

Gastronomie/Hauswirtschaft

Inhouse-Angebote: Gastronomie/Hauswirtschaft	174
Essen und Esskultur	175
Praktisches Kochen und Ernährung	181
Praktische Hauswirtschaft	199
Service und Gästeorientierung	202
Hygiene	208
Agogik im praktischen Küchen- und Hauswirtschaftsalltag	212
Führung, Kommunikation und Selbstmanagement	214
Eidg. Berufsprüfungen	222

Inhouse-Angebote: Weiterbildungen und Beratungen Gastronomie/Hauswirtschaft

Zu den nachfolgenden Themen bieten wir Ihnen Inhouse-Weiterbildungen, Beratungen und Begleitung bei Konzeptarbeiten an.

Ernährung

- Entwicklung und Überprüfung von Ernährungskonzepten, Ernährungsstandards, Menüplänen u. a. mehr
- Kochkurse für Mitarbeitende aus der Pflege/Betreuung, welche auf der Wohngruppe Mahlzeiten zubereiten
- Spezifische Weiterbildungskurse für Mitarbeitende aus Küche, Pflege und Service zu verschiedenen Ernährungsthemen wie z. B. Demenz, Mangelernährung, Ernährung bei Schluckbeschwerden, bedürfnisgerechte Ernährung und Ernährungstherapien/Diäten

Die Koch- und Weiterbildungskurse werden auch kombiniert angeboten, d. h. Theorie wird mit Degustationen und Kochworkshops kombiniert. In diesem Fall sind zwei Kursleiterinnen anwesend.

Arbeitsorganisation und konzeptionelle Beratung

- Konzeptentwicklung in Hygiene-, Lebensmittel- und Qualitätsmanagement für Mitarbeitende in Küche und Speiseverteilung, Wohngruppe und Pflege
- Evaluation von Arbeitsabläufen, Schnittstellen und Prozessen in Hauswirtschaft und Gastronomie

Servicequalität

- GastgeberIn im Heim – kundenorientiert kommunizieren und handeln
- Gepflegter Service im Speisesaal, in der Cafeteria und auf der Wohngruppe
- Konzeptentwicklung für eine ausdrucksvolle Dekorationsgestaltung

Persönlichkeits- und Teamentwicklung

- Kommunikation im Arbeitsalltag
- Kommunikation und Verständnis in interkulturellen Teams
- Umgang mit Konflikten und Stress am Arbeitsplatz
- Interdisziplinäre Zusammenarbeit und Teamentwicklung
- Deutsch als Fremdsprache – berufsspezifische Sprachkurse für Gastronomie/Hauswirtschaft



Angebote aus dem Kursprogramm, die sich auch für Inhouse-Weiterbildungen eignen, sind besonders gekennzeichnet.

Darüber hinaus entwickeln wir massgeschneiderte Angebote zu spezifischen Aufgaben oder Anforderungen in Ihrer Institution. **Nehmen Sie Kontakt mit uns auf:**

Christoph Roos, Bildungsbeauftragter Gastronomie, c.roos@curaviva.ch
Erika Ammann, Bildungsbeauftragte Hauswirtschaft, e.ammann@curaviva.ch
Telefon 041 419 01 72, www.weiterbildung.curaviva.ch/inhouse

Die Heimköchin/der Heimkoch

Fachvertiefung für Verpflegungsspezialisten aus Institutionen für Menschen im Alter

Den Beruf Koch/Köchin in Altersinstitutionen prägt ein differenziertes Verständnis für die Bedürfnisse der Bewohnerinnen und Bewohner. Kenntnisse über deren Lebenssituationen sind von entscheidender Bedeutung, wenn es darum geht, mit Essen und Trinken einen Ausgleich zum oft beschwerlichen Alltag zu schaffen.

Die Schwerpunkte des Lehrganges «Die Heimköchin/ der Heimkoch» erweitern das klassische Berufsbild Koch/Köchin um ein Vielfaches. Vertieft werden Kompetenzen in Ernährungsfragen sowie spannende Themen aus sozialer und kommunikativer Perspektive. Ferner spielen die ökonomischen Parameter im Rahmen der vernetzten Betriebsorganisation eine bedeutende Rolle.

Ziele

Die Teilnehmenden

- verstehen die Bedürfnisse der Bewohnerinnen und Bewohner und haben Fachkenntnisse über Ernährung, Kostformen und Diäten,
- führen die Heimküche kompetent und verstehen interdisziplinäre Zusammenhänge,
- planen und realisieren Projekte,

- erlernen Kommunikations- und Führungsgrundlagen,
- definieren ihre berufliche Identität, entwickeln eine berufliche Ethik und treten entsprechend auf.

Inhalte

- Esskultur und Essbiographien
- Angebots- und Verpflegungskonzepte, Kostformen und Diäten
- Altersbilder und Altersmodelle, Demenz sowie Palliativ Care
- Heimkultur, Heimorganisation und Schnittstellenbewusstsein
- Führung, Kommunikation und persönlicher Auftritt
- Marketing, Kalkulation, Projektmanagement und prozessuales Verständnis

Abschluss

Der vollständige Kursbesuch und die drei erfolgreich absolvierten Kompetenznachweise führen zu einem Zertifikat von CURAVIVA.

Sie erhalten das Detailprogramm unter: www.weiterbildung.curaviva.ch oder wb.gastronomie@curaviva.ch.

Lehrgangsleitung Christoph Roos

Zielgruppe Ausgebildete Köchinnen und Köche, die ihre Kompetenz vor allem im Berufsfeld Heim erweitern und vertiefen wollen

Daten Januar bis November 2021 (20 Tage)

Orte Glattbrugg ZH (Ausnahme Sequenz 5)

Kosten Fr. 5800.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 6850.– Nichtmitglieder (zzgl. Verpflegungskosten pauschal Fr. 790.– inkl. einer Übernachtung)

Anmeldeschluss 8. Dezember 2020

Kochen in Kinder- und Jugendinstitutionen

Essstörungen – psychosoziale Entwicklung – interdisziplinäre Zusammenarbeit

Gesundheit und körperliches Wohlbefinden sind für unsere tägliche Leistungsfähigkeit und Belastbarkeit wichtig. Eine ausgewogene Ernährung trägt viel dazu bei und kann durch ein attraktives und abwechslungsreiches Verpflegungsangebot gefördert werden. In Kinder- und Jugendinstitutionen ist zudem die interdisziplinäre Zusammenarbeit der Köchinnen und Köche mit der Heimleitung, den SozialpädagogInnen und dem Hausdienst von grosser Bedeutung.

Die gesunde Ernährung der Kinder und Jugendlichen ist wichtig, aber auch die Bereitschaft, sich mit ihrer psychosozialen Entwicklung und ihren unterschiedlichen kulturellen Hintergründen auseinanderzusetzen. Dies setzt eine hohe Sozialkompetenz der Köchinnen und Köche in Kinder- und Jugendinstitutionen voraus.

In diesem Kurs erhalten Sie, nebst theoretischen Inputs zu den neusten Erkenntnissen der gesundheitsfördernden Ernährung, die Möglichkeit, Erfahrungen auszutauschen und Ihre Fachkenntnisse zu erweitern.

Ziele

Die Teilnehmenden

- lernen die neusten Erkenntnisse der gesundheitsfördernden Ernährung für Kinder und Jugendliche kennen und können diese in den Alltag integrieren,
- erhalten die Möglichkeit, Ihre eigene Menüplanung zu reflektieren und setzen sich mit verschiedenen Esskulturen auseinander,
- vertiefen ihre Fachkenntnisse über Essstörungen und Nahrungsmittelunverträglichkeiten,
- erwerben Grundkenntnisse der psychosozialen Entwicklung von Kindern und Jugendlichen.

Inhalte

- Kriterien und Umsetzung einer gesundheitsfördernden Menüplanung
- Essstörungen und Nahrungsunverträglichkeiten – Erfahrungsaustausch und Umsetzung in die Praxis
- Psychosoziale Entwicklungsphasen von Kindern und Jugendlichen
- Förderung des Dialogs in der interdisziplinären Zusammenarbeit
- Eigener Umgang mit dem Thema Ernährung sowie neuste Erkenntnisse rund um Qualität und Quantität

Kursleitung	Nadia Schwestermann, Marc Getzmann
Zielgruppe	Köchinnen und Köche
Daten/Orte	6./7. Mai 2021, Bern 8. September 2021, Luzern
Kosten	Fr. 780.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 935.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 30.–/Tag Verpflegungspauschale)
Anmeldeschluss	6. April 2021

PEP* – Gemeinsam Essen

Beziehungsqualität beim Essen mit Kindern und Jugendlichen in familienergänzenden Institutionen

Eine gute Mahlzeit ist eine ausgewogene Mischung aus guten Speisen, Sorgfalt, Engagement, engen Bindungen, Ästhetik, einem Erleben der Sinne und aus unvorhersehbaren menschlichen Gefühlen und Stimmungen.

Gemeinsame Mahlzeiten in familienergänzenden Tagesstrukturen (Mittagstischen, Tagesschulen, Kindertagesstätten oder Kinderheimen) sind Momente der Begegnung. Sie können ein freudvoller Höhepunkt im Tagesablauf sein, aber auch Stress und Unwohlsein auslösen.

Während man sich beim Thema ausgewogener und gesunder Ernährung noch an Empfehlungen von ExpertInnen halten kann, ist eine Orientierung im Zusammenhang mit sozialen und emotionalen Faktoren, die das Wohlbefinden beim Essen beeinflussen, viel schwieriger. Der Kurs gibt vielfältige Anregungen, wie KöchInnen und SozialpädagogInnen rund ums Kochen und Essen Werte und Haltungen vertreten, die einer guten Beziehung zu den Kindern und Jugendlichen dienen.

Ziele

Die Teilnehmenden

- reflektieren ihre Werte und Haltungen bezogen auf Ess- und Tischkultur,
- diskutieren mögliche Verhaltensänderung beim Kochen und Essen mit Kindern und Jugendlichen,
- setzen sich 1 – 3 Ziele, die sie in der Praxis ausprobieren und reflektieren die Erfahrungen beim zweiten Kurstreffen,
- erhalten Einblick in das Handbuch «PEP – Gemeinsam Essen» und kennen seine praxisnahe Anwendungsmöglichkeit.

Inhalte

- Zusammenhänge von Essbiographie und Essverhalten
- Soziale und emotionale Aspekte beim Essen und Kochen
- Reflexion der betrieblichen Abläufe
- Partizipation von Kindern und Jugendlichen

* PEP: Prävention, Essstörungen, Praxisnah – Fachstelle Inselspital Bern

Kursleitung	Thea Rytz
Zielgruppe	SozialpädagogInnen, FABE EFZ, KöchInnen (von Vorteil: beide Berufsgruppen aus einer Institution besuchen den Kurs gemeinsam)
Daten	7. September und 7. Dezember 2021
Ort	Bern
Kosten	Fr. 480.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 580.– Nichtmitglieder (zusätzlich Fr. 30.–/Tag Verpflegungspauschale)
Anmeldeschluss	7. August 2021

Ernährung 2.0 – Fokus Darmgesundheit

Biologische Wertigkeit - Mikrobiom – Vertiefungsateliers

Die Ernährung polarisiert aktuell mehr denn je! Die Aussage «du bist, was du isst» weicht immer mehr der Haltung «du bist, was du nicht isst». Wir gehen in diesem Kurs der Frage nach, ob Verzicht wirklich besser ist, oder ob es viel mehr auf die Zusammensetzung des Essens ankommt.

Unser Mikrobiom ist auf einen gesunden Nährstoffmix angewiesen. In dem im Volksmund häufig zitierten Satz «die Gesundheit liegt im Darm» steckt eine grosse Wahrheit, welche die Wissenschaft mehr und mehr belegen kann. Gemeinsam erarbeiten wir die relevanten Faktoren aus der neusten Forschung für die Angebotsplanung in Institutionen des Gesundheits- und Sozialbereichs.

Ziele

Die Teilnehmenden

- erfahren von neuen Erkenntnissen aus der Ernährungswissenschaft und wissen, wie sie diese im Alltag mit einfachen Tipps und Tricks umsetzen können,
- erfahren von Ernährungsgeheimnissen langlebiger Völker und wissen, welchen Nutzen ihnen dieses Wissen für den beruflichen Alltag in der Küche bringt,
- verstehen, welche Rolle eine gesunde Darmflora für das Wohlbefinden, für die Gesundheit und die Prävention von Krankheiten spielt,
- lernen auf spielerische Art und Weise mittels Vertiefungsateliers die wichtigsten Eckpfeiler einer gesunden darmfreundlichen Ernährung kennen.

Inhalte

- Ernährungsupdate zu pflanzenbasierter Ernährung und zum mediterranen Prinzip (Blue Zones)
- Biologische Wertigkeit in der Angebotsplanung
- Darmgesundheit und Immunsystem
- Mikrobiom: Lebensstile und ihre Auswirkungen auf die Darmbakterien

Kursleitung	Nadia Schwestermann, Alicia Lopez
Zielgruppe	Ernährungs- und Gastronomieverantwortliche sowie Fachkräfte aus der Küche
Daten	4. Mai 2021
Ort	Bern
Kosten	Fr. 240.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 290.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 30.– Verpflegungspauschale)
Anmeldeschluss	4. April 2021

Ess- und Ernährungsbiographie – Wie essen und trinken das Leben prägen

Individuelle Essgeschichte – strukturierte Erfassung – praktische Anwendung

Jeder Mensch hat seine ganz persönliche Essgeschichte. Die bedeutsamen Erfahrungen innerhalb dieser Lebens- und Essgeschichte bilden ein individuelles Essverhalten, welches mit Vorlieben und Ablehnung behaftet ist.

Für die Sicherstellung einer bedürfnis- und bedarfsgerechten Ernährung ist die Ernährungsbiographie ein wesentliches Werkzeug. Denn angenehme Erinnerungen regen den Appetit an, verbessern die Nahrungsaufnahme und steigern das Wohlbefühl. Unangenehme Erinnerungen hingegen nehmen die Lust am Essen, belasten die Nahrungsaufnahme und führen zu Stress. Zudem dient eine Ernährungsbiographie als Grundlage wenn es darum geht, vertraute Speisen anzubieten oder den Speiseplan individuell anzupassen. So beispielsweise für Bewohnende mit wenig Appetit die an Gewicht zunehmen sollten, für mangelernährte Menschen oder solche mit einem Risiko für Mangelernährung, aber auch für demenziell Erkrankte.

Ziele

Die Teilnehmenden

- kennen die Einflussfaktoren der Ernährungsbiographie,
- verstehen ernährungsbiographische Muster als Teil der menschlichen Identität,
- können ernährungsbiographische Daten erheben,
- kennen den Nutzen sowie die Anwendungs- und Einsatzbereiche der Ernährungsbiographie.

Inhalte

- Essen und Trinken als soziokulturelles Geschehen im Wandel der Zeit
- Emotionale Bedeutung ernährungsbiographischer Muster
- Esskultur: Tradierungen, Erinnerungen und Gewohnheiten als lebensstrukturierende Elemente
- Lebensqualität in der Angebotsplanung - Ernährungsbiographische Daten als Resource

Kursleitung	Christoph Roos
Zielgruppe	Verantwortliche und Fachkräfte aus Gastronomie, Hotellerie und Pflege
Daten	25. August 2021
Ort	Zürich
Kosten	Fr. 240.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 290.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 30.– Verpflegungspauschale)
Anmeldeschluss	25. Juli 2021

Food Waste – zu gut zum Wegwerfen

Essen in der Heimgastronomie verwenden statt verschwenden

Lebensmittelreste und Food Waste sind wichtige Themen, die für die Heimgastronomie immer relevanter werden. Denn zu viele einwandfreie Lebensmittel werden heute verschwendet. Das belastet die Umwelt genauso wie die Küchenrechnung. Der Handlungsbedarf ist gross, betriebswirtschaftlich genauso wie aus ökologischer und ethischer Perspektive.

Über 2 Millionen Tonnen Lebensmittel werden in der Schweiz jedes Jahr verschwendet – das füllt eine Lastwagenkolonne von Zürich bis Madrid und verbraucht unnötigerweise eine Ackerlandfläche von der Grösse des Kantons Wallis. Alleine in der Gastronomie fallen 150' – 200'000 Tonnen essbare Lebensmittelabfälle pro Jahr an.

Die Schweiz hat die Sustainable Development Goals der UNO mitratifiziert, welche eine Food Waste-Halbierung in Haushalten und Gastronomiebetrieben bis 2030 fordern. Aktuelle Projekte aus der Hotellerie und Gemeinschaftsgastronomie zeigen, dass Betriebe ihre Lebensmittelreste in kurzer Zeit drastisch reduzieren können. Eine Studie der ETH bestätigt dies. Das regt zum Nachdenken an und macht neugierig, wo die Möglichkeiten im eigenen Betrieb liegen könnten.

Ziele

Die Teilnehmenden

- verstehen, wie Lebensmittelverluste die Umwelt und das Betriebsbudget belasten,
- können einschätzen, wo in ihren Betrieben Food Waste anfällt,
- sind in der Lage, innovative und kreative Massnahmen umzusetzen, um Food Waste in der Grossküche, beim Gast und bei sich zu Hause zu vermeiden,
- bilden sich eine Meinung darüber, wie viel Lebensmittelverschwendung in ihrem Betrieb akzeptabel ist.

Inhalte

- Thematischer Einstieg (Ausmass, Ursachen, Folgen von Food Waste)
- Rolle der Gastronomie und der Heimverpflegung
- Fallbeispiele von Massnahmen im Gastronomiebereich und speziell in der Heimverpflegung
- Messung von Lebensmittelabfällen in der Gastronomie: bestehende Tools und Methoden
- Erarbeitung von Massnahmen zur Vermeidung von Food Waste in der Heimverpflegung, individuelle Anpassung an den eigenen Betrieb

Kursleitung	Claudio Beretta
Zielgruppe	Fachkräfte und Verantwortliche aus den Bereichen Gastronomie und Hotellerie
Daten	14. April 2021
Ort	Glattbrugg ZH
Kosten	Fr. 240.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 290.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 35.– Verpflegungspauschale)
Anmeldeschluss	14. März 2021

Küchen-Karriere ohne Lehre für Migrantinnen und Migranten

Persönliche Begleitung – umfassende Praxis

Ihre Küchenhilfe ist wissbegierig und Tag für Tag mit Herzblut im Betrieb engagiert. Doch nur all zu oft ist Ihr Alltag als Verantwortliche/r mit sehr vielen Aufgaben vollgepackt, so dass Sie nicht immer die Zeit haben, Ihre wertvollen Mitarbeitenden im geeigneten Rahmen auszubilden.

Diese Grundbildung für Küchenhilfen und Hilfsköche ist sehr praxisorientiert gestaltet, beinhaltet die wichtigsten Grundsätze des Küchenalltags und eignet sich speziell für fremdsprachige Mitarbeitende (Deutsch-Grundkenntnisse erforderlich).

Vorbereitung

Vor Beginn des Kurses erhalten die Teilnehmenden einen Fragebogen, in dem sie ihr berufliches Umfeld beschreiben. Dies ermöglicht eine effektive Kursgestaltung und Planung der Inhalte.

Support

Während der Ausbildungszeit haben die Teilnehmenden die Möglichkeit, mit Fachfragen an den Kursleiter zu gelangen. Auf diese Weise ist ein Maximum an Transfer für die Teilnehmenden und den Betrieb garantiert.

Ziele

Die Teilnehmenden

- erreichen Sicherheit, Selbständigkeit und eine effizientere und effektivere Arbeitsweise,
- fördern ihr Verständnis für die Zusammenhänge des Küchenalltags,
- lernen die Zubereitung, Herstellung und Lagerung einfacher kalter und warmer Speisen.

Inhalte

- **Tag 1:** Speisefolgen, Trends und Gäste-wünsche, gute Herstellungspraxis, Hygiene in der Küche (Teil 1), Ich als Person – meine Rolle in der Küche
- **Tag 2:** Messer, Werkzeuge und Küchen-utensilien korrekt eingesetzt, Hygiene in der Küche (Teil 2), HACCP in der Küche, die wichtigsten Garmethoden
- **Tag 3:** Wareneinkauf und Warenannahme inkl. Lagerung, Garmethoden modern interpretiert
- **Tag 4:** Denken, Planen und Handeln: richtige Mengen und Umgang mit Speiseresten, mein eigenes Menu umsetzen, Garmethoden klassisch oder modern

Kursleitung	Hans Amberg, Matthias Püntener
Zielgruppe	Küchenmitarbeitende mit Migrationshintergrund ohne Berufslehre, PraktikerInnen mit wenig Ausbildungshintergrund
Daten	12. April, 6. Mai, 11. August, 17. September 2021
Ort	Zug
Kosten	Fr. 1040.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 1260.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 30.– Verpflegungspauschale/Warenkosten pro Tag [Kursbestandteil])
Anmeldeschluss	12. März 2021

Kompetenter Küchenalltag in der Sozialpädagogik und Kinderbetreuung

Planen – Organisieren – Kochen

Das Thema Ernährung ist ein praktischer Gegenstand in der Sozialen Arbeit. Oft fehlt jedoch die fachliche Auseinandersetzung damit. Da die tägliche Essenzubereitung und Planung eine Routine darstellen, ist es wichtig, einige Grundlagen zu kennen und diese sinnvoll zu nutzen. Dadurch werden das Kochen und die Organisation der Ernährung zu einer konkreten und lustvollen Ressource.

Sie lernen auf bestechend einfache Art und Weise die Grundanliegen einer gesunden, ausgewogenen, saisongerechten und möglichst ökologischen Essensplanung und Zubereitung kennen. Die Bedürfnisse von Kindern und Jugendlichen sowie spezielle Anforderungen (vegetarisch, verschiedene Diäten, Allergien, religiöse Aspekte) werden dabei berücksichtigt.

Ziele

Die Teilnehmenden

- können spielerisch eine Menüplanung mit und für Kinder und Jugendliche erstellen,
- erarbeiten ein Verständnis für Rezepte und Hygiene,
- lernen den sinnvollen Einkauf und eine adäquate Kühlschrankverwaltung,
- verstehen den massvollen Umgang mit Fett, Salz und Zucker,
- erproben den Alltag in einem Praxisteil.

Inhalte

- Auswahl und Umgang mit Lebensmitteln (Saison, Nachhaltigkeit, Nährstoffe, Hygiene, Lagerung)
- Menüplanung, Zeit- und Arbeitsorganisation in der Küche (Ideen austauschen)
- Grundverständnis für Rezepte und Garverfahren
- Tipps und Tricks, die den Alltag erleichtern

Kursleitung	Hans Amberg
Zielgruppe	Mitarbeitende mit Verpflegungs- und Kochaufgaben aus sozialen Institutionen wie Kita, schulergänzende Betreuung
Datum	21. April 2021
Ort	Zug
Kosten	Fr. 240.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 290.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 30.– Verpflegungspauschale)
Anmeldeschluss	21. März 2021

«Cool» kochen: Snacks, Fastfood & Gemüse

Kreativ – genussvoll – gesund

Wer bei der Jugend punkten will, muss alle Sinne ansprechen. Kinder und Jugendliche reagieren leicht auf raffiniert gestaltete Werbung für Snacks, Süssigkeiten und Fertigprodukte und verschlingen diese sehr gerne.

Häufig sind Mahlzeiten, welche Jugendliche «cool» finden, aber nicht wirklich gesund. Sie können z.B. starke Blutzuckerschwankungen verursachen, damit einen starken Einfluss auf Aktivität und Nervosität haben und die Neigung zu aggressivem Verhalten fördern. Mit einer ausgewogenen Ernährung fühlen sich auch Kinder und Jugendliche wohler.

Dieser Kurs möchte aufzeigen: Auch «gesunde Ernährung» kann «cool» sein! Mit verschiedenen Tipps und Tricks werden möglichst alle Sinne angesprochen und gleichzeitig Burger, Snacks und Co. so angepasst, dass sie von den Kindern und Jugendlichen als ansprechend wahrgenommen werden und dennoch eine gesunde Alternative zum gängigen Fastfood darstellen.

Ziele

Die Teilnehmenden

- lernen die Nährstoffbedürfnisse von Kindern und Jugendlichen kennen,
- erkennen die wichtigsten Hindernisse auf dem Weg zu einer ausgewogenen Ernährung,
- entwickeln Ideen, wie gesunde Ernährung mit allen Sinnen genussvoll erlebt werden kann,
- bereiten Beispiele von kinder- und jugendgerechten Haupt- und Zwischenmahlzeiten zu.

Inhalte

- Praktisches Kochen und Degustieren (Smoothie-Bar, Chicken und Veggie-Wraps, Tortillas, Granola etc.)
- Ausgewogene Ernährung ansprechend präsentieren, Gemüse geschickt «verpacken»
- Faktoren, die bei Kindern die Freude am Essen fördern (wie z. B. Farben, Knackern)
- Ernährungstipps für die verschiedenen Altersstufen

Kursleitung	Denise Wahlen
Zielgruppe	Küchenverantwortliche, Mitarbeitende und SozialpädagogInnen
Datum	30. Juni 2021
Ort	Zürich-Altstetten
Kosten	Fr. 260.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 315.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 30.– Verpflegungspauschale/Warenkosten [Kursbestandteil])
Anmeldeschluss	30. Mai 2021

Beilagen – eine feine Nebensache

Effektiv & abwechslungsreich

«Der Sonntagsbraten ist gewählt. Jetzt braucht es noch die Beilagen». Ein bekanntes Vorgehen in der der Menüplanung, und meist spielen die Beilagen hierbei nur eine Nebenrolle. Dabei lohnt es sich, den Beilagen ebenso grosse Aufmerksamkeit zu schenken.

Dieser Kurs ist ein kulinarisch-experimenteller Anlass, in den Sie sich einbringen und Ideen umsetzen können. Gemeinsam werden wir herausfinden, wie man die Beilagen raffiniert anders zubereiten und anrichten kann. Unter professioneller Anleitung stellen wir gemeinsam viele Reis-, Kartoffel- und Teigwaren-Gerichte her. Während der Umsetzung der Rezepte erhalten Sie nützliche Tipps und Tricks aus der langjährigen Küchenerfahrung Ihres Kochprofis. Gemeinsam probieren wir die veränderten Gerichte, welche Sie dann unter Fachkollegen diskutieren können.

Ziele

Die Teilnehmenden

- bekommen ein vertieftes Verständnis für die Bedeutung der Beilagen und entwickeln dieses weiter,
- können die Beilage kreativ ins Zentrum des Tellers rücken,
- verändern sie durch Form, Farbe, Aromen und Zutaten,
- interpretieren bekannte Beilagen anders, lernen neue Gerichte kennen und setzen diese auf dem Teller gekonnt in Szene.

Inhalte

- Herstellung von Beilagen anhand konkreter Rezepturen
- Einflüsse zur kreativen und ansprechenden Weiterentwicklung von Stärkebeilagen
- Beilagen verschiedener Länder und Kulturen
- Faktoren des Anrichtens und Präsentierens
- Rezepte mit Tipps und Tricks, die im Alltag nachgekocht werden können

Kursleitung	Hans Amberg
Zielgruppe	Küchenverantwortliche und Mitarbeitende
Datum	22. September 2021
Ort	Zürich-Altstetten
Kosten	Fr. 260.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 315.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 40.– Verpflegungspauschale/Warenkosten [Kursbestandteil])
Anmeldeschluss	22. August 2021

Sous Vide Werkstatt – perfekt garen im Vakuum

Entspannt – effizient – rentabel

Wir zeigen Ihnen, wie Sie den Produkten neue Geschmacksfacetten entlocken können, die Küchencrew entlasten sowie die Küchengeräte gezielt einsetzen und voll ausnutzen.

Sous Vide ist eine spannende und einfache Zubereitung. Mit dieser Garmethode werden die Lebensmittel unter Vakuum bei konstanter, niedriger Temperatur gegart und danach sofort abgekühlt. Dabei bleiben die Vitamine, Struktur und Aromen in den tierischen wie auch den pflanzlichen Lebensmitteln weitgehend erhalten. Im Zentrum steht das Gelingen von Fleisch, Fisch und Gemüse.

Ziele

Die Teilnehmenden

- vakuumieren mit einem starken Fokus auf Hygiene,
- kennen die Garzeiten und produktorelevanten Wassertemperaturen,
- können effizient, rentabel, optimiert und entspannt arbeiten,
- erkennen die Vorteile, hochqualitative Lebensmittel optimal zu garen,
- lernen wie sie vorproduzierte Lebensmittel richtig lagern und regenerieren.

Inhalte

- Die «Sous-Vide»-Gartechnik und ihre Vorteile
- Auswahl und Umgang mit Lebensmitteln (Saison, Nachhaltigkeit, Nährstoffe, Hygiene, Lagerung)
- Perfekte Hygienebedingungen als Voraussetzung für Sous Vide
- Prozessoptimierung durch Vorproduktion und Pasteurisation
- Kochen eines kompletten Sous Vide-Menüs
- Grundverständnis für Rezepte und Garmethode
- Tipps und Tricks die den Alltag erleichtern

Kursleitung	Hans Amberg
Zielgruppe	Küchenverantwortliche und Mitarbeitende
Datum	19. Oktober 2021
Ort	Zug
Kosten	Fr. 260.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 315.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 40.– Verpflegungspauschale/Warenkosten [Kursbestandteil])
Anmeldeschluss	19. September 2021

Die Kunst des Brotbackens

Herstellung – Tricks – Vielfalt

Wir führen Sie in einem Tag in die Geheimnisse der Backkunst ein. Vom Rohstoff bis zum Gebäck erklären wir Ihnen Schritt für Schritt die Herstellung von traditionellen Broten und Spezialgebäck.

Von den Zutaten über das Kneten und Formen bis zum Backen erhalten Sie wertvolle Tipps, damit Sie in Ihrem Betrieb schnell und einfach knuspriges Brot backen können. Ob Sie dabei auf Backfertigmischungen zurückgreifen oder diese selber mischen, hängt von der Zeit ab, die Sie zur Verfügung haben.

Brot war von je her auch ein Symbol für viele schöne Bräuche und Traditionen. Im Kurs werden wir Ihnen auch einige klassische Festtagsbrote vorstellen. Die kulturelle Vielfalt unseres Landes widerspiegelt sich besonders in den zahlreichen regionalen Bäckerispezialitäten und Kantonsbroten. Viele wurzeln in alten Bräuchen, andere sind in Folge gesellschaftlicher Veränderungen und neuer Ernährungsgewohnheiten entstanden. Sie dürfen am Ende des Kurses alle hergestellten Produkte mit nach Hause nehmen.

Ziele

Die Teilnehmenden

- lernen Brote einfach und schnell herzustellen,
- lernen die direkte und indirekte Triebführung,
- verhelfen dem Brot in der Heimküche zu einer neuen Wichtigkeit,
- können ein variantenreiches Brotsortiment anbieten.

Inhalte

- Praktisches Backen, Dekorieren, Arrangieren von Broten und Festtagsgebäck
- gängige Küchentricks für ein gutes und schnelles Resultat
- Hausgemachtes Brot

Kursleitung	Hans Amberg
Zielgruppe	Küchenverantwortliche und Mitarbeitende
Datum	18. November 2021
Ort	Zürich-Altstetten
Kosten	Fr. 260.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 315.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 30.– Verpflegungspauschale/Warenkosten [Kursbestandteil])
Anmeldeschluss	18. Oktober 2021

Neue Ideen für Ihr Salatbuffet

Reichhaltig – überraschend – inspirierend

Das Salatbuffet hat bei den Bewohnenden einen hohen Stellenwert erlangt. Um dessen Attraktivität zu erhalten, ist ein vielfältiges Angebot an leichten und gesunden Salaten wichtig. Neue kreative Ideen, die auch die Jahreszeiten berücksichtigen, sind immer wieder gefragt.

Im Kurs kreieren Sie verschiedene Saisonsalate und probieren verschiedene Varianten aus, welche den Geschmack der BewohnerInnen treffen und alte Erinnerungen wecken. Sie setzen Rezepte um, degustieren sie und können sie so gleich selber auf ihre Alltagstauglichkeit testen.

Ziele

Die Teilnehmenden

- setzen mit Unterstützung der Kursleitung mit Gleichgesinnten saisongerechte Salatkreationen um,
- setzen die neu ausprobierten Salate im Heimalltag ein.

Inhalte

- Der richtige Umgang mit Salat
- Jahreszeiten für Gemüse und Salate
- Beantwortung und Lösung praktischer Fragen in der Kursgruppe
- Praktisches Kochen

Kursleitung	Hans Amberg
Zielgruppe	Küchenverantwortliche und Mitarbeitende
Datum	24. Juni 2021
Ort	Zürich-Altstetten
Kosten	Fr. 260.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 315.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 30.– Verpflegungspauschale/Warenkosten [Kursbestandteil])
Anmeldeschluss	24. Mai 2021

Mini Patisserie

Grossartig klein

Die kleine Alternative zu Kuchen und Torten hat in der Patisserie eine lange Tradition und ist heute durch ihre Geschmacksvielfalt beliebter denn je. Bei der Herstellung von Cremes, Mousses, Törtchen, Trockengebäck und vielem mehr sind Ihrer Kreativität keine Grenzen gesetzt. Tauchen Sie ein in die zauberhafte Welt der süssen Mini-Patisserie-Köstlichkeiten.

Der Kurs vermittelt die Vielfalt der kleinen Patisserie-Köstlichkeiten und versetzt Sie in die Lage, diese selbst kreieren und herstellen zu können. Weiter ist die perfekte Konsistenz von Cremes und Mousses ein Thema. Darüber hinaus lernen Sie auf verblüffend einfache Weise, wie Sie Massen verfeinern und sie besonders machen. Zaubern Sie mit saisonalen und regionalen Zutaten köstlich kleine Süssspeisen. Zum Abschluss dekorieren Sie selber Törtchen und Desserts zu einem verlockenden Aussehen! Rezepte und Törtchen gibt es natürlich zum Mitnehmen.

Ziele

Die Teilnehmenden

- verfügen über ein Grundverständnis für Rezepte und können eigene Ideen entwickeln,
- kreieren Dessert im Glas nach eigenen Vorstellungen,
- backen Törtchen, Trockengebäck, Choux etc.,
- können kleine Überraschungen rationell und schnell umsetzen,
- verstehen, wie die Vielfalt der Mini-Patisserie als Buffet arrangiert wird.

Inhalte

- Grundverständnis für Rezepte erlernen und ausbauen
- Herstellungspraxis kleiner Desserts
- Ansprechend und kreativ – wie geht das?
- Umsetzen von feinen Dessertideen im Glas
- Traditionelle und moderne Desserts
- Tipps und Tricks die im Alltag nachgebacken werden können
- Buffetgestaltung

Kursleitung	Hans Amberg
Zielgruppe	Küchenverantwortliche und Mitarbeiter
Datum	16. November 2021
Ort	Zürich-Altstetten
Kosten	Fr. 260.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 315.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 40.– Verpflegungspauschale/Warenkosten [Kursbestandteil])
Anmeldeschluss	16. Oktober 2021

Rouladen, Torten und Cakes

Kreativ – praktisch – abwechslungsreich

Der Genuss von Kuchen und Torten zum Kaffee am Nachmittag ist eines der kulinarischen Highlights im Heimaltag. Das Angebot aus der «Fertig-Ecke» oder aus der Konditorei ist jedoch häufig das gleiche und wird mit der Zeit langweilig.

Mit Saisonfrüchten und diversen Teigsorten stellen die Teilnehmenden verschiedene Kaffee-Süssigkeiten her. Mit einfachen, rationellen Handgriffen sind sie in der Lage, abwechslungsreiche und auch kostengünstige Kuchen, Cakes und Rouladen frisch zuzubereiten.

Die Teilnehmenden lernen auf bestechend einfache Art, den Geburtstagskuchen für den nächsten Heimanlass zu kreieren. So können sie in Zukunft mit individuellen und hausgemachten Torten ihre Bewohnerinnen und Bewohner überraschen.

Ziele

Die Teilnehmenden

- lernen Kuchen einfach und rationell herzustellen,
- verfügen über eine grosse Ideen-Auswahl an täglich frisch und saisongerecht zubereiteten Gebäcken,
- kennen die gängigsten Küchentricks für die Herstellung von schnellen und schmackhaften Rouladen, Torten und Cakes.

Inhalte

- Praktisches Backen, Dekorieren, Arrangieren von Rouladen, Torten und Cakes
- Rezepte für variantenreiche und kostengünstige Gebäcke
- Gutes, saisongerechtes Angebot auch in Spitzenzeiten mit selbst hergestellten Halbfertigprodukten

Kursleitung	Hans Amberg
Zielgruppe	Küchenverantwortliche und Mitarbeiter
Datum	29. April 2021
Ort	Zürich-Altstetten
Kosten	Fr. 260.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 315.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 40.– Verpflegungspauschale/Warenkosten [Kursbestandteil])
Anmeldeschluss	29. März 2021

Wild- und Gartenkräuter in der Küche

Kaftvoll – vital – stoffwechselstärkend

Die Verwendung von Kräutern in der Alltagsküche ist aktueller denn je. Phantasievoll eingesetzt, können Kräuter Bekömmlichkeit und Geschmack der Gerichte verbessern und zudem den Bedarf an Vitalstoffen optimal abdecken. Die Kräutervielfalt in der Küche hat eine lange Tradition und ermöglicht abwechslungsreiche und kreative Kochgenüsse.

Kräuter und Gewürze enthalten gesundheitsfördernde Stoffe, die das Immunsystem stärken sowie Verdauung und Stoffwechsel unterstützen. «Man ist nicht, was man isst. Man ist, was man verdaut.»

Sie lernen auf bestechend einfache Art, den Gesundheits- und Genusswert Ihrer Gerichte zu erhöhen. Vom köstlichen Maitrunk über den Frühlingskräutersalat bis zum Bärlauchsüppchen kochen wir mit Wildkräutern und setzen sie gemäss ihrer Heilwirkung gezielt ein.

Ziele

Die Teilnehmenden

- lernen mit Kräutern und Gewürzen die Eiweiss-, Kohlenhydrat- und Fettverdauung zu unterstützen,
- erkennen Wildkräuter vor unserer Haustür und setzen sie in der Alltagsküche genussvoll ein,
- kennen den Sinn der Verwendung und die Heilwirkung einer Auswahl von Kräutern und setzen dieses Wissen beim Kochen um.

Inhalte

- Garten- und Wildkräuter sammeln in der grosszügigen Naturgartenanlage des Schulhauses
- Rezepte mit Garten- und Wildkräutern bereichern
- Praktisches Kochen
- Wirkung der Kräuter erfahren und geniessen

Kursleitung	Denise Wahlen
Zielgruppe	Küchenverantwortliche und Mitarbeitende
Datum	27. April 2021
Ort	Zürich
Kosten	Fr. 260.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 315.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 30.– Verpflegungspauschale/Warenkosten [Kursbestandteil])
Anmeldeschluss	27. März 2021

Gesunde und schmackhafte Küche ohne Fleisch

Hülsenfrüchte – Getreide – Sprossen

Erbsen, Bohnen und Linsen sind die eiweissreichsten pflanzlichen Nahrungsmittel. Zudem enthalten sie Kohlenhydrate mit einem niedrigen glykämischen Index. Sie liefern kontinuierlich gesunde Energie. Angereichert mit Sprossen oder Getreide sind sie das ideale Nahrungsmittel für hyperaktive Kinder, gestresste Erwachsene, Senioren und Diabetiker.

Hülsenfrüchte gehören weltweit zu den Grundnahrungsmitteln und gewinnen auch bei uns an Bedeutung. Ihr Reichtum an Kalium, Kalzium und Magnesium sorgt für einen ausgeglichenen Säure-Basenhaushalt. Diese Mineralstoffe aktivieren Enzyme und stärken zusammen mit den B-Vitaminen schwache Nerven. B-Vitamine verbessern die Energiegewinnung aus den Nährstoffen. Mit ihrem hohen Nahrungsfasergehalt fördern die Hülsenfrüchte die Verdauung und wirken cholesterinsenkend. Lässt man sie auskeimen, vervielfachen sie wie auch Getreide ihren Vitamingehalt.

Ziele

Die Teilnehmenden

- entfalten Ideen, wie man mit weniger Fleisch eine vollwertige Ernährung sicherstellt,
- können Getreide und Hülsenfrüchte gut verträglich zubereiten,
- erhöhen den gesundheitlichen Wert der Menüs mit Hülsenfrüchten und Sprossen,
- kennen die Vorteile der Hülsenfrüchte vom Einkauf bis zum Service.

Inhalte

- Vergleich der biologischen Wertigkeit von eiweisshaltigen Nahrungsmitteln
- Keimlinge und Sprossen auf einfache Art selber ziehen
- Praktisches Kochen mit Hülsenfrüchten, Getreide und Sprossen
- Ernährung mit komplexen Kohlenhydraten: abwechslungsreich und schmackhaft
- Moderne, vegane Gerichte zubereiten

Kursleitung	Denise Wahlen
Zielgruppe	Küchenverantwortliche und Mitarbeitende
Datum	13. Oktober 2021
Ort	Zürich
Kosten	Fr. 260.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 315.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 30.– Verpflegungspauschale/Warenkosten [Kursbestandteil])
Anmeldeschluss	13. September 2021

Aktuelle Diabetesernährung im Heim

Krankheitsbild – Menüplanung – Ausgewogenheit

Die Diabetesernährung hat in den letzten Jahren einen grossen Wandel erfahren. Sie lässt sich in die normale Menüplanung integrieren, wenn diese ausgewogen gestaltet ist. Es ist aber wichtig zu wissen, worauf bei der Menüplanung geachtet werden sollte; und wo Alternativen nötig sind, um grosse Blutzuckerschwankungen zu vermeiden.

HeimbewohnerInnen mit Diabetes sind auf ein diabetesgerechtes Verpflegungsangebot angewiesen. Damit dies möglich ist, benötigen Sie als Köchin/Koch eine solide Grundlage rund um das Thema «Diabetes». In diesem Kurs werden das Krankheitsbild sowie die Richtlinien der modernen Diabetesernährung besprochen. Sie erfahren, was Sie bei der Menüplanung, bei Frühstück, Zwischenmahlzeiten, Getränken sowie bei der Zubereitung berücksichtigen sollten und setzen dies in der Küche um. Im Blickfeld stehen die Nachtessen, denn gerade sie unterliegen oft grossen Blutzuckerschwankungen und müssen diabetesgerecht geplant werden.

Ziele

Die Teilnehmenden

- lernen das Krankheitsbild und Therapie kennen,
- erfahren, was sie bei der Planung und Zubereitung berücksichtigen sollten,
- üben die Menüplanung, Zubereitung und Portionierung.

Inhalte

- Krankheitsbild Diabetes
- Aktuelle Ernährungsrichtlinien
- Einsatz von gezuckerten Speisen
- Planung von diabetesgerechten Mahlzeiten und Zwischenmahlzeiten, Diskussion und Austausch von eigenen Erfahrungen
- Unterschiede in der Verpflegung von jüngeren und hochbetagten DiabetikerInnen
- Abschätzen und Berechnen der Kohlenhydrate
- Umgang mit den Kohlenhydrattabellen und berechnen der Kohlenhydrate von Gerichten
- Praktisches Kochen

Kursleitung	Brigitte Wegmüller, Rita Fricker
Zielgruppe	Küchenverantwortliche und Mitarbeitende
Datum	11. März 2021
Ort	Baden
Kosten	Fr. 290.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 350.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 30.– Verpflegungspauschale/Warenkosten [Kursbestandteil])
Anmeldeschluss	11. Februar 2021

Diäten – spezielle Ernährungsformen im Heim

Differenziert – relevant – konkret

Die Anforderungen an die Ernährung haben sich verändert. In Alters- und Pflegeheimen leben immer mehr hochbetagte Menschen mit spezifischen Ernährungsbedürfnissen. Auch in Institutionen für Jugendliche und für Menschen mit einer Behinderung wird die Köchin / der Koch vermehrt mit speziellen Ernährungsformen konfrontiert, etwa bei Übergewicht, Verstopfung und Nahrungsmittelunverträglichkeiten.

In diesem Kurs lernen Sie einige wichtige Ernährungsformen kennen und üben die Umsetzung in der Theorie und beim Kochen.

Ziele

Die Teilnehmenden

- werden über wichtige Ernährungsformen informiert,
- erfahren, bei welchen Krankheitsbildern diese Ernährungsformen verordnet werden,
- lernen, was bei der Zubereitung zu beachten ist.

Inhalte

- Glutenfreie und laktosefreie/-reduzierte Kost
- Fruktosereduzierte sowie FODMAPs-reduzierte Ernährung
- Ernährung bei Allergien,
- Unterschied leichte Vollkost, Fruktosemalabsorption und FODMAP-Konzept
- Ernährung bei Verstopfung
- Spezifische Ernährungsbedürfnisse bei Stoma (Ernährung bei Stomablockade und Durchfall)
- Ernährung bei Übergewicht
- Praktisches Kochen

Kursleitung	Brigitte Wegmüller, Rita Fricker
Zielgruppe	Küchenverantwortliche und Mitarbeitende
Datum	Tag 1: 26. Mai 2021, 9.45 bis 19.00 Uhr Tag 2: 27. Mai 2021, 7.30 bis 16.00 Uhr
Ort	Riedholz SO
Kosten	Fr. 580.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 700.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 100.– Verpflegungspauschale/Warenkosten [Kursbestandteil], Fr. 60.– Übernachtung)
Anmeldeschluss	26. April 2021

Fleischlose Mahlzeiten – sorgfältig geplant für hochbetagte Menschen



Vielfältige, ausgewogene Menüideen für kleine EsserInnen

Fleischlose Menüs und Süssspeisen mit Milchprodukten, Ei und Hülsenfrüchten sind bezüglich Eiweiss in der Regel ausgewogen. Für «kleine Esser», wie es hochbetagte Menschen oft sind, können sie aber zur Stolperfalle werden, wenn sie nicht solide geplant und rezeptiert werden. Hilfreiche Tipps sind gefragt!

In diesem Kurs erfahren Sie, welche Nährstoffe in der Versorgung kritisch sind und worauf Sie bei der Planung von fleischlosen und süssen Menüs bei hochbetagten Menschen achten müssen, damit wichtige Nährstoffe, wie etwa das Eiweiss, nicht zu kurz kommen. Wir zeigen Ihnen Tipps und Tricks, wie alt bewährte und neue fleischlose Gerichte für Menschen mit kleinem Appetit ausgewogen und schmackhaft zubereitet werden können. Im Weiteren erhalten Sie Menüideen.

Ziele

Die Teilnehmenden

- erhalten theoretisches Wissen über vegetarische Ernährung im hohen Alter,
- haben die Gelegenheit, ihre eigene Menüplanung zu überprüfen und sich mit den Empfehlungen für fleischlose Menüs auseinanderzusetzen,
- bekommen Ideen für die praktische Umsetzung im Heim.

Inhalte

- Empfehlungen für die Nährstoffzufuhr hochbetagter Menschen
- Umsetzung einer ausgewogenen, fleischlosen Menüplanung und Austausch der eigenen Erfahrungen
- Konkrete praktische Tipps, wie altbewährte fleischlose Gerichte für Hochbetagte ausgewogen zusammengestellt werden können
- Ideenkatalog für fleischlose Gerichte, u. a. für Abendessen

Kursleitung	Brigitte Wegmüller, Rita Fricker
Zielgruppe	Küchenverantwortliche und Mitarbeitende
Datum	21. Oktober 2021
Ort	Baden
Kosten	Fr. 290.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 350.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 30.– Verpflegungspauschale/Warenkosten [Kursbestandteil])
Anmeldeschluss	21. September 2021

Kochen für Menschen mit Schluckstörungen



Homogene Konsistenzstufen-/Menüableitungen – Menüanreichern

Von Schluckstörungen können Menschen jeden Alters betroffen sein, oft sind es jedoch Hochbetagte. Mitarbeitende benötigen ein gutes Fachwissen rund um die Ernährung bei Schluckstörungen, damit die betroffenen HeimbewohnerInnen ohne Angst vor dem Verschlucken essen können und ausreichend mit Nährstoffen versorgt sind. Die Ernährungsformen für Schluckstörungen gehören in das Angebot einer Institution.

Husten, Räuspern, Verschlucken und Erstickungsanfälle führen dazu, dass die betroffenen HeimbewohnerInnen zu wenig essen und trinken. Dies mündet in Gewichtsverlust, Mangelernährung, Austrocknung, Immunschwäche und Krankheitshäufigkeit. Mit einer auf die Schluckbeschwerden abgestimmten Ernährung helfen Sie mit, die Lebensqualität dieser HeimbewohnerInnen zu verbessern. Die Weiterbildung vermittelt Ihnen die wichtigsten Grundsätze der Ernährung bei Schluckstörungen. Ausgesuchte Rezepte und Tipps erleichtern Ihnen die Umsetzung in die Praxis.

Ziele

Die Teilnehmenden

- sind über die Ernährungsformen bei Schluckstörungen informiert,
- sind sich bewusst, dass eine gute Zusammenarbeit mit der Pflege wichtig ist,
- lernen die verschiedenen Konsistenzstufen der Speisen und Getränke kennen,
- trainieren anhand praktischer Beispiele die Umsetzung in der Küche und im Küchenalltag.

Inhalte

- Anzeichen von Schluckstörungen
- Ernährungstherapieziele
- Die neue IDDSI-Standardisierungsskala der Konsistenzstufen bei Schluckstörungen
- Geeignete und problematische Lebensmittel, Speisen und Getränke
- Verschiedene Produkte zum Anreichern und Verdicken von Speisen und Getränken
- Menüableitungen, Diskussion und Austausch der eigenen Erfahrungen
- Praktisches Kochen

Kursleitung	Brigitte Wegmüller, Rita Fricker
Zielgruppe	Küchenverantwortliche und Mitarbeitende
Datum	21. April 2021
Ort	Baden
Kosten	Fr. 290.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 350.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 30.– Verpflegungspauschale/Warenkosten [Kursbestandteil])
Anmeldeschluss	21. März 2021

Kompetent gegen Appetitlosigkeit und Mangelernährung



Energie- und Nährstoffzufuhr – Ernährungsformenkatalog – interdisziplinäre Zusammenarbeit

Seit 2019 werden in allen Pflegeheimen der Schweiz medizinische Qualitätsindikatoren erhoben, gesammelt und durch das BAG (Bundesamt für Gesundheit) publiziert. Zu diesen Indikatoren gehört auch der Gewichtsverlust der HeimbewohnerInnen, welcher mit Mangelernährung in Zusammenhang steht.

Ältere Menschen haben ein höheres Risiko für Mangelernährung und sind öfter von Mangelernährung betroffen als jüngere Erwachsene. Erklärbar ist dies mit altersassoziierten Veränderungen, allgemein steigendem Krankheitsrisiko sowie Multimorbidität und daraus folgender Mehrfachmedikation. Bereits bei einem Gewichtsverlust von mehr als 5% in drei Monaten oder mehr als 10% in einem halben Jahr gilt gemäss DGEM Leitlinie «Klinischer Ernährung in der Geriatrie» (2013) jemand als mangelernährt. Wenn bereits bei einem Risiko für Mangelernährung nötige Massnahmen getroffen werden, kann einer Mangelernährung vorgebeugt werden. Die Ziele bei einer Mangelernährung sind individuelle verschieden (vom Verlangsamten der Verschlechterung des Ernährungszustandes bis hin zu einem guten Ernährungszustand). Die Massnahmen richten sich nach den Ursachen der Mangelernährung, den Möglichkeiten im Heim (z. B.

der Küche) und den Bedürfnissen der betroffenen Person.

Ziele

Die Teilnehmenden

- erfahren, warum es zu einer Mangelernährung kommen und wie man diese erkennen kann,
- sind über mögliche Strategien zur Vorbeugung und Behandlung von Mangelernährung informiert,
- sind sich der Wichtigkeit einer guten, interdisziplinären Zusammenarbeit bewusst
- erhalten Ideen für die praktische Umsetzung.

Inhalte

- Erfassen und Erkennen von Ursachen einer Mangelernährung
- Schnittstellenmanagement, interdisziplinäre Zusammenarbeit und Ernährungsteam
- Ernährungsformenkatalog
- Konzepte zur Steigerung der Energie- und Eiweissdichte
- Vorgehen bei einem Risiko für Mangelernährung und bei Mangelernährung
- Leitfaden Mangelernährung mit Empfehlungen zur Umsetzung
- Praktisches Kochen – ausgesuchte Rezepte

Kursleitung	Brigitte Wegmüller, Christoph Roos, Rita Fricker
Zielgruppe	Küchenverantwortliche und Mitarbeitende, auch Mitarbeitende aus der Pflege und Betreuung sind herzlich willkommen
Daten/Ort	Tag 1: 8. September 2021, 9.45 bis 19.00 Uhr, Riedholz SO Tag 2: 9. September 2021, 7.30 bis 16.00 Uhr, Riedholz SO
Kosten	Fr. 580.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 700.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 100.– Verpflegungspauschale [Kursbestandteil], Fr. 60.– Übernachtung)
Anmeldeschluss	8. August 2021

Kochen für HeimbewohnerInnen mit Demenz



Fingerfood – Angebotsgestaltung – Massnahmen

«Essen und Trinken hält Leib und Seele zusammen». Dieses Sprichwort gilt auch für Menschen mit Demenz! Oberstes Ziel ist eine ausreichende Ernährung, die schmeckt und akzeptiert wird. Die Mahlzeiten sollten Freude und Genuss bereiten, weil sie viel zur Lebensqualität beitragen. Dies ist nicht so einfach, wie es klingt, denn bei vielen Menschen mit Demenz kommt es im Verlauf ihrer Krankheit zu Essproblemen und zu Mangelernährung.

Essen ist für Menschen mit Demenz oft mit Problemen behaftet: Ruhelosigkeit und gesteigerter Bewegungsdrang führen zu einem hohen Energiebedarf, der Umgang mit dem Besteck ist plötzlich nicht mehr möglich, die Nahrung und Getränke werden nicht als solche erkannt und schmecken ungewohnt, weil sich die Geschmacksempfindung verändert u. a. mehr.

Dieser Kurs macht Sie auf mögliche Ess- und Trinkprobleme aufmerksam. Wir zeigen Ihnen hilfreiche Tipps und befassen uns mit Fingerfood.

Ziele

Die Teilnehmenden

- erfahren, was rund um die Ernährung bei Demenz wichtig ist,
- wissen, wie sie dazu beitragen können, dass diese HeimbewohnerInnen mit Freude essen und gut ernährt sind,
- üben die Umsetzung in die Praxis.

Inhalte

- Auswirkungen der Demenz auf Essen und Trinken
- Angebotsgestaltung – woran sollte man denken?
- Fingerfood bei Demenz – was ist anders?
- Hilfreiche Massnahmen bei Ernährungsproblemen
- Praktisches Kochen

Kursleitung	Brigitte Wegmüller, Rita Fricker
Zielgruppe	Küchenmitverantwortliche und Mitarbeitende, auch Mitarbeitende aus der Pflege und Betreuung sind herzlich willkommen
Datum	23. September 2021
Ort	Baden
Kosten	Fr. 290.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 350.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 30.– Verpflegungspauschale/Warenkosten [Kursbestandteil])
Anmeldeschluss	23. August 2021

Lebensqualität und Ernährung im hohen Alter



Ausgewogenheit – Nährstoffversorgung – Kompakter Ernährung

In Alters- und Pflegeheimen sind die Mahlzeiten oft der Tageshöhepunkt. Sie sind eine angenehme Abwechslung, geben Gelegenheit zu sozialen Kontakten, erfreuen die Seele, bieten Gesprächsstoff, strukturieren den Tag u. a. mehr. Darüber hinaus werden hohe Ansprüche an die ausgewogene und bedarfsdeckende Angebotsplanung gestellt. Gerade die neue Empfehlung für die erhöhte Eiweisszufuhr ist eine grosse Herausforderung und setzt gute Kenntnisse voraus.

Als Heimköchin/-koch sollten Sie einerseits die Bedürfnisse und Wünsche der HeimbewohnerInnen berücksichtigen und andererseits die ernährungsphysiologisch wichtigen Aspekte. Dies ist eine grosse Herausforderung und benötigt gute Kenntnisse rund um die Ernährung in der Geriatrie.

Ziel dieses Kurses ist, Sie bei der Umsetzung der bedarfsgerechten Ernährung zu unterstützen. Sie erfahren, wo bei der Verpflegung die Schwerpunkte zu setzen sind und wie Sie Ihr Angebot optimieren können. Mit diesem Kurs möchten wir Ihnen einen Leitfaden in die Hand geben, wie Sie mithelfen können, mit einer genussvollen und ausgewogenen Ernährung die Lebensqualität Ihrer HeimbewohnerInnen zu erhalten.

Ziele

Die Teilnehmenden

- kennen den Nahrungsmittelbedarf hochbetagter Menschen,
- erfahren welche Nährstoffe in der Versorgung kritisch sind,
- erhalten Ideen für die praktische Umsetzung.

Inhalte

- Die Bedeutung und die Versorgung wichtiger Nährstoffe
- Empfehlungen zum Nahrungsmittelbedarf
- Kompakter Ernährung, wenn die Portionen klein ausfallen
- Planung von ausgewogenen Mahlzeiten, Diskussion und Austausch von eigenen Erfahrungen
- Konkrete praktische Tipps zur Umsetzung
- Praktisches Kochen

Kursleitung	Brigitte Wegmüller, Rita Fricker
Zielgruppe	Küchenverantwortliche und Mitarbeitende
Datum	11. November 2021
Ort	Baden
Kosten	Fr. 290.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 350.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 30.– Verpflegungspauschale/Warenkosten [Kursbestandteil])
Anmeldeschluss	11. Oktober 2021

Textilwaschen im Heim



Für das Erzielen optimaler Waschergebnisse sind Grundkenntnisse in der Textilpflege unerlässlich.

Der Kurs vermittelt die wichtigsten Grundlagen der Textilpflege. Neben Materialkunde werden verschiedene Faktoren, die den Waschprozess beeinflussen, beleuchtet. Das Erkennen dieser Zusammenhänge sowie die erworbenen Kenntnisse helfen Ihnen, optimale Waschergebnisse im Heimbereich zu erzielen.

Ziele

Die Teilnehmenden

- kennen die textilen Fasern und ihre Eigenschaften,
- wählen die richtigen Waschverfahren aus,
- dosieren und verwenden Waschchemie korrekt,
- wissen, welche Faktoren den Waschprozess beeinflussen und verstehen, wie sich diese auf das Waschergebnis auswirken.

Inhalte

- Materialkunde: Naturfasern, Chemiefasern, Mischgewebe
- Waschtechnik: Sortieren, Beladen, Waschverfahren
- Waschchemie: Inhaltsstoffe und Dosierung

Kursleitung	Sarah Frey-Büsser
Zielgruppe	Mitarbeitende in Hauswirtschaft und Spitex
Datum	15. April 2021
Ort	Glattbrugg ZH
Kosten	Fr. 240.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 290.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 35.– Verpflegungspauschale)
Anmeldeschluss	15. März 2021

Fleckenentfernung und Vermeidung von Wäscheschäden

Dank einer schonenden Fleckenentfernung und konsequenter Vermeidung von Wäschebeschädigungen steigern Sie die Werterhaltung Ihrer Textilien. Um dies zu erreichen, sind gute Kenntnisse in der Textilpflege und in der Waschpraxis unentbehrlich.

In diesem Kurs werden alle wichtigen Faktoren behandelt, welche den Textil-Waschprozess stark beeinflussen können. Die Teilnehmenden werden somit einen besseren Bezug haben zu den Textilien, dem Waschverfahren und den einzusetzenden Produkten. Sie lernen die Fleckenentfernung fachgerecht durchzuführen sowie mit Wasch-, Bleich- und Entfleckungsmitteln entsprechende Vorsichtsmassnahmen zu treffen.

Ziele

Die Teilnehmenden

- lernen fachgerecht Flecken von Textilien zu entfernen,
- werden sicherer in der Erkennung und Auswahl der Produkte für die Textilreinigung,

- kennen die verschiedenen Waschprozesse und deren Auswirkung auf das Waschergebnis,
- wissen, welche Faktoren wichtig sind für den Trocknungsprozess,
- treffen Vorsichtsmassnahmen, um Schädigungen am Material vorzubeugen.

Inhalte

- Produkteinhaltsstoffe/Eigenschaften in Theorie und Praxis
- Bedeutung Feinwaschmittel, Vor-Buntwaschmittel, Hauptwaschmittel
- Erkennen der Faktoren um einfacher, rascher und günstiger zu waschen
- Textilwaschpraxis: Fleckenerkennung, Fleckenentfernung/Vorbehandlung
- Vorsichtsmassnahmen im Umgang mit verschiedenen Chemikalien
- Mögliche Ursachen für Schadenfälle

Die Kursteilnehmenden können Fleckenmuster/Muster von Wäscheschäden zur Beurteilung in den Kurs mitbringen.

Kursleitung	René Hasler
Zielgruppe	Mitarbeitende in Hauswirtschaft und Spitex
Datum	27. Mai 2021
Ort	Olten
Kosten	Fr. 240.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 290.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 35.– Verpflegungspauschale)
Anmeldeschluss	27. April 2021

Rationelle und perfekte Flickmethoden in Grossbetriebswäschereien

In Grossbetrieben werden Instandstellungsarbeiten aus ökonomischen Gesichtspunkten oft hinterfragt oder als unnötig erklärt. Für Bewohnerinnen und Bewohner sind gepflegte Kleidungsstücke jedoch ein wichtiger Teil ihrer persönlichen Betreuung.

Gut ausgebildeten Fachkräften gelingt es, ohne grossen Zeitaufwand mit Hilfe von rationellen Flickmethoden Textilien perfekt zu flicken. Professionelle Arbeitsmethoden helfen, ökonomische Gesichtspunkte mit-einzubeziehen. In diesem Kursangebot können Sie während zwei Tagen unterschiedlichste Betriebs- und Privatwäsche unter kompetenter Anleitung instand stellen. Dadurch werden Flicktechniken nicht nur theoretisch eingeführt, sondern können praktisch geübt und verbessert werden.

Ziele

Die Teilnehmenden können einfache und anspruchsvollere Instandstellungsarbeiten praktisch ausführen.

Inhalte

- Nähte und Säume ausbessern
- Stoffflächen mit der Bogennaht oder der Wiefeltechnik flicken
- Verschlüsse ersetzen
- Tricotflick, aufgesetzter Flick, Applikation

Durchführung in kleiner Kursgruppe

Kursleitung	Theres Affentranger
Zielgruppe	Mitarbeitende in Hauswirtschaft und Wäscherei
Daten	Kurs A: 5./6. Mai 2021 Kurs B: 19./20. Mai 2021
Ort	Zofingen
Kosten	Fr. 580.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 700.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 30.–/Tag Verpflegungspauschale) (Materialkosten ca. Fr. 35.–, diese werden direkt im Kurs verrechnet)
Voraussetzung	Defekte Betriebs- und Privatwäsche aus der eigenen Institution mitbringen!
Anmeldeschluss	Kurs A: 5. April 2021 Kurs B: 19. April 2021

GastgeberIn im Heim – kundenorientiert denken und handeln



Ob Sie im Speisesaal, in der Cafeteria, in der Lingerie, im Zimmerservice oder in der Küche arbeiten – ein kompetenter, freundlicher Umgangston ist überall gefragt.

Als GastgeberIn übernehmen Sie eine wichtige Rolle, die hohe Ansprüche an Ihre Persönlichkeit stellt. Ein ausgeglichener und herzlicher Umgang mit den Menschen wird von Ihnen erwartet. Zufriedene HeimbewohnerInnen und Gäste fördern das positive Bild Ihres Heimes in der Öffentlichkeit und in Ihrer Funktion als GastgeberIn können Sie Wesentliches dazu beitragen.

Ziele

Die Teilnehmenden

- übernehmen die Aufgaben einer Gastgeberin/eines Gastgebers,
- lernen mit den Augen der HeimbewohnerInnen und Gäste zu sehen und stärken Ihre persönliche Wahrnehmung,
- kennen die Grundlagen der Kommunikation und wenden diese in Ihrem täglichen Umgang mit den Mitmenschen bewusst an,
- trainieren, anhand praktischer Beispiele Reklamationen positiv und kompetent zu behandeln.

Inhalte

- Was heisst es für mich, GastgeberIn zu sein?
- Wir und unser Heim – erster Eindruck
- Mit den Augen der HeimbewohnerInnen sehen lernen
- Informations- und Kommunikationsregeln
- Umgang mit Reklamationen
- Checklisten und Hilfsmittel, das Gelernte im Betrieb umzusetzen

Kursleitung	Erika Ammann
Zielgruppe	Mitarbeitende in Gastronomie und Hauswirtschaft
Datum	18. Mai 2021
Ort	Zürich
Kosten	Fr. 240.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 290.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 30.– Verpflegungspauschale)
Anmeldeschluss	18. April 2021

Begegnungen und Kommunikation mit Menschen mit Demenz



Sie arbeiten in der Küche, im Speisesaal, in der Cafeteria, im Zimmerservice oder in der Lingerie und begegnen täglich demenzkranken Menschen. Um ihnen kompetent, hilfsbereit und demenzgerecht begegnen zu können, brauchen Sie entsprechendes Fachwissen.

Bereits kurze Gespräche können für Menschen, die an Gedächtnisschwäche leiden eine grosse momentane Hilfe sein. Kleine Dienste Ihrerseits können sehr entlastend auf die Betroffenen wirken und verhindern, dass sie sich verloren und allein gelassen fühlen. Der Mensch mit Demenz fühlt sich dadurch von Ihnen ernst genommen, wertgeschätzt und liebevoll begleitet.

Ziele

Die Teilnehmenden

- erhalten theoretisches Wissen über die häufigsten demenziellen Erkrankungen,
- verstehen das durch die Krankheit entstehende Verhalten,
- trainieren mit Beispielen aus ihrem Berufsalltag, das Gelernte umzusetzen,
- erhalten mehr Sicherheit bei Begegnungen mit demenzkranken Menschen.

Inhalte

- Häufige demenzielle Krankheitsbilder
- Tipps für Kommunikation und Begegnung mit demenzkranken Menschen
- Beispielhaftes Umsetzen des Gelernten in den Alltag

Kursleitung	Ursula Jucker
Zielgruppe	Mitarbeitende in Gastronomie, Hauswirtschaft und Spitex
Datum	22. Juni 2021
Ort	St. Gallen
Kosten	Fr. 240.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 290.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 35.– Verpflegungspauschale)
Anmeldeschluss	22. Mai 2021

Gepflegter Service im Speisesaal, in der Cafeteria und auf der Wohngruppe



Grundlagen für eine zeitgemässe und professionelle Gästebetreuung

«Der Gast ist Partner»: Dieser neuen Forderung kommt in der heutigen Zeit viel Bedeutung zu. Gut ausgebildete und motivierte Mitarbeitende sind ein Garant dafür, dass sich HeimbewohnerInnen und Gelegenheitsgäste als unsere PartnerInnen fühlen.

Der Tisch ist für den Gast der Ort, an dem er sich erholen und verwöhnt werden möchte. Hier werden die Leistungen des Hauses im wahrsten Sinne des Wortes aufgetischt. Ein sorgfältig gedeckter Tisch und ein aufmerksamer Service geben dem Gast das Gefühl, willkommen zu sein sowie die Bestätigung, dass man sich in diesem Betrieb auf die Gäste freut und sich auf sie vorbereitet.

Ziele

Die Teilnehmenden

- lernen Grundsätze und Merkpunkte des speditiven Arbeitens kennen,
- kennen die wichtigsten Serviceregeln und Servicearten und können diese ausführen,
- erkennen die Bedeutung der Rückmeldungen durch die Gäste und können entsprechende Verhaltensgrundsätze anwenden.

Inhalte

- Tische decken und Gedeckvariationen
- Regeln, Techniken und Arten des Services
- Gäste begrüssen und verabschieden

Kursleitung	Urs Stieger
Zielgruppe	Mitarbeitende im Service
Datum	1. Juni 2021
Ort	Glattbrugg ZH
Kosten	Fr. 240.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 290.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 35.– Verpflegungspauschale)
Anmeldeschluss	1. Mai 2021

Natur im Raum

Kränze aus Naturmaterial

Die Natur inspiriert uns mit ihrem Jahreszeiten-Rhythmus. Die meisten Menschen bewegen sich gerne in der Natur. Das Kranzbinden ist als altes Handwerk in vielen Kulturen verankert. Die Kranzform hat ihren Ursprung in einer tieferen Symbolik. Wir kennen vor allem den Adventskranz oder den Türkranz, darum widmen wir uns der Jahreszeit entsprechend diesen beiden Formen.

Im «Atelier am Blumenrain» in Luzern erwartet Sie eine grosse Sammlung an verschiedenen Naturmaterialien (Pflanzen, Früchte, Holz etc.). Diese Fülle wirkt einladend, Sie können aus dem Vollen schöpfen. Nach einer Einführung arbeitet jede Teilnehmerin für sich an einem Tisch, unter Anleitung und Begleitung durch die Kursleiterin. Durch das gemeinsame Arbeiten entsteht in der Gruppe eine kreative Atmosphäre. Die Teilnehmenden inspirieren sich gegenseitig. Eine lockere und wertschätzende Stimmung fördert die Entfaltung von Kreativität.

Ziele

Die Teilnehmenden

- kennen verschiedene Bindestecktechniken der Kranzbinderei,
- können selbstständig einen Kranz binden,
- sind in der Lage, selbstständig in ihrer Umgebung und im Garten Naturmaterialien zu sammeln.

Inhalte

- Handwerk kennenlernen
- Pflanzen/Fruchtstände/Naturmaterial erkennen
- Hinweis auf Bezugsquellen von Hilfsmaterial
- Individuelle Begleitung
- Inspirationsquelle durch Bücher und Bilder

Kursleitung	Irène Blum
Zielgruppe	Mitarbeitende Hauswirtschaft und Gästebetreuung
Datum	17. November 2021
Ort	Luzern
Kosten	Fr. 240.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 290.– Nichtmitglieder (Materialkosten von ca. Fr. 25.– bis 30.– werden direkt im Kurs verrechnet)
Anmeldeschluss	17. Oktober 2021

Kompetente Organisation und Durchführung festlicher Anlässe im Heim

Weihnachtsessen, Muttertagsbrunch oder Geburtstagsanlässe

Das beste Essen, der teuerste Wein und der perfekt gedeckte Tisch kommen dann voll zur Geltung, wenn alle involvierten Mitarbeitenden am gleichen Strick ziehen. Optimale Küchen- und Serviceabläufe machen den Anlass zu einem unvergesslichen Erlebnis!

Um einen festlichen Anlass gut vorbereiten zu können, sind klar definierte Abläufe und Checklisten von grosser Bedeutung. Auch die Präsentation der Speisen am Buffet oder ein schön gedeckter Tisch spielen eine wichtige Rolle. Zudem ist ein solcher Anlass auch ein unbezahlbarer Imageträger für die Institution.

Ziele

Die Teilnehmenden

- können einen festlichen Anlass selbständig organisieren,
- können einen Festtagstisch sowie Apéro-tisch korrekt aufdecken bzw. vorbereiten,
- verstehen das Zusammenspiel zwischen Küche, Service und Gast,
- erkennen die Wichtigkeit von Checklisten und Ablaufplänen.

Inhalte

- Gedeckvariationen für einen Festtagstisch
- Apérobuffet und Apéroservice
- Servieren eines Mehrgang-Menüs inkl. Getränkeservice
- Mitarbeiterinsatz und Planung

Kursleitung	Urs Stieger
Zielgruppe	Mitarbeitende aus der Gastronomie und der Gästebetreuung
Datum	16. September 2021
Ort	Glattbrugg ZH
Kosten	Fr. 240.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 290.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 35.– Verpflegungspauschale)
Anmeldeschluss	16. August 2021

Kompetentes Allergenmanagement rund um Verpflegungsprozesse

Gesetzliche Grundlagen – Allergene – praktische Umsetzung

Seit 2017 ist das neue Lebensmittelrecht in Kraft. Seither sind detaillierte Deklarationen und Kennzeichnung von Allergenen zu erbringen. Dies stellt die Betriebe vor Herausforderungen und bedeutet auch einen Mehraufwand.

Die Umsetzung des Lebensmittelrechts wird je nach Betrieb sehr unterschiedlich gehandhabt. Es bestehen Unsicherheiten bezüglich Umgang mit komplexen Anforderungen von Allergikern, Risiko der Allergenkontamination in der Küche und der geeigneten Deklarationsform der Allergene gegenüber der Kundschaft.

In diesem Kurs erhalten Sie einerseits Informationen zu den relevanten Allergien und Intoleranzen, gleichzeitig Lösungsansätze für ein gutes Allergiemanagement in Ihrem Betrieb.

Ziele

Die Teilnehmenden

- kennen die relevanten Nahrungsmittelallergien und -intoleranzen, Umsetzungsmöglichkeiten und die gesetzlichen Anforderungen zur Deklaration,
- sind in der Lage, die Anforderungen einer allergiebetreffenen Person vollständig zu erfassen,
- kennen alle am Allergiemanagement beteiligten Prozesse, mögliche Risikobereiche von Einkauf bis Service,
- erkennen, wie ein gutes Allergenmanagement möglich und umsetzbar ist.

Inhalte

- Fachwissen rund um Allergien und Intoleranzen und dessen Umsetzung
- Allergiemanagement – von den Angaben des Allergikers bis zur Abgabe der Speise
- Einblick in die Umsetzung des Allergiemanagements am Beispiel eines aha! zertifizierten Gemeinschaftsverpflegungsbetriebes

Kursleitung	Brigitte Baru
Zielgruppe	Verantwortliche und Mitarbeitende in Gastronomie und Hauswirtschaft, interessierte Fachpersonen welche mit dem Thema konfrontiert werden (Pflege, Kita, Spitex)
Datum	17. Juni 2021
Ort	Glattbrugg ZH
Kosten	Fr. 260.- Mitglieder CURAVIVA, Fr. 315.-Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 35.—Verpflegungspauschale)
Anmeldeschluss	17. Mai 2021

Sinnvolle Hygiene in Küche und Speiseverteilung



Grundlagen – Anforderungen – Vorschriften

Das schweizerische Lebensmittelgesetz stellt hohe hygienische Anforderungen an jede Küche und Speiseverteilung. Wenn Mitarbeitende den Sinn dieser Regelungen verstehen, werden sie diese selbstverständlicher umsetzen und nicht in erster Linie als lästiges Muss betrachten.

Anhand der gesetzlichen Grundlagen kennen die Kursteilnehmenden die Anforderungen für ein betriebsangepasstes Hygienekonzept. Als wichtiges Instrument – um Fehler zu verhindern oder aufzudecken – werden Kontrollblätter und -pläne eingesetzt.

Ziele

Die Teilnehmenden

- erkennen die wichtigsten Anforderungen des schweizerischen Lebensmittelgesetzes,
- wissen, welche Ansprüche ein betriebsangepasstes Hygienekonzept erfüllen muss,
- setzen Reinigungs- und Kontrollpläne um.

Inhalte

- Hauptpunkte des neuen Lebensmittelgesetzes ab 1. Mai 2017
- Acht Regeln im Umgang mit Lebensmitteln
- Lagern und Aufbewahren von Speisen
- Kontrolle durch Behörden und Folgen einer Beanstandung
- Umgang mit Selbstkontrolle

Kursleitung	Urs Stieger
Zielgruppe	Mitarbeitende in Küche, Speiseverteilung und Wohngruppe
Datum	2. September 2021
Ort	Olten
Kosten	Fr. 240.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 290.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 35.– Verpflegungspauschale)
Anmeldeschluss	2. August 2021



Selbstkontrolle in der Lebensmittelhygiene? Sie haben die Verantwortung!

Neues Lebensmittelrecht – Konzeptentwicklung – Deklarationen

Das schweizerische Lebensmittelrecht verpflichtet Betriebe zur Selbstkontrolle. Betriebsverantwortliche müssen mit geeigneten Massnahmen dafür sorgen, dass die Lebensmittelsicherheit jederzeit gewährleistet ist.

Hygieneverantwortliche im Betrieb wissen, welche Bereiche ein dem Betrieb angepasstes Hygiene-Selbstkontrollkonzept berücksichtigen muss. Sie sind sich bewusst, welche Punkte bei der Betriebs-, Lebensmittel-, und Mitarbeiterhygiene beachtet werden müssen.

Ziele

Die Teilnehmenden

- können ein Selbstkontrollkonzept selbstständig erarbeiten,
- können mit Hilfe eines aus der Praxis stammenden Hygiene-Selbstkontrollkonzeptes ihr eigenes überprüfen und vervollständigen.

Inhalte

- Gesetzlichen Grundlagen zur Erarbeitung eines Konzeptes
- Struktur des neuen Lebensmittelrechts ab 1. Mai 2017
- Gefahrenanalyse und Lenkungspunkte/Aufbau und Strukturierung
- Deklarationsvorschriften für Speisen und Getränke
- Arbeitsanweisungen und Kontrollaufzeichnungen

Kursleitung	Urs Stieger
Zielgruppe	Betriebsverantwortliche, Küchenverantwortliche oder Mitarbeitende, welche mit der Entwicklung eines Hygiene-Selbstkontrollkonzeptes beauftragt sind
Datum	18. Mai 2021
Ort	Olten
Kosten	Fr. 290.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 350.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 35.– Verpflegungspauschale, Fr. 10.– für Konzept auf USB-Stick)
Anmeldeschluss	18. April 2021

Hygiene in der Hauswirtschaft – von A bis Z das Wissen aufgefrischt!

Die Anforderungen an die Hygiene mit ihren vielfältigen Aufgaben steigen. Neben Wohnlichkeit und Sauberkeit stehen vor allem die wirksame Gesundheitsvorsorge und die Sicherheit der Mitarbeitenden und Bewohnerinnen und Bewohner im Zentrum.

Die Weiterbildung bietet Mitarbeitenden die Möglichkeit, verschiedene relevante Aspekte der Hygiene (für Lingerie und Reinigungsdienst) zu vertiefen.

Anhand eines praktischen Parcours festigen und vertiefen die Teilnehmenden ihre Kenntnisse über wirkungsvolle Hygiene – von A wie Arbeitsabläufe, über N wie Norovirus, W wie Wet clean bis Z wie Zimmerreinigung.

Ziele

Die Teilnehmenden

- kennen wichtige Punkte der Hygiene,
- wissen, welche Themen im Reinigungs- und Wäschereibereich relevant sind,
- können für den Alltag häufige Situationen fachlich vertiefen, die die Hygiene verbessern.

Inhalte

- Grundlagen betreffend persönlicher und betrieblicher Hygiene
- Norovirus und Pandemien
- Aktuelles Fachwissen für die Reinigung und Wäscherei
- Lösungen für Fragestellungen aus der Praxis

Kursleitung	Britta Studer
Zielgruppe	Mitarbeitende in Hauswirtschaft und Spitex
Datum	29. Juni 2021
Ort	Zürich
Kosten	Fr. 240.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 290.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr.30.– Verpflegungspauschale)
Anmeldeschluss	29. Mai 2021

Vollgestellte und stark bewohnte Räume: Wie gehe ich damit um?

Haltung und professioneller Umgang mit Bewohnenden

Viele soziale Institutionen führen Wohnangebote, in denen betreute Menschen langfristig selbständig leben und nur punktuell Dienstleistungen beziehen, z.B. bezüglich Reinigung. Wohnungen, die mit vielen Gegenständen «aus allen Nähten platzen» oder nicht gut zugänglich sind, da sich vieles angesammelt hat, sind eine Herausforderung für das Hausdienst-Team. Fachliches Hintergrundwissen ermöglicht einen sichereren Umgang mit diesem Thema.

In diesem Kurs gehen wir der eigenen Einstellung nach und üben konkretes Verhalten und Vorgehen. Das Thema stellt uns vor verschiedene Herausforderungen: Warum reagiere ich mit Ablehnung oder Unverständnis, wenn ich eine stark bewohnte Wohnung oder Zimmer betreue?

Warum lebt die Bewohnerin/der Bewohner auf diese Art? Welche Gründe führten zu dieser Wohnsituation? Wie gehe ich in meiner Rolle als Mitarbeitende oder Verantwortliche Fachperson damit um?

Ziele

Die Teilnehmenden

- kennen mögliche Hintergründe, die zu einer unübersichtlichen Wohnsituation führen,
- wissen, wie sich ihr Verhalten auf die Kunden positiv oder hinderlich auswirken kann,
- können sich adäquat und wertschätzend ausdrücken,
- sind in der Lage, Schritte einzuleiten, die für die Arbeit mit den betroffenen Menschen und ihrem Umfeld notwendig sind.

Inhalte

- Korrekte Bezeichnungen, Formulierungen und Ausdrücke
- Verhalten und nachhaltiges Vorgehen
- Zusammenarbeit mit anderen Bereichen
- Tipps und Erfahrungsaustausch mit Personen aus der Praxis

Kursleitung	Britta Studer
Zielgruppe	Mitarbeitende und Führungsverantwortliche in Institutionen mit verschiedenen Wohnformen oder in der Spitex
Datum	19. Oktober 2021
Ort	Luzern
Kosten	Fr. 240.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 290.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr.30.– Verpflegungspauschale)
Anmeldeschluss	19. September 2021

Gastronomie/Hauswirtschaft Agogik im praktischen Küchen- und Hauswirtschaftsalltag

Arbeitsgestaltung für Menschen mit Beeinträchtigung in Küche und Hauswirtschaft

Rollengestaltung – Agogik – Hintergründe

Mit dieser Weiterbildung erweitern Sie Ihr Fachwissen mit agogischen Kompetenzen und werden den Anforderungen gerecht, die an Berufsleute in einer Institution mit Menschen mit Beeinträchtigungen gestellt werden.

Das erlangte Basiswissen ermöglicht den Teilnehmenden, den Arbeitsalltag mit Menschen mit Beeinträchtigungen bewusst zu gestalten. Sie vertiefen das Bewusstsein für ihre Doppelrolle als Fachperson der Hauswirtschaft oder der Küche sowie als agogisch tätige Person und ergänzen ihre Handlungskompetenzen. In einer Schlussarbeit wird das Wissen aus dem Lehrgang praktisch umgesetzt.

Ziele

Die Teilnehmenden

- analysieren ihre persönliche Arbeitsbiographie und ihr persönliches Arbeitsverhalten,
- kennen verschiedene Beeinträchtigungsformen und erlernen adäquate Methoden und agogische Konzepte,
- verstehen den gesetzlichen, politischen und finanziellen Rahmen ihres Arbeitsauftrages,
- kennen die Integrationsmethoden JobCoach und Supported Employment,
- gestalten Arbeitsplatzkonzepte unter Einbezug agogischer Kriterien.

Inhalte

- Menschenbild, Abgrenzung und persönliches Rollenverständnis
- Grundlagen zu Entwicklungspsychologie und verschiedene Formen von Behinderung
- Agogisches Handeln und Denken, Förderplanung und Arbeitsmethoden
- Sozialversicherungssystem und finanzielle Faktoren
- Arbeitsplatzgestaltung, Tagesstruktur und Arbeitsplatztraining
- Bearbeiten von Fragestellungen aus dem Praxisumfeld der Teilnehmenden

Kursleitung	Christoph Roos, Markus Plüss, Peter Wäckerlig (im Wechsel)
Zielgruppe	Mitarbeitende in den Bereichen Küche und Hauswirtschaft, welche mit Menschen mit einer Beeinträchtigung zusammenarbeiten
Daten	5./6. Mai, 30. Juni/1. Juli, 16./17. September 2021
Orte	Zürich/Gossau SG
Kosten	Fr. 1560.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 1880.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 30.–/Tag Verpflegungspauschale)
Anmeldeschluss	5. April 2021

Arbeiten mit Menschen mit Beeinträchtigung in Küche und Hauswirtschaft



Grundlagen – Werkzeuge – Kommunikation

Arbeiten ist ein zentrales Element für Menschen mit und ohne Behinderung. Die bewusste Gestaltung des Arbeitsplatzes und der Einsatzgebiete ist in der Zusammenarbeit für Menschen mit Behinderung ein zentraler Erfolgsfaktor. Neben allgemeinen Ansprüchen, die für jeden Arbeitsplatz und ArbeitnehmerIn gelten, sind für Menschen mit Behinderung oft individuelle Arbeitsplatzgestaltungs-Strategien nötig, um erfolgreich Produktivität und Integration zu ermöglichen.

Mitarbeitende aus Küche und Hauswirtschaft, die täglich mit Menschen mit Beeinträchtigung arbeiten, stehen immer im Spannungsfeld zwischen produktivem Handeln und den individuellen Möglichkeiten der Menschen mit Beeinträchtigung. Dieses vielschichtige Thema wird im Kurs ausgeleuchtet, und konkrete Hilfestellungen werden erarbeitet. Fragestellungen aus der Praxis werden besprochen und praktische Arbeitsinstrumente vorgestellt, mit denen Lösungsmöglichkeiten entwickelt werden können.

Ziele

Die Teilnehmenden

- erweitern persönliche Kompetenzen im Bereich Zusammenarbeit mit Menschen mit Behinderung,
- kennen diverse Behinderungsformen und ihre Auswirkungen auf den Arbeitsplatz,
- kennen Werkzeuge zur optimierten Arbeitsgestaltung von Menschen mit Behinderung.

Inhalte

- Bedeutung der Arbeit für mich / für Menschen mit Behinderung
- Grundkenntnisse: Bewusstes Beobachten und Interpretieren
- Arbeitswerkzeuge: unterstützte Kommunikation, Empowerment, Prinzip der Stabilität und deren Anwendungen in der Praxis
- Gesprächsführung mit Klienten

Kursleitung	Markus Plüss
Zielgruppe	Mitarbeitende in den Bereichen Küche und Hauswirtschaft, welche mit Menschen mit Behinderung zusammenarbeiten
Datum	17. März 2021
Ort	Glattbrugg ZH
Kosten	Fr. 240.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 290.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 35.– Verpflegungspauschale)
Anmeldeschluss	17. Februar 2021

Gastronomie/Hauswirtschaft Führung, Kommunikation und Selbstmanagement

Lehrgang Führen in der Hauswirtschaft

12-tägige Weiterbildung für Teamleitende

Führen will gelernt sein! Teamleitende zeichnen sich meistens durch langjährige Erfahrung und fachliche Kompetenz aus. Sie interessieren sich für die damit verbundenen Aufgaben und werden deshalb konkret für Führungsaufgaben angefragt. Wir bieten dazu das nötige theoretische Rüstzeug und dessen Vernetzung mit den praktischen Situationen des beruflichen Alltags.

In dieser Weiterbildung erwerben Sie Grundlagen für Ihre Führungsarbeit als Team- oder GruppenleiterIn in der Hauswirtschaft, sei dies in der Wäscherei, Reinigung oder in der Gästebetreuung.

Anhand von Fallbeispielen aus Ihrem Arbeitsalltag reflektieren Sie Ihr eigenes Führungsverständnis und entwickeln Ihren eigenen Führungsstil weiter. Sie lernen, Führungsaufgaben zielgerichtet zu planen, durchzuführen und auszuwerten. In konkreten Gesprächssituationen üben Sie die zielorientierte Gesprächsführung mit Mitarbeitenden.

Sie erhalten das Detailprogramm unter:
www.weiterbildung.curaviva.ch oder
wb.gastronomie@curaviva.ch.

Ziele

Die Teilnehmenden

- entwickeln ihren persönlichen Führungsstil und setzen sich mit ihrer Rolle als Führungskraft auseinander,
- vertiefen ihre Fähigkeiten in der Mitarbeitendenqualifikation,
- stärken ihre Auftrittskompetenz,
- leiten Gespräche und Sitzungen effizient.

Inhalte

- Führungsgrundlagen und eigenes Führungsverständnis
- Spannungsfeld Vorgesetzte/Mitarbeitende
- Problemlösungszyklus, Projektmanagement
- Basiswissen Kommunikation und Gesprächsführung
- Einführung von neuen Mitarbeitenden

Abschluss

Eine erfolgreich abgeschlossene, schriftlich dokumentierte Führungsaufgabe führt zu einem Zertifikat von CURAVIVA.

Als Modul für die eidg. Berufsprüfung
Bereichsleitung Hotellerie-Hauswirtschaft
anerkannt.

Lehrgangsleitung Erika Ammann

Zielgruppe Fachfrau/-mann Hauswirtschaft mit EFZ oder gleichwertige Ausbildung in der Funktion der Gruppen- oder Teamleitung in der Reinigung, Wäscherei oder Gästebetreuung

Daten September 2021 bis März 2022 (12 Tage)

Ort Zürich

Kosten Siehe Detailprogramm

Anmeldeschluss 7. August 2021

Konzeptionelle Arbeit im hauswirtschaftlichen Bereich

Konzepte erstellen und umsetzen

Arbeitsicherheit, Hygiene, Pandemien, Verpflegung- nicht nur bei diesen Themen gibt es den Bedarf oder Wunsch, ein verbindliches Konzept zu erstellen. Als unverzichtbare Vorarbeit bei Projekten sind Konzepte sehr wichtig. Im hauswirtschaftlichen oder technischen Bereich ein Konzept zu erstellen, braucht entsprechendes Hintergrundwissen und den Fokus auf die relevanten Punkte beim Erstellen, Einführen und Umsetzen. Gesetzliche Vorgaben, Qualitätsansprüche und betriebliche Ziele müssen integriert werden. Ein Konzept soll alltagstauglich sein und soll von den Mitarbeitenden «gelebt» werden.

«Schreiben Sie mal ein Konzept...!» Haben Sie auch schon einen solchen Auftrag bekommen? In diesem Kurs erstellen wir Schritt für Schritt ein „Beispiel-Konzept“ mit allem, was dazu gehört. Dabei erarbeiten wir die notwendigen Inhalte und berücksichtigen dabei die relevanten Punkte aus Qualitäts- Managementsystemen, dem Projektmanagement und dem Organisationswürfel.

Mit der Erstellung des Konzeptes ist es oft nicht getan. Denn häufig münden Konzepte in ein Projekt, und das Konzept muss implementiert werden. Die Mitarbeitenden sollen gut durch die Neuerungen begleitet, befähigt und motiviert werden. Auch das ist Inhalt dieses Kurses

Ziele

Die Teilnehmenden

- kennen nützliche Tipps, die das Erstellen eines Konzepts erleichtern sowie Beispiele aus der Praxis,
- wissen, wie sie ein Konzept erstellen und im Betrieb umsetzen können,
- können sich das notwendige Fachwissen zusammenstellen,
- sind in der Lage, die wichtigsten Punkte bei der Einführung eines Konzepts zu beachten.

Inhalte

- Anforderungen an ein Konzept
- Vorgehen, Zielsetzungen
- Inhalte und Umfang, beteiligte Personen
- Fachliche Grundlagen
- Einführung im Betrieb, Umgang mit Veränderungen, Teamprozesse begleiten

Lehrgangsleitung	Britta Studer
Zielgruppe	Führungsverantwortliche in der Hauswirtschaft, Technischer Dienst, Spitex
Daten	17. Juni 2021
Ort	Zürich
Kosten	Fr. 240.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 290.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 30.– Verpflegungspauschale)
Anmeldeschluss	17. Mai 2021

Mitarbeitende führen



Situativ – wirksam – nachhaltig

Die Herausforderungen an Führungsleute sind heute in der Gastronomie wie in der Hauswirtschaft geprägt durch Wandel, Knappheit, Reorganisationen und vieles mehr.

Die Fähigkeit, situativ, wirksam und gleichzeitig nachhaltig zu führen, wird immer entscheidender. Hilfreich dabei ist die Auseinandersetzung mit der eigenen Führungsleistung und dem persönlichen Rollenverständnis in der Führungsarbeit.

Ziele

Die Teilnehmenden

- setzen sich gezielt mit ihrer Rolle und Wirkung als Führungsperson auseinander,
- erhalten einen Überblick der Instrumente moderner Führung und leiten mögliche Konsequenzen für Ihren Führungsalltag ab,
- setzen sich mit nachhaltiger und wirksamer Führungsarbeit auseinander,
- holen sich neuen Schwung für die täglichen Herausforderungen.

Inhalte

- Aspekte wirksamer und nachhaltiger Führungsarbeit
- Vom Nachgeben und Zumuten
- Erfolgreiche Führung setzt wirksame Kommunikation voraus
- Fit for change

Kursleitung	Ursula Eberle
Zielgruppe	Führungsverantwortliche in Gastronomie und Hauswirtschaft
Daten	20./21. Oktober 2021
Ort	Zürich
Kosten	Fr. 580.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 700.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 30.–/Tag Verpflegungspauschale)
Anmeldeschluss	20. September 2021

Refresher für erfahrene Führungspersonen in der Hauswirtschaft

Relevante Führungsthemen in kompakter Form

Vorgaben in der Hauswirtschaft umsetzen, die Motivation des Teams unterstützen sowie das Personalmanagement gehört zu Ihrem Alltag. Ebenso beschäftigen Sie sich mit dem Weiterentwickeln der Hauswirtschaft und dem Mitprägen des Führungsverständnisses. Im Alltag sind Sie erfolgreich unterwegs, aber der Austausch und das fachliche Update kommen zu kurz? Der kompakte 2-tägige Kurs ermöglicht ein strukturiertes Arbeiten an relevanten Themen, die herausfordern.

Es gibt immer wieder Veränderungen anzupacken, zu denen die Mitarbeitenden ambivalent eingestellt sind, z.B. bei Krisen, Reorganisationen oder Neuerungen. Sicherheit und Orientierung zu geben (an Sitzungen, im Alltag) gehört zu unserer Aufgabe-- aber wie? Im Personalmanagement beschäftigen wir uns mit der Rekrutierung und der Personalbeurteilung, da die Kosten und auch der zeitliche Aufwand gross sein können. Wie können wir hier die Wirksamkeit verbessern und die Kosten senken? Auch nach Jahren der Entwicklungen im Facility Management ist in unserer Sprache weiterhin eine Wertung bezüglich Hauswirtschaft zu hören. Auch in der interdisziplinären Zusammenarbeit stossen wir immer wieder auf Stolpersteine – Wie können wir diese umgehen?

Ziele

Die Teilnehmenden

- kennen aktuelle Ansätze und vertiefen diese mit Fallbeispielen aus der Praxis,
- wissen, wie sie Veränderungsprozesse optimal gestalten,
- können Methoden anwenden, die ihre Führungsarbeit erleichtern.

Inhalte

- Veränderungsmanagement: Mitarbeitende sicher durch Veränderungen begleiten
- Personalgewinnung: Kosten vermeiden
- Personalbeurteilung: Wirksamkeit erhöhen
- Interdisziplinarität, Statuskompetenz: Motivation für Sie persönlich

Kursleitung	Britta Studer
Zielgruppe	Führungsverantwortliche in der Hauswirtschaft
Daten	4./5. Mai 2021
Ort	Glattbrugg ZH
Kosten	Fr. 240.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 290.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 35.– Verpflegungspauschale)
Anmeldeschluss	4. April 2021

Kommunikation im Arbeitsalltag



Die Kommunikation ist ein grundlegendes Element im Umgang miteinander. Ohne eine gute Verständigung im Betrieb läuft gar nichts!

Missverständnisse im Alltag gehören dazu, meistens geschehen sie unbewusst. Entscheidend ist, wie wir sie überwinden. In diesem Kurs erlernen Sie die Grundlagen der Kommunikation. Es wird Ihnen leichter fallen, mit Ihren HeimbewohnerInnen, Ihren Vorgesetzten und KollegInnen zu kommunizieren und ihre Anliegen ernst zu nehmen.

Ziele

Die Teilnehmenden

- nehmen sich selbst besser wahr und erfahren Ihre Wirkung auf andere,
- können ein aufbauendes Feedback geben und auch entgegennehmen,
- realisieren, dass Sie durch offene Gespräche Vertrauen und Glaubwürdigkeit gewinnen.

Inhalte

- Einführung in die Grundlagen der Kommunikation und Information
- Aufbauendes Feedback geben und empfangen
- Verfeinern und Vertiefen der Gesprächsführung
- Umgang mit Ich-Botschaften

Kursleitung	Irene Weideli
Zielgruppe	Mitarbeitende in Gastronomie, Hauswirtschaft und Spitex
Datum	23. September 2021
Ort	Zürich
Kosten	Fr. 240.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 290.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 30.– Verpflegungspauschale)
Anmeldeschluss	23. August 2021

Konflikte erkennen und lösen



Konflikte sind etwas Alltägliches und begleiten uns das ganze Leben. Wo Menschen zusammenarbeiten, stossen unterschiedliche Interessen aufeinander. Auseinandersetzungen gehören zur Zusammenarbeit – genauso wie Freude und Wohlbehagen. Oft ist nicht der Konflikt das Problem, sondern die mangelnde Fähigkeit, mit ihm umzugehen.

Im Arbeitsalltag erleben wir Differenzen als unangenehm und belastend. Wir versuchen ihnen aus dem Weg zu gehen, fühlen uns hilflos und blockiert. Das bindet Kräfte und lenkt von der eigentlichen Arbeit ab – Spass und Zufriedenheit gehen verloren.

Entstehende Konflikte frühzeitig zu erkennen bildet oft einen ersten Schritt zu einer konstruktiven Lösung. Es ist wichtig, sein eigenes Verhalten zu kennen, zu verstehen und dafür offen zu sein, neue Verhaltensweisen auszuprobieren und zu festigen. Die eigene Kommunikationsfähigkeit zu verbessern ist ein wichtiger Schritt, Spannungen vorzubeugen und so eine lebendige, angenehme Arbeitsatmosphäre zu schaffen.

Ziele

Die Teilnehmenden

- erkennen Konflikte frühzeitig und finden einfache Lösungsansätze,
- lernen ihr eigenes Verhalten in Konfliktsituationen besser kennen und probieren Neues aus,
- überdenken ihre Kommunikation in Konfliktsituationen.

Inhalte

- Wie kann ich mich verhalten, dass es nicht zu Konflikten kommt?
- Erkennen von Konflikten
- Eigene Verhaltensweisen erkennen und verbessern
- Fünf Strategien einen Konflikt anzugehen
- Hilfreiche Tipps für Konfliktgespräche

Kursleitung	Britta Studer
Zielgruppe	Mitarbeitende in Gastronomie, Hauswirtschaft und Spitex
Datum	2. November 2021
Ort	Luzern
Kosten	Fr. 240.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 290.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 35.– Verpflegungspauschale)
Anmeldeschluss	2. Oktober 2021

Freude trotz Stress



Stress gehört auch in Gastronomie und Hauswirtschaft zum Alltag. Wer den heutigen beruflichen Anforderungen gewachsen sein will, muss viel leisten und mit belastenden Situationen umgehen können. Dauer- und Überbelastungen führen jedoch oftmals zu einer Störung des inneren und äusseren Gleichgewichts.

Wer Überlastungen von Körper, Geist und Seele ernst nimmt, hat gute Chancen, seinen persönlichen Umgang mit stressigen Situationen dauerhaft positiv zu verändern und gute Leistungen in der Institution zu erbringen. Die Weiterbildung ermöglicht, Stressursachen und deren Folgen zu erkennen und bietet Methoden zur Vorbeugung und Bewältigung von Stresssituationen. Anhand vieler praktischer Beispiele und Übungen erleben die Teilnehmenden, dass es gelingt, innerhalb von kurzer Zeit Spannungen abzubauen und entspannt mit KollegInnen und BewohnerInnen umzugehen.

Ziele

Die Teilnehmenden

- kennen die verschiedenen Arten von Stress und deren Auswirkungen,
- können Methoden zur Vorbeugung und Bewältigung von eigenen Stresssituationen anwenden,
- erleben die Wirkung einfacher Entspannungstechniken,
- sind fähig, innerhalb von kurzer Zeit Spannungen abzubauen,
- sind in der Lage, einen Ausgleich zwischen Berufs- und Privatleben zu schaffen.

Inhalte

- Was ist Stress und wodurch entsteht er?
- Eu-/Distress
- Stress am Arbeitsplatz und seine Folgen
- Die Coping Methode
- Methoden zur Stressprävention und -bewältigung
- Entspannungstechniken für den Alltag

Kursleitung	Marianne Gerber
Zielgruppe	Mitarbeitende in Gastronomie, Hauswirtschaft und Spitex
Datum	15. September 2021
Ort	Zürich
Kosten	Fr. 240.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 290.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 30.– Verpflegungspauschale)
Anmeldeschluss	15. August 2021

Der Dienstleistungsbereich im Spannungsfeld von Nähe und Distanz

Grenzverletzendes Verhalten – Strategien – Rüstzeug

Die Mitarbeitenden aus Küche, Hauswirtschaft oder technischem Dienst sind meist nur indirekt in die Begleitung von Bewohnenden und Klienten involviert. Trotzdem ist grenzverletzendes Verhalten im Alltag möglich, wobei die Ressourcen der betroffenen Mitarbeitenden in solchen Situationen oft gering sind. Dieser Kurs zeigt, wie man auf diese Form der Gewalt eine adäquate Antwort findet.

Grenzverletzendes Verhalten kommt auch in Institutionen vor. Die Rollen der verschiedenen Akteure sind meist definiert und die Kulturen in den Institutionen sind sehr unterschiedlich. Wir beleuchten dies aus der Perspektive von Mitarbeitenden aus Küche, Hauswirtschaft und technischem Dienst. Wir definieren Grenzen der eigenen Rolle und erläutern, wo Hilfe wichtig ist. Um mit grenzverletzenden Situationen im Alltag umgehen zu können, werden die Teilnehmenden als mögliche Betroffene mit Rüstzeug und Wissen ausgestattet, um möglichst kompetent handeln zu können. Wir erarbeiten und üben gemeinsam entsprechende Strategien.

Ziele

Die Teilnehmenden

- kennen die Grundzüge von Gewalt in der Arbeitswelt,
- erkennen grenzverletzendes Verhalten im Arbeitsalltag,
- wissen über die möglichen Formen von Gewalt im Arbeitsalltag Bescheid und kennen ihre Rechte und Pflichten als Arbeitnehmende,
- kennen Möglichkeiten und Strategien, um dieser Form von Gewalt zu begegnen,
- erlernen praktisches Verhalten in grenzverletzenden Situationen.

Inhalte

- Rolle als dienstleistungserbringende Berufsperson und persönliches Verhalten in grenzüberschreitenden Situationen
- Rechtliche Rahmenbedingungen zu Nähe und Distanz in der Arbeitswelt
- Sinnvolles Vorgehen nach einem grenzüberschreitenden Ereignis
- Gezielte Körperarbeit (Stimme, Körperhaltung, Auftreten) und Rollenspiele

Kursleitung	Markus Plüss
Zielgruppe	Mitarbeitende in Heimen und Institutionen aus Küche, Hauswirtschaft und technischem Dienst
Datum	10. November 2021
Ort	Glattbrugg ZH
Kosten	Fr. 240.– Mitglieder CURAVIVA, Fr. 290.– Nichtmitglieder (zzgl. Fr. 35.–Verpflegungspauschale)
Anmeldeschluss	10. Oktober 2021

Eidg. Berufsprüfung BereichsleiterIn Hotellerie-Hauswirtschaft

BereichsleiterInnen Hotellerie-Hauswirtschaft sind zuständig für die Führung eines oder mehrerer Bereiche der Hotellerie/Hauswirtschaft in Heimen, Spitälern und anderen Betrieben.

Sie übernehmen fachliche und organisatorische Verantwortung für die Werterhaltung, Reinigungs- und Wäscheorganisation, die Raumbewirtschaftung und -gestaltung und die Verpflegungsorganisation im Bereich Gastronomie oder Pflegestation. Je nach Grösse und Organisation des Betriebs sind sie für die gesamte Hauswirtschaft oder Teilbereiche zuständig. Sie planen, organisieren und evaluieren die Arbeitsleistungen und arbeiten praktisch mit. Sie tragen die fachliche und organisatorische Verantwortung für die Mitarbeitenden und Lernenden ihres Bereiches, planen deren Einsatz und Weiterbildung und führen Qualifikationsgespräche. Weitere Aufgaben sind: Raumbewirtschaftung und -gestaltung, Mitarbeit in Projektgruppen, Organisation von Anlässen, Qualitäts-Management.

Durch die Berufsprüfung wird überprüft, ob die Kandidatinnen und Kandidaten über die praktischen und unternehmerischen Kompetenzen für diesen Beruf verfügen. Die Berufsprüfung ersetzt die früheren Abschlüsse Hauswirtschaftliche Betriebsleiter/in FA bzw. Hauswirtschaftsleiter/in FA.

Voraussetzungen

Die Zulassungsvoraussetzungen und Informationen zu den Vorbereitungslehrgängen finden Sie unter www.examen-schweiz.ch

Träger

Die Berufsprüfung wird getragen von CURAVIVA Schweiz, fmpo, Hotel & Gastro Union – Berufsverband Hauswirtschaft, GROCAD, SIHP, H+, Hotel & Gastro formation.

Der 12-tägige Lehrgang «Führen in der Hauswirtschaft» von CURAVIVA Weiterbildung kann als Modul zur Berufsprüfung Hotellerie-Hauswirtschaft angerechnet werden.

Eidg. Berufsprüfung Chefköchin/Chefkoch

Chefköchinnen und Chefköche haben die Kompetenz, eine qualifizierte und spezialisierte Arbeit in den Bereichen Kochen und Küchenproduktion auszuführen. Sie besetzen mittlere Führungsfunktionen.

Sie kennen alle Bereiche der Menüplanung, Beschaffung, Lagerung, Bearbeitung, Zubereitung und Entsorgung. Sie beherrschen alle Kochmethoden und setzen diese in eine gesunde Ernährung um. Sie arbeiten in den Küchen der Heim- und Spitalgastronomie, der Hotellerie, der Restauration, der System- und Handelsgastronomie, der Gemeinschaftsgastronomie sowie des Caterings.

Der Vorbereitungslehrgang umfasst fünf Module mit qualifizierenden Modulabschlüssen.

Voraussetzungen

Zur Abschlussprüfung zugelassen wird, wer:

- ein eidg. Fähigkeitszeugnis als Koch/Köchin oder einen gleichwertigen anerkannten Ausweis besitzt,
- eine einschlägige Berufspraxis als Köchin/Koch von mind. drei Jahren ausweisen kann,
- über die erforderlichen Modulabschlüsse oder Gleichwertigkeitsbestätigungen verfügt,
- einen Kurs für BerufsbildnerInnen absolviert hat,
- sich fristgerecht anmeldet.

Träger

Träger der Berufsprüfung sind CURAVIVA Schweiz, H+ und Hotel & Gastro formation.

Besonderes

Falls Ihr Betrieb dem Landesgesamtarbeitsvertrag (L-GAV) des schweizerischen Gastgewerbes unterstellt ist, sind die Kosten des Vorbereitungslehrgangs und der Prüfung reduziert. Infos unter: www.hotelgastro.ch

Eidg. Berufsprüfung SicherheitspezialistIn in Institutionen des Gesundheits- und Sozialwesens

Die eidg. Berufsprüfung richtet sich an Sicherheitsbeauftragte von Heimen, Spitälern, Kliniken oder Personen, die sich auf diese Aufgabe vorbereiten wollen.

Die AbsolventInnen verfügen über vertieftes Fachwissen über Sicherheitsanforderungen in den Bereichen Brandschutz, Umweltschutz, Arbeits- und Gesundheitsschutz, Objektschutz, Organisation bei ausserordentlichen Lagen. Sie sind ausserdem geschult im Bereich Führung, Kommunikation, Instruktion und Ausbildung. Sie können die Stellung eines Vorgesetzten im Sicherheitsbereich übernehmen.

Voraussetzungen

Zur Prüfung zugelassen wird, wer:

- ein eidg. Fähigkeitszeugnis der Branchen Handel, Industrie, Bau oder einen gleichwertigen Ausweis besitzt,
- mind. drei Praxisjahre nachweist, wovon zwei Jahre mit Sicherheitsaufgaben in Institutionen des Gesundheits- und Sozialwesens oder
- sich seit mind. vier Jahren hauptsächlich mit Sicherheitsfragen in anderen Branchen beschäftigt.

Details sind in der Prüfungsordnung und der Wegleitung ersichtlich.

Träger

Träger der Berufsprüfung sind CURAVIVA Schweiz, ARATH, IHS, H+, VKF und FMpro

Die AbsolventInnen, die den Prüfungsteil Brandschutz bestanden haben, erhalten gleichzeitig auch das Zertifikat «Sicherheitsbeauftragter Brandschutz VKF» und werden im Schweizerischen Brandschutzregister als anerkannte Fachperson aufgeführt.

Information/Anmeldung | Prüfungssekretariat Sicherheitsspezialisten
H+Bildung
Rain 36, 5000 Aarau
Telefon 062 926 90 06, info@hplus-bildung.ch,
www.hplus-bildung.ch