



# Neugierde öffnet Türen im Kopf

**Das SRK Glarus erweitert 2023 seinen Bildungskalender und setzt dabei innovative Akzente.**

Von: mitg. / Fr. 4. Nov. 2022 – 05:55 Ganzer Kanton / Rotes Kreuz / Bildung/Kultur

Neugierig sein und neugierig bleiben. Wer sich dieses Motto zu eigen macht, wird das Lernen als ein positives Erlebnis verinnerlichen. Das SRK Glarus bietet dabei auch im neuen Jahr Hand und lädt die Glarner Bevölkerung zum neugierigen Besuch verschiedener Kurse ein.

Der neue Themenschwerpunkt «Wohlbefinden und Gesundheit» animiert zum Wachrufen eigener Kompetenzen. Zum Beispiel im Rahmen einer Atemtherapie. Denn wer eine bewusste Atmung entwickelt, wird Herausforderungen leichter begegnen. Ein anderer Kurs beschäftigt sich mit unserem Alltag, der uns oft gleichzeitig auf mehreren Ebenen Aufgaben stellt. Wie können wir uns dabei unsere emotionale Freiheit bewahren? Eine intensive Auseinandersetzung mit diesem Thema eröffnet Aufschluss, Strategien und Lösungswege.

Auch innerhalb der bereits etablierten «Kurse rund um die Familie» gibt es Neues zu entdecken. Mit der «Selbstverteidigung für Mädchen» können Impulse gesetzt werden, welche gezielt mit dem eigenen Mut und dem eigenen Selbstvertrauen arbeiten.

Denn neugierige junge Menschen, die sich durchzusetzen wissen, werden sich später auch als Erwachsene mit gelernter Selbstverständlichkeit behaupten.

Ein weiteres Highlight richtet sich an Pflegehelfende SRK. Neu offeriert ihnen 2023 auch das Kantonsspital Glarus Weiterbildungskurse. Profitieren können ausserdem pflegende Angehörige. Ab dem 1. Januar 2023 beteiligt sich der Kanton unter bestimmten Voraussetzungen an anerkannten Kursen der Grundpflege und Betreuung von Bezugspersonen (Infos Kostenbeteiligung: Fachstelle Pflege und Betreuung, [www.gl.ch](http://www.gl.ch)).

Neugierde geweckt? Bereit, Türen im Kopf zu öffnen? Möglichkeiten finden im Bildungskalender 2023 des SRK Glarus: [www.srk-glarus.ch](http://www.srk-glarus.ch)



*Neues Bildungsangebot SRK Glarus (zvg)*