbst und anderen gegenüber konsequenter werden
 - Grenzen achtsam, klar und deutlich aufzeigen – konstruktiv „Nein“ sagen können
- + Achtsamer Tagesablauf
 - Den eigenen Tagesablauf selbst noch wirksamer gestalten
 - Tägliche Abläufe achtsamer und gelassener steuern



Ergonomie 4.0

Fasziengesundheit am Arbeitsplatz

NEU
+ ECM PUNKTE
+2 WK CREDITS

Termin: Mi, 10.09.25 **Zeit:** 09.00–17.00 Uhr **Ort:** Lichtenburg Nals **Kursnr.:** 54988 **Anmeldeschluss:** 27.08.25

Zielsetzung

Die modernen Arbeitsbedingungen haben dazu geführt, dass wir unserer Arbeit nicht nur im Büro, sondern auch zu Hause nachgehen. Leider ist es nicht immer möglich, ergonomische Rahmenbedingungen am jeweiligen „Arbeitsplatz“ herzustellen.

Dies hat leider dazu geführt, dass Krankheitsbilder, wie Spannungskopfschmerzen, Sehstörungen oder Knochen- und Gelenkschmerzen deutlich öfter zu Arbeitsbeeinträchtigungen / -ausfällen, führen als noch vor 5 oder 10 Jahren.

In diesem Seminar erfährst du, wie du durch einfache Bewegungsimpulse aus dem funktionellen Training, Knochen- und Gelenkschmerzen reduzieren kannst, welche Möglichkeiten ein regelmäßig umgesetztes Augentraining bietet, um Verspannungen im Hals- und Nackenbereich vorzubeugen, warum es sinnvoll ist, fasziale Impulse / Tools im Arbeitsalltag zu integrieren und welche technischen „Bausteine“ deinen Arbeitsplatz ergonomischer gestalten können.

Inhalte

- + Anatomische und physiologische Grundlagen (kurzer Überblick)
- + Zielgerichtete Verhaltens- und Verhältnisprävention zur Vermeidung von Verspannungen und Spannungskopfschmerzen
- + Moderne Ergonomie und der richtige Einsatz technischer „Hilfsgeräte“
- + Selbstakupressur
- + Mobilisationsübungen für den Kiefer- und Nackenbereich, um Verspannungen vorzubeugen / zu reduzieren
- + Das 1x1 der Augengymnastik
- + Wirksame Selbsthilfe gegen Mausarm und Karpaltunnelsyndrom
- + Funktionelle Bewegungsübungen für die aktive Bewegungspause zwischen- durch bzw. für den Ausgleich nach der Arbeit
- + Fasziale Tools im Einsatz am Arbeitsplatz und im Home - Office (Ideenpool für MA)
- + Zahlreiche Praxistipps und Klärung individueller Fragen

Zielgruppe

Mitarbeiter:innen der Landesleitung, ehrenamtliche und hauptberufliche Führungskräfte, alle interessierten Mitarbeiter:innen, welche einer Büro-tätigkeit nachgehen

Referent

Mag. Heinz Peter Steiner, Gesundheitsinitiator – sportwissenschaftlicher Berater, Mentaltrainer, Atemtherapeut, Entspannungscoach, Mobility Trainer, Rückenschullehrer, Advanced Fascial Fitness



Der Patiententransfer - Einsatz für die eigene Gesundheit

Kinästhetische Grundsätze für den Rettungsdienst

+ ECM PUNKTE
+14 WK CREDITS

Termin: Do, 27.03.25 **Zeit:** 08.30–17.30 Uhr **Ort:** WK Brixen **Kursnr.:** 54983 **Anmeldeschluss:** 13.03.25

Termin: Fr, 28.03.25 **Zeit:** 08.30–17.30 Uhr **Ort:** Lichtenburg, Nals **Kursnr.:** 54984 **Anmeldeschluss:** 14.03.25

Termin: Do, 25.09.25 **Zeit:** 08.30–17.30 Uhr **Ort:** WK Bozen **Kursnr.:** 54985 **Anmeldeschluss:** 11.09.25

Zielsetzung

Anstelle von „kräfteschonend für den Mitarbeiter“ und „angenehm für den Patienten“ arbeiten die meisten Rettungsdienstmitarbeiter wie vor Jahrzehnten. Ziehen, zerren und „Hau-Ruck“ ist nicht zeitgemäß, oft schmerzhaft für den Patienten und hat gravierenden gesundheitliche Folgen für das Personal.

Diese Impulsveranstaltung vermittelt, unter Berücksichtigung kinästhetischer Grundsätze, einfach anwendbare Alternativen des Patiententransfers. Zentraler Ausgangspunkt sind die berufsspezifischen Gegebenheiten im Krankentransport und Rettungsdienst. Hier werden keine Angebote der Pflege „kopiert“, stattdessen einfache Regeln und Praxisbeispiele gewählt welche leicht verständlich in den Arbeitsalltag Rettungsdienst u. Krankentransport übernommen werden können und somit einen nachhaltigen Erfolg versprechen.

Das „how to do“ von Patiententransfers (z.B. von Bett auf Trage) ist ein elementarer Teil der täglichen Arbeit in Rettungsdienst- und Krankentransport. Der professionelle körperliche Umgang mit dem Patienten erleichtert nicht nur den Arbeitsalltag durch einen deutlich minimierten Kraftaufwand, sondern fördert, auch langfristig, die Gesundheit und somit die Motivation und die Freude am Rettungsdienstalltag. Dies wirkt sich positiv auf das Arbeitsklima aus und minimiert die krankheitsbedingten Ausfälle, was auch aus wirtschaftlicher Sicht eine lohnenswerte Investition für jeden Arbeitgeber darstellt.

Inhalte

- + Grundlagen kinästhetischer Arbeitsweise
- + Anwendungsbereiche
- + Unterstützende Kommunikation
- + Praxisbeispiele

Zielgruppe

Ehrenamtliche, freiwillige und hauptamtliche Mitarbeiter:innen

Referent

Manfred Lauble, Notfallsanitäter/Praxisanleiter/QMB/Auditor im Sozial- u. Gesundheitswesen Schwerpunkt Rettungsdienst u. Ausbildung



Praxistraining Deeskalation und Gewaltschutzstrategien

Cool bleiben, wenn's heiß wird!

+ ECM PUNKTE
+14 WK CREDITS

Termin: Mi, 02.04.25	Zeit: 08.30-17.30 Uhr	Ort: Lichtenburg in Nals	Kursnr.: 54977	Anmeldeschluss: 19.03.25
Termin: Do, 03.04.25	Zeit: 08.30-17.30 Uhr	Ort: WK Brixen	Kursnr.: 54978	Anmeldeschluss: 20.03.25

Zielsetzung

Immer häufiger werden Rettungskräfte mit verbalen Entgleisungen, aggressiven und bedrohenden Verhaltensweisen sowie direkten Gewalttätigkeiten konfrontiert. Um solche Extremsituationen gut zu meistern, sind ein kühler Kopf und ein der Situation angemessenes Verhalten maßgeblich.

In diesem Simulationstraining setzen sich die Teilnehmer:innen explizit mit der Praxis auseinander: sie beschäftigen sich damit, potentielle Gefahrensituationen frühzeitig zu erkennen, verschiedene Methoden zur Eigensicherung zu erlernen und diese gezielt zu trainieren. Die Teilnehmer:innen erlangen somit die notwendige Stress- und Handlungskompetenz um auf kritische Situationen, Bedrohungen und potentiell physischer Gewalt kompetenter reagieren zu können.

Inhalte

Gewalt-Sensibilisierung, Prävention und Deeskalationsstrategien:

- + Erkennung, Umgang & Vermeidung kontraproduktiven Verhaltens
- + Frühzeitiges Erkennen von potentiell gewalttätigen Situationen anhand von Analysen dokumentierter Praxisfälle aus dem Rettungsdienst
- + Instrumente zur Eigensicherung/Eigenschutz in eskalierenden Situationen
- + Umgang mit Angst in potentiell gewalttätigen Situationen

Praktisches Handlungstraining, Eigensicherung und Gewaltschutz:

- + Praktische Vorbereitung auf den Umgang mit potentiellen Eskalationsmomenten anhand von situationspezifischen Fallbeispielen
- + Situationstraining spezieller Handlungsoptionen bei Klienten-induzierter Gewalt im RTW und beengten Wohnräumen
- + Spezielle Patientenlagerungs- und Steuerungstechniken für die Arbeit im RTW



Zielgruppe

Ehrenamtliche, freiwillige und hauptamtliche Mitarbeiter:innen

Referent

Dr. phil. Ken Oesterreich, Dozent in der Aus- und Fortbildung von medizinischen Rettungskräften und Notfallmedizinern

Kinaesthetics I

Muovere senza sollevare

+ ECM PUNKTE
+14 CREDITS CB

Data: Ven, 21.03.25	Ore: 08.30-17.30	Luogo: CB Bolzano	N°corso: 54986	Termine d'iscrizione: 07.03.25
----------------------------	-------------------------	--------------------------	-----------------------	---------------------------------------

Obiettivo

In questa formazione i partecipanti prenderanno visione di diversi concetti del Kinaesthetics. In Kinaesthetics viene data importanza alla percezione, l'analisi e l'adattamento del proprio movimento. La nostra attenzione sarà sul MUOVERE SE STESSI insieme alle persone.

Verranno sviluppate soprattutto delle competenze di sostegno per aiutare le persone a muoversi e di conseguenza proteggere la propria salute. La formazione è strutturata in due moduli.

Contenuti

- + Introduzione Kinaesthetics
- + Feedback Control Theory
- + Concetto Kinaesthetics Interazione
 1. I sensi
 2. Gli elementi del movimento
 3. Le forme di interazione
- + Esempi pratici sulla mobilitazione delle persone
- + Utilizzo degli ausili per la movimentazione delle persone



Gruppo target

Collaboratori volontari e dipendenti

Docente

Evi Lantschner, Istruttrice
Kinaesthetics

Ein echt nerviges Seminar

In Grenzsituationen ruhig und gelassen bleiben

+2 WK CREDITS

Termin: Mo, 31.03.25	Zeit: 09.00-17.00 Uhr	Ort: WK Bozen	Kursnr.: 54989	Anmeldeschluss: 17.03.25
-----------------------------	------------------------------	----------------------	-----------------------	---------------------------------

Zielsetzung

Jeder kennt es und erlebt es immer wieder. Es gibt Tage und Momente, an denen uns einiges so richtig auf die Nerven geht: Die Kinder sind schon am Morgen viel zu laut, wegen der blöden Baustelle stecke ich schon wieder im Stau, das Team, die Kollegen, die Angehörigen, die Patienten sind anstrengend und kaum aushaltbar. An solchen Tagen wünscht sich wohl jeder, er wäre im Bett geblieben. In diesem Seminar entdecken die Teilnehmenden, welche Situationen einen auf die Palme bringen und wie man diese ganz gelassen umschiffen kann - bevor man auf der Palme sitzt und mit Kokosnüssen um sich wirft.

Inhalte

- + Frühzeitiges Erkennen von nervigen Situationen und anwenden der passenden Copingstrategien
- + Teilnehmende bekommen Einblick, was sich bei nervigen Situationen im eigenen Körper und in der Psyche tatsächlich abspielt.
- + Teilnehmende erfahren, wie man es in solchen Momenten schafft, nicht auf die Palme zu klettern, sondern ganz cool und gelassen zu bleiben.
- + Teilnehmende lernen Lösungsmöglichkeiten kennen, die einem bei wirklich jeder nervigen Situation weiterhelfen.



Zielgruppe

Ehrenamtliche, freiwillige und hauptamtliche Mitarbeiter:innen

Referenten

Roland Wegscheider, Diplomierter Gesundheits- und Krankenpfleger, Lehrer für Gesundheitsberufe, Intensivpfleger
Alfred Mühl, Diplomierter Burnout-Prophylaxe-Trainer

De-Escalazione e strategie di difesa

Restare calmi, quando il gioco si fa duro

+ ECM PUNKTE
+14 WK CREDITS

Data: Mar, 13.05.25

Ore: 08.30-17.30

Luogo: CB Bolzano

N°corso: 55094

Termine d'iscrizione: 29.04.25

Obiettivo

I soccorritori si trovano sempre più spesso in situazioni/interventi dove devono affrontare crisi verbali, comportamenti aggressivi e minacciosi, nonché atti di violenza diretta. Per affrontare al meglio queste situazioni estreme, sono essenziali il sangue freddo e un comportamento adeguato alla situazione. In questo corso, i partecipanti si confrontano esplicitamente con situazioni pratiche: riconoscono tempestivamente le situazioni potenzialmente pericolose, imparano diversi metodi di autoprotezione che verranno allenati in modo mirato. I partecipanti acquisiscono così la necessaria competenza in materia di stress e di azione, per poter reagire con maggiore competenza a situazioni critiche, minacce e potenziali violenze fisiche.

Contenuti

Sensibilizzazione alla violenza, prevenzione e strategie di de-escalation:

- + Riconoscere, affrontare ed evitare comportamenti controproducenti
- + Riconoscimento precoce di situazioni potenzialmente violente basandosi sull'analisi di casi pratici documentati dal servizio di soccorso
- + Strumenti di autoprotezione in situazioni di escalation
- + Gestire la paura in situazioni potenzialmente violente
- + Formazione all'azione pratica, autoprotezione e protezione dalla violenza
- + Preparazione pratica per affrontare potenziali momenti di escalation basati su studi di casi specifici
- + Addestramento alle situazioni di intervento speciali in caso di violenza indotta dal paziente nell'ambulanza e negli spazi abitativi confinati
- + Tecniche speciali di posizionamento e controllo del paziente per il lavoro in ambulanza

Gruppo target

Collaboratori volontari e dipendenti

Docente

Marco Buraschi, Titolare STS-Security

„Dem Stress davon laufen“

Stressabbau durch Bewegung und Entspannung

+ ECM PUNKTE
+2 WK CREDITS

Termin: Fr, 09.05.25

Zeit: 08.30-17.30 Uhr

Ort: Lichtenburg, Nals

Kursnr.: 54974

Anmeldeschluss: 25.04.25

Zielsetzung

Stress zählt zu den häufigsten gesundheitlichen Risikofaktoren mit denen wir heute konfrontiert sind. Regelmäßiges Sporttreiben ist eine gute Möglichkeit, den Organismus vor den schädigenden Auswirkungen von chronischem Stress zu schützen. So bewirkt regelmäßige Bewegung eine umfassende Verbesserung der körperlichen Befindlichkeit und reduziert die Stressbelastung.

Bei diesem Seminar verbindet die ehemalige Weltklasseläuferin und heutige Sportpsychologin Monika Niederstätter das aktuelle Thema „Stress und Stressbewältigung“ mit wohltuender Bewegung und Entspannung. Sie gibt dabei Einblicke in verschiedene Stressmodelle, die uns helfen, unsere persönlichen Stressmuster und Stressverstärker zu erkennen, zu verstehen und zu bewältigen. Dabei lernen wir auch mit den Stresssituationen des Alltags besser umzugehen und in akuten Stresssituationen die Ruhe und einen klaren Kopf zu bewahren. Neben der vielfältigen bewegenden Entspannung durch Wandern, Laufen, Qi Gong, usw. gibt es in diesem Seminar auch Momente der ruhenden Entspannung durch verschiedene Entspannungstechniken.

Inhalte

- + Stress in der heutigen Zeit
- + Auswirkungen von Stress und der richtige Umgang
- + „Dem Stress davon laufen“ durch Bewegung dem Stress dagegenwirken
- + Stress als Chance nutzen
- + Entspannungstechniken

Zielgruppe

Ehrenamtliche, freiwillige und hauptamtliche Mitarbeiter:innen

Referentin

Monika Niederstätter, ehemalige Weltklasseläuferin (400m Hürden), zweimalige Olympiateilnehmerin, Sportpsychologin, Mentaltrainerin, ganzheitliche Entspannungstrainerin



Erfolg beginnt im Kopf Mentaltraining

+ ECM PUNKTE
+2 WK CREDITS

Termin: Mi, 24.09.25 **Zeit:** 08.30-17.30 Uhr **Ort:** Lichtenburg, Nals **Kursnr.:** 54975 **Anmeldeschluss:** 10.09.25

Zielsetzung

Ein gezieltes Mentaltraining spielt im Sport mittlerweile eine wesentliche Rolle und ist nicht mehr wegzudenken. Durch Mentaltraining gelingt es uns, unser wahres Potential zu erschließen. Dies gilt nicht nur für den Sport, sondern auch für die Arbeitswelt. Auch im Berufsalltag gilt es, zu einem bestimmten Zeitpunkt die bestmögliche Leistung abrufen zu können, also den Anforderungen und Herausforderungen unserer beruflichen Stellung gerecht zu werden. Viele der mentalen Strategien, die Profisportler nutzen, können auch von beruflich (oder privat) stark engagierten Menschen erfolgreich und effektiv angewendet werden.

Inhalte

- + Mentaltechniken im Alltag
- + Techniken und Methoden des Mentaltrainings
- + Visualisierung, Zielsetzung, Fokus, Gedanken- und Gefühlskontrolle, Stressbewältigung



Zielgruppe

Ehrenamtliche, freiwillige und hauptamtliche Mitarbeiter:innen

Referentin

Monika Niederstätter, Ehemalige Weltklasseläuferin (400m Hürden), zweimalige Olympiateilnehmerin, Sportpsychologin, Mentaltrainerin, ganzheitliche Entspannungstrainerin

Brainfood

Mangiare sano anche durante il servizio

+2 CREDITS CB

Data: Mar, 02.09.25 **Ore:** 19.00-21.00 **Luogo:** CB Bressanone **N°corso:** 54982 **Termine d'iscrizione:** 19.08.25

Obiettivo

L'obiettivo è quello di sensibilizzare i partecipanti ad un'alimentazione sana durante la giornata lavorativa e di mostrare, attraverso consigli pratici inerenti l'acquisto di prodotti alimentari, le merende ed il mangiare fuori casa, che si può includere in modo semplice una sana alimentazione nella quotidianità.

Contenuti

Di che cosa necessita l'uomo per poter dare il massimo sul posto di lavoro? In particolare modo durante gli interventi viene richiesta la massima concentrazione, proprio in questi casi si dovrebbe disporre l'energia necessaria e le giuste sostanze nutritive per il cervello ed il corpo. Durante questa conferenza Vi vengono dati consigli pratici sul brainfood, su una semplice preparazione sia di pasti principali che di spuntini e la giusta scelta delle bibite per la Vostra quotidianità lavorativa. Inoltre verrà mostrata la relazione tra stress ed alimentazione così come le possibilità di reazione. In più c'è la possibilità di analizzare la propria alimentazione e di impostarla consapevolmente. Vengono citati esempi concreti su come il cibarsi in modo sano possa essere conciliato alle proprie condizioni (per es. gli orari di lavoro). Il tutto viene reso ancora più attraente da uno squisito e completo buffet, che dimostra quanto sia semplice mangiare in modo sano.



Gruppo target

Collaboratori volontari e dipendenti

Docenti

Dott.ssa Ivonne Daurú Malsiner, Coaching nutrizionale

Gertrud Gummerer, Südtiroler Gesellschaft für Gesundheitsförderung

Dove finisce il divertimento?

Riconoscere, nominare e affrontare il sessismo e la violenza sessualizzata

+6 CREDITS CB

Data: Mer, 26.11.25 **Ore:** 09.00-17.00 **Luogo:** CB Bolzano **N°corso:** 55241 **Termine d'iscrizione:** 12.11.25

Oggetto

Essere favoriti, svantaggiati o addirittura sminuiti a causa del proprio genere sono esperienze che molte persone vivono. Il sessismo e la violenza sessualizzata, così come le molestie, sono presenti nella nostra vita quotidiana, ma in molte strutture sono ancora tabù. Questi argomenti sono alimentati dai media, le persone diventano più sensibili e allo stesso tempo più insicure. Il problema viene minimizzato o drammatizzato? Che cos'è il sessismo? Come posso riconoscere, nominare e fermare le molestie sessuali? Cosa significa il termine "consenso"? Quale posizione assumo personalmente e quale posizione assume la mia istituzione? Come posso reagire e agire in modo appropriato?

Contenuti

L'obiettivo della formazione è indagare insieme le tracce del sessismo e della violenza sessualizzata nei servizi di emergenza. Attraverso contributi teorici, esercitazioni e riflessioni personali, si aumenta la consapevolezza e si sviluppano le possibilità di azione.



Gruppo target

Collaboratori volontari e dipendenti

Docente

Collaboratore/trice Forum Prevenzione

Da hört der Spaß auf?!

Sexismus und sexualisierte Grenzüberschreitungen erkennen, benennen, begeben

+6 CREDITS CB

Termin: Mi, 03.12.25 **Zeit:** 09.00-17.00 Uhr **Ort:** Lichtenburg, Nals **Kursnr.:** 55237 **Anmeldeschluss:** 19.11.25

Zielsetzung

Aufgrund des eigenen Geschlechts bevorzugt, benachteiligt oder gar herabgesetzt zu werden, sind Erfahrungen, die viele Menschen durchleben. Sexismus und sexualisierte Grenzverletzungen bis hin zur Belästigung sind in unserem Alltag präsent, aber trotzdem noch in vielen Strukturen tabuisiert. Diese Themen werden von den Medien aufgegriffen, Menschen werden sensibler und gleichzeitig verunsicherter. Wird nun verharmlost oder dramatisiert? Was ist denn überhaupt Sexismus? Wie kann ich sexuelle Belästigung erkennen, benennen und stoppen? Was hat es mit dem Begriff „Consent“ auf sich? Welche Haltung nehme ich persönlich ein und welche meine Organisation? Wie kann ich angemessen reagieren und handeln?

Inhalte

Diese Fortbildung sensibilisiert Führungskräfte im Rettungsdienst für Sexismus und sexuelle Grenzverletzungen und beleuchtet, wie sie aktiv eine wertschätzende Teamkultur fördern können. Durch theoretische Impulse, praxisorientierte Übungen und persönliche Reflexion entwickeln die Teilnehmenden ein tieferes Bewusstsein für diese Themen und erarbeiten konkrete Handlungsmöglichkeiten. Ziel ist es, Führungskräfte in die Lage zu versetzen, strukturelle Veränderungen anzustoßen, Mitarbeitende zu stärken und eine achtsamere Kultur im Arbeitsalltag zu fördern.



Zielgruppe

Ehrenamtliche und hauptamtliche Führungskräfte, Sektionsjugendleiter:innen, Gruppenleiter:innen und Ausbilder:innen

Referentin

Maria Reiterer, Mitarbeiterin im Forum Prävention - Fachstelle Gewaltprävention

Was hält Rettungskräfte gesund?

+3 WK CREDITS

Termin: Di, 28.10.25 **Zeit:** 18.00–21.00 Uhr **Ort:** WK Bozen **Kursnr.:** 54979 **Anmeldeschluss:** 14.10.25

Zielsetzung

Um als Einsatzkraft bestmöglich Hilfe leisten zu können, werden in intensiven Aus- und Weiterbildungen entsprechendes medizinisches Know-how, schnellstmögliche Interventionsmöglichkeiten und noch vieles mehr erlernt. Selbstverständlich ist man als Rettungskraft auch mit Erwartungshaltungen verschiedenster Personen konfrontiert, doch meist ist dabei die eigene, persönliche Erwartungshaltung an sich selbst wohl am höchsten. Wer kennt das nicht? Die Erfahrungen zeigen auf, dass einerseits für eine gute Hilfeleistung am Patienten und andererseits für das persönliche Wohlbefinden einer Einsatzkraft die Auseinandersetzung mit folgenden Themen wichtig ist:

- + „Wo erkenne ich persönliche Grenzen und wie kann ich damit umgehen?“
- + „Wie kann ich umgehen mit Einsätzen, die mich mehr als normalerweise zum Nachdenken bringen?“
- + „Was schützt mich im Einsatz um trotz potentiellen Schwierigkeiten eine professionelle Haltung einnehmen zu können?“

Im Workshop soll anhand der Vermittlung einiger Basisinhalte, durch Erfahrungsaustausch und konkrete Fallbeispiele an das Thema „Was hält Rettungskräfte gesund?“ herangegangen werden.

Inhalte

- + Einsatzstress einerseits als unverzichtbare Basis einer jeden Rettungskraft und andererseits dessen „unliebsamen“ Risiken
- + Was stresst mich persönlich am ehesten im Einsatz und wie reagiere ich in solchen Situationen?
- + Erfahrungsaustausch möglicher Bewältigungsstrategien mit schwierigen Aspekten der Arbeit im Rettungswesen
- + Eigene Psychohygiene: Wie kann ich persönlich Energie tanken? Was hält mich gesund?

Zielgruppe

Ehrenamtliche, freiwillige und hauptamtliche Fahrer:innen/Sanitäter:innen

Referentin

Ruth Warger, Notfallpsychologin, Psychologin, Sportpsychologin. Trainerin und Ausbildungsleiterin in den verschiedensten Bereichen der Psychotraumatologie, Krisenintervention und Stressmanagement

Gestärkt in und aus dem Einsatz

Gesunde Ernährung

+2 WK CREDITS

Termin: Do, 20.11.25 **Zeit:** 19.00–21.00 Uhr **Ort:** WK Bozen **Kursnr.:** 54981 **Anmeldeschluss:** 06.11.25

Zielsetzung

Ziel ist es, die Teilnehmer:innen für eine gesunde Ernährung im Arbeitsalltag zu sensibilisieren und mit praktischen Tipps zu den Themen Einkauf von Lebensmitteln, Jause und Außer-Hausessen aufzuzeigen, dass gesunde Ernährung im Alltagsleben in einfacher Weise eingebaut werden kann.

Inhalte

Was braucht der Mensch, um optimal am Arbeitsplatz zu leisten? Vor allem bei Einsätzen ist die höchste Konzentration gefragt, sodass gerade hier für Gehirn und Körper die notwendige Energie und Nährstoffe zur Verfügung stehen sollten. Der Vortrag gibt praktische Tipps zu Brainfood, einfach zuzubereitende Zwischen- und Hauptmahlzeiten und die richtige Getränkeauswahl für den eigenen Berufsalltag. Darüber hinaus werden der Zusammenhang zwischen Stress und Essverhalten sowie Reaktionsmöglichkeiten aufgezeigt. Weiteres bietet die Veranstaltung die Möglichkeit die eigene Ernährung zu hinterfragen und bewusst zu gestalten. Es werden konkrete Beispiele aufgezeigt, wie eine gesunde Kost mit den eigenen Rahmenbedingungen (z.B. Arbeitszeit) vereinbart werden können. Das Ganze wird abgerundet durch ein schmackhaftes und vollwertiges Buffet, das aufzeigt, wie einfach es ist, sich gesund zu ernähren.



Zielgruppe

Ehrenamtliche, freiwillige und hauptamtliche Mitarbeiter:innen

Referentinnen

Ivonne Daurú Malsiner, Ernährungswissenschaftlerin und Coach
Gertrud Gummerer, Südtiroler Gesellschaft für Gesundheitsförderung

Denk an mich. Dein Rücken

+ ECM PUNKTE
+4 WK CREDITS

Termin: Sa, 12.04.25 **Zeit:** 08.30–12.30 Uhr **Ort:** WK Brixen **Kursnr.:** 54980 **Anmeldeschluss:** 29.03.25

Zielsetzung

Im Laufe des Lebens wird beinahe jeder von uns zumindest einmal mit Rückenschmerzen konfrontiert werden. Die Intensität kann zwischen leicht bis hin zu sehr stark, kaum auszuhaltenden Schmerzen variieren. Dementsprechend kann auch der Leidensdruck für die betreffende Person gegebenenfalls sehr hoch sein. Dieser Kurs soll einen Einblick in mögliche Ursachen bzw. Auslöser von Rückenschmerzen bieten und mit Mythen rund um dieses Thema aufräumen. Teilnehmer:innen erhalten Anregungen wie sie es schaffen ihre Rücken gesund und fit zu halten sowie „Erste Hilfe“-Tipps für akute Rückenleiden.



Zielgruppe

Ehrenamtliche, freiwillige und hauptamtliche Mitarbeiter:innen

Referent

Hannes Nitz, Leitender Physiotherapeut im Sanatorium Kettenbrücke der Barmherzigen Schwestern in Innsbruck, Vortragender an der FHG-Innsbruck und Freiwilliger Mitarbeiter Weißes Kreuz Sektion Brixen



La catena di soccorso del supporto psicosociale

NUOVO
+3 CREDITS CB

Data: Lun, 28.04.25 | **Ore:** 18.00–21.00 | **Luogo:** CB Bolzano | **N°corso:** 55035 | **Termine d'iscrizione:** 14.04.25

Obiettivo

I soccorritori sono ripetutamente esposti a situazioni di emergenza stressanti. È quindi importante considerare in anticipo quali misure preventive possono essere adottate per affrontare tali situazioni in modo resiliente, per riconoscerle e per cercare supporto se necessario. La catena di soccorso del supporto psicosociale in caso di emergenza, dovrebbe essere sia un orientamento che una guida per fornire orientamento e sicurezza prima, durante e dopo le situazioni di emergenza stressanti.

Contenuti

- + Spiegazione dei singoli anelli della catena di soccorso del supporto psicosociale
- + fornire le conoscenze di base dei singoli anelli
- + L'aiuto di colleghi e peers
- + il supporto psicosociale e altri servizi



Gruppo target

Collaboratori volontari e dipendenti

Docente

Angelika Lanthaler, psicologa d'emergenza

Die Rettungskette der psychosozialen Notfallversorgung

+3 WK CREDITS

Termin: Mi, 05.11.25 | **Zeit:** 18.00–21.00 Uhr | **Ort:** WK Brixen | **Kursnr.:** 54993 | **Anmeldeschluss:** 22.10.25

Zielsetzung

Rettungskräfte sind immer wieder belastenden Einsatzsituationen ausgesetzt. Daher ist es wichtig sich im Vorfeld bereits darüber Gedanken zu machen welche präventiven Maßnahmen ergriffen werden können, um solchen Situationen resilient zu begegnen, sie zu erkennen und gegebenenfalls sich Unterstützung zu holen. Die Rettungskette der psychosozialen Notfallversorgung soll Orientierung und Leitfaden zugleich sein, um vor, während und nach belastenden Einsatzsituationen Orientierung und Sicherheit zu geben.

Inhalte

- + Erläuterung der einzelnen Glieder der Rettungskette der PSNV
- + Vermittlung von Hintergrundwissen zu den einzelnen Gliedern
- + Die Hilfe von Kollegen und Peers
- + Die Notfallpsychologie und die weiterführenden Dienste



Zielgruppe

Ehrenamtliche, freiwillige und hauptamtliche Mitarbeiter:innen

Referent

Erwin Steiner, Leiter der Notfallpsychologie Südtirol

Der psychosoziale Aspekt beim Transport von Terminalpatienten

+2 WK CREDITS

Termin: Do, 27.11.25 | **Zeit:** 19.00–21.00 Uhr | **Ort:** Online | **Kursnr.:** 54995 | **Anmeldeschluss:** 13.11.25

Zielsetzung

Das Ziel dieses Onlinevortrages ist es, den Mitarbeiter:innen mehr Sicherheit im Umgang mit Terminalpatienten zu geben, um solche Situationen vorbereiteter anzugehen. Dabei ist nicht nur der Umgang mit dem Patienten selbst, sondern auch mit deren Angehörigen gemeint. Nicht zuletzt ergibt sich auch die Frage von Leben und Tod und der Verarbeitung des Erlebten für die Einsatzkräfte.

Wir sprechen häufig von belastenden Einsätzen und selten von immer wiederkehrenden Patiententransporten, wo eine Verschlechterung des Krankheitsbildes offensichtlich wird und nicht ein Einsatzgeschehen die Belastungen auslöst, sondern immer wiederkehrende Begegnungen.

Inhalte

- + Wie können sich Mitarbeiter:innen bestmöglich auf diese Situationen vorbereiten?
- + Wie können sich Mitarbeiter:innen diese Situationen mit den Patienten und Angehörigen bestmöglich handhaben?
- + Was kann man tun, um nach solchen Transporten sich zu regenerieren?
- + Welche Reaktionen sind normal?
- + Wo erhalte ich Hilfe/Unterstützung?

Zielgruppe

Ehrenamtliche, freiwillige und hauptamtliche Mitarbeiter:innen

Referent

Anton Huber, Psychologe



WK-Office, Portal und Co. Überblick über die Software im WK

+2 WK CREDITS

Termin: Mi, 07.05.25 **Zeit:** 18.00-20.30 Uhr **Ort:** Online **Kursnr.:** 54994 **Anmeldeschluss:** 23.04.25

Zielsetzung

Diese Veranstaltung soll allen ehrenamtlichen und hauptamtlichen Führungskräften einen Überblick über die eingesetzte Software im Weißen Kreuz geben. Neben externer Software (z.B. Microsoft Office 365) wird in der IT-Abteilung seit vielen Jahren interne Software entwickelt. Die Teilnehmer:innen erhalten Informationen zu den einzelnen Programmen und Modulen.

Inhalte

- + Welche Programme werden im Verein eingesetzt?
- + Details zur internen Software
- + Überblick unserer mobilen Anwendungen
- + Eingesetzte externe Software



Zielgruppe

Ehrenamtliche und hauptamtliche Führungskräfte

Referenten

Egon Santoni, Leiter IT-Abteilung
Anita Kofler, Mitarbeiterin IT-Abteilung

Organisationskultur

Eine attraktive Organisationskultur als Schlüssel für die Aufgaben und Chancen einer komplexen Zukunft

NEU

Termin: Di, 08.04.25 **Zeit:** 19.00-21.00 Uhr **Ort:** Online **Kursnr.:** 54996 **Anmeldeschluss:** 25.03.25

Zielsetzung

Die Welt dreht sich immer schneller. Die Herausforderungen für Organisationen werden größer und selbst die Lösungen komplexer. Eine erfolgreiche Vergangenheit lässt sich längst nicht mehr einfach in die Zukunft fortschreiben. Der Innovations- und Veränderungsdruck hat auch Verbände und Freiwilligenorganisationen erreicht. Die Anforderungen und Wünsche an Organisationen seitens der Mitglieder, Mitarbeiter*innen und der Gesellschaft steigen stetig. Die Organisationskultur wird immer mehr zum entscheidenden Schlüssel dem gerecht zu werden und ist gefordert eine neue Dimension von Kooperation, Flexibilität, Innovation und Co-Kreation zu ermöglichen.

In einem kurzweiligen Themenabend erfahren die Führungskräfte des Weissen Kreuzes, was eine attraktive und zukunftsfähige Organisationskultur ausmacht. Gemeinsam reflektieren wir, was die Organisationskultur des Weissen Kreuzes ausmacht und wie sie sich im Alltag zeigt. Wir sammeln, was bereits im Sinne der Weiterentwicklung und Attraktivierung der Kultur getan wird und worauf in Zukunft vermehrt geachtet werden könnte. Was braucht es dazu von Seiten der Führungskräfte und was kann ihr konkreter Beitrag dafür sein?



Zielgruppe

Ehrenamtliche, freiwillige und hauptamtliche Mitarbeiter:innen

Referent

David Schneider, Future Coach Trainer

Die Veränderung unserer Arbeitswelt durch generative KI

NEU

Termin: Do, 15.05.25 **Zeit:** 18.00-21.00 Uhr **Ort:** Online **Kursnr.:** 55255 **Anmeldeschluss:** 01.05.25

Zielsetzung

In diesem Abendkurs erhalten die Teilnehmer einen Überblick über die Welt der generativen Künstlichen Intelligenz (KI). Wir klären zunächst, was generative KI eigentlich ist, wie sie funktioniert und welche Programme und Tools in diesem Bereich zur Verfügung stehen. Dies umfasst bekannte Anwendungen wie ChatGPT sowie Tools zur Video-, Audio- und Bildgenerierung.

Im zweiten Teil des Kurses gehen wir speziell auf die Nutzung von ChatGPT im Arbeitsalltag ein. Anhand konkreter Beispiele wird gezeigt, wie diese Technologie Arbeitsprozesse effizienter gestalten und als Unterstützung in verschiedenen Bereichen eingesetzt werden kann.

Zielgruppe

Ehrenamtliche, freiwillige und hauptamtliche Mitarbeiter:innen

Referentin

Tatjana Finger, CEO & Owner Digital Marketing Manager | econn-social KI-Expert | consult4ai

Il cambiamento del nostro mondo lavorativo attraverso l'IA generativa

NUOVO

Data: Gio, 02.10.25 **Ore:** 18.00-21.00 **Luogo:** Online **N°corso:** 55254 **Termine d'iscrizione:** 18.09.25

Obiettivo

Durante questo corso serale, i partecipanti riceveranno una panoramica sul mondo dell'intelligenza artificiale generativa. Verranno chiariti i concetti di base: cos'è l'IA generativa, come funziona e quali sono i programmi e gli strumenti disponibili in questo settore. Verranno presentate applicazioni note come ChatGPT e strumenti per la generazione di video, audio e immagini.

Nella seconda parte del corso, ci concentreremo sull'uso di ChatGPT nel contesto lavorativo. Attraverso esempi concreti, mostreremo come questa tecnologia possa rendere i processi lavorativi più efficienti e supportare diverse attività lavorative.

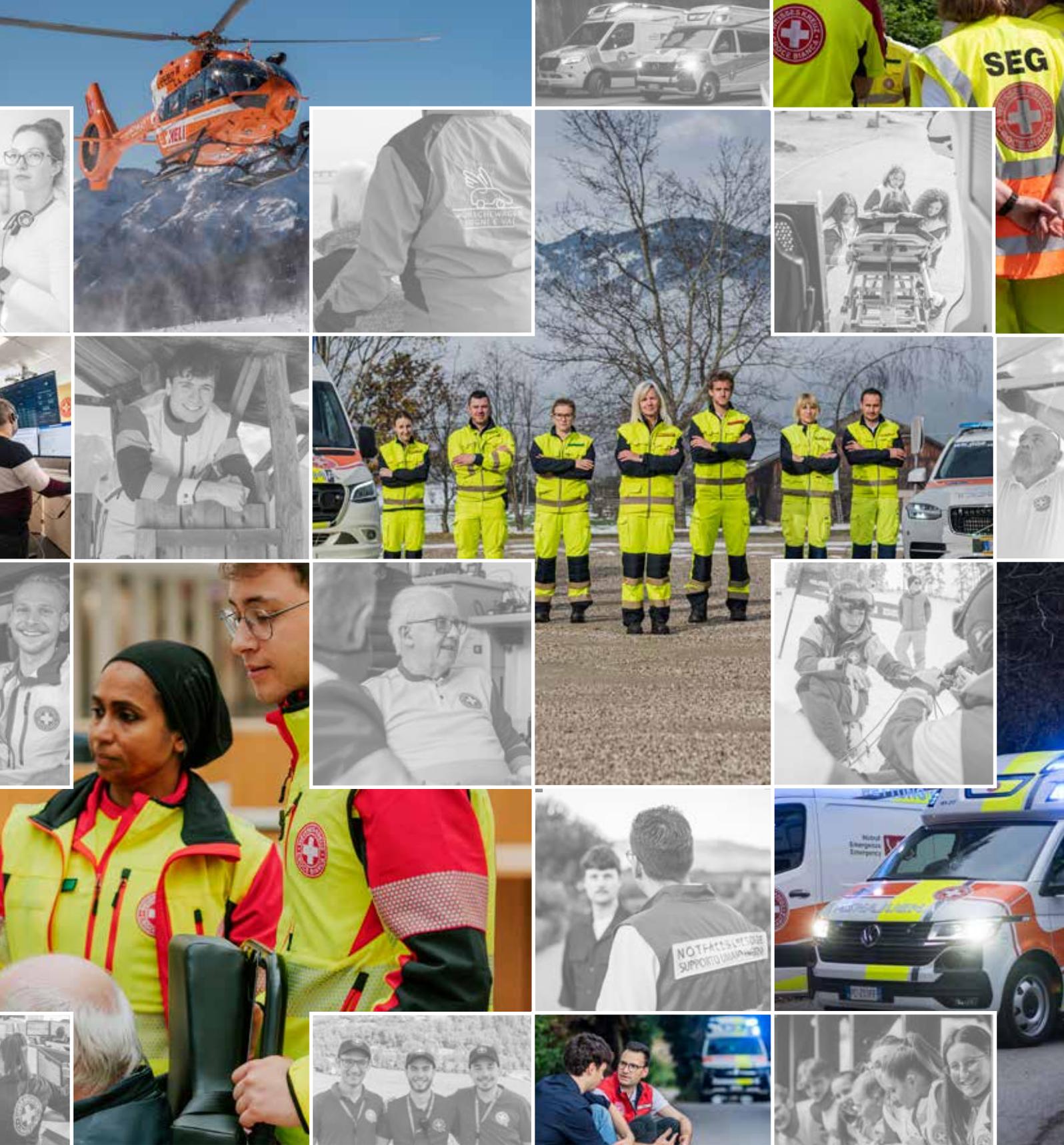
Gruppo target

Collaboratori volontari e dipendenti

Docente

Tatjana Finger, CEO & Owner Digital Marketing Manager | econn-social - KI-Expert | consult4ai





Landesrettungsverein Weißes Kreuz EO
Ass. Prov. Di Soccorso Croce Bianca ODV

Via Lorenz-Böhler-Str. 3 | 39100 Bozen · Bolzano
 Tel.: 0471 444 314 | Fax: 0471 444 371
 info@wk-cb.bz.it

www.weisseskreuz.bz.it · www.crocebianca.it

