

ELiA - Aktivität & Bildung

Sie bekommen Anregungen und „Handwerkszeug“, um mit verschiedenen Angeboten Freude und Abwechslung in das Leben alter Menschen zu bringen. Eingeladen sind Ehren- und Hauptamtliche aus der Seniorenarbeit.

Bewegte Lieder

F11712

Tänze im Sitzen nach Volksliedern

Alte Menschen erinnern sich gut an Volkslieder. Melodien und Texte bleiben im Langzeitgedächtnis erhalten und lösen Erinnerungen aus. Singen und Bewegung fördern Konzentration und Beweglichkeit und bringen Freude in geselliger Runde.

Sie lernen Tänze im Sitzen kennen, choreografiert in einfachen Bewegungsformen nach Volksliedern, ergänzt durch Handgeräte wie Chiffontücher, Klangstäbe, Rasseln u.a. Geeignet ist das Programm für bewegungseingeschränkte und dementiell erkrankte Menschen im stationären Bereich, aber auch für Seniorengruppen in der offenen Altenarbeit. Broschüre und CD können Sie im Seminar erwerben.

Anmeldung bei der vhs Murnau

Fr, 22.06.2012, 09:30 – 17:00 Uhr

Antonie Rahn, Fachreferentin für Seniorentanz
vhs Murnau, Kurszentrum

EUR 48,00, erm. für Ehrenamtliche EUR 18,00

Spiele macht Spaß

N1601P

Spiele macht Freude, fördert die Kreativität und den Kontakt der Mitspieler untereinander. Man vergisst Alltagssorgen und gesundheitliche Einschränkungen. Das gilt auch für alte Menschen.

Sie lernen verschiedene Spiele kennen, die Sie unterschiedlich einsetzen können: zum Kennenlernen, zur spielerischen Förderung von Bewegung und Koordination oder als Gedächtnistraining. Sie erfahren, wie Sie diese Spiele anwenden und für Ihre Praxis anpassen, für Gruppen oder auch mit Einzelnen. Viele der Spiele sind auch für Menschen mit einer Demenzerkrankung geeignet.

Anmeldung bei der vhs Peißenberg

Mi, 04.07.12, 09:30 – 17:00 Uhr

Hedwig Petzet, Dipl.-Soz.päd. (FH)
vhs Peißenberg, Tiefstollen 3, Raum 1

EUR 48,00, erm. für Ehrenamtliche EUR 18,00

Ganzheitliches Gedächtnistraining

F11709

Regelmäßiges Gedächtnis- und Konzentrationstraining steigert erwiesenermaßen die Leistung des Gehirns, und zwar spielerisch, ohne Stress und mit allen Sinnen. „Ganzheitlich“ bedeutet: nicht nur das Gehirn ist beteiligt, sondern Körper, Geist und Seele.

Sie erhalten Hintergrundinformationen und lernen Übungen für verschiedene Gehirnleistungen kennen, z.B. Konzentration, Merkfähigkeit, Wortfindung u.a.m. Sie erfahren, worauf es beim Anleiten ankommt und wie man Übungen für verschiedene Levels anpassen kann. Und Sie werden sehen: In der Gruppe macht Gedächtnistraining besonders viel Spaß!

Anmeldung bei der vhs Murnau

Fr, 11.05.12, 09:00 – 16:30 Uhr

Pamela Groh, Leiterin Seniorenwohnen Ammertal, Oberammergau
vhs Murnau, Kurszentrum

EUR 48,00, erm. für Ehrenamtliche EUR 18,00

ELiA - Praxis

Praxistreffen

In der Gruppe werten Sie Ihre Erfahrungen aus und hören von den anderen Freiwilligen. Wir überlegen gemeinsam, ob und wie es für Sie weitergehen soll. / Anmeldung bei der vhs Murnau

Fr, 20.07.12, 09:00 – 12:30 Uhr

F11710

EUR 24,00, erm. für Ehrenamtliche EUR 9,00
Susanne Ketter, Dipl.-Soz.päd. (FH)
vhs Murnau, Kurszentrum

Fr, 28.09.12, 09:00 – 12:30 Uhr

F11711

EUR 24,00, erm. für Ehrenamtliche EUR 9,00
Susanne Ketter, Dipl.-Soz.päd. (FH)
vhs Murnau, Kurszentrum

ELiA - Abschluss mit Zertifikat

Voraussetzung für den Erwerb des vhs-Zertifikates sind:

- Teilnahme am Grundkurs
- Teilnahme an zwei Kurstagen aus „Aktivität und Bildung“
- Teilnahme an mind. einem Infotermin in einem Seniorenheim
- Hospitation, eigene Praxis und Auswertungsgespräch im Heim
- Teilnahme an den Praxistreffen.

Der Zeitpunkt der Zertifikatsverleihung wird im Kurs vereinbart.

Anmeldung

bitte melden Sie sich bei der angegebenen vhs an. Die AGBs finden Sie auf den websites und in den Programmheften aller vhs'en.

vhs Murnau

Geschäftsstelle

Seidlstr. 14,
82418 Murnau
Tel 08841-22 88, Fax 08841-9 05 54

info@vhs-murnau.de, www.vhs-murnau.de

Kurszentrum im Kemmelpark
Dr. Friedrich-und-Ilse-Erhard-Str. 3

vhs Peißenberg

Geschäftsstelle

Schongauer Straße 2, 82380 Peißenberg
Tel 08803-9211, Fax 08803 9207

vhs@peissenberg.de, www.vhs.peissenberg.de

vhs Penzberg

Geschäftsstelle

Karlstr. 15, 82377 Penzberg
Tel 0 88 56-36 15, Fax 0 88 56-93 23 88
vhs@penzberg.de, www.vhs-penzberg.de

gefördert von der Marianne-Aschenbrenner-Stiftung und vom Seniorenpolitischen Konzept Bayern.

ELiA
ENGAGEMENT FÜR LEBENSQUALITÄT IM ALTER



Frühjahr / Sommer
2012

vhs Murnau
vhs Peißenberg
vhs Penzberg



Sie suchen eine sinnvolle Tätigkeit, die Spaß macht und bei der Sie Gleichgesinnte kennen lernen? Hochaltrige Menschen haben oft nur noch wenige soziale Kontakte. Freiwillig Engagierte können ihr Leben bereichern. Viele Altenheime suchen Freiwillige, die ihre Arbeit ergänzen. Durch Gespräche, Spaziergänge, Mithilfe in der Cafeteria, Spielen, Vorlesen u.a. Unsere Fortbildungsreihe bereitet Sie auf ein freiwilliges Engagement im Altenheim vor, aufbauend auf Ihrem Erfahrungsschatz. Sie können einzelne Kursblöcke belegen oder die ganze Reihe, die mit einem Zertifikat abschließt. Wir kooperieren mit den vhs'en Peißenberg und Penzberg sowie mit verschiedenen Senioreneinrichtungen. Diese übernehmen häufig auch für Ehrenamtliche die Kursgebühr. Das Projekt ist bezuschusst von der Marianne Aschenbrenner Stiftung und vom Seniorenpolitischen Konzept Bayern.

ELiA Informationsabend für NeueinsteigerInnen F11701

An diesem Abend erhalten Sie Informationen über die Fortbildung und darüber, wo und wie Sie sich engagieren können. Anmeldung bei der vhs Murnau **Mi, 01.02.2012, 18:00 – 19:00 Uhr** Susanne Ketter, Sabine Sautter Kultur- und Tagungszentrum Murnau, Kohlgruberstr. 1 / kostenlos

ELiA - Grundkurs

Diese Tage dienen der Vorbereitung für ein mögliches Engagement mit alten Menschen, egal, ob Sie jemanden besuchen oder mit Gruppen arbeiten wollen. Sie beschäftigen sich mit wesentlichen Themen vom Freiwilligen Engagement über Kommunikation mit alten Menschen bis zur Altersmedizin und lernen verschiedene Senioreneinrichtungen kennen.

Freiwilliges Engagement F11702

Sie erhalten eine Einführung in das Projekt. Es geht um Freiwilliges Engagement und um verschiedene Typen von Ehrenamtlichen. Sie erfahren, was man über das Helfen lernen kann und über das Anerkennen eigener und fremder Grenzen. Und schließlich sehen wir, welche Möglichkeiten es gibt, aktiv zu werden. Anmeldung bei der vhs Murnau **Fr, 09.03.12, 09:00 – 16:30 Uhr** Stefanie d'Huc-Rudolph, Dipl.-Soz.päd. (FH) vhs Murnau, Kurszentrum EUR 48,00, erm. für Ehrenamtliche EUR 18,00

Lebenswelten im Seniorenheim 1101

Wie funktioniert ein Seniorenheim? Welche Abläufe und gesetzlichen Vorgaben regeln seinen Alltag? Welche Lebenswelten begegne ich dort? Welche Rolle kommt mir als Freiwilliger zu und wie gelingt die Zusammenarbeit mit Hauptamtlichen? Anmeldung bei der vhs Penzberg **Fr, 16.03.12, 09:00 – 16:30 Uhr** Diakon Wilfried Bogner, Leiter Alten- u. Pflegeheim Steigenberger Hof Alten- u. Pflegeheim Steigenberger Hof, Seeshaupter Str. 73, Penzberg EUR 48,00, erm. für Ehrenamtliche EUR 18,00

Kommunikation im Seniorenheim N1600P

Kommunikation müssen wir nicht lernen, sie gehört zu unserem Alltag. Trotzdem lohnt es zu fragen, was zwischen uns und „unseren“ alten Menschen passiert, wenn wir miteinander in Kontakt treten. Oder zwischen Haupt- und Ehrenamtlichen. Wir sehen, was Kommunikation wohlthuend macht oder wodurch sie weniger befriedigend erscheint. Es geht um Sprechen, Zuhören und das weite Feld der nonverbalen Kommunikation. Anmeldung bei der vhs Peißenberg **Fr, 20.04.12, 09:00 – 16:30 Uhr** Ulrike Rhein, Mediatorin, Supervisorin vhs Peißenberg, Tiefstollen 3, Raum 2 EUR 48,00, erm. für Ehrenamtliche EUR 18,00

Altersmedizin und Demenz F11703

Sie erfahren, welche Einschränkungen im Alter besonders häufig sind, wie man diese erkennen und wie man unterstützen kann. Am Nachmittag widmen wir uns dem wertschätzenden Umgang mit Menschen mit Demenz. Wie können wir den erkrankten Menschen dabei unterstützen, seine Identität zu stabilisieren und sein Selbstwertgefühl zu erhalten? Wie können wir soziale Kontakte fördern und erhalten? Anmeldung bei der vhs Murnau **Fr, 27.04.2012, 09:00 bis 16.30 Uhr** Dr. Barbara Kieslich, Altersmedizinerin; Tanja Möller, Altentherapeutin vhs Murnau, Kurszentrum EUR 48,00, erm. für Ehrenamtliche EUR 18,00

ELiA - Info

Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung 10502

Durch die Neuregelung der Patientenverfügung im Bürgerlichen Gesetzbuch ergeben sich viele Fragen. Sind die alten Patientenverfügungen noch wirksam? Welche Neuerungen und Änderungen haben sich durch die Gesetzgebung ergeben? Diese Fragen und den wichtigen Bereich der Vorsorgevollmacht erklärt Florian Enzensberger an Hand anschaulicher Beispiele. Anmeldung bei der vhs Murnau **Di, 17.04.12, 19:00 - 21:00 Uhr** Florian Enzensberger, Rechtsanwalt vhs Murnau, Kurszentrum / EUR 10,00

ELiA - Info im Seniorenheim

Acht Seniorenheime präsentieren sich und ihre Arbeit. Sie werden durch das Haus geführt, erfahren etwas über den Alltag der Bewohner und wie sich Freiwillige engagieren können. Kostenfrei / Bitte melden Sie sich bei Ihrer vhs an.

Seniorenzentrum Kemmelpark F11704

Kemmelalle 3, Murnau Di, 20.03.12, 10:00 – 11:30 Uhr

Seniorenwohnen Ruhesitz Staffelsee F11705

Garhöll 1, Murnau Di, 20.03.12, 15:00 – 16:30 Uhr

Seniorenwohnen Ammertal F11706

St.-Lukas-Str. 15, Oberammergau Di, 27.03.12, 14:00 – 15:30 Uhr

Pflegehaus Heimgarten F11707

Schwaigangerstr. 15, Ohlstadt Do, 22.03.12, 14:00 – 15:30 Uhr

Pro Seniore Residenz F11708

Loisachauenstr. 5, Oberau Do, 29.03.12, 14:00 – 15:30 Uhr

Caritas Seniorenzentrum St. Ulrich N1610P

Hans-Böckler-Str. 2, Peißenberg Mo, 26.03.12, 14:00 – 15:30 Uhr

AWO Seniorenzentrum der Stadt Penzberg 1102

Gartenstr. 2, Penzberg Mi, 28.03.12, 14:00 – 15:30 Uhr

AWO Seniorenzentrum Peiting N1611P

Bahnhofstr. 24, Peiting Mi, 21.03.12, 14:00 – 15:30 Uhr

ELiA - Aktivität & Bildung

Sie bekommen Anregungen und „Handwerkszeug“, um mit verschiedenen Angeboten Freude und Abwechslung in das Leben alter Menschen zu bringen.

Leben erinnern E11702

Einführung in die Biografiearbeit Alte Menschen verfügen über eine Fülle gelebter Geschichten. Biografiearbeit kann helfen, diese Schätze zu entdecken und wieder zu aktivieren. Sie erhalten einen ersten Einblick, probieren Methoden aus und erfahren, was wichtig ist beim Anleiten. Anmeldung bei der vhs Murnau **Fr, 27.01.12, 09:00 - 16:30 Uhr** Sabine Sautter, vhs Murnau vhs Murnau, Kurszentrum EUR 48,00, erm. für Ehrenamtliche EUR 18,00