

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 (maximal 12 TeilnehmerInnen)

Wann: **Teil 1: Dienstag, 24. September 2019**
Teil 2: Mittwoch, 09. Oktober 2019
Teil 3: Mittwoch, 23. Oktober 2019
Teil 4: Montag, 04. November 2019
Teil 5: Dienstag, 19. November 2019
immer von 9:30 – 13:00 Uhr

Wo: „**Kleiner Stadtsaal**“ der Stadtgemeinde Mürzzuschlag
 8680 Mürzzuschlag, Stadtplatz 2

Wie: Kostenfrei (Getränke und Jause inkludiert)

Anmeldung: per Mail: altern.mit.zukunft@ifgp.at
 telefonisch bei Silvia Lackner: 05-02350-37932

Themen und Vortragende

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

Dienstag, 24.09.2019, 09:30-13:00 Uhr



Marlene Schader

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.**

Mittwoch, 09.10.2019, 09:30-13:00 Uhr



Rainer Saurugg

Styria vitalis

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



Ines Krenn

Styria vitalis

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

Teil 3: **Engagiert für eine lebenswerte Gemeinde – Ideenwerkstatt**

Mittwoch, 23.10.2019, 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**

Mittwoch, 04.11.2019, 09:30-13:00 Uhr



Andrea Kern

Inspire

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

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

Mittwoch, 19.11.2019, 09:30-13:00 Uhr



Silvia Lackner
IfGP

„Zum Abschluss des Kurses werden wir unsere weitere Zusammenarbeit gemeinsam gestalten und aufzeigen, wie es für eine ausgebildete Botschafterin/einen ausgebildeten Botschafter konkret weitergehen kann.“

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!