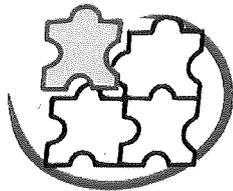


Lebensqualität im Alter



Ausbildungskurs für Kurse „Lebensqualität im Alter“

„Lebensqualität im Alter“ ist das Bildungsangebot der Katholischen Seniorenarbeit, das die Bereiche Leben, Lernen und Handeln in einen engen Zusammenhang bringt. Es bietet Menschen ab der Lebensmitte bis ins höhere Alter Anregungen, sich mit dem eigenen Älterwerden zu befassen, etwas für die Erhaltung und Verbesserung der Lebensqualität zu tun und das Leben selbstbewusst, sozial eingebunden und sinnerfüllt zu gestalten. „Lebensqualität im Alter“ hat die Förderung der Gesundheit an Körper, Geist und Seele zum Ziel. Untersuchungen belegen, dass durch das systematische und kombinierte Training von Kompetenzen in den vier Bereichen ...

Gedächtnis - mit Spaß geistig fit bleiben

Bewegung - beweglich bleiben und sich entspannen

Alltagsfähigkeiten - mit den Anforderungen einer sich verändernden Welt zurechtkommen

Sinn - das eigene Leben gestalten - mit Grenzen leben - Kraftquellen entdecken

... nachhaltige Effekte für die Erhaltung und die Verbesserung der Gesundheit, Selbstständigkeit und Kommunikationsfähigkeit im Alter erzielt werden können.

Der Kurs vermittelt in acht Kurstagen Grundlagen der Seniorenbildung und eine Einführung in die Arbeitsweise von „Lebensqualität im Alter“.

Inhalte

- Einführung in die vier Kompetenzbereiche
- Einführung in „Lernen mit Älteren“
- Kreativer Einsatz der Kursmaterialien
- Einführung in die didaktisch/methodische Planung von Gruppentreffen
- Einbeziehung von Teilnehmerinteressen

- Exemplarische Erarbeitung und Umsetzung von Themenbausteinen durch die Teilnehmer/innen

Zum Abschluss des Ausbildungskurses erhalten die Teilnehmer/innen ein Zertifikat.

Diese Ausbildung zur Kursleiterin / zum Kursleiter für die Kurse „Lebensqualität im Alter“ werden vom Bistum Speyer und der KEB bezuschusst. Deshalb erwarten wir von den Teilnehmer/innen, die Bereitschaft, in ihrer Region Kurse in unserem Auftrag anzubieten.

Zielgruppe

Leiter/innen von Gruppen, z. B. Senioren-, Frauen-, Aktivierungsgruppen; Referenten/-innen in der Erwachsenenbildung; Mitarbeiter/-innen von sozialen Einrichtungen, in der Seniorenbetreuung und in Seniorentreffs; Frauen und Männer, die gerne mit älteren Menschen arbeiten wollen.

Die Teilnehmer/-innenzahl ist begrenzt. Es erfolgt ein Auswahlgespräch.

Veranstalter

Dieses Projekt wird getragen von der Seniorensorge der Bistümer Freiburg, Limburg und Speyer. Ansprechpartnerin für Speyer: Walburga Wintergerst

Kosten

300,00 EUR

Im Preis enthalten: Übernachtung, Vollpension, Kursgebühr und Kursmaterialien. (Ihre Teilnahme sollte nicht an den Kosten scheitern. Nehmen Sie mit uns Kontakt auf.)

Arbeitshilfen und Arbeitsmaterialien, die in der Seniorenbildung einsetzbar sind, können während des Kurses gekauft werden.

Anmeldung: bis 9.02.2018
Bischöfliches Ordinariat
Seelsorge in Pfarrei und Lebensräumen, Webergasse 11,
67346 Speyer

Telefon: 06232/102-314

E-Mail: pfarrei-lebensraeume@bistum-speyer.de

Leitung: Elfi Eichhorn-Kösler, Bildungsreferentin, Erzbistum Freiburg, Walburga Wintergerst, Seelsorge in Pfarrei und Lebensräumen: Senioren

Tagungshaus: Bildungshaus Neckarelz Martin-Luther-Straße 14, 74821 Mosbach

Zeit: **Mo. 14.05. - Fr. 18.05.2018,**
Mo. 14.00 Uhr - Fr. 13.00 Uhr
Fr. 07.09. bis So. 09.09.2018,
Fr. 12.00 Uhr - So. 13.00 Uhr

Anmeldung



Hiermit melde ich mich für den Kurs „Lebensqualität im Alter“ 14. - 18.05.2018 und 07.09. bis So. 09.09.2018 in Mosbach an.

Name _____ Vorname _____

Straße _____ PLZ/Wohnort _____

Telefon (privat) _____ Telefon (dienstlich) _____ E-Mail _____

- Ich benötige eine Wegbeschreibung Meine Adresse darf in der Teilnehmerliste veröffentlicht werden
 Ich esse vegetarisch

Datum, Unterschrift _____