

# Ausbildung zum/zur GruppentrainerIn

## Selbstbestimmt aktiv sein im Alter

salzburger  
bildungswerk

KATHOLISCHES  
BILDUNGSWERK  
Salzburg



## Organisatorische Hinweise

### LEHRGANGSKOSTEN

für 7 Module, exkl. Verpflegung und Nächtigung  
€ 950,- / € 800,- für kirchlich Engagierte /  
€ 650,- für MitarbeiterInnen

### ANMELDUNG

inkl. Lebenslauf und Motivationsschreiben  
Katholisches Bildungswerk Salzburg,  
Tel. 0662 8047-7520, [office@bildungskirche.at](mailto:office@bildungskirche.at)  
[www.bildungskirche.at](http://www.bildungskirche.at)

### SALZBURGER BILDUNGSWERK

Strubergasse 6, 5020 Salzburg  
Tel. 0662 872691, [office@sbw.salzburg.at](mailto:office@sbw.salzburg.at)  
[www.salzburgerbildungswerk.at](http://www.salzburgerbildungswerk.at)

### TREFFPUNKT BILDUNG

F. W.-Raiffeisenstraße 2, 5061 Elsbethen  
Tel. 0662 8047-7520, [office@bildungskirche.at](mailto:office@bildungskirche.at)  
[www.bildungskirche.at](http://www.bildungskirche.at)

*Gemeinsame Ausbildung des Katholischen Bildungswerkes Salzburg und des Salzburger Bildungswerkes, gefördert durch das Land Salzburg. Dieses Bildungsangebot wurde von der wba Weiterbildungsakademie Österreich für den Lehrgang 2024 akkreditiert: [wba.or.at](http://wba.or.at) (eingereicht für 2026).*

LAND  
SALZBURG

wba  
Kompetenz braucht Anerkennung

### Impressum

Katholisches Bildungswerk Salzburg, F. W.-Raiffeisenstraße 2, 5061 Elsbethen, Tel. 0662 8047-7520, [www.bildungskirche.at](http://www.bildungskirche.at); ZVR: 709030756 und Salzburger Bildungswerk, Strubergasse 18/3, 5020 Salzburg, Tel. 0662 872691, [www.salzburgerbildungswerk.at](http://www.salzburgerbildungswerk.at), ZVR: 200288147

Für den Inhalt verantwortlich: Mag. Richarda Mühlthaler, Mag. Christine Sablatnig

Bild: Freepik.com

# Personen & Termine

## REFERENT/INNEN

Eva Figge BEd • Astrid Gaisberger • Herta Gallee  
Bakk. phil. • Mag. Dr. Solveig Haring • Andreas Mayr  
Gerti Moser • Mag. Monika Puck • Stephanie Puck  
MSc • Dr. Martin Pühringer • Christine Schönherr •  
Brigitte Steinacher-Sigl • Mag. Michael Weiß • NN

## LEHRGANGSLEITUNG UND INFORMATION

Mag. Richarda Mülhthaler  
Tel. 0660 1075239, richarda.muehlthaler@sbw.salzburg.at  
Salzburger Bildungswerk

Mag. Christine Sablatnig  
Tel. 0662 8047-7513, christine.sablatnig@bildungskirche.at  
Katholisches Bildungswerk Salzburg

## INFORMATIONSABENDE

18. Sept. 2025 - online *oder*  
9. Okt. 2025 - Treffpunkt Bildung  
jeweils 18.00-19.30 Uhr

Bitte geben Sie bei der Anmeldung bekannt,  
zu welchem Termin Sie teilnehmen werden.

## AUSBILDUNGSBLÖCKE

### Termine

jeweils Fr, 15.00 Uhr bis Sa, 17.00 Uhr

9. / 10. Jänner 2026

6. / 7. Februar 2026

6. / 7. März 2026

10. / 11. April 2026

8. / 9. Mai 2026

29. / 30. Mai 2026

3. / 4. Juli 2026

**Zusätzlich 4 Termine online:** jeweils wochentags,  
18.00-20.00 Uhr (Termine folgen)

### Orte

Bruck an der Glocknerstraße  
Elsbethen  
Stadt Salzburg

# Inhalte

Begleiten Sie ältere Menschen in Gruppen ihre vielfältigen Lebenserfahrungen und Alltagsfähigkeiten aktiv zu erhalten und weiter zu entwickeln! In den Trainingsgruppen bekommen ältere Menschen die Möglichkeit, überraschend neue Erfahrungen zu machen, soziale Kontakte zu pflegen und ihre Teilhabe am gesellschaftlichen Leben zu stärken.

Die drei Grundelemente sind Begegnung und Beziehungsgestaltung / kognitive und psychomotorische Aktivierung / altersaktuelle Lebensthemen.

Mit dieser Ausbildung erhalten Sie inhaltliche, methodische und didaktische Grundlagen sowie das notwendige praktische und theoretische Wissen, um solche Gruppen anzuleiten.

### • Einführung und gerontologische Grundlagen

Altersbilder • Veränderungen im Alter • Lernen  
Älterer • Selbstbestimmung

### • Körperliche Aktivierung und Psychomotorik

Gesundheitsorientiertes Körpertraining • Musik /  
Bewegung / Sprache / Rhythmik

### • Lernprozesse planen, gestalten und leiten

Zielgruppen • Planung / Aufbau / Methoden /  
Durchführung / Reflexion • Begegnungen moderieren •  
Gruppen anleiten

### • Lebensthemen und Lebensereignisse

aktuelle Lebensanfordernisse • biografische  
Zugänge • Sinnfragen / Rituale • rechtliches Wissen

### • Kognitive Aktivierung

physiologische Grundlagen • ganzheitliches  
Gedächtnistraining • Arbeitstechniken • Demenz

### • Digitale Teilhabe

Anwendung • neue Technologien • Möglichkeiten

### • Abschluss

Trainingsmanagement • Projektpräsentationen •  
Zertifikatsverleihung