

Protokoll Ideenschmiede „Seniorenbildung“, 03. April 2025, online-Meeting (ZOOM)

Beginn: 19:00 Uhr

Moderatorin Claudia Umschaden begrüßt die Teilnehmer:innen und lädt zu einer kurzen Vorstellungsrunde ein. Sie berichtet, was die Teilnehmer:innen heute erwartet und übergibt das Wort an die zuständige Fachreferentin für Seniorenbildung, Beatrix Auer.

In ihrem Eröffnungsstatement plädiert Auer dafür, sich präventiv mit dem Altern - nach dem Motto: man kann nicht früh genug damit anfangen(!) - auseinanderzusetzen. Sie weist darauf hin, dass es vor allem darum gehe, gut alt zu werden bzw. die Angst vor dem Altern zu nehmen.

Im Rahmen des Katholischen Bildungswerks (KBW) betreut sie die bestens eingeführte Marke „LIMA“. In erster Linie ist sie aber für die Ausbildung der LIMA-Trainer:innen zuständig. Lima basiert auf vier Grundpfeilern: Gedächtnistraining, Bewegungsübungen, Lebens- und Alltagsfragen sowie Sinn- und Glaubensfragen, womit ein ganzheitlicher Ansatz zum Ausdruck kommt. Es geht sowohl um eine horizontale als auch vertikale Erweiterung dessen, was Seniorenbildung ist (siehe PPT).

Gedächtnistraining: Erfolg versprechend ist, etwas Neues zu machen, die Synapsen anzuregen. Bei den regelmäßigen LIMA-Treffen bekommen die Teilnehmer:innen ein Wort-Rätsel mit nach Hause. Auer lässt die Teilnehmer:innen des ZOOM-Meetings mehrere Wort-Rätsel (Buchstabensalat u. a) lösen.

Bewegungstraining: Gewisse Bewegungsabläufe werden spielerisch geübt, so dass sowohl Körper als auch Geist gefordert werden. Die Teilnehmer:innen werden wieder eingeladen die Probe aufs Exempel zu machen: Die Lage (vorne, hinten, links, rechts) von vier europäischen Hauptstädten sollte man sich einprägen und bei Nennung einer Hauptstadt deren Lage mit den Füßen anzeigen.

Lebens- und Alltagsfragen werden anhand praktischer Aufgaben zu lösen versucht, etwa wie komme ich z.B. am Bahnhof zu einer Fahrkarte. Wo gibt es einen Fahrkarten-Automaten? Komme ich über eine App zu einer Fahrkarte? Finde ich mich mit der App zurecht? Die Sinn- und Glaubensfragen werden mit dem Symbol der Weiche(n) verdeutlicht. Wie sind die Weichen meines Lebens gestellt? Was heißt das für mein Leben?

Auers Hauptaufgabe im KBW ist die Ausbildung der LIMA-Trainer:innen. Der nächste LIMA-Lehrgang startet am 3. Oktober 2025 und umfasst 6 Module (Fr. und Sa.). Kosten: € 940,- Mit den bewegten „Kopfnüssen“ bewirbt Auer ein Online-Tool. An den „Kopfnüssen“ kann man mittels des untenstehenden Links teilnehmen:

<https://us02web.zoom.us/j/84249003188?pwd=R2c5YlpSYkdJdFU1UHY1V3N0NndpUT09>
Meeting-ID: 842 4900 3188, Kenncode: 696526.

Ebenfalls über ZOOM, so Auer, kann man an einer „Teatime“ am 09. April 2025, 16:00 bis 17:00 Uhr, zum Thema „Demenz erfordert spezielle Kommunikation“ teilnehmen:

<https://us02web.zoom.us/j/86103809193?pwd=MFUveXY4MHB2T3AzWE5IZ2FGR1o1QT09>

Josef Redl berichtet, dass bei der „Ideenschmieden“ Politik zeit- und regionalgeschichtliche Themen sowie Biographiearbeit zur Förderung eingereicht wurden, wobei das Format „Erzähl-Cafe“ explizit hervorgehoben wurde. Es geht darum, den wertvollen

Erfahrungsschatz älterer Generationen für die junge Generation nutzbar zu machen. Als Glück stellt sich heraus, dass eine Teilnehmerin einen Lehrgang für biographisches Erzählen absolviert hat und somit über die nötige Expertise verfügt. Da für das Erzähl-Cafés das Interview die Basis bildet, ist es nötig die Moderatoren/Interviewer zu schulen. Auer hat dafür den passenden Link: [Erzähl-Café.indd](#)

Ein Teilnehmer nutzt die „Ideenschmiede“ um nachzufragen, ob und wann das KBW wieder Smartphone-Schulungen anbietet. Redl sagt, dass die Schulungen letztes Jahr wegen der genehmigten Förderung kostenlos weitergegeben werden konnten, heuer hingegen seien sie kostenpflichtig. Die Bildungsakademie Weinviertel habe sie allerdings im Programm gehabt, so Auer. Es wird notiert, dass der Teilnehmer wieder als Smartphone-Referent zur Verfügung stehen würde.

Am Ende dieses ZOOM-Meetings lädt Auer zu einem Gebet der hl. Therese von Avila ein, so dass dieser Abend stimmig einen Ausklang findet.

Ende: 20:30 Uhr

f. d. Protokoll Josef Redl, am 22.04.2025