

Altern mit Zukunft

Kurs für Botschafterinnen und Botschafter

Fünfteiliger, kostenfreier Kurs für Menschen 60+, die sich für Gesundes Alter(n) in ihrer Region einsetzen möchten



- Was** Hilfreiche Informationen, anregender Austausch,
lehrreiche Übungen
Teil 1: **Dienstag, 03.10.2017**
Teil 2: **Dienstag, 17.10.2017**
Teil 3: **Dienstag, 31.10.2017**
Teil 4: **Dienstag, 14.11.2017**
Teil 5: **Dienstag, 28.11.2017**
- Wann** **immer 09:30 – 13:00 Uhr**
- Wo** ISGS Kapfenberg, Grazer Straße 3, 8605 Kapfenberg
- Wie** Kostenfrei (Getränke und Jause inkludiert)
max. 10 TeilnehmerInnen
- Anmeldung** per Mail: altern.mit.zukunft@ifgp.at
telefonisch: 050 2350 / 379 32
bei Susanna Finker

**GESUNDHEITS
FÖRDERUNGS
FONDS**

SOZIALVERSICHERUNGSANSTALT
DER BAUERN



VERSICHERUNGSANSTALT
FÜR EISENBAHNEN & BERGBAU



STEIERMÄRKISCHE
GEBIETSKRANKENKASSE



Betriebskrankenkasse
Kapfenberg

STEIERMARK

FRAUENGESUNDHEITZENTRUM
beraten, begleiten, bewegen

Styria  vitalis



ÖPIA 

Osterreichische Plattform für Interdisziplinäre Altersfragen
Austrian Interdisciplinary Platform on Ageing

inspire
thinking



Betriebs-
krankenkasse
voestalpine
Bahnsysteme

Altern mit Zukunft

Themen und Vortragende

Teil 1: **Selbst bestimmen für meine Gesundheit**

Dienstag, 03. Oktober 2017, 09:30 - 13:00 Uhr



Veronika Graber

Frauengesundheitszentrum

„Zum Start des Kurses besprechen wir Ihre Möglichkeiten, beim Älterwerden selbstbestimmt mit Gesundheit umzugehen. Eine Botschafterin/ein Botschafter für Altern mit Zukunft setzt sich mit Engagement und Lust für Austausch und Wohlbefinden ein. Und das wirkt sich positiv auf die Lebensqualität aus.“

Teil 2: **Gesundheitsförderung kennt kein Alter. Was mein Umfeld und ich beitragen können.**

Dienstag, 17. Oktober 2017, 09:30 - 13:00 Uhr



Rainer Saurugg
Styria vitalis

Bildnachweis: Stiefkind
Fotografie

„Eine Botschafterin/ein Botschafter für Altern mit Zukunft streut im eigenen Umfeld Samen für ein lebenswertes Altern.“



Ines Krenn
Styria vitalis

Bildnachweis: Stiefkind
Fotografie

„In unserem Kursteil erarbeiten wir Wege, wie Sie dazu beitragen können, das soziale Zusammenleben und seniorenfreundliche Lebensbedingungen in Ihrem Umfeld zu gestalten.“

Altern mit Zukunft

Teil 3: Engagiert für eine lebenswerte Gemeinde – Ideenwerkstatt

Dienstag, 31. Oktober 2017, 09:30 - 13:00 Uhr



**Christina
Häusler**
ÖPIA

„Eine Botschafterin/ein Botschafter für Altern mit Zukunft ist für mich jemand, der sein Engagement für die Gemeinschaft mit anderen teilen möchte.“



Georg Ruppe
ÖPIA

„In der Ideenwerkstatt helfen wir Ihnen, eigene Initiativen zu entwickeln und in die Tat umzusetzen!“

Teil 4: Öffentlichkeitsarbeit leicht gemacht

Dienstag, 14. November 2017, 09:30 - 13:00 Uhr



Andrea Kern
Inspire thinking

„In meinem Kursteil geht es um die Fragen „Was ist eigentlich Öffentlichkeitsarbeit?“ und „Warum ist Öffentlichkeitsarbeit für mich als Botschafterin oder Botschafter wichtig?“

Altern mit Zukunft

Teil 5: Mein persönliches „Altern mit Zukunft“ – Zusammenführung, Rollenklärung und Ausblick

Dienstag, 28. November 2017, 09:30 - 13:00 Uhr



Jürgen Soffried
IfGP

*„Zum Abschluss
des Kurses
werden wir
unsere weitere
Zusammenarbeit
gemeinsam
gestalten.“*



Susanna Finker
IfGP

*„Ich bin gelernte
Sozialarbeiterin.
Dabei habe ich
immer schon
gern mit älteren
Menschen
gearbeitet, weil
ihre Erfahrungen
etwas ganz
Besonderes
sind.“*

In Teil 5 erwarten wir in feierlichem Rahmen Herrn Generaldirektor Prof. DI Kurt Völkl von der VAEB (Versicherungsanstalt für Eisenbahnen & Bergbau) sowie Herrn Dr. Bernd Leinich, MBA (Geschäftsführer des Steirischen Gesundheitsfonds), die sich bei Ihnen für Ihr Engagement bedanken.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!



Institut für Gesundheitsförderung
und Prävention GmbH



Österreichische Plattform für
Interdisziplinäre Altersfragen

FRAUENGESUNDHEITZENTRUM

beraten, begleiten, bewegen