

Familie & Gesundheit

Kursprogramm 2026

Gestärkt durch den Alltag



Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton Baselland



Kinder, Jugendliche und Eltern



Pubertät: Mädchen, Frauen, meine Tage

Mädchenworkshop & Elternvortrag

CHF 120.– pro Mädchen (inkl. Elternvortrag)

CHF 25.– bzw. CHF 40.– (Paarpunkt) Buchung Elternvortrag,
ohne Workshop für das Kind

| | | |
|---------|---|-------------------|
| 2001.01 | Freitag, 19. Juni 2026 (Elternvortrag) | 19.30 – 21.30 Uhr |
| 2000.01 | Samstag, 20. Juni 2026 | 10.00 – 17.00 Uhr |
| 2001.02 | Freitag, 04. September 2026 (Elternvortrag) | 19.30 – 21.30 Uhr |
| 2000.02 | Samstag, 05. September 2026 | 10.00 – 17.00 Uhr |

Pubertät: Agenten auf dem Weg

Jungenworkshop & Elternvortrag

CHF 120.– pro Junge (inkl. Elternvortrag)

CHF 25.– bzw. CHF 40.– (Paarpunkt) Buchung Elternvortrag,
ohne Workshop für das Kind

| | | |
|---------|--|-------------------|
| 2003.01 | Freitag, 30. Januar 2026 (Elternvortrag) | 19.30 – 21.30 Uhr |
| 2002.01 | Samstag, 31. Januar 2026 | 09.00 – 16.00 Uhr |

Kinder durch die Autonomiephase begleiten

CHF 90.– Für Eltern, Grosseltern, Gotti/Götti und andere Interessierte.
Lernen Sie die Trotzphase Ihres Schützlings zu verstehen und
konstruktiv damit umzugehen.

| | | |
|---------|------------------------|-------------------|
| 2100.01 | Montag, 20. April 2026 | 18.00 – 20.30 Uhr |
|---------|------------------------|-------------------|

Babysitting-Kurs SRK



Für Jugendliche zwischen 13 und 18 Jahre alt.
Sichere Ausübung als Babysitter/in für kleine und grosse Kinder.

CHF 120.– inkl. Kursunterlagen und Babysitting-Pass,
jeweils Freitag, 18.00 bis 21.00 Uhr und Samstag, 09.00 bis 17.00 Uhr

Die Kurse werden regelmässig angeboten. Daten auf srk-basel.land.ch.

Sicherheit in der Kinderbetreuung



Babysitting-Vertiefungsmodul «Erste Hilfe»

Besonders Notsituationen müssen schnell erkannt und richtig gemeistert werden. Dieser Kurs beinhaltet viele praktische Übungen und ist eine ideale Ergänzung zum Babysitting - Kurs.

CHF 50.– pro Person

| | | |
|---------|----------------------------|-------------------|
| 2050.01 | Mittwoch, 06. Mai 2026 | 17.00 – 20.00 Uhr |
| 2050.02 | Mittwoch, 21. Oktober 2026 | 17.00 – 20.00 Uhr |

Notfälle bei Kleinkindern

Durch korrektes und schnelles Handeln in einer Notsituation können bei einem Kind zusätzliche Komplikationen und Schmerzen vermieden werden.

CHF 240.– Einzelperson / CHF 384. – Paarpreis für Familienangehörige

| | | |
|---------|--|-------------------|
| 2052.01 | Samstag, 07. und 21. März 2026 | 09.00 – 15.00 Uhr |
| 2052.02 | Samstag, 29. August und 05. September 2026 | 09.00 – 15.00 Uhr |

Repetitionskurs Notfälle bei Kleinkindern

Sie haben bereits einen Nothilfe Grundkurs für Kinder besucht und möchten Ihr Wissen auffrischen.

CHF 130.– pro Person

| | | |
|---------|-------------------------|-------------------|
| 2058.01 | Freitag, 24. April 2026 | 13.00 – 16.30 Uhr |
|---------|-------------------------|-------------------|

Gedächtnistraining



Bleiben Sie geistig fit und leistungsfähig mit Fitness für's Gehirn!
Gedächtnistraining ist mindestens genauso wichtig wie Körpertraining, um länger selbstständig zu bleiben und ausserdem interessante Kontakte zu knüpfen.

Gedächtnistraining Blockkurs

Wenn Sie das Angebot ausprobieren oder sich nicht über eine längere Zeit terminlich festlegen möchten, ist der Blockkurs genau das Richtige.

CHF 204.– pro Person, 6 x 2 Stunden, einmal wöchentlich

Gedächtnistraining plus

Wenn Sie sich längerfristig einen Platz im Gedächtnistraining sichern möchten, dann ist das fortlaufende Angebot «Gedächtnistraining plus» das Richtige für Sie.

CHF 34.– pro Doppelstunde, 2 Stunden einmal wöchentlich

Die Kurse werden regelmässig angeboten. Daten auf srk-basel.ch.



Informationen und den Durchführungsort
finden Sie auf unserer Website.

Eine Anmeldung ist erforderlich.

Wir beraten Sie gerne.

Rotes Kreuz Baselland

Fichtenstrasse 17, 4410 Liestal

Telefon 061 905 82 99, bildung@srk-basel.ch