



BILDUNG IM ALTER braucht ...

- ... Zusammenarbeit
- ... Koordination
- ... Nähe zu den Lernenden
- ... Kommunikation
- ... Angebote
- ... Kreativität
- ... Spaß

Sommerakademie

für
lebensbegleitendes Lernen 2008

MOBILITÄT

"Wer rastet, der rostet?"



bia-net - NETZWERK BILDUNG IM ALTER
Schöckelblickstrasse 2, 8044 Graz, Tel.: +43 (0)699 241 700 38
Email: office@bia-net.org, Web: www.bia-net.org

30. Juni bis 2. Juli 2008
Karl-Franzens-Universität Graz
Resowi Zentrum, HS 15.01

Sommerakademie für lebensbegleitendes Lernen

Der Übergang von beruflicher zu nachberuflicher Lebenszeit ist mit vielfältigen Veränderungen verbunden. Ein neuer Lebensabschnitt beginnt und damit eröffnet sich die Chance neue Ziele zu setzen und neue Aufgaben zu übernehmen.

Lebensbegleitendes Lernen bedeutet ein Lernen über schulische und berufliche Verpflichtungen hinaus. Lernen kann auch lustvoll sein! Das zeigt Ihnen diese Lernwoche an der Karl-Franzens-Universität Graz, welche vom Netzwerk BILDUNG IM ALTER in Kooperation mit dem Generationenreferat der Hochschülerschaft veranstaltet wird. Entdecken Sie die Lust am Lernen!

Termin: Montag, 30. Juni bis Mittwoch 2. Juli 2008

Ort: Universität Graz, Resowi Zentrum, HS 15.01 (Bauteil C, Erdgeschoß)

Kosten: 12 € für die gesamte Veranstaltung, 5 € für einen Tag.

Anmeldung erforderlich! Tel.: 0316/872-6390 (SeniorInnenbüro Graz)

Montag, 30.6.2008

Moderation: DI Viktor Sailer

09:00 - 09:15

Begrüßung

Mag.^a Manuela Hinterberger

09:30 - 10:30

Mobilität in Graz - Von der Postkutsche zur Rushhour

Die Veranstaltung gibt einen Überblick über die Verkehrsgeschichte von Graz, von der Römerzeit bis ins 20. Jahrhundert, unter Berücksichtigung aller Verkehrsträger zu Wasser, zu Lande und in der Luft.

Dr. Gerhard M. Dienes, Landesmuseum Joanneum

11:00 - 12:00

130 Jahre Straßenbahn in Graz

Die Erfolgsgeschichte des nachhaltigsten ökologischen Nahverkehrsmittels in der Stadt. Eine Reise durch die Zeit, beginnend mit der Pferdetramway, welche die Stadtentwicklung von Graz geprägt hat, über die Elektrische Straßenbahn und hin zu den heutigen Niederflurbahnen.

Rudolf Watzinger, Tramwaymuseum Graz

14:00 - 15:00

Ältere Menschen im öffentlichen Verkehr

Die aktive Rolle und die Bedürfnisse älterer Menschen im öffentlichen Verkehrs- und Transportwesen. Was gibt es Neues? Was bietet der öffentliche Verkehr? Wo und wann wurden hier bereits Weichen gestellt? 1995 gab's das erste EU Projekt zum Thema "Verbesserung der Angebote des öffentlichen Verkehrs für ältere Menschen".

Mag.^a Dr.ⁱⁿ Rosemarie Kurz, Generationenreferentin der ÖH Graz

16:45 - 18:00

Führung am Flughafen Graz

Ein Blick hinter die Kulissen des Flughafen Graz, von der Fluggasthalle über die Sicherheitskontrolle, den Transit und das Vorfeld bis hin zur Feuerwehr. Treffpunkt ist um 16.00 am Jakominiplatz (vor Cafe Sorger) bzw. um 16.35 vor dem Flughafen Graz.

DI Viktor Sailer

Dienstag, 1.7.2008

Moderation: Mag.^a Erika Sammer-Ernst

09:00 - 10:30

"Unterwegs am Datenhighway"

Skypen, bloggen, downloaden, surfen auf youtube und i-tunes, communities besuchen, auf LAN-Parties gehen oder ein Secondlife führen - alles Bahnhof? Alle Neugierigen und EinsteigerInnen sind herzlich eingeladen zu einem Ausflug in den Dschungel der Internetsprache.

Mag.^a Ulrike Drescher, nowa

11:00 - 12:00

SENEPOWER

Im Mittelpunkt dieses EU Projektes stehen ehrenamtliche MitarbeiterInnen, die geschult werden, um isolierte Personen, die nicht mehr im Berufsleben stehen über Angebote der Stadt zu informieren, sie zu ihren Wünschen zu befragen und somit deren Isolation vorzubeugen.

Mag.^a Dr.ⁱⁿ Ulla Herfort-Wörndle, Akademische Gerontologin, SeniorInnenbüro Graz

14:00 - 15:30

Herausforderung 50+: Leben - Geben - Segen Sein

Endlich oder schon bald frei von regelmäßigen Verpflichtungen und für viele interessante Beschäftigungen. Aber welche soll man mit welcher Einstellung erlernen und ausüben? Eine Voraussetzung ist jedenfalls sich noch etwas zuzutrauen.

DI Viktor Sailer

16:00 - 18:00

Kriegsbeile begraben, Friedenspfeife rauchen

Konflikte gehören zu unserem Leben. Als Kinder haben wir gelernt, dass sie etwas Schlimmes und Negatives sind. Auseinandersetzungen sind aber nicht schlecht für unsere Beziehungen, doch verhärten sich oft die Fronten, wir hören einander nicht mehr richtig zu und sehen nur unseren Standpunkt. Ein gezieltes Training in "friedlicher" Gesprächsführung kann Abhilfe schaffen.

Mag. Werner Götz, Mag.^a Roswitha Missbichler, PKM

Mittwoch, 2.7.2008

Moderation: Dr.ⁱⁿ Gerhild Hansen

09:00 - 10:30

Werbeverkaufsfahrten und Gewinnspiele

Es werden Probleme aus der Praxis besprochen, um entstandene Probleme zu lösen bzw. erst gar nicht in die Werbefalle zu tappen.

Mag. Herbert Erhart, Arbeiterkammer Graz

11:00 - 12:00

Der lange Weg zum Unisex-Rad Das Fahrrad als revolutionierender Mobilitätsfaktor

Ende des 19. Jhds wurde das Fahrrad erfunden und von der männlichen bürgerlichen Gesellschaft begeistert aufgenommen. Radfahrende Frauen waren verpönt, für sie galt es als unschicklich und unmoralisch. Schlußendlich konnten auch die Frauen das Fahrrad erobern. Diese neue Mobilität ging Hand in Hand mit der Emanzipation.

Mag.^a Dr.ⁱⁿ Ursula Schimanofsky

14:00 - 15:30

Gesundheitsmanagement: Leben ist Bewegung

Der Organismus des Menschen passt sich genau an die Art und das Ausmaß seiner Aktivitäten an. Wer sich wenig bewegt, unterfordert Muskulatur und Herz-Kreislaufsystem. Ausdauer, Kraft, Koordination und Beweglichkeit können bis ins hohe Alter trainiert und damit der Altersprozess verzögert und die Anfälligkeit für Krankheiten verringert werden

Ulrike Wörgötter

16:00 - 17:00

"Fit mit Hirn" - Körper und Geist in Schuß halten

"In einem gesunden Körper wohnt ein gesunder Geist". Neben einer ganzheitlichen Aktivierung des Körpers stellen das intensive und lustbetonte Training verschiedener geistiger Funktionen wie zB Konzentration, Gedächtnis und Wahrnehmung wichtige Aspekte für ein gesundes Altern dar. Mit Übungen aus der Praxis!

Mag.^a Martina Kolaric, Mag.^a Daniela Alton