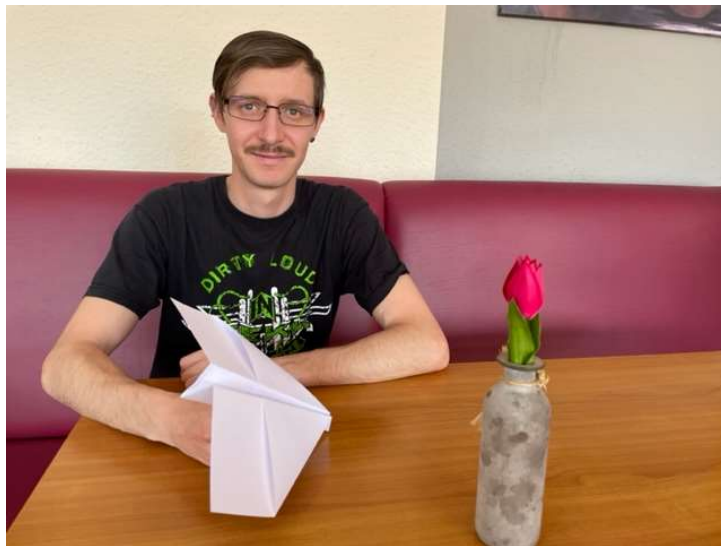


# Bewerbung

## Praktikum / Anstellung im Bereich Altenpflege



Timo Fussi

# Lebenslauf: Timo Fussi

## Meine Persönlichen Daten

Geburtsdatum/-Ort: 26. August 1988, Backnang  
Familienstand: ledig  
Staatsangehörigkeit: deutsch

## Mein Profil

### Theoretisches Wissen

Metaller-Lehrgang, Weiterbildung zur Betreuungskraft

Hauptschulabschluss

### Praktische Erfahrungen

#### ***Stressmanagement:***

- Atemübungen zur Stressregulierung
- Autogenes Training
- Meditationsübungen

#### ***Technische Erfahrungen:***

- Metaller-Lehrgang, Umsetzung + Beachtung von Sicherheits- und Hygienekonzepten
- Bedienung diverser Küchengerätschaften als Küchenhilfe
- Umgang mit gängigen Hilfsmitteln in der Pflege (z.B. Lifter)

#### ***Teamarbeit:***

- Arbeiten im Küchenteam auch unter Stresssituationen (Großveranstaltungen)
- Kommunikation mit Patienten und ihren Angehörigen
- Zuweisungen von Arbeitsaufgaben, Absprache mit Arbeitskollegen
- Web-Kommunikation
- Breakout Sessions (Gruppenarbeit)
- Praktische Anwendung der Feedback-Regeln

#### ***Handwerk:***

- Tapezieren
- Malerarbeiten
- Modellbau
- Arbeiten mit Ton

- Gartenarbeit
- Geübt in Reparaturen von Fahrrädern

### ***Planung/Organisation:***

- Absprache von Aufgabenverteilungen in der Küche und im Pfllegeteam
- Vorbereiten und Planen von Abläufen in der Küche
- Organisation der Pflege der Patienten
- Planen und strukturieren des Aufbaus von Modellen

## **Persönliche Handlungskompetenzen**

Management des Projektes „Helden laufen für den guten Zweck“ der Meine Gesundheit-Genossenschaft aufgebaut. Präsentationstechniken mit Erfolg erlernt, am Beispiel „Angelköder“.

Gesundheitsprävention mit bewegter Pause und im Rahmen von Meeting - Kultur Bewegungsaktivitäten durchgeführt

Ernährungskompetenzen im Coaching aufgebaut und Gesundheitserlebnisse wie „Waldwanderung inklusive Fitness Übungen, Obstpflückern zur gesunden Ernährung“ umgesetzt. Den Umgang mit Stress im Outdoor – Coaching beim “Waldbaden” erlernbar gemacht.

Alltagskompetenzen verbunden mit Zielstrebigkeit, Zuverlässigkeit, Beständigkeit, Liebe zur Pünktlichkeit und Ordnung, Geduld, Ehrlichkeit und Authentizität vertieft.

IT - Kompetenzen in der digitalen Praxis durch die Kommunikation mit Zoom und MS Office im Lernfeld aufgebaut.

## **Zusammenfassung**

Meine Tugenden Pünktlichkeit, Zuverlässigkeit und Geduld sind eine gute Basis für die Arbeit in der Pflege.

Während der Weiterbildung als Betreuungskraft konnte ich theoretisches Wissen vertiefen, praktische Erfahrungen habe ich in meiner Zeit als Pflegehelfer gewinnen können.

Mit Hilfe meiner Kommunikationsfähigkeiten und meiner Authentizität gelingt es mir, zu den Patienten und ihren Angehörigen ein gutes Verhältnis aufzubauen. Die Sicherheit der mir anvertrauten Patienten liegt mir sehr am Herzen, daher bin ich immer sehr aufmerksam und habe meine Augen stets bei ihnen und ihrer Umgebung.

Durch meine Wertschätzung und mein Einfühlungsvermögen gelingt es mir, die Patienten zu motivieren, sich ihren Fähigkeiten entsprechend einzubringen, zum Wohl ihrer eigenen Sicherheit und dem Erhalt der Mobilität.

Entscheidend für mich ist es, den Infektionsschutz absolut gründlich und sorgfältig einzuhalten, um die Gesundheit der Patienten zu gewährleisten.

## Persönlicher und beruflicher Werdegang

<b>05/2022 - 09/2022</b>	<b>Meine Gesundheit-Genossenschaft eG, Dortmund</b> Held/In im Sozial-Projekt „Helden gesucht“ in Marl Gesundheitsprävention, Bewegung, Ernährung, Umgang mit Stress, Suchtprävention
<b>03/2021 – 04/2021</b>	<b>Individualcoaching “Step by Step”</b> <b>Ziegele Schulungen, Backnang</b>
<b>09/2020 – 02/2021</b>	<b>Weiterbindung zur Betreuungskraft</b> <b>Donner+Partner, Waiblingen</b>
<b>07/2019 – 01/2020</b>	<b>Schreinerhelfer</b> <b>Franz Hahn Werkstätten, Herten</b>
<b>02/2014 – 06/2014</b>	<b>Pflegehelfer</b> <b>Odemvitae GmbH ambulanter Intensivpflegedienst, Gaildorf</b>
<b>01/2013 – 01/2014</b>	<b>Altenpflegehelfer</b> <b>Haus Waldesruh, Wüstenrot</b>

## Ausbildung / Weiterbildung

<b>10/2020 – 02/2021</b>	<b>Weiterbildung zur Betreuungskraft</b> <b>Donner+Partner GmbH, Waiblingen</b>
<b>09/2008 – 09/2009</b>	<b>Metaller-Lehrgang</b> <b>Caritas, Waiblingen</b>
<b>09/2007 – 07/2008</b>	<b>Berufsvorbereitungsjahr-Metall</b> <b>Berufsbildungszentrum Backnang</b>
<b>09/1998 – 07/2006</b>	<b>Hauptschule, Backnang (Baden-Württemberg)</b>
<b>09/1994 – 07/1998</b>	<b>Grundschule, Backnang (Baden-Württemberg)</b>

## Interessen und Hobbies

**Sprachkenntnisse** - deutsch

**Computerkenntnisse** - MS Office, ZOOM

**Führerscheinklasse** – im Prozess

**Hobby** – Modellbau, Angeln, Fahrrad fahren, Kochen

Timo Fussi