

„Aufgaben machen lebendig“



Fotos: wildbild

Gesundes Kochen in Senior:inneneinrichtungen, Kunsttherapie für die Zielgruppe 50+, Mobilität für Ältere: An derart kreative Projekte machen sich die Teilnehmenden des „Aktiv im Alter“-Lehrgangs.

Die vierte Runde ist gerade mit einer Zertifikatsverleihung zu Ende gegangen, der fünfte Durchgang startet voraussichtlich im März 2024. Leiterin Danielle Bidasio ist begeistert von der Einsatzfreude jener Menschen jenseits der 65 Jahre, die sie in den vergangenen Monaten begleitet hat: „Die Teilnehmenden entwickeln eine richtige Leidenschaft für ihre Projektideen, sie brennen dafür. Zeitweise frage ich mich, wie und ob sich diese Kreativität umsetzen lässt, und möchte sie beinahe schon bremsen, unterstütze und staune, was sie Großartiges umsetzen.“ In den bisherigen Lehrgängen haben die Frauen und Männer 41 Projekte entwickelt, 19 davon als Kooperationskonzepte. Viele sind Mini-Projekte, von denen die Erfinderinnen und Erfinder freilich nicht finanziell leben können. Inspiration kommt



aus dem eigenen Alltag, indem Probleme auffallen und passende Lösungen entstehen. Das Denken ist ähnlich wie bei Start-ups.

Wie der Lehrgang abläuft?

In vier Modulen zu je sechs Stunden beschäftigen sich die Teilnehmenden mit Veränderungen im Alter und Teilhabe, Projektentwicklung,

Vernetzung, Öffentlichkeitsarbeit und Präsentation. „Die Projekte haben eine gesellschaftliche Dimension“, erklärt Bidasio. „Es kommt hier so viel Engagement zum Vorschein, das anderen guttut. Die Teilnehmenden arbeiten nicht für sich allein, ihre Ideen beziehen sich immer auf Menschen. Meistens haben sie andere ältere Leute im Blick.“ Bidasio beobachtet, wie lebendig die Arbeit im Lehrgang macht. Nicht nur der Gemeinschaftssinn wird gestärkt, auch ein Gefühl der Selbstwirksamkeit wächst, während die Visionen Schritt für Schritt umgesetzt werden. Ihre eigene Aufgabe sieht sie darin, Selbstbewusstsein und Stärken hervorzulocken.

Mehr als 100 Angebote

Doch nicht nur der Lehrgang macht „Aktiv im Alter“ aus. Auf der Internet-Seite www.aktivimalter.at finden sich aktuell mehr als 100 Angebote von sieben Salzburger Einrichtungen, darunter ein Mundharmonika-Workshop, Sprachkurse, Porträtmalen, ein digitaler Stammtisch oder Angebote zu Achtsamkeit und Stille. Online gibt es außerdem Material, Studien und Handbücher.

Information

Interesse am Lehrgang? Infos gibt es unter www.aktivimalter.at sowie lehrgang@aktivimalter.at. Die Teilnahme ist kostenlos. Projektträger: Salzburger Erwachsenenbildung und das Netzwerk Bildungsberatung Salzburg. Preise anderer Angebote können variieren nach Inhalt und Dauer.

