

**Medienmitteilung vom 16. Oktober 2008**

## Wissen und Entspannung für den Alltag

**Das Schweizerische Rote Kreuz (SRK) Basel-Stadt bietet 2009 eine Vielfalt von Kursen an. Von Babysitting-Kursen für Jugendliche bis zum Clownkurs für Seniorinnen und Senioren steht einiges zur Auswahl. Der Schwerpunkt der Angebote liegt bei pflegerischen Themen.**

Aushängeschild im Angebot ist der Kurs Pflegehelfer/in SRK. Bereits seit 50 Jahren bietet das SRK damit einen Einstieg in den Berufsalltag im Gesundheitswesen. Personen, die den Pflegehelfer-Kurs besucht haben, können nämlich in einem Pflegeheim oder bei der Spitex (spitalexterne Betreuung) eingesetzt werden.

Schwergewicht liegt auf den Kursen und Vorträgen zu pflegerischen Themen und zur Gesundheitsförderung. Jedes Jahr erfolgreich sind aber auch die Babysitting-Kurse für Jugendliche. Ein erfolgreicher Kursbesuch gibt mehr Sicherheit und ist auch Voraussetzung, um vom SRK Basel als Babysitter vermittelt zu werden. Für die Jugendlichen ist dies ein willkommener Zustupf ans Sackgeld.

„Unsere Kurse helfen allen Alterskategorien – vom Jugendlichen bis zur Seniorin -, sowohl die körperliche Gesundheit als auch das psychische Wohlbefinden zu fördern,“ sagt Claudia Dürig, Leiterin Bereich Bildung beim SRK Basel. So kann man in einem Seminar den konstruktiven Umgang mit Ärger lernen und mit Hatha-Yoga mehr Entspannung in den Alltag bringen. Neu wird auch ein Clownkurs für Seniorinnen und Senioren angeboten. „Lachen macht gesund,“ erzählt Dürig, „denn durch Lachen werden Menschen zufriedener, kreativer und spontaner.“

Das Kursprogramm 2009 kann bestellt werden bei:  
Schweizerisches Rotes Kreuz Basel-Stadt  
Bereich Bildung  
Engelgasse 114  
4052 Basel  
Telefon: 061 319 59 58 (Mo-Fr: 8 – 12 Uhr)  
[kurse@srk-basel.ch](mailto:kurse@srk-basel.ch)

Auf unserer Website stehen Ihnen die detaillierten Kursinformationen zur Verfügung:  
<http://www.srk-basel.ch/kurse/index.htm>

Für weitere Infos stehen Ihnen gerne zur Verfügung:

Claudia Dürig, Leiterin Bereich Bildung, 061 319 56 56, 079 257 75 10, [claudia.duerig@srk-basel.ch](mailto:claudia.duerig@srk-basel.ch)

Benedikt Pfister, Öffentlichkeitsarbeit SRK Basel, 076 512 68 35,  
[benedikt.pfister@srk-basel.ch](mailto:benedikt.pfister@srk-basel.ch)