

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: **Donnerstag, 18.01.2018**

Teil 2: **Donnerstag, 01.02.2018**

Teil 3: **Donnerstag, 15.02.2018**

Teil 4: **Donnerstag, 01.03.2018**

Teil 5: **Donnerstag, 15.03.2018**

Wann immer 09:30 – 13:00 Uhr

Wo Verein „WIR für UNS“
Dr. Karl Renner Straße 1, 8790 Eisenerz

Wie Kostenfrei (Getränke und Jause inkludiert)
max. 10 TeilnehmerInnen

Anmeldung per Mail: office@wirfueruns.at
oder: christine.brunnsteiner@wirfueruns.at
telefonisch: 03848/60 4 80

**GESUNDHEITS
FÖRDERUNGS
FONDS**

SOZIALVERSICHERUNGSANSTALT
DER BAUERN



VERSICHERUNGSANSTALT
FÜR EISENBAHNEN & BERGBAU



STEIERMÄRKISCHE
GEBIETSKRANKENKASSE



Betriebskrankenkasse
Kapfenberg

STEIERMARK

FRAUENGESUNDHEITSCENTRUM
beraten, begleiten, bewegen



ÖPIA
Österreichische Plattform für Interdisziplinäre Altersfragen
Austrian Interdisciplinary Platform on Ageing



Betriebs-
krankenkasse
voestalpine
Bahnsysteme

Altern mit Zukunft

Themen und Vortragende

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

Donnerstag, 18. Jänner 2018, 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.**

Donnerstag, 01. Februar 2018, 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 Donnerstag, 15. Februar 2018, 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 Donnerstag, 01. März 2018, 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

Donnerstag, 15. März 2018, 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