



www.altjungsein.at

ALT.JUNG.SEIN. Lebensqualität im Alter Lehrgang



Ausbildung von
ALT.JUNG.SEIN.KursleiterInnen

Oktober 2016 bis Juni 2017
Bildungshaus Batschuns

Bildungshaus Batschuns
Ort der Begegnung



Katholisches Bildungswerk

Vorarlberg



ALT.
JUNG.
SEIN.

ALT.JUNG.SEIN. Lebensqualität im Alter



ist ein ganzheitliches Kursangebot zur Erhaltung und Förderung der Selbstständigkeit älterer Menschen im Alltag und leistet einen Beitrag zur Demenzvorbeugung.

Es beinhaltet eine Kombination von Gedächtnistraining und Bewegungsübungen wie Raum für Lebensfragen.

Das Programm umfasst 5 oder 10 Kurseinheiten zu je 1,5 Stunden, zu denen sich eine Gruppe von 10 bis max. 15 TeilnehmerInnen wöchentlich trifft.

Der Ausbildungslehrgang befähigt zur Leitung dieser Gruppen.

Lehrgangsinhalte

Gedächtnis Das Kennenlernen, Erproben und Entwickeln von Übungen des ganzheitlichen Gedächtnistrainings und im Alltag umsetzbare Merktechniken.

Bewegung Gezieltes Bewegungstraining und abwechslungsreiche Übungen zur Steigerung des körperlichen Wohlbefindens älterer Menschen.

Alltagskompetenz Die TeilnehmerInnen lernen Gesprächseinheiten zu Themen des Alltags und des Älterwerdens zu initiieren und zu leiten.

Lebensfragen Einführung in die Biographiearbeit, Zugänge zu Fragen nach dem Sinn des Lebens, religiöse Erfahrungsebene.

Kommunikation Grundlagen der Gesprächsführung und Gruppenleitung.

Ziel des Lehrgangs

Vermitteln von Kenntnissen und Fähigkeiten zur Leitung von ALT.JUNG.SEIN. Kursen

Einführung in die Bildungsarbeit mit älteren Menschen

Stärkung und Erweiterung der Gesprächs- und Gruppenkompetenz

Einführung in den Umgang mit fachspezifischen Materialien

Zielgruppe

Personen, die bereits in der SeniorInnenarbeit tätig sind oder Erfahrung im Umgang mit Gruppen besitzen. Vorausgesetzt wird die Freude an der Arbeit mit älteren Menschen und die Bereitschaft zur Eigeninitiative.

Lehrgangsbegleitung: Susanne Jenewein, Seniorenarbeit Caritas

Informationsabend

Mi 29. Juni 2016 um 19.00 Uhr

Feldkirch, Caritashaus Wichnerg. 22, 4. Stock

Termine, Inhalte und ReferentInnen

Mi 12./ Do 13. Oktober 2016 Einführung durch Projektleiterin

Dr.ⁱⁿ Evelyn Pfanner und Lehrgangsbegleiterin Susanne Jenewein

Biographiearbeit mit Mag.^a Dagmar Friedle

Mi 23./ Do 24. November 2016 Gruppenleitung und Gesprächsführung mit

Mag.^a (FH) Friederike Winsauer

Mi 14./ Do 15. Dezember 2016 Ganzheitliches Gedächtnistraining

mit Heide-Ulla Drucker

Mi 11./ Do 12. Jänner 2017 Psychomotorik mit Sportwissenschaftler

MSc. Jürgen Besser (D)

Do 9./ Fr 10. Februar 2017 Gesundheit und Sicherheit im Alter

Bereich Medizin - Dr. Josef Bachmann, Bereich Wohnen - Ing. Franz Rein (Sicheres Vorarlberg) und Elisabeth Kern (IfS), Bereich Kriminalprävention - Abt.Insp. Christian Spitaler (LPD Vorarlberg)

Spiritualität, Lebens- und Sinnfragen mit Pfr. Mag. Elmar Simma

Do 30./ Fr 31. März 2017 Kursgestaltung

Erstellung Stundenbilder mit Rosina Welte-Spalt, Stärkung der Alltagskompetenzen mit DSA Regina Brunmayr, Sitztänze und Rhythmik mit Melitta Fehr

Praxisprojekt: April – Juni 2017

Do, 1. Juni 2017, ab 16.00 Uhr Abschluss im Bildungshaus Batschuns

Abschlussgespräch und Zertifikatsverleihung

Der Lehrgang schließt mit einem Zertifikat ab. Voraussetzung: Teilnahme an einer Praxis-Gruppe, führen eines Lerntagebuches und schriftliche Arbeit.

Ort, Dauer und Kosten

Der Ausbildungslehrgang mit max. 18 Personen findet im Bildungshaus Batschuns statt. Die Blockveranstaltungen beginnen jeweils um 9.00 Uhr und enden am darauf folgenden Tag um 17.00 Uhr (mit jeweils einer Abendeinheit am ersten Seminartag). Übernachtung im Bildungshaus erwünscht.

TeilnehmerInnenbeitrag: Euro 700,-- plus Euro 50,-- für Fachliteratur, sowie zusätzliche Kosten für Übernachtung und Verpflegung.

Auf Antrag wird eine Kostenförderung für bereits tätige ReferentInnen oder ehrenamtliche MitarbeiterInnen des KBW gewährt.

Storno: Bis drei Wochen vor Lehrgangsbeginn kostenfreie Stornierung. Bei späterem Rücktritt bis Seminarbeginn werden 50% der Lehrgangsgebühr berechnet, nach Beginn der gesamte Lehrgangsbeitrag.

Anmeldung und Lehrgangsinformation

Wenn Sie am Lehrgang ALT.JUNG.SEIN. Lebensqualität im Alter teilnehmen wollen, senden Sie bitte Ihre persönlichen Daten (Name, Adresse, Tel. und Email, Geburtsdatum) und 2 Bewerbungsfotos sowie eine DIN A4 Seite, auf der Sie Ihre Motivation für die Teilnahme und Ihre Vorkenntnisse in der Arbeit mit älteren Menschen und/oder im Leiten von Gruppen beschreiben, bis spätestens 1. September 2016 an:

Bildungshaus Batschuns

z.H. Mag. Christian Kopf

Kapf 1, 6835 Zwischenwasser

T 0043 (0)5522-44290

E christian.kopf@bhba.at, www.bildungshaus-batschuns.at

Weitere Infos zum Projekt ALT. JUNG. SEIN. bei:

Katholisches Bildungswerk Vorarlberg

Bahnhofstr. 13, 6800 Feldkirch

Dr.ⁱⁿ Evelyn Pfanner

M 0043 (0)676 832401102

E evelyn.pfanner@kath-kirche-vorarlberg.at, www.altjungsein.at

Eine Initiative des Katholischen Bildungswerks Vorarlberg in Zusammenarbeit mit dem Bildungshaus Batschuns, der Caritas Vorarlberg und der Schule für Sozialbetreuungsberufe, mit Unterstützung des Landes Vorarlberg.