



## Seminarprogramm 2023

### Termine und Inhalte der Seminarreihen

- Fit für die Aufgaben der Seniorenvertretung
- Bürgerschaftliches Engagement von und für Seniorinnen und Senioren

Stand Juli 2023

Die Seniorenakademie Bayern wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Familie, Arbeit und Soziales finanziert.



Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales

# Seniorenakademie Bayern



## Seminarreihe: „Fit für die Aufgaben der Seniorenvertretung“

Das Seminar bietet einen Überblick über das nötige Grundwissen der Aufgaben und Tätigkeiten einer Seniorenvertretung und informiert über wichtige Themenfelder, die für Seniorenvertretungen relevant sein können: angefangen bei der Gründung bis zu den Aufgaben und Zielen. Es beinhaltet zudem eine Einführung in die lokale Öffentlichkeitsarbeit und vermittelt Strategien zur Planung und Umsetzung von Projekten, einschließlich der Entwicklung von Gesprächsstrategien.

Mit dem Seminar wollen wir sowohl erfahrene als auch neue Seniorenvertretungen ansprechen und Zeit zum Austausch und Fragestellungen sowie zur Vernetzung bieten. Erfahrene Seniorenvertretungen bringen oft wertvolles Wissen mit und können dieses Wissen an neue Vertretungen weitergeben. Neue Vertretungen können wiederum frische Ideen und neue Perspektiven in die Arbeit einbringen. Durch dieses Zusammenspiel können erfahrene und neue Seniorenvertretungen gemeinsam die Interessen und Bedürfnisse älterer Menschen vertreten und eine starke Stimme in die Gesellschaft einbringen.

In Gruppenarbeiten und Diskussionen können wichtige Handlungskompetenzen ausgebaut und vertieft werden. Der Austausch miteinander bringt Impulse für die eigene Arbeit, regionale Schwerpunktsetzungen werden herausgearbeitet und Netzwerkkontakte geknüpft.

Je nach den Bedarfen der Anwesenden werden folgende Themenbereiche im Seminar behandelt:

- Basiswissen / Zahlen
- Wichtige Begriffe und Definitionen
- Finanzierung / Versicherung
- Zusammenarbeit mit Gemeinderat / Bürgermeister
- Seniorenpolitische Gesamtkonzepte
- Aufgaben der Seniorenvertretung
- Leitlinien der bayerischen Seniorenpolitik
- Sicheres Auftreten
- Realisierung von Vorhaben
- Netzwerk- und Öffentlichkeitsarbeit

## Seniorenakademie Bayern



**Seminar: „Fit für die Aufgaben der Seniorenvertretung“**

### **Termine:**

22.07.2023, 10:15 – 16:30 Uhr, Turn- u. Festhalle, Sportplatz 9, 87787 Wolfertschwenden

12.09.2023, 10:00 – 15:30 Uhr, Landratsamt, Schwabenstr. 11, 87616 Marktobendorf

20.09.2023, 10:00 – 15:30 Uhr, Café Mitte, Am Stockerhutpark 1, 92637 Weiden

26.09.2023, 10:00 – 15:30 Uhr, gfi gGmbH, Rottendorfer Str. 81 C, 97074 Würzburg

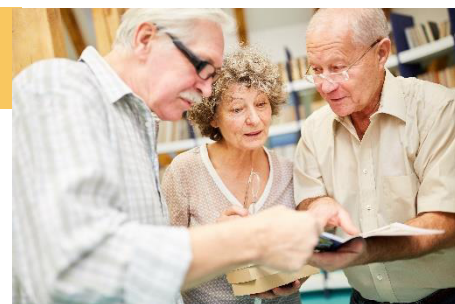
13.10.2023, 10:00 – 15:30 Uhr, Landratsamt, Stainhartstr. 7, 82362 Weilheim

20.10.2023, 10:00 – 15:30 Uhr, gfi gGmbH, Eduard-Bayerlein-Straße 3, 95445 Bayreuth

### **Unsere Referenten und Referentinnen**

Sie arbeiten teilweise langjährig in der Erwachsenenbildung und im sozialen Bereich und bringen vielfältiges Wissen aus den Bereichen Pädagogik, Recht, Seniorenarbeit und Psychologie in die Seminare mit ein.

## Seniorenakademie Bayern



### Termine

#### Seminarreihe: „Bürgerschaftliches Engagement von und für Seniorinnen und Senioren“

Jedes Seminar legt einen Themenschwerpunkt, der mit Hintergrundwissen, Praxisbeispielen, Trainingseinheiten und Erfahrungsaustausch der Teilnehmenden vertieft wird.

Die Termine bieten einen Überblick über den jeweiligen Themenschwerpunkt und dessen Relevanz im Zusammenhang mit dem bürgerschaftlichen Engagement für Seniorinnen und Senioren. Die Seminarreihe vermittelt wichtige grundlegende Informationen. In Gruppenarbeiten und Diskussionen werden diese vertieft und weiter ausgearbeitet. Es können so neue Anregungen für die eigene Arbeit gesammelt werden.

**Termine** dieser Seminarreihe sind:

26.07.2023, 10:00 – 15:30 Uhr, gfi gGmbH, Lichtenhaidestraße 15, 96052 Bamberg  
Thema: Resilienz und Selbstfürsorge im Ehrenamt

19.09.2023, 10:00 – 14:00 Uhr, Straubing, genauer Ort wird noch bekannt gegeben  
Thema: Kommunikation und Konfliktmanagement im Ehrenamt

26.09.2023, 10:00 – 14:00 Uhr, gfi gGmbH, Gießereistr. 43, 83022 Rosenheim  
Thema: Öffentlichkeits- und Netzwerkarbeit

10.10.2023, 10:00 – 15:30 Uhr, gfi gGmbH, Jägerndorfer Straße 1, 87700 Memmingen  
Thema: Resilienz und Selbstfürsorge im Ehrenamt

27.10.2023, 10:00 – 15:30 Uhr, gfi gGmbH, Schillerstr. 2, 84034 Landshut  
Thema: Basiswissen rund ums Ehrenamt

14.11.2023, 10:00 – 14:00 Uhr, gfi gGmbH, Ulmer Str. 160, 86156 Augsburg  
Thema: Kommunikation und Umgang mit demenziell erkrankten Menschen

21.11.2023, 9:00 – 14:30 Uhr, ACC Amberg, Schießstätteweg 8, 92224 Amberg  
Thema: Alles rund ums Ehrenamt, Ehrenamtliche finden, qualifizieren und binden

28.11.2023, 10:00 – 14:00 Uhr, gfi gGmbH, Ridlerstraße 73, 80339 München  
Thema: Wohnen im Alter, Quartiersmanagement und Ehrenamt

# Seniorenakademie Bayern



## Digitale Seminare in der Reihe „Bürgerschaftliches Engagement von und für Seniorinnen und Senioren“

Die digitalen Seminare behandeln in komprimierter Form folgende **Themen** und dienen dem Erfahrungsaustausch der Teilnehmenden.

**Inhalte** sind:

- **Vermittlung von Wissen rund ums Ehrenamt**  
Definition des Ehrenamts, Abgrenzung zum Hauptamt, Rechtsgrundlagen, Versicherungsschutz, finanzielle Aspekte etc.
- **Öffentlichkeitsarbeit, Netzwerkarbeit**  
Welche Zielgruppen sollen angesprochen werden, welche verschiedenen Medienplattformen gibt es, Planung und Durchführung von Veranstaltungen etc.
- **Ehrenamtliche gewinnen, qualifizieren und binden**  
Wie und Wo finde ich ehrenamtlich Interessierte, wie kann ich sie motivieren und binden, Tipps und Best Practice Beispiele für die effektive Zusammenarbeit mit Freiwilligen in der Arbeit mit Seniorinnen und Senioren
- **Resilienz und Selbstfürsorge im Ehrenamt**  
Stressmanagement, Entwicklung von Strategien zur Vermeidung von Überlastung, Krisenbewältigung, Aufbau und Pflege von sozialen Netzwerken, um Unterstützung zu erhalten
- **Kommunikation, sicheres Auftreten und Konfliktmanagement im Ehrenamt**  
Verbesserung der Kommunikationsfähigkeiten im Ehrenamt, um Konflikte und Missverständnisse zu vermeiden. Stärkung der Fähigkeit, klar und respektvoll zu kommunizieren, Feedback zu geben und Empathie zu zeigen, Tipps zum sicheren Auftreten
- **Wohnen im Alter**  
Welche Wohnformen gibt es? Wie können ehrenamtlich tätige Menschen den Senioren helfen, barrierefreie Wohnungen zu finden?
- **Umgang mit demenziell oder psychisch erkrankten Menschen im Ehrenamt**  
Grundlagen der Demenz, Überblick über häufig auftretende psychische Erkrankungen, Kommunikation mit erkrankten Menschen, Umgang mit Verhaltensänderungen, Aktivitäten für Erkrankte, welche Ressourcen und Unterstützung gibt es für Pflegende

# Seniorenakademie Bayern



## Termine

### „Digitale Workshops zu Fachthemen und besonderen Fragestellungen“

06.07.2023, 18:00 – 19:30 Uhr, MS-Teams, Thema: Kommunikation  
Grundlagen, Kommunikation im Ehrenamt

13.07.2023, 18:00 – 19:30 Uhr, MS-Teams, Thema: Resilienz  
Resilienz und Selbstfürsorge im Ehrenamt

27.09.2023, 18:00 – 19:30 Uhr, MS-Teams, Thema: Ehrenamt  
Ehrenamtliche gewinnen, qualifizieren und binden

11.10.2023, 18:00 – 19:30 Uhr, MS-Teams, Thema: Resilienz  
Resilienz und Selbstfürsorge im Ehrenamt

09.11.2023, 15:00 – 16:30 Uhr, MS-Teams, Thema: Umgang mit demenziellen und psychischen Einschränkungen von Seniorinnen und Senioren innerhalb des Ehrenamts

23.11.2023, 15:00 – 16:30 Uhr, MS-Teams, Thema: Wohnen im Alter

07.12.2023, 15:00 – 16:30 Uhr, MS-Teams, Thema: Umgang mit demenziellen und psychischen Einschränkungen von Seniorinnen und Senioren innerhalb des Ehrenamts