

SelbA-Basisausbildung Herbst 2024



SelbA - Selbständig und Aktiv ist ein über viele Jahre bewährtes Trainingsprogramm für Menschen ab 55 Jahren. Körper, Geist und Seele im Gleichgewicht zu halten, ist die beste Voraussetzung, um bis ins hohe Alter ein glückliches, erfülltes Leben zu genießen.

Wenn Sie gerne mit älteren Menschen arbeiten und eine sinnvolle, bereichernde ehrenamtliche Tätigkeit suchen, dann ist die SelbA Ausbildung genau das Richtige für Sie.

Wir wenden uns an kommunikative und kreative Persönlichkeiten mit Sinn für Humor.

Termine (Änderungen vorbehalten):

Modul 1	11./12.11.2024	ALTERSBILDER / GERAGOGIK
Modul 2	10./11.12.2024	BEWEGUNG
Modul 3	08.01./14.01./15.01.2025	GEHIRN
Modul 4	12./13.02.2025	KOMPETENZ / ORGANISATION
Modul 5	19./20.03.2025	SELBA EINHEITEN PLANEN
Modul 6	29./30.04.2025	KOMMUNIKATION / VALIDATION
Modul 7	21./22.05.2025	LERNWERKSTATT
Modul 8	Termin wird noch bekanntgegeben	14:00 - 17:00 Uhr Reflexion Ausbildung 17:30 Uhr Zertifikatsverleihung



Einführungsabend (verpflichtend):

Donnerstag, 24.10.2024 von 18:00 bis 20:30 Uhr - Diözesanhaus Linz



Bitte Rückseite beachten

SelbA-Basisausbildung Herbst 2024



Kurszeiten:

1. Tag von 13:00 bis 18:30 Uhr (ausgenommen Modul 6 von 09:00 bis 18:30 Uhr)
 2. Tag von 09:00 bis 17:00 Uhr (Modul 1, 2, 7) bzw. von 09:00 bis 13:00 Uhr (Modul 3, 4, 5, 6)
- Modul 3 am 8.1.2025 findet von 16:00 bis 18:30 Uhr online statt.

Kurskosten: € 1.090,-

Zusätzlich Verpflegung und ggf. Übernachtung

SelbA-Trainer:innen mit gültigem Vertrag, die ehrenamtlich arbeiten und das SelbA-Training nicht im Rahmen ihrer beruflichen Tätigkeit anbieten, können nach Durchführung von 30 Trainingseinheiten eine Refundierung von Kurskosten in Höhe von € 200,00 beantragen.

Ausbildungsort:

Diözesanhaus (Großer Saal - 4. OG), Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz

Barrierefrei, gut mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar - Buslinie 27 hält direkt vor dem Haus (Salesianumweg); kostenlose Parkmöglichkeiten an der PHDL (nebenan) vorhanden.

In der Ausbildung wirken Fachexpert:innen und SelbA Expert:innen zusammen, um die drei Säulen von SelbA - Gehirn, Bewegung und Alltagskompetenzen - zu vermitteln. Sie erwerben die Fähigkeit, Trainingseinheiten zu planen und zu leiten.

Nähere Informationen und Anmeldung:

SelbA - Selbständig & Aktiv - Manuela Thaller

Tel.: (0732) 76 10-32 18; Mail: selba-ausbildung@dioezese-linz.at