

## Organisatorisches

- Schriftliche Bewerbung mit Lebenslauf bis Freitag, 29. Juni 2018 an das Katholische Bildungswerk Kärnten, zH Frau Mag. Ulrike Schwertner, Tarviser Straße 30, 9020 Klagenfurt
- Persönliches Informationsgespräch Anfang Juli 2018
- Anwesenheitspflicht
- Inhalte versäumter Arbeitseinheiten müssen nachgeholt werden
- Drei Hospitationen (á 1,5 Stunden) mit Nachbesprechung
- Lehrauftritt incl. Praxisarbeit
- Halbzeitgespräch
- Bereitschaft zur Weiterbildung (mindestens 1x im Jahr) sofern man mit Gruppen arbeitet
- TeilnehmerInnenzahl: 14 – 18 Personen
- Übernachtungen bitte direkt im Landgut Rojachhof unter 04762 / 2265 buchen.

### Lehrgangskosten

€ 790,- inklusive Arbeitsunterlagen, Teilzahlung ist möglich  
Teilnehmerinnen aus Gesunden Gemeinden können eine finanzielle Unterstützung beantragen.

Bildungsförderung für ArbeitnehmerInnen des Landes Kärnten kann unter bestimmten Voraussetzungen in Anspruch genommen werden.

Für LehrgangsteilnehmerInnen, die im Anschluss als GruppenleiterInnen für das Katholische Bildungswerk tätig werden, besteht die Möglichkeit einer Teilerstattung der Lehrgangskosten!

### Anmeldeschluss

Freitag, 29. Juni 2018

## Informationen und Anmeldung:

Lehrgangsleitung Mag. Ulrike Schwertner  
„Mitten im Leben“ - Gruppenleiterin  
Katholisches Bildungswerk Kärnten – SeniorInnenbildung  
Tarviser Straße 30, 9020 Klagenfurt, Tel.: 0676 8772 2427  
Mail: [ulrike.schwertner@kath-kirche-kaernten.at](mailto:ulrike.schwertner@kath-kirche-kaernten.at)  
[www.kath-kirche-kaernten.at/bildung](http://www.kath-kirche-kaernten.at/bildung)

### Veranstalter:



 Katholische Kirche Kärnten  
KATHOLISCHE AKTION

### Mit Unterstützung von:

LAND  KÄRNTEN

gesunde   
gemeinde

Titelseite Foto: Dr. Karl-Heinz Kronawetter

Spruch: Bernhard Kraus; entnommen Methodenmappe Prof. X. Fiederle

Lehrgang Aus- und Weiterbildung  
zum/zur GruppenleiterIn in der SeniorInnenbildung

# Mitten im Leben

auch im Alter lebendig und selbstbestimmt



September 2018 bis Juli 2019  
im Landgut Rojachhof



# Mitten im Leben

## Auch im Alter lebendig und selbstbestimmt

Mitten im Leben-Kurse sind eine innovative Form von SeniorInnenbildung. Zugrunde liegt eine wissenschaftliche Studie der Universität Erlangen die belegt, dass ein kombiniertes und systematisches Training von Körper, Geist und Seele nachhaltige Effekte auf den Erhalt und die Verbesserung der Lebensqualität im Alter haben. Dieses Bildungsprogramm steht auf vier Säulen:

1. Gedächtnis - mit Spaß geistig fit bleiben
2. Bewegung - beweglich bleiben und sich entspannen können
3. Erhalt und Erwerb von Alltagskompetenzen (Umgang z.B. mit E-Banking, (neuen) Medien, Fahrkartenautomaten) und Gemeinschaft
4. Lebensfreude - Lebens- und Glaubenserfahrung zur Sprache bringen, Kraftquellen finden

Die Umsetzung dieses Programms erfolgt durch eigens ausgebildete GruppenleiterInnen. Wenn Sie sich beruflich, nebenberuflich oder in der Pension in der Leitung solcher Gruppen engagieren wollen und Freude an der Arbeit mit älteren Menschen haben, bieten wir Ihnen diesen Lehrgang an.

## Inhalte des Lehrgangs

- Die vier Säulen des „Mitten im Leben“-Angebots kennen und vermitteln lernen
- Gerontologische und geragogische Grundlagen
- Lernprozesse mit älteren Menschen gestalten/begleiten
- Auseinandersetzung mit dem (eigenen) Älterwerden
- Altern aus medizinischer Sicht; Alter(n) und Ethik
- Biografiearbeit als Methode
- Musik – Bewegung – Sprache – Rhythmik: eine vielfältige Methode zur individuellen Ausdrucksfähigkeit; musikalische Impulse zur Koordination und Kommunikation
- Bewegung im Alter - Psychomotorisches Training
- Weltanschauung und Spiritualität im Alter; Kraftquelle Glaube - Glaubensbiografie; Abschied und Trauerrituale
- „Meinen Typ zur Geltung bringen“ – Auftreten/Achtsamkeit mir und anderen gegenüber
- „Mit Stimme begeistern“ – Stimme, Sprechen, Auftreten, Moderieren
- Soziales und emotionales Lernen fördern
- Aufbau und Leitung von Gruppenstunden – Methodik/Didaktik
- Erste Hilfe bei älteren Menschen
- Hospitationen und Praxiseinsatz

## Termine

jeweils Freitag von 15 Uhr – 21 Uhr und  
Samstag von 9 Uhr – 18 Uhr

Ort: Pension und Landgut Rojachhof, Rojach 1, 9811 Lendorf

1. Modul: 07./08. September 2018
2. Modul: 05./06. Oktober 2018
3. Modul: 02./03. November 2018
4. Modul: 30. November/01. Dezember 2018
5. Modul: 11./12. Januar 2019
6. Modul: 25./26., Januar 2019
7. Modul: 22./23. Februar 2019
8. Modul: 22./23. März 2019
9. Modul: 12./13. April 2019
10. Modul: 10./11. Mai 2019
11. Modul: 07./08. Juni 2019
12. Modul: 05./06. Juli 2019

### Berechtigung zur Gruppenleitung/zum Zertifikat:

Die Teilnahme am gesamten Lehrgang inklusive Hospitationen, erfolgreicher Praxisarbeit, Absolvierung des Erste-Hilfe-Kurses wird mit dem Zertifikat für pädagogisch Tätige des Forums Katholischer Erwachsenenbildung in Österreich bestätigt. Sie ist mit 10,5 ECTS-Points im Rahmen der Weiterbildungsakademie Österreich akkreditiert.

### Ihr Nutzen

Die Absolvierung des Lehrgangs berechtigt Sie, als „Mitten im Leben“ - GruppenleiterIn des Katholischen Bildungswerks Kärnten tätig zu sein. Der Lehrgang befähigt Sie darüber hinaus, in einem entsprechenden beruflichen Umfeld oder in selbständiger Tätigkeit mit älteren Menschen zu arbeiten.

## ReferentInnen

Mag. Barbara Mödritscher, Dr. med. Richard Gaugeler,  
Dr. Hubert Klungenberger, Dipl.PAss Christine Görttschacher, Edith Reitzl,  
Mag. Dr. Barbara Widhalm, PT Christina Schmid BSc, Mag. Monika Mayr,  
„Mitten im Leben“ –GruppenleiterInnen, Mag. Ulrike Schwertner

mitten im Leben  
nicht aufhören mit  
Träumen  
Spielen  
Aufblühen  
Frucht bringen  
Weiterwachsen  
in den Himmel

in die Erde  
in unzähligen  
Verästelungen  
so immer mehr  
näherkommen  
meiner  
LebensMitte