

KEB

Katholische  
Erwachsenenbildung  
im Bistum Passau e. V.

# Lebensqualität fürs Alter (LeA)

## Mai – November 2023

(genaue Termine sowie Termine der  
Infoabende siehe unten)

**Gäste- und Tagungshaus "St. Benedikt"**  
**Vilshofen (Schweiklberg)**

Referentinnen | Ulrike Hofstädter-Brauner

Rosmarie Binder, Edith Brunner

Theresia Hofbauer, Regina Roßmadl

Kursleitung | Gerhard Mager

Mitveranstalter | Referat Seniorensorge

Kosten | 450 Euro (gesamter Kurs incl. Material & Verpflegung)

Anmeldung | T 0851 393-4501; F 393-909-4501,

E-Mail | [keb@bistum-passau.de](mailto:keb@bistum-passau.de)

<https://www.keb-bistum-passau.de/anmeldung/?va=29764>

(bis 20.04.2023)

## Ausbildungskurs

Wer sein Gedächtnis, seine Beweglichkeit und seine Fähigkeiten zur Alltagsbewältigung gezielt übt, kann dem Alterungsprozess langfristig entgegenwirken. Mit zeitlich begrenztem Training kann man dauerhaft etwas tun für mehr Selbständigkeit und mehr Lebensqualität im Alter und so Pflegebedürftigkeit vermeiden oder hinauszögern.

**Der Ausbildungslehrgang richtet sich an Personen, die Gruppen mit älteren Menschen leiten wollen** und besteht aus vier zentralen Bereichen: Gedächtnistraining, Bewegung, Bewältigung von Alltagsproblemen und Sinn- und Glaubensfragen.



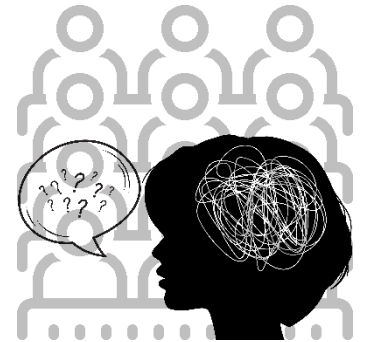


## Zum Kurs:

Wer sein Gedächtnis, seine Beweglichkeit und seine Fähigkeiten zur Alltagsbewältigung gezielt übt, kann dem Alterungsprozess langfristig entgegenwirken. Mit zeitlich begrenztem Training kann man dauerhaft etwas tun für mehr Selbständigkeit und mehr Lebensqualität im Alter und so Pflegebedürftigkeit vermeiden oder hinauszögern.



Der Ausbildungslehrgang richtet sich an Personen, die Gruppen mit älteren Menschen leiten wollen und besteht aus vier zentralen Bereichen: Gedächtnistraining, Bewegung, Bewältigung von Alltagsproblemen und Sinn- und Glaubensfragen.



## Kurstermine, -inhalte und Referent\*innen:

Termin	Inhalt	Referentinnen
Freitag, 26.05.2023, 14.00-21.00 Uhr & Samstag, 27.05.2023, 09.30-16.30 Uhr (incl. Übernachtung)	Gedächtnistraining	Ulrike Hofstädter-Brauner Rosmarie Binder
Freitag, 23.06.2023, 14.00-21.00 Uhr & Samstag, 24.06.2023, 09.30-16.30 Uhr (incl. Übernachtung)	Bewegung Psychomotorik Alltagskompetenz	Ulrike Hofstädter-Brauner Rosmarie Binder
Freitag, 30.06.2023, 14.00-21.00 Uhr	Sinn und Glaube	Theresia Hofbauer, Regina Roßmadl
Freitag, 21.07.2023, 14.00-21.00 Uhr & Samstag, 22.07.2023, 09.30-16.30 Uhr (incl. Übernachtung)	Erarbeitung von Stundenbildern	Ulrike Hofstädter-Brauner Edith Brunner
Samstag, 11.11.2023, 09.30-16.30 Uhr	Abschlussveranstaltung: Präsentationen & Zertifikatsverleihung	

## Zielgruppen:

In der Seniorenarbeit Tätige oder an Seniorenarbeit Interessierte  
Interessierte an der Übernahme einer LeA-Gruppe

## Kostenlose Informationsabende:

Mittwoch, 01.03.2023, 18-19 Uhr Dekanatshaus Altötting (Kapellplatz 8, Altötting)  
Montag, 06.03.2023, 19 Uhr Spectrum Kirche Passau (Schärdinger Str. 6, Passau)  
Donnerstag, 09.03.2023, 18 Uhr KEB-Seminarraum Regensburg (Kirchplatz 18, Regensburg)  
(bitte für diesen Termin anmelden unter [keb.regen@bistum-passau.de](mailto:keb.regen@bistum-passau.de) oder unter 09921/7814)  
Donnerstag, 16.03.2023, 19 Uhr Bücherei Niederalteich (Gundelauerstr. 7, Niederalteich)

