



2015

ARBEITSBERICHT

GEFAS STEIERMARK
Gesellschaft für aktives Altern und
Solidarität der Generationen

GEFAS STEIERMARK

Gesellschaft für aktives Altern und Solidarität der Generationen

GESUND, AKTIV & SICHER – GESTALTER & GESTALTERINNEN – GENIAL Genuss im Alter

Impressum:

**Herausgeber: Verein GEFAS STEIERMARK Gesellschaft für aktives Altern und Solidarität der Generationen
(ZVR 139586519)**

DIⁱⁿ Andrea Grabher, Vorstandsvorsitzende

Kaiserfeldgasse 17, A-8010 Graz

Tel.: +43 (0)316 872 7890

Email: gefas@generationen.at

Web: www.generationen.at

Fdlv: Mag.^a Ulrike Taberhofer



Inhalt

1 Kurzfassung	1
2 Der Vorstand	3
3 Mitarbeiterinnen.....	4
4 Überblick der Tätigkeiten in Vereinsjahr 2015	5
4.1 Regionale, Nationale und EU-Projekte	5
4.2 Veranstaltungen.....	5
5 GEFAS als Netzwerkpartnerin	6
6 Lokale, Nationale und EU-Projekte	8
6.1 EU-Projekt „Ältere bauen mit jüngeren Brücken für Europa“	8
6.2 Regionalprojekt „Altersarmut entgegenwirken – für ein Altern in Sicherheit!?“ im Rahmen der Plattform gegen die Gewalt in der Familie 2015.....	10
6.3 „Kommunikationstraining im DaF/DaZ-Bereich für MigrantInnen“	14
7 Veranstaltungen.....	16
7.1 GENIAL- GENuss Im Alter- Veranstaltungsreihe	16
7.2 Wirbelsäulengymnastik und Osteoporose Vorbeugeturnen.....	18
7.3 Weihnachtsbrunch.....	19







1 Kurzfassung

GEFAS STEIERMARK ist ein gemeinnütziger Verein, der 1991 auf Initiative von Frau Mag.^a Dr.ⁱⁿ Rosemarie Kurz gemeinsam mit SeniorstudentInnen an der Universität Graz gegründet wurde.

Die GEFAS STEIERMARK sieht sich heute als Kommunikationsdrehscheibe zwischen den Generationen, älteren Menschen und der Forschung & Entwicklung sowie verschiedenen Interessensvertretungen. Sie setzt sich seit ihrer Gründung für eine aktive Teilhabe der älteren Menschen in der Gesellschaft ein. Mit einfach zugänglichen Angeboten im lokalen und regionalen Umfeld sowie mit nationalen und transnationalen Projekten werden ältere Frauen und Männer genauso für ein engagiertes und lebenslanges Lernen in der und für die Gesellschaft motiviert. Die Themenvielfalt reicht von ‚smarten‘ Lernmethoden bis zur Teilhabe an Technologieentwicklungen, von gesundheitsfördernden Maßnahmen bis zu Modellen für ein genussvolles und sicheres Leben in der Generationenvielfalt.

Die Aktivitäten der GEFAS STEIERMARK werden von vielen engagierten Menschen getragen: den Mitarbeiterinnen, den Vereinsmitgliedern, einen nicht zu kleinen Kreis an der Projektarbeit Interessierten, dem Vorstand und den VertreterInnen von Kooperationspartnerorganisationen. Viele bezahlte und unbezahlte Arbeiten verbessern bzw. beleben die Projektergebnisse. Um den Aufwand der vielen freiwilligen HelferInnen im Rahmen zu halten, werden für sie in unsere Entwicklungsprojekte Aufwandsentschädigungen einkalkuliert.

Die GEFAS STEIERMARK bedankt sich auch auf diesem Weg bei den vielen FörderInnen unserer unterschiedlichen Aktivitäten an Gemeinwohlarbeit mit dem besonderen Blickwinkel auf die Generationenvielfalt. Wir sind mit unseren Büroräumlichkeiten in der Kaiserfeldgasse 17 im Parterre ein teilunterstützter Gast der Stadt Graz und arbeiten in konkreten Projekten für die Stadt, das Land Steiermark und verschiedene Bundesministerien. Durch Mitarbeit in Projekten der Europäischen Union haben wir uns mittlerweile ein gutes Netzwerk von KooperationspartnerInnen, auch aus der Privatwirtschaft und der Forschung aufgebaut und profitieren von der gemeinsamen Arbeit und dem Erfahrungsaustausch mit diesen.

Der Verein GEFAS STEIERMARK sieht seine Aufgabe darin, Themen aufzugreifen, die von gesellschaftlicher Relevanz und förderlich für einen positiven Zusammenhalt der Generationen sind. In einer Gesellschaft, in der der Anteil an älteren Menschen stetig steigt, stehen der Zusammenhalt und die Solidarität zwischen den Generationen im Mittelpunkt. Die Zielgruppe für unsere Aktivitäten ist die Generation 45+. Als Verein erheben wir den Anspruch, Bewusstsein zum Prozess des Älterwerdens mit Genuss zu schaffen, Neugier und Interesse für aktives Engagement in unserer Zielgruppe zu wecken und Beiträge zur Verbesserung der Lebensqualität aller Menschen zu setzen.

Der vorliegende Jahresbericht 2015 verweist anhand verschiedener Projekte und Initiativen auf die zahlreichen Aktivitäten von und für ältere Menschen. Diese sind auch ein Spiegelbild der vielfältigen Bedürfnisse.



Die GEFAS STEIERMARK hat seit 2013 sehr viel unternommen, um zeitgemäß und selbstbewusst aufzutreten. Dazu gehören ein frischeres Corporate Design und eine modernisierte Website, www.generationen.at, die von den Mitarbeiterinnen gewartet werden kann. Mit den Büroräumlichkeiten in der Kaiserfeldgasse 17, die Stadt Graz hat durch eine Zusammenlegung der verschiedenen Abteilungen des Stadtschulamtes die Räumlichkeiten in der Wielandschule dringend gebraucht, waren einige Ressourcen der Mitarbeiterinnen und der Rücklagen notwendig, um den Betrieb auch in dieser schwierigen Zeit des Siedelns und Aufräumens der GEFAS Geschichte aufrecht zu erhalten. Wir hoffen aber, dass das Endresultat, die einstmals charmante kleine Hausmeisterwohnung, wieder viele unserer Mitglieder in unsere Räumlichkeiten bringt.

Zur Geschichte der GEFAS STEIERMARK

Die Idee zur Schaffung einer solchen Organisation entstand, als das Seniorenreferat (heute Referat für Generationenfragen) der HochschülerInnenschaft der Universität Graz 1990 einen Workshop über Osteoporose an der Universität Graz durchführen wollte. Zur Teilnahme meldeten sich zahlreiche Interessierte, die jedoch nicht an der Universität inskribiert waren. Dieser und andere Anlassfälle zeigten, dass Bedarf an einer Organisation bestand, um im außeruniversitären und politisch unabhängigen Bereich einen größeren Kreis älterer Menschen anzusprechen.

Ausgangspunkt der generationenübergreifenden Arbeit von GEFAS STEIERMARK ist der 1990 das erste Mal organisierte „International Tea“. Ein paar Jahre zuvor hatten Skinheads eine Gruppe ausländischer StudentInnen der Universität Graz attackiert. Ältere StudentInnen beschlossen daraufhin, etwas gegen Rassismus und Ausländerfeindlichkeit zu unternehmen. Der „International Tea“ wird heute im November einmal pro Jahr, mittlerweile vom ÖH-Generationenreferat veranstaltet und ist so eine fixe Einrichtung an der Universität Graz.

Die GEFAS Steiermark forcierte auch die für alle zugänglichen Ringvorlesungen, „Intergeneratives Lernen“, an der Universität Graz. Die Vorträge befassten sich mit intergenerationellen Problemstellungen und waren Teil einer politischen Bildung, die das Bewusstsein für partizipatives Handeln stärken sollte. Aus diesen Ringvorlesungen ist das Konzept der bereits lange Zeit erfolgreichen Montagsakademie entstanden.

Ein zentrales intergenerationelles Projekt der GEFAS war „Wohnen für Hilfe“, das das Zusammenleben und damit die Solidarität zwischen den Generationen förderte. Junge Menschen boten Hilfestunden an und konnten dafür kostengünstig bei älteren Menschen wohnen.

Einen nationalen Durchbruch erlebte die GEFAS STEIERMARK mit der Teilnahme an der Plattform „Gegen die Gewalt in der Familie“ des heutigen Bundesministeriums Familie und Jugend mit dem spezifischen Schwerpunkt „gegen Gewalt an älteren Menschen“.

Das Logo der GEFAS STEIERMARK sind zwei Elefanten

„Man sagt den Elefanten hohes Alter und Weisheit nach: Sie gehen in der Herde mit den Jungtieren. Bei Wasserknappheit erinnern sich die ALTEN an mehr Wasserstellen als die JUNGEN; wenn Wasser gefunden wird, darf sich der Jungbestand zuerst am Wasser laben. Die Trottgeschwindigkeit wird jedoch so gestaltet, dass auch die Alttiere mithalten können. Und wenn das Leben zu Ende geht, bleibt die Herde beim sterbenden Alttier!“





2 Der Vorstand

1. Vorstandsvorsitzende	DI. ⁱⁿ Andrea Grabher
2. Vorstandsvorsitzender	Univ. Prof. Mag. Dr. Gerhard Grossmann
1. Finanzreferentin	Barbara Amreich
Finanzreferentstellvertreter	Mag. Bernhard Ehgartner
Schriftführer	Dr. Walter Prager
Schriftführerstellvertreterin	Mag. ^a Ulrike Taberhofer
BeirätInnen	Dr. ⁱⁿ Grete Schurz Ältere Frauen in der heutigen Gesellschaft Univ. Prof. Dr. Michael Kolb Ältere Menschen, Bewegung und Sport Jörg Martin Willnauer Unterhaltung und Kultur Mag. ^a Dr. ⁱⁿ Elfriede Schmidt Wissenschaftliche Begleitung Mag. ^a Dr. ⁱⁿ Barbara Lorenz Juristische Beratung
Schiedsgericht	Em. Univ. Prof. Dr. Thomas Kenner Ingrid Lechner-Sonnek LAbg. Claudia Klimt- Weithaler
Rechnungsprüfung	Hilde Jäger Susanne Josl
Ehrenpräsidentin	Dr. ⁱⁿ Rosemarie Kurz





3 Mitarbeiterinnen



DIⁱⁿ Andrea Grabher

Vorstandsvorsitzende,
Projektmanagement



Mag.^a Ulrike Taberhofer

Projektmanagement



Anna Taberhofer

Sachbearbeitung,
Administration





4 Überblick der Tätigkeiten in Vereinsjahr 2015

4.1 Regionale, Nationale und EU-Projekte

Projekt	Projektverantwortung
EU-Projekt „Ältere bauen mit jüngeren Brücken für Europa“	DI ⁱⁿ Andrea Grabher, Mag. ^a Ulrike Taberhofer
Plattform gegen die Gewalt in der Familie – Regionalprojekt „Altersarmut entgegenwirken – für ein Altern in Sicherheit?“ – Fachtagung	Mag. ^a Ulrike Taberhofer
Projekt „Kommunikationstraining im DaF/DaZ-Bereich“ für MigrantInnen	Mag. ^a Ulrike Taberhofer

4.2 Veranstaltungen

Veranstaltung	Leitung
a) Veranstaltungsreihe „GENuss Im Alter – GENIAL“	Mag. ^a Ulrike Taberhofer, DI ⁱⁿ Andrea Grabher, Anna Taberhofer
b) Wirbelsäulengymnastik und Osteoporose Vorbeugeturnen (GEFAS/URANIA)	Anita Heinz, Christa Wascher
c) Weihnachtsbrunch	Mag. ^a Ulrike Taberhofer, DI ⁱⁿ Andrea Grabher, Anna Taberhofer





5 GEFAS als Netzwerkpartnerin

GEFAS STEIERMARK hat im Arbeitsjahr 2015 als Netzwerkpartnerin mitgearbeitet und an folgenden Treffen und Veranstaltungen teilgenommen und mitgewirkt

Teilnahme/Mitarbeit	Ort	Datum
Vernetzungstreffen im Rahmen der Plattform „Gegen die Gewalt in der Familie“	Salzburg	26.03./27.03. und 08.10./09.10.
Grazer Frauenrat	Graz	vierteljährlich
Grazer SeniorInnenbeirat	Graz	vierteljährlich
Kooperation JOANNEUM Museum	Graz	
Stakeholdertreffen Projekt “Senior Capital“ NOWA	Graz	mehrmals
Teilnahme am Studientag „Das Lieben nicht lassen“ im Bildungshaus Mariatrost	Graz	19.03.
Teilnahme am AK „Alter“ des Menschenrechtsbeirats der Stadt Graz	Graz	16.04.
Vernetzung mit FGZ	Graz	laufend
Weiterbildung von Mag.^a Ulrike Taberhofer		
Seminar “Einführung ins Bibliothekswesen”	Wien	30.04.
WBA - Zertifizierungswerkstatt	Strobl am Wolfgangsee	28.05 -30.05.
Seminar „Die Ressourcen im Fokus 2“	Wien	12.06.

Beiträge zu Projektanträgen

CORINA

Cognitive Recommender Interface for Natural Assistance (Einreichung 2015)

Coordinator: Digital, JR Research

Customers of shop floors, such as in food trade, often feel distracted by products that do not match to their needs, and require support in orientation. The key objective of **CORINA** is to develop a user-friendly assistant service in terms of a wearable cognitive system that is capable not only to react on request but to recommend and assist, to interact with the customer appropriately, in the context of task, space and time, i.e., in accordance with the requirements of human cognition and behaviour.

GEFAS STEIERMARK: Usability check

GEFAS STEIERMARK: Verankerung der Aktivitäten und Resultate der partizipativen Meinungsbildung in den regionalen Organen der Stakeholder Organisationen, BürgerInnen und sozialen Gruppen, um operative Schritte zur Aktivierung positiver Lösungsansätze zu realisieren.



DiscOver 55**Tourist Destinations Crossover (COSME - EU, 2- Einreichung Juni 2015****Coordinator: Timesis srl – Montepisano Destination Management Company (DMC), Italy**

DiscOver 55 addresses the COS-WP2014-3-15 operational objectives n.1 “increasing tourism flows in the low season”, n. 2 “diversifying the EU tourism offer and products”, n.3 “enhance tourism quality, sustainability, accessibility, skills, information and innovation”, in addition to the horizontal objective of contributing to the consolidation of the EU identity and of promoting seniors wellbeing and quality of life.

Wurde im Herbst 2015 genehmigt.

GEFAS STEIERMARK, Gabriele Grandl Spirit of Regions-Touren, Pilot test preparation and performance, Evaluation of the pilot test results and lessons gathering

**Pilotprojekt
„Genussschule“**

GEFAS STEIERMARK in Kooperation mit FHJ Diätologie/Health Perception Lab (Bianca Neuhold, Wolfgang Gunzer, Marie Petersiel) und JOANNEUM RESEARCH Digital (Lucas Paletta, Ferdinand Fuhrmann, Franz Graf), Unterstützung Krista Danzinger, Psychotherapeutin – Aufbau und Umsetzungstests einer Genussschule für Ältere durch Sinneswahrnehmungen und Verbreitung –

Einreichung Herbst FGÖ 2015

AAL Call 2015, Einreichung Mai 2015

You Safety

Safety for you in your home – you choose how and when

Lead coordinator: Inger Marie Bakken, Trondelag Research & Development.

The overall idea is to provide older people with a basic solution for safety at home based on an open service platform with the possibility to connect devices from different producers consistent with the user’s individual and changing wants and desires.





6 Lokale, Nationale und EU-Projekte

6.1 EU-Projekt „Ältere bauen mit jüngeren Brücken für Europa“

Dieses Projekt soll einerseits die Möglichkeit für alle Beteiligten bieten, generationsübergreifend Bildungsressourcen wie zeitgeschichtliche Erfahrungen im Beruf und Leben, Sprachkenntnisse, IT-Kompetenzen und spezifisches Fachwissen auszutauschen und andererseits zu einer besseren Vernetzung und Nutzung der Synergien örtlicher und weiträumiger Bildungsangebote führen. Beiträge zur übergreifenden Grundbildung und zum Erwerb von Querschnittskompetenzen, insbesondere zur Bewältigung von Alltagsproblemen sowie anwendungsorientiertes und praxisrelevantes Wissen und die Erarbeitung unterschiedlicher Lösungsstrategien sind sowohl bei jüngeren als auch bei älteren Erwachsenen erforderlich und von großem Interesse.

Die in der GEFAS STEIERMARK für den Dialog der Generationen entwickelte Methode - die Generationengespräche - wird neu modelliert, für das gemeinsame Lernen der Generationen von- und miteinander und für neue Zielgruppen aufbereitet und in Fallstudien getestet. Als Beitrag und Brücke für ein gemeinsames Europa werden Themen der sozialen Sicherheit und des täglichen Lebens (Bildungsbiographien, Integrationsgeschichten, Kompetenzorientierung für ÖsterreicherInnen mit und ohne Migrationshintergrund in Schulen), Wissenswelten von Alt und Jung (Erfahrungswissen & Bildungsstandards), auch für eine vielfältige und regenerierbare Landwirtschaft (Saatgut, Anbautechniken heute und morgen, etc.) aufgegriffen und 'bildungsferne' Menschengruppen angesprochen. Die Generationengespräche werden in Kooperation mit verschiedenen Stakeholderorganisationen, insbesondere Bildungsorganisationen, zu den jeweiligen Themen und den Zielgruppen geführt. Alle Erfahrungen werden gesammelt und in Curricula für eine Verbreitung aufbereitet.

KoordinatorInnentreffen in Liberec (Tschechien) – 12.3. bis 14.3.

Im Rahmen des EU-Projekts „Ältere bauen mit Jüngeren Brücken für Europa“, an dem das Seniorenkolleg der TU Chemnitz, die U3L (Universität des dritten Lebensalters) der TU Liberec, ZDUS (Slowenischer Verband der Rentnerorganisationen) und GEFAS STEIERMARK beteiligt sind, fand am 13./14. März 2015 das erste KoordinatorInnentreffen an der TU in Liberec statt. Dabei wurden zum persönlichen Kennenlernen zunächst die jeweiligen Partnerorganisationen mit ihren Arbeitsschwerpunkten präsentiert, dann die gemeinsamen Arbeitsinhalte des Projekts diskutiert und erste Schritte für Aktivitäten festgelegt. Für GEFAS STEIERMARK nahmen daran Andrea Grabher und Uli Taberhofer teil.

Transnationales Treffen im Savinja Tal (Slowenien) - 04.06. bis 07.06.

9 TeilnehmerInnen aus der Arbeitsgruppe von GEFAS STEIERMARK trafen sich in Ljubno mit den SeniorInnen aus Slowenien, Deutschland und Tschechien im Rahmen des ersten transnationalen Treffens des EU-Projekts „Ältere und Jüngere bauen Brücken für Europa“. Im Mittelpunkt standen das Kennenlernen, der Austausch der TeilnehmerInnen untereinander und die inhaltliche Vertiefung der gemeinsamen



Projektvorhaben. Darüber hinaus blieb auch etwas Zeit, die Gastfreundschaft unserer slowenischen PartnerInnen zu genießen und einige Eindrücke von den Sehenswürdigkeiten und der schönen Landschaft zu sammeln.



KoordinatorInnentreffen in Graz – 15.10. bis 16.10.

Von 15. bis 16.10.2015 fand ein Koordinationstreffen in Graz statt. Dabei wurde über die bisherigen Erfolge berichtet. VertreterInnen des Seniorenkollegs der Stadt Chemnitz haben schon interessante Inputs geliefert. Sie haben sich u.a. im besondern mit Industriedenkmalern in ihrer Stadt auseinandergesetzt. Auch die U3L aus Liberec hat schon einige spannende Workshops veranstaltet, wie etwa den „Welcome Day“ für Erasmus Studierende mit traditioneller tschechischer Küche. ZDUS beschäftigte sich vor allem mit der Bekanntmachung des Projektes in einzelnen slowenischen Regionen. GEFAS STEIERMARK berichtete über die geplanten Generationengespräche, die an der Neuen Mittelschule Fröbel umgesetzt werden sollen, und über den aktuellen Stand der ZeitzeugInnenberichte zum Schwerpunktthema „Bildungs- und Erfahrungswissen.“

Gemeinsam wurden die nächsten Arbeitsschritte im Projekt ausgetauscht, aufeinander abgestimmt und die nächsten Termine vereinbart.

Trotz der intensiven Arbeit blieb noch Zeit für einen Stadtrundgang durch Graz.

Projektpartner:

TU-Chemnitz Seniorenkolleg, Deutschland
TU Liberec, Tschechien
ZDUS, Slowenien
GEFAS STEIERMARK, Österreich

Kontakt:

Mag.^a Ulrike
Taberhofer, DIⁱⁿ
Andrea Grabher, ,
Anna Taberhofer

Dauer:

2014-2017

Proj.nummer:

2014-1-DEO2-KA-
204-001385

Finanzierung:

ERASMUS+
Strategische
Partnerschaften



6.2 Regionalprojekt „Altersarmut entgegenwirken – für ein Altern in Sicherheit!“ im Rahmen der Plattform gegen die Gewalt in der Familie 2015



Fachtagung von GEFAS STEIERMARK in Kooperation mit der Antidiskriminierungsstelle Steiermark: „Altersarmut entgegenwirken – für ein Altern in Sicherheit!“ am 26. November 2015 im Rathaus Graz (Media Center)

Die demografischen Veränderungen in unserer Gesellschaft sind aktuell immer wieder Anlass zu Diskussionen auf gesellschaftspolitischer und persönlicher Ebene in verschiedenen Bereichen. Auf der einen Seite werden zwar in letzter Zeit verstärkt die Potenziale und Kompetenzen älterer Menschen aufgegriffen, aber auf der anderen Seite bestimmen vor allem Ängste und Sorgen die öffentliche Auseinandersetzung. Im Mittelpunkt steht dabei vor allem auch das Thema „Altersarmut“. Ob Arbeiten für einen niedrigen Lohn, Unterbrechungen in der Erwerbsbiographie oder Krankheit, die Ursachen, im Alter nicht über eine ausreichende Pension zu verfügen, sind vielfältig. In diesem Zusammenhang sind vor allem auch geschlechtsspezifische Unterschiede deutlich erkennbar und laut einer von der Allianz durchgeführten Studie zur Altersarmut sind derzeit „österreichische Frauen dreimal öfter betroffen als Männer“. Das Risiko, dass das Problem „Altersarmut“ in den nächsten Jahren stark ansteigen wird, ist sehr groß. Bereits jetzt zeichnet sich ab, dass die Belastungen für ältere Menschen für die Bereiche Gesundheit, Pflege, Wohnung oder Mobilität in den letzten Jahren gewachsen sind. Immer mehr Menschen geraten in Lebenssituationen, die von Armut, Isolation und Hoffnungslosigkeit gekennzeichnet sind. Wer im Alter von Armut betroffen ist, hat kaum Chancen aus dieser Situation wieder heraus zu kommen und das stellt insbesondere auch eine Gefahr für das soziale Miteinander, gemeinsame Aktivitäten und gesellschaftliche Teilhabe dar. Die sind jedoch in allen Lebensphasen eine notwendige Voraussetzung für eine gesunde und zufriedenstellende Entwicklung jedes/jeder Einzelnen und vor allem auch für ein Altern in Sicherheit. Um der Entwicklung einer steigenden „Altersarmut“ und der damit verbundenen Gefahr einer sozialen Ausgrenzung auf gesellschaftlicher Ebene wirkungsvoll entgegen treten zu können, bedarf es somit vielfältiger Maßnahmen und Handlungsstrategien.

Vorrangiges Ziel der geplanten Fachtagung zum Thema „Altersarmut entgegenwirken – für ein Altern in Sicherheit!“ ist somit, über die Ursachenforschung hinausgehend, dieses sensible Thema aus verschiedenen inhaltlichen Perspektiven aufzugreifen, Ideen für die Arbeit mit und für ältere Menschen zu entwickeln und bezogen auf die



Zielgruppe (ältere Menschen, Frauen und Männer, Menschen mit physischen und psychischen Beeinträchtigungen usw.) zu vertiefen, mit dem Ziel, herauszufinden, welche Maßnahmen und Handlungsempfehlungen sich daraus ableiten lassen, damit Altersarmut vermieden bzw. zurückgedrängt werden kann.

Im Rahmen der Fachtagung standen somit folgende Fragestellungen im Mittelpunkt:

Welche objektiven Faktoren und Ursachen von „Altersarmut“ lassen sich benennen und welche Auswirkungen hat sie auf die Betroffenen?

Welche Erscheinungsformen von Altersarmut zeigen sich in unserer Gesellschaft?

Welche Maßnahmen sollen auf gesellschaftspolitischer und auf individueller Ebene gesetzt werden, um den Ursachen von „Altersarmut“ wirkungsvoll entgegenwirken zu können?

Zusammenfassung der bei der Fachtagung empfohlenen **Handlungsstrategien der ExpertInnen:**

Mag. Thomas Karasek, Leben in Würde statt Altersarmut, unter „Fazit und Ausblick“:

- Es gibt Alternativen zur Leistungskürzung durch den Staat
- Sicherung der Pensionen auf einem menschenwürdigen Niveau
- Pensionssystem ist politische Entscheidung
- Alterssicherung darf keine Frage der Fürsorge sein

Ao. Univ.-Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Margareta Kreimer, Altersarmut von Frauen in Österreich, unter „Maßnahmen gegen Altersarmut von Frauen“, innerhalb des Pensionssystems:

- Minimumsstandard bei Pensionshöhe – Ausgleichszulage: wirkt armutsenkend, aber nicht armutsvermeidend, weil
Ausgleichszulage liegt unter der Armutsgrenze
Frauen müssen über eigenen Pensionsanspruch verfügen
Ausgleichszulage vom Haushaltseinkommen abhängig
Einführung einer Mindestpension über der Armutsgrenze mit individuellem Anspruch
- Kindererziehungszeiten: Höherbewertung, Ersatzleistungen für familienbedingte Teilzeitphasen

im Erwerbssystem:

- Kinderbetreuungseinrichtungen zur Unterstützung der Erwerbstätigkeit von Müttern, insbesondere Alleinerzieherinnen
Höhere Minimumlöhne in frauendominierten Bereichen, „lange“ Teilzeit (um 30h), Förderung der Weiterbildung und Höherqualifizierung von Frauen, Rückkehrmöglichkeiten auf Vollzeitjobs, Abbau des Gender Pay Gap
- Unterstützung einer symmetrischen Arbeitsteilung im Haushalt „Halbe-Halbe“



unter „Armutsmessung – Kritik“:

- Armut hat ökonomische und soziale Aspekte:
- Die ökonomische Armutsmessung fokussiert auf materielle Ressourcen und Bedürfnisse Armut als Situation, in der Grundbedürfnisse im Sinne eines materiellen Minimalstandards nicht erfüllt werden können
- Aber: Möglichkeiten wie auch Potenzial, der Armut durch ein höheres Einkommen zu entgegen, sind im Alter massiv eingeschränkt
- Im Alter zusätzliche Faktoren relevant: Zugang zu Pflege und Betreuung; Gebrechlichkeit; Kommunikationsmöglichkeiten, soziale Kontakte, ...
- Armut als Funktion der reduzierten Möglichkeiten („capability“) auf ein menschenwürdiges Altern
- Soziale Aspekte von Armut schließen den Zugang u.a. zu Informationen, Bildung, Gesundheitsleistungen, politischer Teilhabe mit ein.
- Ausweitung der Armutsdefinition und –messung auf „soziale Armut“, multidimensionale Armutskonzeptionen



ExpertInnen der Fachtagung

Von links nach rechts: Ao. Univ.-Prof.ⁱⁿ Magareta Kreimer, GEFAS-Mitarbeiterin Mag.^a Uli Taberhofer, DSAⁱⁿ Sandra Buchgraber, MA, DSAⁱⁿ Beatrix Anlanger, Mag. Thomas Karasek





Mag. Thomas Karasek
Volkswirt



DSAⁱⁿ Beatrix Anlanger
Sozialarbeiterin der Stadt Graz



DSAⁱⁿ Sandra Buchgraber
Sozialarbeiterin der Stadt Graz



Ao.Univ.-Prof.ⁱⁿ Margareta Kreimer
Institut für Volkswirtschaftslehre,
Universität Graz

Projektpartner:
Antidiskriminierungsstelle Steiermark

Kontakt: Mag.^a Uli Taberhofer
Dauer: 2015
Proj.nummer: 420500/0007
Finanzierung: bmfj



6.3 „Kommunikationstraining im DaF/DaZ-Bereich für MigrantInnen“



Kursteilnehmerinnen – Abschluss im Augarten

Im Rahmen dieses Projektes wurde ein Kommunikationstraining für interessierte MigrantInnen angeboten, deren Kinder im Vorschulalter parallel dazu über den Verein „Deutsch und mehr“ spielerisch Deutsch lernen. Die Inhalte und Methoden für die Erwachsenen orientierten sich an den Kenntnissen und Bedürfnissen der TeilnehmerInnen. Ziel war dabei vor allem die gemeinsame Erarbeitung von sprachlichen Fertigkeiten anhand verschiedener alltagsrelevanter Themen und der Erwerb von kulturellen Kompetenzen, die für die Beteiligten hilfreich zur Bewältigung ihrer Lebenssituation sein sollten. Die Bandbreite der Inhalte reichte von der Beschäftigung mit den Bereichen Familie/Herkunft über Körper/Gesundheit, Ausbildung/Bildung oder Essen/Einkaufen bis hin zur Orientierung in der Stadt. Wesentlicher Bestandteil war somit auch die Durchführung von Exkursionen, um das nahe Umfeld besser kennen lernen und jeweilige Themenschwerpunkte in der realen Kommunikationssituation umsetzen zu können. In diesem Zusammenhang wurden verschiedene Einrichtungen innerhalb der Stadt - wie z.B. die Steiermärkische Gebietskrankenkasse oder die Stadtbibliothek Zanklhof zur praktischen Erprobung aufgesucht. Ziel des gemeinsamen Lernprozesses in Rahmen dieses Kommunikationstrainings war es, über unterschiedliche Methoden, Sozialformen und Lerntechniken einen Beitrag zur Erweiterung der individuellen Kenntnisse, Fertigkeiten und personalen Kompetenzen der/des jeweiligen Teilnehmerin/Teilnehmers zu leisten. Wichtig war dabei vor allem auch, eine angenehme Arbeitsatmosphäre innerhalb der Gruppe herzustellen, wobei einerseits dafür der Respekt im Umgang



miteinander grundlegend war und andererseits auch der Humor nicht zu kurz kommen sollte. Insgesamt ist dieses Angebot als wichtige Maßnahme zur Stärkung der MigrantInnen zu sehen und soll zur Verbesserung der Partizipations- und Integrationschancen beitragen.

Projektpartner:

Kontakt:

Mag.^a Uli Taberhofer

Dauer:

Jänner 2015 –

Dezember 2015

Proj.nummer:

ABI-007481/2015-0001

Finanzierung:

Integrationsreferat der
Stadt Graz





7 Veranstaltungen

7.1 GENIAL- GENuss Im Alter- Veranstaltungsreihe



Der Mensch besitzt fünf Sinne: Sehen, Riechen, Hören, Tasten, Schmecken, und diese setzt sie/er in verschiedenen Lebensphasen und Lebensbereichen unterschiedlich stark und der persönlichen Verfassung angepasst für ihre/seine Wahrnehmungen ein.

"Genuss" und "angenehmes Erleben" sind wesentliche Faktoren für die Lebensqualität jeder Altersgruppe, wobei über ein gezieltes Training die Konzentration und die Aufmerksamkeit auf das Erforschen der einzelnen Sinne gelenkt werden soll. "Genuss" ist gleichzusetzen mit positiven Emotionen. Das bedeutet Freude, Lachen, Wohlfühlen, Glücksmomente und Entspannung. Ein Genussstraining und in Folge bewusster Genuss im Alltag tragen somit dazu bei, Lebensqualität und -zufriedenheit zu steigern. Bei älteren Menschen, die teilweise auch von Krankheiten oder Funktionseinschränkungen betroffen sind, wie z.B. Gelenks- und Wirbelsäulenerkrankungen, Hörverminderung oder Diabetes, kann sich diese Herangehensweise auch förderlich auf die Gesundheitserhaltung auswirken. Denn in einer Zeit, wo Herausforderungen, Alltagsstress und gesundheitliche Beeinträchtigungen einen hohen Stellenwert - auch im Leben der Seniorinnen und Senioren - haben, gilt es lustvoll mit vielfältigen Mitteln das Gesundheitswissen zu fördern und den belastenden Faktoren entgegenzuwirken.

Im Rahmen der kontinuierlichen Veranstaltungsreihe werden die unterschiedlichsten Schwerpunktthemen wie z.B. Gedächtnistraining, Genuss im Alter, Gesundheit und Sexualität im Alter oder Kreativität im Alter umgesetzt. Dabei haben Mitglieder und Interessierte die Möglichkeit, sich entweder in den Räumlichkeiten der GEFAS STEIERMARK oder an entsprechenden Stellen mit Experten und Expertinnen auszutauschen. In lustvoller Form soll dabei das Wohlbefinden und die Gesundheit verbessert werden. 2015 wurde der Schwerpunkt auf die Bereiche „Genuss“ und „Sensorik“ gelegt.



Die folgenden Beiträge und Vortragenden zeigen auch das Engagement einiger Mitglieder für dieses Thema.

03. Februar 2015: „Nicht Symptome behandeln, Ursachen bewältigen“ mit Maximilian Loidl

03. März 2015: „Jünger jeden Tag?! – Wie ein gesunder Lebensstil das Leben verlängern kann...“ mit Dr. Walter Prager, Büro von GEFAS STEIERMARK

24. März 2015: „Geschmack“ – Ansprechpersonen BSc MSc Bianca Neuhold, BSc Wolfgang Gunzer im Health Perception Lab, FH JOANNEUM

04. April 2015: „Sehen“ – Ansprechperson DI. Dr. Lucas Paletta, im Human Factors Labor - JOANNEUM Research Digital

04. Mai 2015: „Genuss“ – mit Krista Danzinger

12. Mai 2015: „Hören – Ton“ – Ansprechperson DI. Dr. Lucas Paletta im Hörlabor, JOANNEUM Research Digital

28. August 2015: „Fühlen und Tasten“ – mit Mag.^a Ulrike Taberhofer

Ort: Büro von GEFAS STEIERMARK, Kaiserfeldgasse 17/P, 8010 Graz

Geplante Kooperationen:	Kontakt:	Mag. ^a Ulrike Taberhofer
Lokale und nationale Netzwerkpartner	Dauer:	2015
	Finanzierung	Sozialamt der Stadt Graz



7.2 Wirbelsäulengymnastik und Osteoporose Vorbeugeturnen



Als wichtige Präventionsarbeit für die bereits zur Volkskrankheit gewordene Osteoporose wird Wirbelsäulenfunktionsgymnastik als „Osteoporose-Vorbeugeturnen“ an verschiedenen Standorten in Graz durchgeführt.

Unter der Leitung ausgebildeter Wirbelsäulentrainerinnen nahmen im Jahr 2015 zahlreiche Personen an diesem Bewegungstraining teil, davon waren der größere Anteil Frauen. Richtige und lustvolle körperliche Aktivität ist eine der wesentlichen Säulen einer zielführenden Osteoporosevorsorge. wirbelschonende Kräftigungs-, Mobilisations- und Dehnungsübungen sowie richtiges Atmen und sich Entspannen sind Inhalt dieser Stunden.

Für Interessierte:

Der Einstieg ist jederzeit möglich.

Die Anmeldung erfolgt direkt bei den Kursleiterinnen.

Anita Heinz (0664/4611590) und Christa Wascher (0664/4287828)

Die aktuellen Informationen entnehmen Sie aus dem Veranstaltungskalender auf unserer Homepage

Kontakt:	Anita Heinz Christa Wascher
Dauer:	10 Einheiten/Trimester
Kursbeitrag:	€ 54,00 f. Mitglieder



7.3 Weihnachtsbrunch



GEFAS STEIERMARK lädt am 14.12. Mitglieder und Interessierte zum alljährlichen Weihnachtsbrunch ein.





