

Medieninformation
des Salzburger
Bildungswerkes
28. November 2024



Aktiv altern in Salzburg

Neue Trainerinnen für Ältere in Salzburg

Das Salzburger Bildungswerk und das Katholische Bildungswerk haben im Lehrgang „Selbstbestimmt Aktivsein im Alter“ neun Trainerinnen ausgebildet. Sie bieten bald neue Kurse an.

Kürzlich haben neun Teilnehmerinnen im Lehrgang „Selbstbestimmt Aktivsein im Alter“ abgeschlossen. Das *Salzburger Bildungswerk* hat diesen mit dem *Katholischen Bildungswerk* entwickelt und von April bis November in der Stadt Salzburg und in Elsbethen durchgeführt. Die Umsetzung wurde vom Land Salzburg finanziell gefördert. „Die neuen Trainerinnen bereichern unser Angebot und leisten einen wesentlichen Beitrag zur Lebensqualität älterer Menschen“, betont Mag. Richarda Mühlthaler, Leiterin des Fachbereiches Senior:innenbildung im *Salzburger Bildungswerk*.

Die Trainerinnen werden im *Salzburger Bildungswerk* Kurse unter dem Namen „Selbstbestimmt und kreativ“ und im *Katholischen Bildungswerk* unter dem Namen „Aktiv im Alter“ anbieten, die sich speziell an ältere Menschen richten. Sie trainieren dabei ihr Gedächtnis, aktivieren den Körper und beschäftigen sich im altersrelevanten Themen in einer Gruppe mit Gleichaltrigen.

Die Veranstaltungen des *Salzburger Bildungswerkes* finden Interessierte unter www.salzburgerbildungswerk.at.

Bild 1: Neun neue Trainerinnen unterstützen im Land Salzburg Seniorinnen und Senioren dabei, „selbstbestimmt und kreativ“ zu altern. Von links nach rechts: Barbara Heider-Pögl, Hanja Arnold, Zagorka Stjepanovic, Eileen Eggeling, Maria Winter, Margot Gleixner, Eva Fanninger, Gerti Moser und Theresa Oberascher.
Bildverweis: Christine Sablatnig

Bild 2: Richarda Mühlthaler (links) vom Salzburger Bildungswerk und Christine Sablatnig (rechts) vom Katholischen Bildungswerk haben den Lehrgang „Selbstbestimmt Aktivsein im Alter“ umgesetzt.
Bildverweis: Brigitte Steinacher-Sigl

Netze knüpfen

Seit 1956 haben wir im Land Salzburg die Erwachsenenbildung im Blick. Ehrenamtliche Bildungswerkleitungen vor Ort sind offen für Wünsche und Anliegen und gestalten das Gemeindeleben aktiv mit.

Weitere Informationen erhalten Sie bei:

Marlene Klotz B.A.
Salzburger Bildungswerk, Strubergasse 18/3, 5020 Salzburg
Tel: 0662-872691-12, E-Mail: marlene.klotz@sbw.salzburg.at