

# Ausbildung zum/zur GruppentrainerIn

## Selbstbestimmt Aktivsein im Alter

salzburger  
bildungswerk

KATHOLISCHES  
BILDUNGSWERK  
Salzburg



## Organisatorische Hinweise

### LEHRGANGSKOSTEN

für 7 Module inkl. Skripten, exkl. Verpflegung  
und Nächtigung:  
€ 950,- / € 650,- für MitarbeiterInnen

### ANMELDUNG

inkl. Lebenslauf und Motivationsschreiben  
Katholisches Bildungswerk Salzburg,  
Tel. 0662 8047-7520, [kbw@bildungskirche.at](mailto:kbw@bildungskirche.at),  
[www.bildungskirche.at](http://www.bildungskirche.at)

### SALZBURGER BILDUNGSWERK

Strubergasse 6, 5020 Salzburg  
Tel. 0662 872691, [office@sbw.salzburg.at](mailto:office@sbw.salzburg.at)  
[www.salzburgerbildungswerk.at](http://www.salzburgerbildungswerk.at)

### TREFFPUNKT BILDUNG

F. W.-Raiffeisenstraße 2, 5061 Elsbethen  
Tel. 0662 8047-7560, [kbw@bildungskirche.at](mailto:kbw@bildungskirche.at)  
[www.bildungskirche.at](http://www.bildungskirche.at)

*Gemeinsame Ausbildung des Katholischen Bildungswerkes Salzburg und dem Salzburger Bildungswerk, gefördert durch das Land Salzburg. Dieses Bildungsangebot ist durch die wba Weiterbildungsakademie Österreich akkreditiert: [wba.or.at](http://wba.or.at)*

 LAND  
SALZBURG

 wba  
Kompetenz braucht Anerkennung

### Impressum

Katholisches Bildungswerk Salzburg, F. W.-Raiffeisenstraße 2, 5061 Elsbethen, Tel. 0662 8047-7520, [www.bildungskirche.at](http://www.bildungskirche.at); ZVR: 709030756 und  
Salzburger Bildungswerk, Strubergasse 18/3, 5020 Salzburg, Tel. 0662 872691, [www.salzburgerbildungswerk.at](http://www.salzburgerbildungswerk.at), ZVR: 200288147

Für den Inhalt verantwortlich: Mag. Richarda Mühlthaler, Mag. Christine Sablatnig

Bild: Freepik.com

# Personen & Termine

## REFERENT/INNEN

Werner Beyerle • Beatrix Dangl-Watko MEd •  
Eva Figge BEd • Herta Gallee Bakk. phil. • Gertraud  
Gishamer • Mag. Dr. Solveig Haring • Mag. Ingrid  
Hemedinger • Dr. Angelika Moser • Gerti Moser •  
Mag. Monika Puck • Stephanie Puck MSc • Christine  
Schönherr • Univ.-Prof. DDDr. Clemens Sedmak •  
Brigitte Steinacher-Sigl

## WISSENSCHAFTLICH-PÄDAGOGISCHE ENTWICKLUNG

Dr. Julia Müllegger  
Erwachsenenbildnerin, Bildungsforscherin, Universität  
Salzburg, St. Wolfgang

## LEHRGANGSLEITUNG UND INFORMATION

Mag. Richarda Mühlthaler  
Tel. 0660 1075239, richarda.muehlthaler@sbw.salzburg.at  
Salzburger Bildungswerk

Mag. Christine Sablatnig  
Tel. 0662 8047-7513, christine.sablatnig@bildungskirche.at  
Katholisches Bildungswerk Salzburg

## INFORMATIONENABEND

12. März 2024, 18.00-19.30 Uhr - online

## MODULE

jeweils Fr, 15.00 Uhr bis Sa, 17.00 Uhr:

5. / 6. April 2024 - Salzburger Bildungswerk

3. / 4. Mai 2024 - Treffpunkt Bildung

8. Juni 2024 - Salzburger Bildungswerk

5. / 6. Juli 2024 - Treffpunkt Bildung

6. / 7. September 2024 - Treffpunkt Bildung

4. / 5. Oktober 2024 - Salzburger Bildungswerk

8. / 9. November 2024 - Treffpunkt Bildung

jeweils Do, 18.00-20.30 Uhr:

6. / 13. / 20. Juni 2024 - online

# Inhalte

Begleiten Sie ältere Menschen in Gruppen ihre vielfältigen Lebenserfahrungen und Alltagsfähigkeiten aktiv zu erhalten und weiter zu entwickeln! In den Trainingsgruppen „Aktiv im Alter“ oder „Selbstbestimmt und kreativ“ bekommen ältere Menschen die Möglichkeit, überraschend neue Erfahrungen zu machen, soziale Kontakte zu pflegen und ihre Teilhabe am gesellschaftlichen Leben zu stärken.

Die drei Grundelemente sind Begegnung und Beziehungsgestaltung / kognitive und psychomotorische Aktivierung / altersaktuelle Lebensthemen.

Mit dieser Ausbildung erhalten Sie inhaltliche, methodische und didaktische Grundlagen sowie das notwendige praktische und theoretische Wissen, um solche Gruppen anzuleiten.

### • Einführung und gerontologische Grundlagen

Altersbilder • Veränderungen im Alter • Lernen  
Älterer • Selbstbestimmung

### • Körperliche Aktivierung und Psychomotorik

Gesundheitsorientiertes Körpertraining • Musik /  
Bewegung / Sprache / Rhythmik

### • Lernprozesse planen, gestalten und leiten

Zielgruppen • Planung / Aufbau / Methoden /  
Durchführung / Reflexion • Begegnungen moderieren •  
Gruppen anleiten

### • Lebensthemen und Lebensereignisse

aktuelle Lebensanfordernisse • biografische Zugänge •  
Sinnfragen / Rituale • Vorsorgevollmacht & Co

### • Kognitive Aktivierung

physiologische Grundlagen • ganzheitliches  
Gedächtnistraining • Arbeitstechniken • Demenz

### • Digitale Teilhabe

Anwendung • neue Technologien • Möglichkeiten

### • Abschluss

Trainingsmanagement • Projektpräsentationen •  
Zertifikatsverleihung