



www.altjungsein.at

Ausbildungslehrgang zur alt jung sein ned lugg lau Kursleiter:in

alt jung sein ist ein ganzheitliches Kursangebot zum Erhalt und zur Förderung der Selbstständigkeit und der Unabhängigkeit älterer Menschen. Die Inhalte fördern die Resilienz und sind ein aktiver, selbstbestimmter Beitrag zur Demenzvorbeugung.

**November 2022 - Juni 2023
Kloster Bezau**

**alt
gnuj
sein**

Lehrgangsinhalte

Biographie Arbeit und Lebensfragen Einführung in die Biographie Arbeit, Altersbilder und Spiritualität im Alter

Gedächtnistraining Kennenlernen, Erproben und Entwickeln von Übungen des ganzheitlichen Gedächtnistrainings und im Alltag umsetzbarer Merktechniken

Psychomotorik den Menschen in seiner Ganzheitlichkeit ansprechen und so die Gesundheit von Körper, Seele und Geist fördern

Kommunikation Grundlagen

Digitale Kompetenz Umgang mit Smartphone, Tablet und Co und deren sinnvoller Einsatz in der Lebenswelt älterer Menschen

Kursgestaltung und Gruppenleitung Umsetzen der Lehrgangsinhalte, Erarbeiten von Stundenbildern

Ziel des Lehrgangs

Vermitteln von Kenntnissen und Fähigkeiten zur Leitung von alt jung sein ned lugg lau Kursen, Einführung in die Bildungsarbeit mit älteren Menschen, Stärkung und Erweiterung der Gesprächs- und Gruppenkompetenz

Zielgruppe

Personen, die Freude an der Arbeit mit älteren Menschen und die Bereitschaft zur Eigeninitiative haben.

1 Einführung Biografie Arbeit

Donnerstag/Freitag
03./04.11.2022
Manuela Steger

2 Gedächtnistraining

Montag/Dienstag
05./06.12.2022
Barbara Offner

3 Grundlagen Kommunikation (ONLINE)

Dienstag 13.12.2022
Cäcilia Bischofberger

4 Psychomotorik inkl. Sturzprävention

Montag/Dienstag
09./10.01.2023
Michael Frohmader

5 Medizinische Aspekte des Alterns ONLINE

Dienstag 24.01.2023
Albert Lingg

6 Rituale / Spiritualität

Donnerstag 02.02.2023
Herma Sutterlüty

7 Digitale Kompetenz

Montag 06.02.2023
Edith Simöl

8 Tänze im Sitzen

Montag 06.03.2023
Pia Schlosser

8 Kursgestaltung

Montag/Dienstag
06.03./07.03.2023
Sabine Jörns Mathis

Praxisteil

März - Mai 2023

Abschlussgespräche / Abschlussabend

Donnerstag 22.06.2023

Info Abende

Dienstag 03.05.2022 19.00
Uhr im Diözesanhaus
Dietmar Steinmair, Doris
Bauer-Böckle

Mittwoch 18.05.2022 19.00
Uhr im Gemeindesaal Mellau
mit Dietmar Steinmair,
Doris Bauer-Böckle

Veranstaltungsort
Kloster Bezau

Detailinformationen
www.altjungsein.at

Kosten

Teilnahmebeitrag: Euro 840 sowie zusätzliche Kosten für Übernachtung und Verpflegung. Nach Abschluss des Lehrgangs und zwei erfolgreich abgehaltenen Kursen werden Euro 170 rückerstattet.

Storno

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

Anmeldung zum Infoabend und Ansprechperson zum Kurs

Doris Bauer-Böckle, DSA Katholisches Bildungswerk Vorarlberg

M: +43 0676 83240 1102 T: 05522 3485 102

E-Mail: doris.bauer-boeckle@kath-kirche-vorarlberg.at

