

Aktiv im Alter - Wie ältere Menschen zu Beteiligten werden

Was macht ein gutes Leben aus? Gesundheit, Liebe und gesellschaftliche Teilhabe. Doch auch neue Erfahrungen und neu Gelerntes machen das Leben reicher und bunter. Warum soll das im Alter anders sein?

Ein Artikel von Dagmar Ziegler, Verein Salzburger Erwachsenenbildung

Die dritte Lebensphase, also die Zeit nach dem Pensionsantritt, war noch nie so lange wie heute. Wir werden nicht nur älter, wir bleiben auch länger gesund. Ein großer Teil der Generation „Babyboomer“ (1955 bis 1969 Geborene) möchte am gesellschaftlichen Leben teilhaben und dieses auch aktiv mitgestalten. Doch viele wissen nicht, wie und wo man sich gesellschaftlich engagieren kann. Gerade im Ruhestand befürchten ältere Menschen, dass sie der Gesellschaft keinen Mehrwert mehr zu bieten haben. „Nicht selten gehen damit Gefühle wie Resignation, Scham und Frust einher. Die Konsequenz: Viele ältere Menschen ziehen sich Schritt für Schritt aus dem sozialen Leben zurück“, so Danielle Bidasio, Psychologin und Leiterin des Lehrganges für Aktiv im Alter.

Zahlreiche Weiterbildungsangebote für ältere Menschen auf aktivimalter.at

Durch die Teilnahme an Bildungsveranstaltungen erleben ältere Menschen Momente außerhalb ihrer Routine und gewinnen neue Erfahrungen. Auch bieten Veranstaltungen eine Plattform, um mit Gleichgesinnten zusammenzukommen, sich zu vernetzen und auszutauschen.



Aktiv im Alter - das sind Bildungsangebote für ältere Menschen im Bundesland Salzburg. Beispiel-Kurse siehe Grafik unten.

Aus diesem Grund bieten die Salzburger Erwachsenenbildung und das Netzwerk Bildungsberatung mit der Service-Seite aktivimalter.at eine Angebotsplattform für ältere Menschen, die an Weiterbildung interessiert sind. Das Angebot auf aktivimalter.at ist so vielfältig wie das Leben: Ob Kurse für digitale Fitness bei Frau&Arbeit, Sprachkurse am BFI und der VHS oder dem Kurs „Biografiearbeit & Wandern“ in St. Virgil - alle hier dargestellten Angebote der Einrichtungen der Salzburger Erwachsenenbildung und des Netzwerks Bildungsberatung Salzburg sind passend für ältere Menschen. Gefördert wird die Betreuung und Ser-

vicierung dieser Plattform aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds, des Bundesministeriums für Bildung, Wissenschaft und Forschung, dem Land Salzburg, der Wissensstadt Salzburg und dem Bildungsnetz Salzburg.

Neuer Lehrgang für ältere Menschen

Ältere Menschen wünschen sich Gestaltungsmöglichkeiten, die an den jeweiligen Lebenswelten anknüpfen. Deswegen wird gerade ein neuer Lehrgang zur Entwicklung und Umsetzung von alltagspraktischen Kooperationsprojekten von und für ältere GestalterInnen für den Beginn 2022 geplant. Zielgruppe

dieses Lehrganges sind Menschen in der späten Berufsphase, im Übergang und in der nachberuflichen Phase, die Interesse an der Entwicklung und Begleitung von Bildungs- und Gestaltungsangeboten haben und sich dafür weiterbilden wollen. In insgesamt 4 Modulen à 6 Stunden beschäftigen sich die Teilnehmenden mit den Themen Lebenswelten, kooperative Projekte entwickeln und umsetzen, Netzwerke schaffen und Projektmanagement. Aufgrund der Förderung durch das Bundesministerium für Arbeit, Soziales und Konsumentenschutz ist die Teilnahme kostenlos.

| | | |
|---|--|--|
| Urban Sketching - Outdoor Donnerstag, 19.08.2021 19:30 - 22:00 Uhr Volkshochschule Salzburg Salzburg € 28,00 DETAILS | ABC Afternoon Book Club - Kopie Mittwoch, 25.08.2021 16:00 - 17:30 Uhr The English Centre, Dr. Hildebrandner Gasse 1 Salzburg € 12,00 DETAILS | Biografiearbeit & Wandern Freitag, 27.08.2021 - Sonntag, 29.08.2021 St. Veit Salzburg Salzburg € 265,00 DETAILS |
| Digital fit. MI Dienstag, 14.09.2021 09:00 - 10:00 Uhr Frau & Arbeit Salzburg € 0,00 DETAILS | GANZ OHR Donnerstag, 16.09.2021 19:00 - 20:30 Uhr Eltern-Kino-Zentrum Salzburg Ellbogen € 160,00 DETAILS | Deutsch BI/I Mittwoch, 22.09.2021 - Freitag, 25.09.2021 BFI Praggo St. Johann € 225,00 DETAILS |

INFORMATION

Nähere Informationen dazu finden Sie online ab Herbst 2021.

Bei Fragen kontaktieren Sie uns:

0662 87 26 76-0

arge.seb@eb.salzburg.at

www.aktivimalter.at