

Farbenwirkung

Thema: Lass dich überraschen, wie viel Kreativität in dir steckt und welche Kraft Farben entfalten können. Im Moment sein, bewusst wahrnehmen und spontan gestalten.

Im Vordergrund stehen das freie, intuitive Malen und Experimentieren mit Farben und Formen. Dabei entdeckst du spielerisch die Wirkung von Farben auf Stimmung und Ausdruck.

Zielgruppe: Alle, die ihrer Fantasie freien Lauf lassen wollen und ihre kreative Seite neu entdecken möchten. Keine Vorkenntnisse nötig!

Ziel: Du entdeckst, welche Farben auf dich wirken, dich aktuell begleiten und dir Ausgleich im Alltag schenken können. Dabei wirst du achtsam begleitet und lernst, spontan und frei zu gestalten – ganz ohne Bewertung.

Kursleitung:

Madeleine Purpura, www.madeleine-purpura.ch, Atelier, Unterdorf 40, 4712 Laupersdorf

Datum: Dienstag, **08.09.2026, 18.00 – 20.00**

Malschürze oder alte Kleidung

10 Kursplätze, Kurskosten werden durch den Betrieb übernommen! Gilt nicht als Arbeitszeit

Anmeldung bis 07. September 2026 bei Monica Fluri: monika.fluri@spitex-thal.ch oder via Nachricht an 076 404 41 40

Suizidale Gedanken

Thema:

- Grundlagen von Suizidalität
- Gesprächsführung bei Suizidalität
- Gesprächsführung bei Suizidalität
- Einschätzung akuter Gefährdung
- Interventionen im Akutfall
- Rechtliche und ethischer Aspekte
- Selbstschutz der Fachpersonen Gesprächsführung bei Suizidalität

Zielgruppe: SRK, FaGe

Ziel: Die Pflegeperson kennt die Grundlagen von Suizidalität

Die Pflegeperson kann Suizidalität wertefrei und professionell begegnen und kennt Interventionsmöglichkeiten.

Kursleitung:

Marcel Duft, Ambulante psychiatrische Pflege, Spitex Thal

Datum: Dienstag, **27.10.2026, 14.00 – 16.00**

Spitex Stützpunkt, Sitzungszimmer 2. Stock

20 Kursplätze, gilt als Arbeitszeit, freiwillig, Anmeldung bis zum 10. August 2026 bei der Teamleitung!

Wundauflagen

Thema: Die Wahl der Wundauflage richtet sich nach Wundart, Exsudatmenge, Infektionszeichen, Wundheilungsphase und den Bedürfnissen der Patientin bzw. des Patienten. Verschiedene Wundauflagen werden vorgestellt, erläutert und hinsichtlich ihrer Eigenschaften sowie Anwendungsgebiete beschrieben.

Zielgruppe: FaGe

Ziel: Du kennst verschiedene Wundauflagen und kannst sie korrekt anwenden

Kursleitung:

Theo Köhler, Wundexperte

Datum: Montag, **02. November 2026, 14.00 – 16.00**

An Teamsitzung Matzendorf

Wundauflagen

Thema: Die Wahl der Wundauflage richtet sich nach Wundart, Exsudatmenge, Infektionszeichen, Wundheilungsphase und den Bedürfnissen der Patientin bzw. des Patienten. Verschiedene Wundauflagen werden vorgestellt, erläutert und hinsichtlich ihrer Eigenschaften sowie Anwendungsgebiete beschrieben.

Zielgruppe: HF und ÜGT

Ziel: Du kennst verschiedene Wundauflagen und kannst sie korrekt anwenden

Kursleitung:

Theo Köhler, Wundexperte

Datum: Dienstag, 03. November 2026, 14.00 – 16.00

An Teamsitzung Stützpunkt Spitex, 2. Stock Sitzungszimmer

Handletteringkurs

Thema: Handlettering ist überhaupt nicht so neu wie viele denken. Seinen Ursprung hat die Kunst des Schönen Schreibens in der Kalligrafie. Mit Handlettering ist auch Entschleunigung und Entspannung verbunden, denn es braucht Zeit und Übung. Das geschriebene Wort wird durch deine Variation zum Kunstwerk. Es gibt unendlich viele Stile, die du kombinieren kannst. Es gibt kein Richtig und kein Falsch, die Perfektion liegt im Auge des Betrachters.

Zielgruppe: Handlettering ist für alle geeignet und alle können es lernen. Eine schöne Handschrift ist dabei keine Grundvoraussetzung! Übung ist der Schlüssel zum Erfolg.

Ziel: Du gestaltest mit Anleitung eine Karte in deiner eigenen Schriftkunst, dabei kombinierst du verschiedene Schriftarten. Es dürfen eigene Ideen entstehen. Für diesen Kurs braucht es keine Vorkenntnisse.

Kursleitung:

Madeleine Purpura, www.madeleine-purpura.ch, Atelier, Unterdorf 40, 4712 Laupersdorf

Datum: Dienstag, **10.11.2026, 18.00 – 20.00**

10 Kursplätze, Kurskosten werden durch den Betrieb übernommen! Gilt nicht als Arbeitszeit

Anmeldung bis 09. November 2026 bei Monica Fluri: monika.fluri@spitex-thal.ch oder via Nachricht an 076 404 41 40

Ernährung Ü65

Thema: Die Ernährung im Alter hat einen wesentlichen Einfluss auf Gesundheit, Wohlbefinden und Lebensqualität. Sie spielt eine wichtige Rolle im Alltag der Seniorinnen und Senioren und geht dabei weit über die reine Nahrungsaufnahme hinaus.

Zielgruppe: SRK (obligatorisch, gilt als Arbeitszeit. Wird durch Teamleitung eingeplant)

Ziel: Diese Weiterbildung zum Thema Ernährung im Alter soll für die altersbedingten Veränderungen, Risiken und Bedürfnisse sensibilisieren und praxisnahe Handlungsmöglichkeiten aufzeigen. Besonderes Augenmerk liegt auf einfachen, alltagstauglichen Massnahmen zur Förderung einer bedarfsgerechten Ernährung und ausreichenden Flüssigkeitszufuhr. Das erworbene Wissen soll sowohl die Begleitung im Alltag als auch die frühzeitige Erkennung von Ernährungsrisiken unterstützen.

Kursleitung:

Daniela Arnet

Projekt- und Kursleitung Ernährung

Datum: 12. November 14.00 – 16.00 Uhr

Ort: Gemeinderaum Matzendorf

Aromatherapie

Thema: Wasser & Duft - Entspannung pur

Nach einer kurzen Einleitung in die Welt der Düfte stellst du ein Badesalz und eine Fusscreme her.
Mit den Füßen im Wasser entführt dich die Meditation an einen wunderschönen Ort. Kommst du mit ins Land der Träume?

Zielgruppe: Alle, die sich einen Moment der Entspannung mit wohltuenden Düften gönnen möchten!

Ziel: Jeder Teilnehmer hat sein eigenes Badesalz und eine Fusscreme hergestellt, hat eine Mediation miterlebt und durfte einen Moment im Land der Träume verweilen.

Kursleitung:

Müller Jacqueline, Aromatherapeutin

Datum: Dienstag, **19.11.2026, 18.30 – 20.30 Uhr**, Spitex Thal Tagesstätte

Bitte bring ein Becken für das Fussbad (oder Handbad) und ein Badetuch mit!

8 Kursplätze, Kurskosten werden durch den Betrieb übernommen! Gilt nicht als Arbeitszeit

Anmeldung bis 16. November 2026 bei Monica Fluri: monika.fluri@spitex-thal.ch oder via Nachricht an 076 404 41 40

Ernährung Ü65

Thema: Die Ernährung im Alter hat einen wesentlichen Einfluss auf Gesundheit, Wohlbefinden und Lebensqualität. Sie spielt eine wichtige Rolle im Alltag der Seniorinnen und Senioren und geht dabei weit über die reine Nahrungsaufnahme hinaus.

Zielgruppe: Mitarbeitende der Spitex Thal Tagesstätte (obligatorisch, gilt als Arbeitszeit. Wird durch Teamleitung eingeplant)

Ziel: Diese Weiterbildung zum Thema Ernährung im Alter soll für die altersbedingten Veränderungen, Risiken und Bedürfnisse sensibilisieren und praxisnahe Handlungsmöglichkeiten aufzeigen. Besonderes Augenmerk liegt auf einfachen, alltagstauglichen Massnahmen zur Förderung einer bedarfsgerechten Ernährung und ausreichenden Flüssigkeitszufuhr. Das erworbene Wissen soll sowohl die Begleitung im Alltag als auch die frühzeitige Erkennung von Ernährungsrisiken unterstützen.

Kursleitung:

Daniela Arnet

Projekt- und Kursleitung Ernährung

Datum: 2. Dezember 2026, 17.00 – 18.30 Uhr

Ort: Spitex Thal Tagesstätte, Balsthal

Aromatherapie

Thema: Duftender Helfer – Parfum Roll-on

Nach einer kurzen Einleitung in die Welt der naturreinen Düfte schnüffeln wir uns durch etliche Düfte und kreieren dein eigenes „Parfum“. Wohlriechende Düfte unterstreichen deine Persönlichkeit und sie verschaffen dir einen Raum, in dem du einfach nur DU sein kannst. Düfte unterstützen dich aber auch in allen anderen Lebenslagen.

Zielgruppe: Alle, die wohlriechende Düfte mögen.

Ziel: Jeder Teilnehmer hat sein eigenes Parfum mit ätherischen Ölen kreiert.

Kursleitung:

Müller Jacqueline, Aromatherapeutin

Datum: Dienstag, **03.12.2026, 18.30 – 20.30 Uhr**, Spitex Thal Tagesstätte

12 Kursplätze, Kurskosten werden durch den Betrieb übernommen! Gilt nicht als Arbeitszeit

Anmeldung bis 01. Dezember 2026 bei Monica Fluri: monika.fluri@spitex-thal.ch oder via Nachricht an 076 404 41 40

Suizidale Gedanken

Thema:

- Grundlagen von Suizidalität
- Gesprächsführung bei Suizidalität
- Gesprächsführung bei Suizidalität
- Einschätzung akuter Gefährdung
- Interventionen im Akutfall
- Rechtliche und ethischer Aspekte
- Selbstschutz der Fachpersonen Gesprächsführung bei Suizidalität

Zielgruppe: HF und ÜGT

Ziel: Die Pflegeperson kennt die Grundlagen von Suizidalität

Die Pflegeperson kann Suizidalität wertefrei und professionell begegnen und kennt Interventionsmöglichkeiten.

Kursleitung:

Marcel Duft, Ambulante psychiatrische Pflege, Spitex Thal

Datum: Dienstag, **19. Januar 2027, 14.00 – 16.00**

Spitex Stützpunkt, Sitzungszimmer 2. Stock

20 Kursplätze, gilt als Arbeitszeit, freiwillig, Anmeldung bis zum 10. November 2026 bei der Teamleitung!

Pilates

Thema: Das effiziente Pilates Training für bessere Körperhaltung, schlanke Muskeln, mehr Flexibilität und ein völlig neues Körperbewusstsein!

Zielgruppe: Alle, die etwas für ihre Gesundheit tun möchten

Ziel:

Stärkung der tiefen Rumpfmuskulatur, Verbesserung von Beweglichkeit, Koordination, Stabilisierung der Wirbelsäule und Flexibilität sind nur einige Ziele und Effekte der Pilates - Methode

Kursleitung:

Karin Baumgartner, e - motions

Datum: Montag, **22.2.2027, 14.00 – 15.00**

Baronweg 16a, 4710 Balsthal

10 Kursplätze, die Kurskosten werden übernommen! Gilt nicht als Arbeitszeit.

Anmeldung bis 20.02.2027 bei Monica Fluri: monika.fluri@spitex-thal.ch oder via Nachricht an 076 404 41 40

Pilates

Thema: Das effiziente Pilates Training für bessere Körperhaltung, schlanke Muskeln, mehr Flexibilität und ein völlig neues Körperbewusstsein!

Zielgruppe: Alle, die etwas für ihre Gesundheit tun möchten

Ziel:

Stärkung der tiefen Rumpfmuskulatur, Verbesserung von Beweglichkeit, Koordination, Stabilisierung der Wirbelsäule und Flexibilität sind nur einige Ziele und Effekte der Pilates - Methode

Kursleitung:

Karin Baumgartner, e - motions

Datum: Montag, **15.03.2027, 14.00 – 15.00**

Baronweg 16a, 4710 Balsthal

10 Kursplätze, die Kurskosten werden übernommen! Gilt nicht als Arbeitszeit.

Anmeldung bis 10.03.2027 bei Monica Fluri: monika.fluri@spitex-thal.ch oder via Nachricht an 076 404 41 40