

# NEWSLETTER: Projekt Altern in Vielfalt

1. Newsletter November 2021: Neues Projekt für ältere Menschen startet!

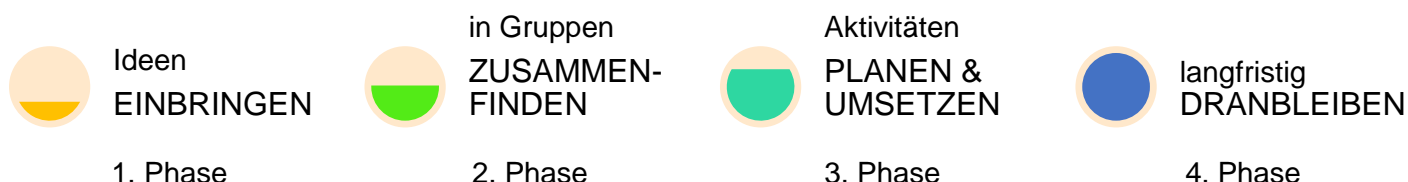
**Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Kooperations- und NetzwerkpartnerInnen,**

Unter dem Titel *Altern in Vielfalt* startet ZEBRA (Interkulturelles Beratungs- und Therapiezentrum) gemeinsam mit der Marktgemeinde Wagna und der Stadtgemeinde Knittelfeld eine Initiative, um die soziale Teilhabe älterer Menschen in den Regionen zu fördern. Gerade in Zeiten der Corona-Pandemie wird deutlich, wie wichtig soziale Kontakte, vor allem für alleinlebende Menschen, sind.

Im Rahmen des Projekts sollen zum einen neue soziale Treffpunkte gestaltet und zum anderen bereits bestehende Angebote niederschwellig zugänglich gemacht werden. Des Weiteren geht es darum, das Bewusstsein für die Bedürfnisse der älteren Generation zu steigern und Menschen und Organisationen miteinander zu vernetzen. Dabei gilt es stets, die Ziele unter Einhaltung aller Corona-Schutzmaßnahmen umzusetzen und die soziale Teilhabe älterer Menschen in einem geschützten Rahmen zu ermöglichen.

Gefördert wird das Projekt aus Mitteln des Fonds Gesundes Österreich und des Landes Steiermark.

Die Beteiligung der Zielgruppe selbst steht bei *Altern in Vielfalt* an oberster Stelle: Ältere Menschen sollen als ExpertInnen für ihre eigenen unterschiedlichen Lebenssituationen von Anfang an in die Projektgestaltung mit einbezogen werden. Das Projekt folgt dazu vier zentralen Schritten, die im November 2021 gestartet haben und bis April 2023 andauern werden. Begleitet werden diese Schritte in Form einer laufenden Vernetzung und einer umfassenden Bestandsaufnahme in den beteiligten Regionen.



**Machen Sie mit!**

Viele von Ihnen waren und sind durch das Projekt *ZUSAMMENBRINGEN!* (2019-2021) bereits gut mit ZEBRA vernetzt. Wir vertrauen auch zukünftig auf die Beteiligung dieses breiten Netzwerks, denn alle sind herzlich eingeladen, Ideen für *Altern in Vielfalt* einzubringen und diese gemeinsam mit uns umzusetzen!

Von heute an, wollen wir Sie regelmäßig über die Projektfortschritte informieren und Sie zum Mitmachen einladen! Melden Sie sich gerne bei uns, wenn Sie

- mehr über das Projekt *Altern in Vielfalt* erfahren möchten,
- Wünsche, Anregungen und Ideen von älteren Menschen übermitteln wollen,
- sich ehrenamtlich engagieren wollen,
- selbst eine Idee für ein Angebot haben und dafür einen Partner bzw. Unterstützung in der Umsetzung brauchen können und/ oder Sie
- selbst Angebote für ältere Menschen umsetzen und uns darüber informieren möchten – Veranstaltungsankündigungen nehmen wir sehr gerne in diesem Newsletter auf!

### **1. Angebot von Altern in Vielfalt: Tratsch-Telefon für ältere Menschen**

Die Corona-Pandemie stellt uns laufend vor neue Herausforderungen. Aktuell sind wir Menschen wieder stark eingeschränkt, was persönliche Begegnungen angeht.

Telefonate können uns in dieser Zeit dabei unterstützen, soziale Kontakte zu halten, dem Alltag Struktur zu geben sowie Einsamkeit und negative Gefühle zu verringern. Daher startet ZEBRA in diesem Lockdown das Tratsch-Telefon für ältere Menschen wieder.

Ältere Menschen können sich bei uns melden und in Ruhe mit uns zu ihren Themen austauschen.

Um das Tratsch-Telefon kostenlos für ältere Menschen zu ermöglichen, wird ein Rückruf-Service angeboten.

**Wir würden uns sehr freuen, wenn Sie die Information zum Tratsch-Telefon weiterverbreiten, älteren Menschen davon erzählen und in Ihren Medien/ Kanälen dazu berichten.**

Dazu können Sie gerne folgenden Text oder den beigefügten Flyer verwenden:

#### **Tratsch-Telefon für ältere Menschen**

Soziale Kontakte tun gut! Momentan sind wir aber aufgrund der Corona-Pandemie wieder stark eingeschränkt, was persönliche Begegnungen angeht. Telefonate können dabei helfen, diese Zeit zu überbrücken!

ZEBRA startet in diesem Lockdown wieder das Tratsch-Telefon für ältere Menschen. Sie können sich melden, um Sorgen mitzuteilen, Ideen und Gedanken zu äußern oder einfach nur zu plaudern.

Melden Sie sich gerne bei Martina Frei und Eva Kainrad, die das Tratsch-Telefon betreuen, unter der Telefonnummer 0664 88253757 (Mo.–Do., 8–15 Uhr, Fr., 8–13 Uhr)! Sie freuen sich auf das Gespräch mit Ihnen!

**Gerade in Zeiten der Pandemie ist Kreativität gefragt, um die Verbindung zueinander nicht zu verlieren! Wir freuen uns daher über zahlreiche Ideen, Austausch und die Umsetzung von gemeinsamen Aktivitäten!**

Freundliche Grüße

Martina Frei

ZEBRA-Projektkoordination Altern in Vielfalt

**Hinweis:** Sie erhalten diesen Newsletter, weil Sie eine Funktion in einer Partnergemeinde haben, für eine (soziale) Organisation tätig bzw. ehrenamtlich aktiv sind oder bereits in der Vergangenheit an unseren Angeboten für ältere Menschen interessiert waren. Sehr gerne können Sie den Newsletter an interessierte Personen weiterleiten!

Sollten Sie hingegen keine Newsletter mehr erhalten wollen, bitten wir Sie um eine kurze Rückmeldung.

**Altern in Vielfalt wird gefördert von:**



## 2. Newsletter Jänner 2022: Gemeinsam positive Altersbilder fördern!

### **Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Kooperations- und NetzwerkpartnerInnen!**

Sie kennen wahrscheinlich negative Aussagen über das Alter(n) in Medien wie, *Die Gesellschaft „überaltert“, die „Alterspyramide kippt“*. Und auch die medial vermittelten Bilder vom älteren Menschen mit Gehhilfe oder von Älteren, wie sie allein auf Parkbänken sitzen. Wahrscheinlich ist Ihnen auch der umgekehrte Fall schon aufgefallen: das Schlagwort *„junggeblieben“* und Bilder von sportelnden überfitten SeniorInnen.

Keines dieser Altersbilder spiegelt die Vielfalt wider, die im Alter(n) steckt. Um positive und vielfältige Altersbilder zu fördern, hat sich der „Dialog aktiv & gesund altern“ an einem Online-Vernetzungstag genau diesem Thema gewidmet. Die Präsentationen der Veranstaltung fanden wir sehr spannend und möchten diese gerne mit Ihnen teilen.

Eine Nachlese zum Vernetzungstag finden Sie unter folgendem Link:

[https://fgoe.org/nachschau\\_vernetzungsveranstaltung\\_altersbilder](https://fgoe.org/nachschau_vernetzungsveranstaltung_altersbilder)

Außerdem lohnt sich ein Blick in die Bilddatenbank mit positiven Fotobeispielen vom Centre for Ageing Better: [https://ageingbetter.resourcespace.com/pages/search.php?search=age,%20positive,%20image,%20library,%20@@281&order\\_by=resourceid&sort=DESC&archive=&daylimit=&k=&restypes=1%2C3%2C4%2C6%2C7%2C8%2C9](https://ageingbetter.resourcespace.com/pages/search.php?search=age,%20positive,%20image,%20library,%20@@281&order_by=resourceid&sort=DESC&archive=&daylimit=&k=&restypes=1%2C3%2C4%2C6%2C7%2C8%2C9)

Wir wünschen viel Spaß beim Lesen & Schmökern!

Freundliche Grüße

Martina Frei

ZEBRA-Projektkoordination Altern in Vielfalt

**Hinweis:** Sie erhalten diese Nachricht, weil Sie eine Funktion in einer Partnergemeinde haben, für eine (soziale) Organisation tätig bzw. ehrenamtlich aktiv sind oder bereits in der Vergangenheit an unseren Angeboten für ältere Menschen interessiert waren. Sehr gerne können Sie die Informationen von uns an interessierte Personen weiterleiten!

Sollten Sie hingegen keine Nachrichten mehr erhalten wollen, bitten wir Sie um eine kurze Rückmeldung.

## Altern in Vielfalt wird gefördert von:



### 3. Newsletter Februar 2022: Zwischenstand zur Befragung in Wagna

#### Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Kooperations- und NetzwerkpartnerInnen!

Unter dem Titel *Altern in Vielfalt* startete ZEBRA - Interkulturelles Beratungs- und Therapiezentrum gemeinsam mit der Marktgemeinde Wagna im November 2021 eine Initiative, um die soziale Teilhabe älterer Menschen in der Region zu fördern. Im Rahmen des Projekts sollen u.a. neue soziale Treffpunkte gestaltet und zum anderen bereits bestehende Angebote niederschwellig zugänglich gemacht werden.

Um die Zielgruppe von Beginn an in die Projektgestaltung miteinzubeziehen, wurde kürzlich via Gemeindezeitung ein Fragebogen zu gewünschten Aktivitäten ausgeschickt. Alle über 60-jährigen Bürger\*innen bzw. alle am Thema interessierten Personen aus Wagna sind seither herzlich eingeladen, uns ihre Wünsche, Anregungen und Ideen für das Projekt mitzuteilen. Der Fragebogen ist außerdem im Downloadcenter der Gemeindehomepage [www.wagna.at](http://www.wagna.at) abrufbar und kann bis 28. Februar im Bürgerservice des Marktgemeindeamts, in der Ordination von Dr. Johann Holler und in der Antonius-Apotheke abgegeben werden. Alle Rückmeldungen werden anschließend ausgewertet und die Ergebnisse im Frühjahr bei einer eigenen Veranstaltung vorgestellt.

Einige Fragebögen wurden bereits für einen Zwischenstand ausgewertet und zeigen, dass vor allem Interesse an Gesprächen, Generationen-Treffs und gemeinsamer Bewegung da ist.

Wir hoffen, dass noch viele weitere Senior\*innen an der Befragung teilnehmen und das Projekt dadurch aktiv mitgestalten! Wir würden uns daher sehr über Ihre Unterstützung bei der Verbreitung des Fragebogens freuen, indem Sie den beigefügten Fragebogen in Ihrer Einrichtung auslegen.

Melden Sie sich außerdem gerne bei uns, wenn Sie

- mehr über das Projekt *Altern in Vielfalt* erfahren möchten,
- Wünsche, Anregungen und Ideen von älteren Menschen übermitteln wollen,
- sich ehrenamtlich engagieren wollen,

- selbst eine Idee für ein Angebot haben und dafür einen Partner bzw. Unterstützung in der Umsetzung brauchen können und/ oder Sie
- selbst Angebote für ältere Menschen umsetzen und uns darüber informieren möchten – Veranstaltungsankündigungen nehmen wir sehr gerne in unsere regelmäßigen Info-Mails auf!

Freundliche Grüße

Martina Frei

ZEBRA-Projektkoordination Altern in Vielfalt

ZEBRA

Interkulturelles Beratungs- und Therapiezentrum gemeinnützige GmbH

Granatengasse 4/III

8020 Graz

Tel.: +43 (0)664 88 25 37 57

[www.zebra.or.at](http://www.zebra.or.at)

<https://www.facebook.com/ZEBRAGraz>

Firmenbuchnummer: FN 562418k

Firmenbuchgericht: Landesgericht für ZRS Graz

**Hinweis:** Sie erhalten diese Nachricht, weil Sie eine Funktion in einer Partnergemeinde haben, für eine (soziale) Organisation tätig bzw. ehrenamtlich aktiv sind oder bereits in der Vergangenheit an unseren Angeboten für ältere Menschen interessiert waren. Sehr gerne können Sie die Informationen von uns an interessierte Personen weiterleiten!

Sollten Sie hingegen keine Nachrichten mehr erhalten wollen, bitten wir Sie um eine kurze Rückmeldung.

**Altern in Vielfalt wird gefördert von:**

 Bundesministerium  
Soziales, Gesundheit, Pflege  
und Konsumentenschutz

Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich  
 Gesundheits Österreich  
GmbH

 Geschäftsbereich  
Fonds Gesundes  
Österreich

 Das Land  
Steiermark  
→ Gesundheit

4. Newsletter März 2022: Einladung zum Webinar Wertschätzend über das Alter(n) kommunizieren“

### **Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Kooperations- und NetzwerkpartnerInnen!**

Ein Ziel des Projekts „Altern in Vielfalt“ ist es, einen positiven Blick auf das Alter(n) sowie die Möglichkeiten und Fähigkeiten älterer Menschen in den Gemeinden zu fördern. Über die Wirkung negativer Altersbilder wissen wir Vieles. Doch um diese Bilder zu verändern, brauchen wir einen achtsamen Blick sowie gute Werkzeuge. Denn wie wir als Gesellschaft mit dem Älterwerden umgehen, wird maßgeblich durch unsere Bilder auf das Alter(n) beeinflusst.

Im Webinar „Vielfältige Bilder – neue Perspektiven. Wertschätzend über das Alter(n) kommunizieren“ wird Mag.<sup>a</sup> Yvonne Giedenbacher, Expertin für Kommunikation, Tools und Möglichkeiten präsentieren, wie Sie in Ihrer Arbeit an positiven Altersbildern mitwirken können. So stellt sie anhand eines Leitfadens vor, wie Sie Informationen über und Angebote für ältere Menschen ihrer Vielfalt und ihren Potentialen gerecht gestalten können. Gerahmt wird das Webinar von zahlreichen praktischen Beispielen für Bilder und Texte, die Ihnen in Ihrem Arbeitsalltag zur Seite stehen, wenn es darum geht, positive Altersbilder zu gestalten.

**Titel des Webinars: Donnerstag, 21. April 2022, 18:00 bis 19:30 Uhr**

Zielgruppe sind Personen, die in Angeboten für ältere Menschen sowie im Bereich der Öffentlichkeitsarbeit tätig sind, genauso wie interessierte MitarbeiterInnen in Gemeinden und sozialen Einrichtungen.

Über Ihre Anmeldung freuen wir uns – bitte per E-Mail an [martina.frei@zebra.or.at](mailto:martina.frei@zebra.or.at) oder telefonisch unter 0664 88 25 37 57.

Nach der Anmeldung wird Ihnen der Zoom-Link zur Veranstaltung zugeschickt.

**Wir freuen uns auf ein praxisorientiertes Webinar mit Ihnen!**

Freundliche Grüße

Martina Frei

ZEBRA-Projektkoordination Altern in Vielfalt

ZEBRA

Interkulturelles Beratungs- und Therapiezentrum gemeinnützige GmbH

Granatengasse 4/III

8020 Graz

Tel.: +43 (0)664 88 25 37 57

[www.zebra.or.at](http://www.zebra.or.at)

<https://www.facebook.com/ZEBRAGraz>

Firmenbuchnummer: FN 562418k

Firmenbuchgericht: Landesgericht für ZRS Graz

**Hinweis:** Sie erhalten diese Nachricht, weil Sie eine Funktion in einer Partnergemeinde haben, für eine (soziale) Organisation tätig bzw. ehrenamtlich aktiv sind oder bereits in der Vergangenheit an unseren Angeboten für ältere Menschen interessiert waren. Sehr gerne können Sie die Informationen von uns an interessierte Personen weiterleiten!

Sollten Sie hingegen keine Informationen mehr erhalten wollen, bitten wir Sie um eine kurze Rückmeldung.

### **Altern in Vielfalt wird gefördert von:**



### 5. Newsletter März 2022: Ein Memory für ... - Einladung zum Fotospaziergang

#### **Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Kooperations- und NetzwerkpartnerInnen!**

Der Frühling naht, die Corona-Regelungen werden lockerer und die Stadt/ Gemeinde erwacht zunehmend. Nach einer intensiven Planungs- und Vorbereitungsphase werden wir schon bald unterschiedliche Aktivitäten mit älteren Menschen umsetzen können.

Den Start machen wir mit einem Fotospaziergang, zu dem wir ältere Menschen herzlich einladen! Gemeinsam suchen wir uns schöne Orte und Motive in Wagna/ Knittelfeld zum Fotografieren. Die besten Fotos werden dann für ein Memory-Spiel abgedruckt, das zukünftig in der Bibliothek ausgeliehen werden kann!

Vorab: Natürlich können ALLE Menschen mitspazieren, die Lust auf Austausch und frische Luft haben - auch ohne Fotos zu machen! Wer gerne fotografieren möchte, bringt am besten einen Fotoapparat oder ein Handy mit Kamerafunktion mit. Gerne erklären wir auch die Funktionen!

Bei Regen entfällt der Spaziergang leider, aber wir freuen uns in diesem Fall über zugeschickte Fotos!

Im Anhang finden Sie einen Flyer mit allen Details! Wir freuen uns, wenn Sie diese Information mit SeniorInnen teilen und bringen bei Bedarf gerne einige gedruckte Exemplare bei Ihnen vorbei!

Freundliche Grüße

Martina Frei

ZEBRA-Projektkoordination Altern in Vielfalt



**Hinweis:** Sie erhalten diese Nachricht, weil Sie eine Funktion in einer Partnergemeinde haben, für eine (soziale) Organisation tätig bzw. ehrenamtlich aktiv sind oder bereits in der Vergangenheit an unseren Angeboten für ältere Menschen interessiert waren. Sehr gerne können Sie die Informationen von uns an interessierte Personen weiterleiten!  
Sollten Sie hingegen keine Nachrichten mehr erhalten wollen, bitten wir Sie um eine kurze Rückmeldung.

### **Altern in Vielfalt wird gefördert von:**

 **Bundesministerium**  
Soziales, Gesundheit, Pflege  
und Konsumentenschutz

Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich  
**Gesundheit Österreich**  
GmbH

 Geschäftsbereich  
**Fonds Gesundes Österreich**

 **Das Land**  
Steiermark  
→ **Gesundheit**

6. Newsletter April 2022: Einladung zum Aktionstag (+ abgewandelt für Knittelfeld)

### **Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Kooperations- und NetzwerkpartnerInnen!**

Die Beteiligung älterer Menschen an der Gestaltung des Projektes Altern in Vielfalt ist ein zentraler Bestandteil. Durch Fragebögen, Gespräche und nun auch einem Aktions(vormit)tag möchten wir die Wünsche und Bedürfnisse für Aktivitäten in Wagna erheben und diese in weiterer Folge miteinander umsetzen. Wir laden Sie herzlich ein, daran mitzuwirken und sind Ihnen dankbar, wenn Sie diese Information mit älteren Menschen und anderen interessierten Personen teilen!

### **Älter werden in Wagna – Sprechen Sie mit!: Mo, 25. April 2022, 10:00 -12:00 Uhr im Kultursaal Wagna**

Wir stellen das Projekt *Altern in Vielfalt* persönlich vor und wollen mit älteren Menschen ins Gespräch kommen: Vorträge, gemeinsame Bewegung, Spiele spielen, gemütliches Beisammensein – Was wünschen sich ältere Menschen für Angebote in Wagna? Bei Kaffee und Kuchen sammeln wir gemeinsam Ideen für Aktivitäten. Weiteres planen wir zusammen, welche Aktivitäten wir miteinander umsetzen wollen und wie!

Detaillierte Informationen finden Sie am beigefügten Flyer!

Wir freuen uns über Ihre Beteiligung!

Freundliche Grüße

Martina Frei

ZEBRA-Projektkoordination Altern in Vielfalt

ZEBRA

Interkulturelles Beratungs- und Therapiezentrum gemeinnützige GmbH

Granatengasse 4/III

8020 Graz

Tel.: +43 (0)664 88 25 37 57

[www.zebra.or.at](http://www.zebra.or.at)

<https://www.facebook.com/ZEBRAGraz>

Firmenbuchnummer: FN 562418k

Firmenbuchgericht: Landesgericht für ZRS Graz

**Hinweis:** Sie erhalten diese Nachricht, weil Sie eine Funktion in einer Partnergemeinde haben, für eine (soziale) Organisation tätig bzw. ehrenamtlich aktiv sind oder bereits in der Vergangenheit an unseren Angeboten für ältere Menschen interessiert waren. Sehr gerne können Sie die Informationen von uns an interessierte Personen weiterleiten!

Sollten Sie hingegen keine Nachrichten mehr erhalten wollen, bitten wir Sie um eine kurze Rückmeldung.

### Altern in Vielfalt wird gefördert von:

 Bundesministerium  
Soziales, Gesundheit, Pflege  
und Konsumentenschutz

Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich  
**Gesundheit Österreich**  
GmbH

 Geschäftsbereich  
**Fonds Gesundes Österreich**

 Das Land  
Steiermark  
→ Gesundheit

### 7. Newsletter April 2022: Einladung zum Tag der offenen Tür bei ZEBRA

### Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Kooperations- und NetzwerkpartnerInnen!



### ZEBRA wird 35: ein Grund zu feiern!

Wir tun dies gemeinsam mit Ihnen/dir an unserem Tag der offenen Tür.

**Donnerstag, 30. Juni 2022 – 9:30 bis 16:30 Uhr**  
**ZEBRA, Granatengasse 4/III, 8020 Graz**

An diesem Tag erwarten Sie/erwarten dich unter anderem Führungen durch das Haus, kurze Fachvorträge, Posterausstellung, audio-visuelle

Installation sowie verschiedene Themenräume. Für das kulinarische Wohl ist ebenso gesorgt, wie für Zeit und Raum zum Austauschen und Plaudern.

In den nächsten Wochen bekommen Sie/bekommst du noch eine Einladung mit detailliertem Programm. Um eine Anmeldung bitten wir per Email unter [office@zebra.or.at](mailto:office@zebra.or.at).

Wir freuen uns, Sie/dich begrüßen zu dürfen.

Freundliche Grüße

Martina Frei

ZEBRA-Projektkoordination Altern in Vielfalt

ZEBRA

Interkulturelles Beratungs- und Therapiezentrum gemeinnützige GmbH

Granatengasse 4/III

8020 Graz

Tel.: +43 (0)664 88 25 37 57

[www.zebra.or.at](http://www.zebra.or.at)

<https://www.facebook.com/ZEBRAGraz>

Firmenbuchnummer: FN 562418k

Firmenbuchgericht: Landesgericht für ZRS Graz

**Hinweis:** Sie erhalten diese Nachricht, weil Sie eine Funktion in einer Partnergemeinde haben, für eine (soziale) Organisation tätig bzw. ehrenamtlich aktiv sind oder bereits in der Vergangenheit an unseren Angeboten für ältere Menschen interessiert waren. Sehr gerne können Sie die Informationen von uns an interessierte Personen weiterleiten!

Sollten Sie hingegen keine Nachrichten mehr erhalten wollen, bitten wir Sie um eine kurze Rückmeldung.

**Altern in Vielfalt wird gefördert von:**

 Bundesministerium  
Soziales, Gesundheit, Pflege  
und Konsumentenschutz

Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich  
 Gesundheits Österreich  
GmbH

 Geschäftsbereich  
Fonds Gesundes  
Österreich

 Das Land  
Steiermark  
→ Gesundheit

8. Newsletter Mai 2022: Nachschau Webinar mit Yvonne Giedenbacher

## **Nachschau zum Webinar „Vielfältige Bilder – neue Perspektiven. Wertschätzend über das Alter(n) kommunizieren“**

Ein Ziel des ZEBRA-Projekts Altern in Vielfalt ist es, einen positiven Blick auf das Alter(n) sowie die Möglichkeiten und Fähigkeiten älterer Menschen in den Gemeinden zu fördern. Unter diesem Hintergrund fand am 21. April 2022 ein Webinar mit Kommunikationsexpertin Mag.<sup>a</sup> Yvonne Giedenbacher statt.

**Sehr gerne möchten wir Ihnen hiermit eine umfangreiche Nachschau zum Webinar zur Verfügung stellen!**

Im Webinar wurden praktische Tipps vermittelt, mithilfe derer wir in unserer Arbeit an positiven Altersbildern mitwirken können. Außerdem wurden zahlreiche Beispiele für Bilder und Texte gezeigt, die für die Vermittlung positiver Altersbilder stehen.

Im Anhang finden Sie eine detaillierte Zusammenfassung des Webinars, den Leitfaden „*Neue Bilder des Alter(n)s - Wertschätzend über das Alter(n) kommunizieren*“ sowie einen Überblick über hilfreiche Tools – zusammengestellt für Sie von Frau Giedenbacher.

**Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Nachlesen!**

Freundliche Grüße

Martina Frei

ZEBRA-Projektkoordination Altern in Vielfalt

ZEBRA

Interkulturelles Beratungs- und Therapiezentrum gemeinnützige GmbH

Granatengasse 4/III

8020 Graz

Tel.: +43 (0)664 88 25 37 57

[www.zebra.or.at](http://www.zebra.or.at)

<https://www.facebook.com/ZEBRAGraz>

Firmenbuchnummer: FN 562418k

Firmenbuchgericht: Landesgericht für ZRS Graz

**Hinweis:** Sie erhalten diese Nachricht, weil Sie eine Funktion in einer Partnergemeinde haben, für eine (soziale) Organisation tätig bzw. ehrenamtlich aktiv sind oder bereits in der Vergangenheit an unseren Angeboten für ältere Menschen interessiert waren. Sehr gerne können Sie die Informationen von uns an interessierte Personen weiterleiten!

Sollten Sie hingegen keine Informationen mehr erhalten wollen, bitten wir Sie um eine kurze Rückmeldung.

**Altern in Vielfalt wird gefördert von:**

## 9. Newsletter Mai 2022 Version Wagna: Das war der Aktionstag in Wagna!

### **Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Kooperations- und NetzwerkpartnerInnen!**

Im Rahmen des Projektes „Altern in Vielfalt“ luden ZEBRA – Interkulturelles Beratungs- und Therapiezentrum und die Marktgemeinde Wagna am 25. April zum Aktionstag für ältere BürgerInnen.

Ziel der Veranstaltung im Kultursaal war es, den Bedarf für soziale Treffpunkte in der Gemeinde zu erheben. Zahlreiche interessierte SeniorInnen diskutierten den ganzen Vormittag über ihre Anliegen und Vorstellungen zum Miteinander in der Gemeinde und brachten ihre Ideen für gemeinsame Aktivitäten ein. Davon ausgehend entstanden innerhalb kürzester Zeit konkrete Vorhaben wie ein Erzählcafé, historische Wanderungen und Vorträge zu Gesundheitsthemen. In weiterer Folge werden diese Angebote nun umgesetzt und die Netzwerkarbeit für die Gruppe der älteren Menschen ausgebaut. Wir freuen uns, Bürgermeister Peter Stradner als auch Gemeinderätin Diana Rannacher, die etwa beim Erzählcafé aktiv mitwirken wird, als Unterstützer des Projektes an unserer Seite zu wissen!

### **Start Erzählcafé am 1. Juni**

Wir laden alle Interessierten herzlich ein, an einer der ersten gemeinsamen Aktivitäten, dem Erzählcafé, teilzunehmen. Das erste Treffen findet am Mittwoch, den 1. Juni von 15 bis 17 Uhr in Gerti's griäß di Café am Dr.-Billroth-Weg 73 in Leitring statt. Das Thema lautet „Schule damals und heute“. Wir freuen uns auf viele Geschichten! Gerne können auch Gegenstände (sofern vorhanden) aus der Schulzeit mitgebracht werden! Das Erzählcafé wird zukünftig jeden ersten Mittwoch im Monat stattfinden.

### **Historische Wanderungen durch Wagna**

In Zusammenarbeit mit der Marktgemeinde Wagna und ZEBRA wird auch Altbürgermeister Franz Trampusch aktiv ein Projekt organisieren und lädt ab Juni zu regelmäßigen Wanderungen durch die Geschichte der Gemeinde. Die 1. Wanderung findet am Mittwoch, den 8. Juni statt. Treffpunkt ist um 15 Uhr vor dem Marktgemeindeamt. Die knapp zweistündige Wanderung gibt Einblicke in die Römerstadt Flavia Solva, das Lager Wagna 1914 und 1945, in den Italienischen Friedhof und die Städtefreundschaft sowie in das alte und neue Wagna.

Die 2. Wanderung findet am Mittwoch, den 22. Juni statt. Treffpunkt ist um 15 Uhr beim Gasthaus Sulmwirt in Aflenz. Die Tour führt zur Römerhöhle, durch welche die TeilnehmerInnen von Franz Trampusch begleitet und mit spannenden Informationen über die Geschichte des Römerstollens, des Konzentrationslagers Aflenz/Wagna und die Zusammenlegung von Aflenz zu Wagna im Jahre 1952 versorgt werden.

Die Teilnahme an den von Franz Trampusch begleiteten Wanderungen, bei denen auch viele historische und aktuelle Bilder gezeigt werden, ist kostenlos. Die Wanderungen können bei einem geselligen Beisammensein beim Römern im Römerdorf Wagna ausklingen.

Altbürgermeister Franz Trampusch steht unter der Nummer 0664 3950784 für Fragen gerne zur Verfügung.

Wir würden uns sehr freuen, wenn Sie die Information über die kommenden Aktivitäten mit älteren Menschen teilen würden!

Freundliche Grüße

Martina Frei

ZEBRA-Projektkoordination Altern in Vielfalt

**Hinweis:** Sie erhalten diese Nachricht, weil Sie eine Funktion in einer Partnergemeinde haben, für eine (soziale) Organisation tätig bzw. ehrenamtlich aktiv sind oder bereits in der Vergangenheit an unseren Angeboten für ältere Menschen interessiert waren. Sehr gerne können Sie die Informationen von uns an interessierte Personen weiterleiten!

Sollten Sie hingegen keine Nachrichten mehr erhalten wollen, bitten wir Sie um eine kurze Rückmeldung.

#### **Altern in Vielfalt wird gefördert von:**



9. Newsletter Mai 2022 Version Knittelfeld: Das war der Aktionstag in Knittelfeld!

#### **Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Kooperations- und NetzwerkpartnerInnen!**

Im Rahmen des Projektes „Altern in Vielfalt“ luden ZEBRA – Interkulturelles Beratungs- und Therapiezentrum und die Stadtgemeinde Knittelfeld am 26. April zum Aktionstag für ältere Menschen aus der Region ein.

Ziel der Veranstaltung im Gemeinderatssitzungssaal war es, den Bedarf für soziale Treffpunkte in der Stadt zu erheben. Die teilnehmenden SeniorInnen diskutierten den ganzen Vormittag über ihre Anliegen und Vorstellungen zum Miteinander in der Stadt und brachten ihre Ideen für gemeinsame Aktivitäten ein. Diese drehten sich u.a. rund um die Themen Spaziergänge, Kreatives Beisammensein, digitale Medien und Vorträge über Gesundheit. In weiterer Folge werden aus diesen Ideen Angebote gestaltet und die Netzwerkarbeit für die Gruppe der älteren Menschen ausgebaut.

Folgende Termine wurden bereits fixiert:

- *Wald- und Wiesenspaziergang:* Di, 14. Juni 2022 von 9 bis ca. 12 Uhr, Treffpunkt vor dem Schulzentrum in der Franz-Leitner-Straße 23. Von dort ausgehend suchen wir bei einem gemütlichen Spaziergang Kräuter, welche wir anschließend auch verarbeiten und kosten!

- *Vernetzungstreffen rund ums Thema Altern*: 15.06.2022 von 14.30 bis 16.00 Uhr im Gemeinderatssitzungssaal (Informationen unter [Lisa.Leitold@knittelfeld.gv.at](mailto:Lisa.Leitold@knittelfeld.gv.at))
- *Resilienzspaziergang mit Impulsen zur Stärkung der seelischen Gesundheit*: Do, 14. Juli 2022 von 9 bis ca. 12 Uhr. Wir treffen uns im schönen Knittelfelder Stadtpark und erfahren, wie wir unserem seelischen Wohlbefinden etwas Gutes tun können!
- *Besuch beim Stadtimker*: Mo, 1. August 2022 von 9 bis 11 Uhr. Im Stadtpark sind auch die Schau-Bienenkästen des Knittelfelder Stadtimkers aufgestellt. Er gibt uns einen Einblick in die Welt der Bienen. Außerdem dürfen wir den Honig kosten!
- *Stadtführung mit anschließender Erzählrunde*: Do, 1. September 2021 von 9.30 bis 12 Uhr, Treffpunkt vor dem Haus der Vereine in der Marktgasse 22a. Stadarchivar Hans Rinofner wird einige Exponate zeigen, bevor wir erzählerisch die Stadt erkunden. Wer möchte, schließt sich nach dem Spaziergang zu einer Erzählrunde bei einem Kaffee an.

Alle Angebote sind kostenlos! Eine Voranmeldung zur besseren Planbarkeit wird erbeten, entweder telefonisch unter 0664 88 25 37 57 oder per E-Mail an [martina.frei@zebra.or.at](mailto:martina.frei@zebra.or.at).

Wir würden uns sehr freuen, wenn Sie die Information über die kommenden Aktivitäten mit älteren Menschen teilen würden!

Freundliche Grüße  
Martina Frei  
ZEBRA-Projektkoordination Altern in Vielfalt

**Hinweis:** Sie erhalten diese Nachricht, weil Sie eine Funktion in einer Partnergemeinde haben, für eine (soziale) Organisation tätig bzw. ehrenamtlich aktiv sind oder bereits in der Vergangenheit an unseren Angeboten für ältere Menschen interessiert waren. Sehr gerne können Sie die Informationen von uns an interessierte Personen weiterleiten! Sollten Sie hingegen keine Nachrichten mehr erhalten wollen, bitten wir Sie um eine kurze Rückmeldung.

#### **Altern in Vielfalt wird gefördert von:**



#### 10. Newsletter Juli 2022 Version Knittelfeld: Bisherige Aktivitäten in Knittelfeld

#### **Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Kooperations- und NetzwerkpartnerInnen!**

Ende April luden ZEBRA - Interkulturelles Beratungs- und Therapiezentrum und die Stadtgemeinde Knittelfeld zum Aktionstag für ältere Menschen aus der Region ein. Ziel der Veranstaltung war es, den Bedarf für soziale Treffpunkte in der Stadt zu erheben. Ausgehend von den zahlreichen Ideen der SeniorInnen wurden Themenspaziergänge gestaltet, von denen bereits zwei Spaziergänge umgesetzt wurden:

Wald- und Wiesenspaziergang in Knittelfeld: Beim rund 2 stündigen Spaziergang Mitte Juni erkundeten die interessierten Teilnehmer\*innen unterschiedliche Wildkräuter, die an Wegen und Wiesen in Knittelfeld wachsen, wie z.B. Brennessel, Beifuß, Gänsefingerkraut, Kamille

und Malve und plauderten anschließend noch bei selbstgemachten Säften und Kuchen. So wurde Wissen ausgetauscht und soziale Kontakte gepflegt!

Resilienzspaziergang zur Stärkung der seelischen Gesundheit: Am 14. Juli fand der Resilienzspaziergang zur Stärkung der seelischen Gesundheit statt. Über 20 Teilnehmer\*innen folgten der Einladung, um mehr über zu erfahren, wie wir unserem psychischen Wohlbefinden etwas Gutes tun können! Angeleitet wurde die Runde von Brigitte Felfer von GO-ON. Weitere Informationen finden Sie unter: [https://suizidpraevention-stmk.at/?page\\_id=112](https://suizidpraevention-stmk.at/?page_id=112)

Das nächste Treffen im Rahmen von Altern in Vielfalt findet bereits kommenden Montag, 1. August 2022 von 9-11 Uhr beim Besuch des Knittelfelder Stadtimkers statt! Es wird auch Honig verkostet! Der Treffpunkt ist vor dem Haus der Kunst im Stadtpark. Die Teilnahme ist kostenlos!

Außerdem findet am Do, 1. September 2022 von 9.30 bis 12 Uhr eine Stadtführung von Stadtarchivar Hans Rinofner mit anschließender Erzählrunde statt! Treffpunkt ist vor dem Haus der Vereine in der Marktgasse 22a. Herr Rinofner wird einige Exponate zeigen, bevor wir erzählerisch die Stadt erkunden. Wer möchte, schließt sich nach dem Spaziergang zu einer Erzählrunde bei einem Kaffee an.

Alle Angebote sind kostenlos! Eine Voranmeldung zur besseren Planbarkeit wird erbeten, entweder telefonisch unter 0664 88 25 37 57 oder per E-Mail an [martina.frei@zebra.or.at](mailto:martina.frei@zebra.or.at). Wir würden uns sehr freuen, wenn Sie die Information über die kommenden Aktivitäten mit älteren Menschen teilen würden!

Freundliche Grüße  
Martina Frei  
ZEBRA-Projektkoordination Altern in Vielfalt

**Hinweis:** Sie erhalten diese Nachricht, weil Sie eine Funktion in einer Partnergemeinde haben, für eine (soziale) Organisation tätig bzw. ehrenamtlich aktiv sind oder bereits in der Vergangenheit an unseren Angeboten für ältere Menschen interessiert waren. Sehr gerne können Sie die Informationen von uns an interessierte Personen weiterleiten! Sollten Sie hingegen keine Nachrichten mehr erhalten wollen, bitten wir Sie um eine kurze Rückmeldung.

**Altern in Vielfalt wird gefördert von:**

 Bundesministerium  
Soziales, Gesundheit, Pflege  
und Konsumentenschutz

Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich  
 Gesundheits Österreich  
GmbH

Geschäftsbereich  
 Fonds Gesundes  
Österreich

 Das Land  
Steiermark  
→ Gesundheit



## **Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Kooperations- und NetzwerkpartnerInnen!**

Ende April luden ZEBRA - Interkulturelles Beratungs- und Therapiezentrum und die Marktgemeinde Wagna zum Aktionstag für ältere Menschen ein. Ziel der Veranstaltung war es, den Bedarf für soziale Treffpunkte in der Gemeinde zu erheben. Ausgehend von den zahlreichen Ideen der SeniorInnen wurden bereits mehrere Aktivitäten umgesetzt!

### **Erzählcafé in Leitring**

Unter dem Motto „Schule damals und heute“ fand Anfang Juni das erste Erzählcafé in Gerti´s Griaß di Café in Leitring statt. Dabei tauschten sich die BesucherInnen zu ihren Erlebnissen aus der Schulzeit aus: Teilweise sehr lange Schulwege, alte Fächer wie das Schönschreiben, die Ausstattung der Klassenzimmer und positive als auch negative Erinnerungen an LehrerInnen zählten zu den Gesprächsthemen. Ein paar Gegenstände aus der Schulzeit, wie z.B. ein Foto einer Schulklasse, ein Handarbeitskoffer, eine Schreibtafel und ein Stammbuch ermöglichten eine kleine Zeitreise in die Schule von früher. Das zweite Erzählcafé im Juli widmete sich dem Thema traditioneller Hausmittel. Vor allem wurde über die Verwendung von Kräutern gesprochen und Rezepte getauscht.

Das Erzählcafé findet jeden ersten Mittwoch im Monat zu einem bestimmten Thema statt. Für das Treffen am 3. August von 15-17 Uhr wurde das Thema „Anekdoten aus der Modewelt“ ausgesucht! Wir würden uns sehr freuen, wenn Sie die Information zum Erzählcafé mit älteren Menschen teilen würden! Den Flyer haben wir für Sie beigefügt.

### **Kräuterwanderung**

Bei einem rund 2 stündigen Spaziergang Mitte Juni erkundeten die interessierten Teilnehmer\*innen rund um Erna Brandl unterschiedliche Wildkräuter, die an Wegen und Wiesen entlang der Sulm wachsen, wie z.B. Brennnessel, Schafgarbe, Kamille und Malve. So wurde Wissen ausgetauscht und soziale Kontakte gepflegt!

### **Historische Wanderung in Wagna & Besuch der Römerhöhle**

In Vertretung für die von Franz Trampusch eingebrachte Idee führte einerseits Walter Gluschitsch in einem Spaziergang eine Gruppe interessierter TeilnehmerInnen durch die Geschichte von Wagna. Die zweistündige Wanderung begann beim Marktgemeindeforum und führte die Gruppe u.a. in die Kirchengasse, wo zu Zeiten des Lager Wagna eine Kirche stand, durch die Eisenbahnerstraße zum Vereinshaus, am Urnenfriedhof vorbei, durch die Föhrenbaumstraße mit Blick auf das Römerstadion, zur letzten bestehenden Baracke des Lager Wagna, die früher das Spital beherbergte und endete im Römerdorf zu einem abschließenden Getränk.

Josef Mollich führte zu einem weiteren Termin eine Gruppe durch die Römerhöhle, wo in den Stollen die Geschichte der Höhle vorgestellt wurde, darunter die Zeit der Römer und die Jahre von 1942-1945 sowie die Höhle als Veranstaltungsort.

Wir denken an dieser Stelle sehr dankbar an Herrn Trampusch, der sich wie vielerorts auch im Projekt Altern in Vielfalt engagiert und die historischen Wanderungen gestaltet hat!

Freundliche Grüße

Martina Frei

ZEBRA-Projektkoordination Altern in Vielfalt

**Hinweis:** Sie erhalten diese Nachricht, weil Sie eine Funktion in einer Partnergemeinde haben, für eine (soziale) Organisation tätig bzw. ehrenamtlich aktiv sind oder bereits in der Vergangenheit an unseren Angeboten für ältere Menschen interessiert waren. Sehr gerne können Sie die Informationen von uns an interessierte Personen weiterleiten!

Sollten Sie hingegen keine Nachrichten mehr erhalten wollen, bitten wir Sie um eine kurze Rückmeldung.

### Altern in Vielfalt wird gefördert von:

 Bundesministerium  
Soziales, Gesundheit, Pflege  
und Konsumentenschutz

Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich  
**Gesundheit Österreich**  
GmbH

 Geschäftsbereich  
**Fonds Gesundes Österreich**

 Das Land  
Steiermark  
Gesundheit

11. Newsletter August 2022 Version Wagna: Ankündigung zu Aktivitäten

### Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Kooperations- und NetzwerkpartnerInnen!

Ende April luden ZEBRA - Interkulturelles Beratungs- und Therapiezentrum und die Marktgemeinde Wagna zum Aktionstag für ältere Menschen ein. Ziel der Veranstaltung war es, den Bedarf für soziale Treffpunkte in der Gemeinde zu erheben. Ausgehend von den zahlreichen Ideen der SeniorInnen wurden bereits mehrere Aktivitäten umgesetzt, darunter das monatliche Erzählcafé, eine Kräuterwanderung sowie die Historische Wanderung durch Wagna und ein Besuch in der Römerhöhle!

#### Als weitere Aktivitäten im Herbst sind geplant:

**Erzählcafé in Leitring:** Beim Erzählcafé jeden ersten Mittwoch im Monat von 15-17 Uhr in Gerti's Griaß di Café tauschen sich die TeilnehmerInnen zu verschiedenen Themen aus Vergangenheit und Gegenwart aus. Bisherige Themen waren z.B. „Schule damals und heute“, „Traditionelle Hausmittel“ und „Anekdoten aus der Modewelt“. Das nächste Erzählcafé findet am 7. September zum Thema „Freizeitgestaltung einst und heute“ statt! Ein Flyer ist beigelegt.

**Langer Tag der Demenz:** Anlässlich des Welt-Alzheimertags finden in Zusammenarbeit der Stadtgemeinde Leibnitz und zahlreichen Partnerorganisationen von 18. bis 20. September mehrere interessante Veranstaltungen rund um das Thema Demenz statt, darunter ein Gottesdienst mit allen Sinnen am 18.9., ein allgemeiner Informationsnachmittag und eine Gesprächsrunde zum Thema Demenz und Mobilität am 19.9. sowie eine Lesung mit Johanna Constantini am 20.9. Das ausführliche Programm ist dem Anhang beigelegt.

**Kochgruppe in Wagna?:** Immer wieder wurde die Idee eines gemeinsamen Kochens und Mittagessens zu regelmäßigen Terminen an uns herangetragen. Wie das genau gestaltet werden kann, wird am 28. September ab 10 Uhr mit allen interessierten Personen besprochen. Treffpunkt ist beim Pfarramt in Wagna. Eine Voranmeldung unter 0664 88 25 37 57 wird erbeten.

**Kraft fürs Leben Spaziergang mit Anna Sigmund am Retzhof:** Am 10. Oktober findet von 9-11 Uhr ein Spaziergang mit Impulsen zur Stärkung der seelischen Gesundheit beim Schloss Retzhof statt. Wir begeben uns durch das Schloss, den Park und viele weitere Plätze, die der Retzhof zu bieten hat. An den einzelnen Stationen besprechen wir einfache, aber sehr wichtige Aspekte des „guten Lebens“. In Form von Austausch miteinander und Impulsen der Referentin Dr. Anna Sigmund sprechen wir darüber, was wir im Alltag für unser Wohlbefinden tun können. Willkommen sind Menschen aller Altersgruppen! Die Teilnahme ist kostenlos. Die Veranstaltung findet auch bei Schlechtwetter statt! Eine Voranmeldung bei Martina Frei unter 0664 88 25 37 57 oder beim Retzhof unter 03452 827 88-0 wird erbeten. Ein Flyer ist beigelegt.

Außerdem möchten wir Euch gerne auf die Veranstaltung „**Geschichten von Heldinnen und Helden**“ hinweisen, die am 10. September 2022 von 10-12 Uhr am Hauptplatz in Leibnitz von **GO-ON** organisiert wird. Weitere Informationen dazu finden Sie im Anhang.

Wir würden uns sehr freuen, wenn Sie die Information über die kommenden Aktivitäten mit älteren Menschen teilen würden!

Freundliche Grüße

Martina Frei

ZEBRA-Projektkoordination Altern in Vielfalt

**Hinweis:** Sie erhalten diese Nachricht, weil Sie eine Funktion in einer Partnergemeinde haben, für eine (soziale) Organisation tätig bzw. ehrenamtlich aktiv sind oder bereits in der Vergangenheit an unseren Angeboten für ältere Menschen interessiert waren. Sehr gerne können Sie die Informationen von uns an interessierte Personen weiterleiten!

Sollten Sie hingegen keine Nachrichten mehr erhalten wollen, bitten wir Sie um eine kurze Rückmeldung.

#### **Altern in Vielfalt wird gefördert von:**



11. Newsletter September 2022 Version Knittelfeld: Ankündigung zu Aktivitäten

#### **Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Kooperations- und NetzwerkpartnerInnen!**

Ende April luden ZEBRA - Interkulturelles Beratungs- und Therapiezentrum und die Stadtgemeinde Knittelfeld zum Aktionstag für ältere Menschen ein. Ziel der Veranstaltung war es, den Bedarf für soziale Treffpunkte zu erheben. Ausgehend von den zahlreichen Ideen der SeniorInnen wurden bereits mehrere Aktivitäten umgesetzt, darunter ein Kräuterspaziergang, ein Spaziergang mit Impulsen zur Stärkung des seelischen Wohlbefindens in Kooperation mit Go-On, der Besuch beim Stadtimker Philipp Opresnik und eine Stadtführung durch Knittelfeld mit Stadtarchivar Hans Rinofner.

Als weitere Aktivitäten im Herbst sind geplant (um Voranmeldung wird gebeten!):

**Töpfern mit Jugend am Werk:** Termine in Kleingruppen – bei Interesse bitte telefonisch oder per Mail erfragen

**Ruinenführung Einhödhof:** Die Schlossruine Einödhof in Apfelberg ist ein historisches Juwel, dessen Geschichte bis ins Mittelalter zurückreicht. Am **Do, 20. Oktober 2022 von 14 bis 15.30 Uhr** bekommen wir die Möglichkeit, diese geschichtsträchtige Ruine bei einer Führung zu besichtigen.

**Malkurs mit der Volkskunstgilde:** Am Di, 15. November 2022 von 08.30 bis 12.30 findet im Haus der Kunst im Knittelfelder Stadtpark ein Malkurs mit der Volkskundgilde statt.

**Adventkranzbinden und Gestecke basteln:** Weihnachtlich wird es am Mo, 21. November 2022 im Haus der Vereine in der Marktgasse 22 in Knittelfeld! Wir gestalten unseren eigenen Adventkranz. Wer möchte, kann auch ein Gesteck basteln. Alle notwendigen Materialien sind vorhanden und werden kostenlos zur Verfügung gestellt! Außerdem werden wir von geübten Adventkranzbinderinnen angeleitet 😊! Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich!

Außerdem möchten wir Euch gerne auf den „**Gesundheitstag**“ in Knittelfeld hinweisen, der von der Stadtgemeinde am 23. September von 9-13 Uhr am Knittelfelder Hauptplatz organisiert wird. Weitere Informationen finden Sie auf der Homepage der Stadtgemeinde Knittelfeld.

Und zusätzlich möchten wir Sie auch auf das **neue Kursprogramm der VHS Murtal** aufmerksam machen! Im Anhang finden Sie alle Kurse, die in Knittelfeld stattfinden. Für Informationen und Anmeldungen steht der Leiter Christian Füller unter 0664 821 64 38 zur Verfügung!

Wir freuen uns sehr, wenn Sie die Information über die kommenden Aktivitäten mit älteren Menschen teilen und/oder selbst daran teilnehmen!

Freundliche Grüße

Martina Frei (ZEBRA-Projektkoordination Altern in Vielfalt)

0664 88 25 37 57 / [martina.frei@zebra.or.at](mailto:martina.frei@zebra.or.at)

**Hinweis:** Sie erhalten diese Nachricht, weil Sie eine Funktion in einer Partnergemeinde haben, für eine (soziale) Organisation tätig bzw. ehrenamtlich aktiv sind oder bereits in der Vergangenheit an unseren Angeboten für ältere Menschen interessiert waren. Sehr gerne können Sie die Informationen von uns an interessierte Personen weiterleiten!

Sollten Sie hingegen keine Nachrichten mehr erhalten wollen, bitten wir Sie um eine kurze Rückmeldung.

**Altern in Vielfalt wird gefördert von:**



12. Newsletter Oktober 2022 Wagna: Ankündigung zu Aktivitäten

**Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Kooperations- und NetzwerkpartnerInnen!**

Sehr gerne möchte ich Sie heute über die kommenden Aktivitäten im Rahmen des ZEBRA-Projekts Altern in Vielfalt in der Marktgemeinde Wagna informieren. Wir freuen uns sehr, wenn Sie diese Information mit älteren Menschen teilen!

**Erzählcafé in Leitring:** Beim Erzählcafé jeden ersten Mittwoch im Monat von 15-17 Uhr in Gerti's Griaß di Café tauschen sich die TeilnehmerInnen zu verschiedenen Themen aus Vergangenheit und Gegenwart aus. Bisherige Themen waren z.B. „Schule damals und heute“, „Traditionelle Hausmittel“ und „Anekdoten aus der Modewelt“. Die nächsten Erzählcafés finden am 2.11. und am 7.12. statt. Ein Flyer ist beigefügt.

**Führung im Schloss Seggau:** Rundgang durch das steirische Bischofsschloss, Besichtigung der barocken Schlosskapelle, der modernen Michaelskapelle, der „Seggauer Liesl“, des Lapidariums und der Fürstenzimmer mit der Bischofsgalerie am Fr, 21.10.2022 von 10 bis 11.30 Uhr. Treffpunkt ist vor dem Schloss. Ein Flyer ist beigefügt. Eine Anmeldung bis 17.10. ist erforderlich!

**Vortrag „Sturzvermeidung in Theorie und Praxis“:** In diesem Vortrag werden Risiken und Stolperfallen aufgezeigt sowie Maßnahmen zur Vermeidung von Stürzen besprochen. Außerdem werden einige praktische Tipps ausprobiert. Der Vortrag findet am Do, 10. November 2022 von 14 bis 15.30 Uhr im Kultursaal der Marktgemeinde Wagna statt. Die Vortragende Gabriele Batruel ist Diplomierete Gesundheits- und Krankenpflegerin und akademische Pflegeberaterin. Ein Flyer ist beigefügt. Max. 15 TeilnehmerInnen möglich – daher wird eine Voranmeldung erbeten!

**Alle Veranstaltungen sind kostenfrei und für alle interessierten Personen offen!**

Des Weiteren möchten wir demnächst lokale AkteurInnen aus Wagna zu einem **Netzwerktreffen** einladen. Bei einem persönlichen Austausch rund um das Thema Älter werden in Wagna wollen wir uns gegenseitig über Angebote für Senior:innen informieren sowie gemeinsam darauf schauen, wo eventuelle Lücken in der Gemeinde bestehen und wie diese geschlossen werden können. Eine detaillierte Einladung folgt in einem gesonderten E-Mail.

Freundliche Grüße

Martina Frei

ZEBRA-Projektkoordination Altern in Vielfalt

**Hinweis:** Sie erhalten diese Nachricht, weil Sie eine Funktion in einer Partnergemeinde haben, für eine (soziale) Organisation tätig bzw. ehrenamtlich aktiv sind oder bereits in der Vergangenheit an unseren Angeboten für ältere Menschen interessiert waren. Sehr gerne können Sie die Informationen von uns an interessierte Personen weiterleiten!

Sollten Sie hingegen keine Nachrichten mehr erhalten wollen, bitten wir Sie um eine kurze Rückmeldung.

**Altern in Vielfalt wird gefördert von:**

### 13. Newsletter November 2022 Wagna: Protokoll Netzwerktreffen Wagna

#### **Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Kooperations- und NetzwerkpartnerInnen!**

Am 17.11.2022 fand ein sehr austauschreiches Vernetzungstreffen zum Thema Älter werden in Wagna statt. Im Anhang übermittle ich Ihnen das Protokoll sowie eine Zusammenfassung der bisherigen Aktivitäten im Rahmen des Projekts Altern in Vielfalt und – weil es Thema war – den Leitfaden „Neue Bilder des Alterns“ sowie eine Zusammenfassung eines von ZEBRA organisierten Webinars zu diesem Thema. Sollte Interesse an einem neuerlichen Workshop zum Thema „Wertschätzend über das Alter(n) kommunizieren“ bestehen, lassen Sie es mich bitte unbedingt wissen!

Ich möchte mich herzlich bei den zahlreichen Teilnehmerinnen für den anregenden Austausch bedanken!

Freundliche Grüße

Martina Frei

ZEBRA-Projektkoordination Altern in Vielfalt

**Hinweis:** Sie erhalten diese Nachricht, weil Sie eine Funktion in einer Partnergemeinde haben, für eine (soziale) Organisation tätig bzw. ehrenamtlich aktiv sind oder bereits in der Vergangenheit an unseren Angeboten für ältere Menschen interessiert waren. Sehr gerne können Sie die Informationen von uns an interessierte Personen weiterleiten!

Sollten Sie hingegen keine Nachrichten mehr erhalten wollen, bitten wir Sie um eine kurze Rückmeldung.

#### **Altern in Vielfalt wird gefördert von:**

## Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Kooperations- und NetzwerkpartnerInnen!

Im Rahmen des ZEBRA-Projekts **Altern in Vielfalt**, das noch bis April 2023 in der Stadtgemeinde Knittelfeld umgesetzt wird, fanden dieses Jahr **zahlreiche Aktivitäten** für ältere Bürger\*innen statt. Die Ideen zu den Aktivitäten wurden von Senior\*innen durch Befragungen und einem Aktionstag selbst eingebracht und mit viel ehrenamtlichen Engagement ihrerseits unterstützt und umgesetzt! So trafen sich ältere Menschen zu einem Fotospaziergang, einem Kräuterspaziergang mit anschließender Jause und einem Resilienzspaziergang gemeinsam gestaltet mit GO-ON und nahmen an einem Besuch beim Knittelfelder Stadtimker, einer Stadtführung mit Stadtarchivar Hans Rinofner und einem Ausflug zur Schlossruine Einödthof bei Franz Zanger teil. Zuletzt wurde von den Senior\*innen gemeinsam mit der Tongruppe von Jugend am Werk Weihnachtsdekoration aus Ton gestaltet und im Haus der Vereine Adventkränze gebunden. **Über 160 Personen** waren bei den gemeinschaftsbildenden Aktivitäten mit dabei! Außerdem wurde die Netzwerkarbeit für die Zielgruppe durch die Kooperationen mit lokalen Akteur\*innen und mehrere Vernetzungstreffen ausgebaut. Für die kommenden Monate sind noch Osterbasteln, Vorträge und Spaziergänge in der Natur geplant. Bitte erkundigen Sie sich bei Interesse gerne bei mir! Wenn Sie selbst eine Idee für eine Aktivität für ältere Menschen haben, melden Sie sich bitte ebenfalls jederzeit – ich unterstütze Sie in meinen Möglichkeiten gerne in der Umsetzung!

Das Projektteam von ZEBRA bedankt sich an dieser Stelle herzlich bei allen mitwirkenden Senior\*innen und Partner\*innen sowie der Stadtgemeinde Knittelfeld für die gute Zusammenarbeit!

Ich wünsche Ihnen allen **besinnliche Festtage und einen guten Start ins Jahr 2023!**

Freundliche Grüße

Martina Frei

ZEBRA-Projektkoordination Altern in Vielfalt

**Hinweis:** Sie erhalten diese Nachricht, weil Sie eine Funktion in einer Partnergemeinde haben, für eine (soziale) Organisation tätig bzw. ehrenamtlich aktiv sind oder bereits in der Vergangenheit an unseren Angeboten für ältere Menschen interessiert waren. Sehr gerne können Sie die Informationen von uns an interessierte Personen weiterleiten!

Sollten Sie hingegen keine Nachrichten mehr erhalten wollen, bitten wir Sie um eine kurze Rückmeldung.

**Altern in Vielfalt wird gefördert von:**



**Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Kooperations- und NetzwerkpartnerInnen!**

Im Rahmen des ZEBRA-Projekts **Altern in Vielfalt**, das noch bis April 2023 in der Marktgemeinde Wagna umgesetzt wird, fanden dieses Jahr **zahlreiche Aktivitäten** für ältere Bürger\*innen statt. Die Ideen zu den Aktivitäten wurden von Senior\*innen durch Befragungen und einem Aktionstag selbst eingebracht und mit viel ehrenamtlichen Engagement ihrerseits unterstützt und umgesetzt! So trafen sich ältere Menschen zu einem Fotospaziergang, einer Kräuterwanderung mit Erna Brandl, den historischen Wanderungen durch Wagna und den Römersteinbruch in Aflenz gestaltet von Franz Trampusch und nahmen an einem Ausflug zum Schloss Seggau, dem Kraft-fürs-Leben-Spaziergang am Retzhof gemeinsam mit Dr. Anna Sigmund sowie einem Vortrag zum Thema Sturzvermeidung mit Gabriele Batruel teil. Außerdem wurde im Rahmen des Langen Tags der Demenz ein Informationstisch zum Thema Prävention von ZEBRA in der Sozialinfo in Leibnitz betreut und zuletzt ein Netzwerktreffen für lokale Akteur\*innen aus und rund um Wagna organisiert. Dabei informierten sich die Anwesenden über bestehende Angebote für Senior\*innen in Wagna und tauschten sich aus, wie diese gut bekannt gemacht werden können. Mit dem Erzählcafé jeden ersten Mittwoch im Monat in Gerti's Café hat sich seit Anfang Juni zudem ein fixes Angebot etabliert, das immer gerne besucht wird. **Über 200 Teilnehmer\*innen** waren bisher bei den gemeinschaftsbildenden Aktivitäten mit dabei und haben sich auch privat für Unternehmungen verabredet! Das Projektteam von ZEBRA bedankt sich an dieser Stelle herzlich bei allen mitwirkenden Senior\*innen und Partner\*innen sowie der Marktgemeinde Wagna für die gute Zusammenarbeit! Für das Frühjahr sind neben dem Erzählcafé noch weitere Aktivitäten geplant, darunter ein Ausflug zum Tempelmuseum und ein Spielefest. Bitte erkundigen Sie sich bei Interesse gerne bei mir bezüglich den Terminen! Wenn Sie selbst eine Idee für eine Aktivität für ältere Menschen haben, melden Sie sich bitte ebenfalls jederzeit – ich unterstütze Sie in meinen Möglichkeiten gerne in der Umsetzung!

Ich wünsche Ihnen allen **besinnliche Festtage und einen guten Start ins Jahr 2023!**

Freundliche Grüße

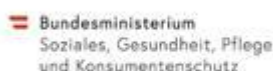
Martina Frei

ZEBRA-Projektkoordination Altern in Vielfalt

**Hinweis:** Sie erhalten diese Nachricht, weil Sie eine Funktion in einer Partnergemeinde haben, für eine (soziale) Organisation tätig bzw. ehrenamtlich aktiv sind oder bereits in der Vergangenheit an unseren Angeboten für ältere Menschen interessiert waren. Sehr gerne können Sie die Informationen von uns an interessierte Personen weiterleiten!

Sollten Sie hingegen keine Nachrichten mehr erhalten wollen, bitten wir Sie um eine kurze Rückmeldung.

**Altern in Vielfalt wird gefördert von:**





15. Newsletter Jänner 2023 Wagna: Sammlung von Angeboten für SeniorInnen

### **Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Kooperations- und NetzwerkpartnerInnen!**

Ein Schwerpunkt des ZEBRA-Projekts **Altern in Vielfalt**, das noch bis Ende April 2023 in der Marktgemeinde Wagna umgesetzt wird, ist neben der partizipativen Gestaltung von sozialen Treffpunkten auch, eine **umfassende Bestandsaufnahme von Angeboten für SeniorInnen** in der Region zu erstellen. Diese Sammlung wird zu Projektende **übersichtlich aufbereitet** an die Marktgemeinde Wagna und alle NetzwerkpartnerInnen zur Weitergabe an interessierte Personen übermittelt.

Zahlreiche Kooperations- und NetzwerkpartnerInnen habe ich bereits kontaktiert, um die bisherige Bestandsaufnahme zu aktualisieren - **heute möchte ich Sie ALLE einladen, mir IHRE Angebote für SeniorInnen zu übermitteln** oder mich über Angebote zu informieren, die Sie selbst besuchen oder interessant finden, damit die Sammlung möglichst vollständig sein kann!

Unter Angebote werden offene Treffpunkte, Freizeitangebote, Bewegungsangebote, Beratungsangebote, Bildungsangebote, Treffen von SeniorInnenverbänden u.v.m. verstanden.

Für die übersichtliche Aufbereitung benötige ich **folgende Informationen**:

Name des Angebots, kurze Beschreibung, an welchem Tag das Angebot stattfindet und zu welcher Uhrzeit, wo es stattfindet und eine Telefonnummer für Informationen. Aussehen wird dies abschließend in etwa so:

SALZ STEIRISCHE ALZHEIMERHILFE  
Selbsthilfegruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz  
JEDEN LETZTEN MONTAG IM MONAT  
VON 15 BIS 17 UHR  
GSFG, Wagnastraße 1, 1. Stock, 8430 Leibnitz  
Anmeldung/Informationen bei ANSPRECHPERSON unter: NUMMER

Ich freue mich auf viele Angebote! (Sollten wir diesbezüglich gerade erst Kontakt haben, benötige ich die Informationen nicht nochmals!)

Freundliche Grüße

Martina Frei

ZEBRA-Projektkoordination Altern in Vielfalt

**Hinweis:** Sie erhalten diese Nachricht, weil Sie eine Funktion in einer Partnergemeinde haben, für eine (soziale) Organisation tätig bzw. ehrenamtlich aktiv sind oder bereits in der Vergangenheit an unseren Angeboten für ältere Menschen interessiert waren. Sehr gerne können Sie die Informationen von uns an interessierte Personen weiterleiten!

Sollten Sie hingegen keine Nachrichten mehr erhalten wollen, bitten wir Sie um eine kurze Rückmeldung.

**Altern in Vielfalt wird gefördert von:**

16. Newsletter Jänner 2023 Version Knittelfeld: Altern in Vielfalt: Aktivitäten bis zu Projektende

### **Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Kooperations- und NetzwerkpartnerInnen!**

Das ZEBRA Projekt **Altern in Vielfalt**, das seit November 2021 in der Region Knittelfeld umgesetzt wird, wird im April 2023 abgeschlossen werden. Wir dürfen bisher stolz auf die Beteiligung vieler engagierter Menschen vor Ort sein und auf zahlreiche soziale Kontakte, die im gemeinsamen Tun entstanden sind und bleiben werden. In den letzten anbrechenden Monaten haben wir noch einiges vor und möchten Sie gerne an unseren Vorhaben teilhaben lassen!

Einerseits laden wir Sie zu folgenden gemeinschaftsbildenden Angeboten ein bzw. freuen wir uns, wenn Sie interessierte Personen darauf aufmerksam machen:

- Vortrag zum Thema „Betrügerische Tricks am Telefon“ in Kooperation mit dem Seniorenklub der Pfarre und der Polizeistelle Knittelfeld: Do, 9. Februar 2023 von 14.30 bis 16.00 Uhr im Pfarrsaal, Kirchengasse 7, 8720 Knittelfeld
- Bastelrunde mit Krapfen und Kaffee: Mi, 15. Februar 2023 von 09.00 bis 12.00 Uhr im Haus der Vereine in der Marktgasse 22a – wir stimmen uns auf Ostern ein!
- Netzwerktreffen Senior:innen mit Schwerpunkt Demenz: Mi, 1. März 2023 von 09.00 bis 11.30 im großen Gemeinderatssitzungssaal im Rathaus Knittelfeld, Anmeldung bei [dagmar.herbst@knittelfeld.gv.at](mailto:dagmar.herbst@knittelfeld.gv.at) erbeten
- Osterbasteln: Di, 7. März 2023 von 09.00 bis 12.00 Uhr im Haus der Vereine in der Marktgasse 22a – wir bemalen u.a. Holzosterhasen, Anmeldung bis 27. Februar bei Martina Frei unter 0664/88 25 37 57 erbeten.
- Filmpräsentation: Vom Leidensweg zum Lebensglück. Eine autobiographische Dokumentation eines Lebens voller Herausforderungen, Fr, 24. März, 19-21 Uhr Haus der Vereine, Marktgasse 22a, Anmeldung erbeten unter: 0676/847 886 501
- Besuch der Waldschule und Spaziergang zur Knospenkunde: Di, 18. April 2023, Treffpunkt um 13.30 Uhr vor dem Rathaus oder um 14.00 Uhr bei der Waldschule - Mitfahrgelegenheit bitte bei Martina Frei unter 0664/88 25 37 57 erfragen!

Zusätzlich freut es uns sehr, dass wir in Kürze unsere beiden Projektpartnergemeinden – Wagna und die Stadtgemeinde Knittelfeld – zu einem Austauschtreffen einladen können. Im Rahmen dieses Treffens stehen die Themen Zielerreichung, Beteiligung, förderliche und hinderliche Faktoren, Nachhaltigkeit, Lernerfahrungen und Transferierbarkeit im Vordergrund und werden von unseren Ansprechpersonen in den Gemeinden und dem Projektevaluator Peter Stoppacher diskutiert.

Wir würden uns freuen, bei den Aktivitäten noch einige bekannte Gesichter wieder zu sehen und einige neue Gesichter kennen zu lernen!

Freundliche Grüße

Martina Frei

ZEBRA-Projektkoordination Altern in Vielfalt

**Hinweis:** Sie erhalten diese Nachricht, weil Sie eine Funktion in einer Partnergemeinde haben, für eine (soziale) Organisation tätig bzw. ehrenamtlich aktiv sind oder bereits in der Vergangenheit an unseren Angeboten für ältere Menschen interessiert waren. Sehr gerne können Sie die Informationen von uns an interessierte Personen weiterleiten!

Sollten Sie hingegen keine Nachrichten mehr erhalten wollen, bitten wir Sie um eine kurze Rückmeldung.

**Altern in Vielfalt wird gefördert von:**



16. Newsletter Jänner 2023 Version Wagna: Altern in Vielfalt: Aktivitäten bis zu Projektende

**Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Kooperations- und NetzwerkpartnerInnen!**

Das ZEBRA Projekt **Altern in Vielfalt**, das seit November 2021 in der Marktgemeinde Wagna umgesetzt wird, wird im April 2023 abgeschlossen werden. Wir dürfen bisher stolz auf die Beteiligung vieler engagierter Menschen vor Ort sein und auf zahlreiche soziale Kontakte, die im gemeinsamen Tun entstanden sind und bleiben werden. In den letzten anbrechenden Monaten haben wir noch einiges vor und möchten Sie gerne an unseren Vorhaben teilhaben lassen!

Einerseits laden wir Sie zu folgenden gemeinschaftsbildenden Angeboten ein bzw. freuen wir uns, wenn Sie interessierte Personen darauf aufmerksam machen:

- Erzählcafé: jeden ersten Mittwoch im Monat von 15.00 bis 17.00 Uhr in Gerti's Café; Thema 1.2.2023 „Was hält mich körperlich und geistig gesund?“, Thema 1.3.2023 „Wie sich unsere Umwelt verändert!“ mit Hildegard Schweder von den Oma's for Future und ihrem Umweltquiz als Gast
- Erzählcafé Spezial - Musikalische Zeitreise mit Siegfried Bauer und Helmut Schweiger: Do, 23. Februar von 15.00 bis 16.30 Uhr im Kultursaal in Wagna; die beiden Musiker spielen an Akkordeon und Gitarre Klassiker von 1930 bis 1980, darunter Comedian Harmonists, Udo Jürgens und ABBA
- Ausflug zum Tempelmuseum Frauenberg und Wallfahrtskirche als Teil der historischen Wanderungen: Fr, 14. April 2023 von 09.30 bis 11.30 Uhr; Treffpunkt direkt vor Ort, bei Bedarf sind Mitfahrgelegenheiten gegeben!
- Spielefest für alle Generationen im Römerdorf in Kooperation mit dem EKIZ: Sa, 29. April 2023 von 14.00 bis 18.00 Uhr

Zusätzlich erarbeiten wir bis zu Projektende eine übersichtliche Sammlung von Angeboten für ältere Menschen in Wagna aus den Themenbereichen Beratung, Information, Freizeit und Bewegung, die wir der Marktgemeinde Wagna und allen Interessierten zur Weitergabe zur Verfügung stellen.

Außerdem freut es uns sehr, dass wir in Kürze unsere beiden Projektpartnergemeinden – Wagna und die Stadtgemeinde Knittelfeld – zu einem Austauschtreffen einladen können. Im Rahmen dieses Treffens stehen die Themen Zielerreichung, Beteiligung, förderliche und

hinderliche Faktoren, Nachhaltigkeit, Lernerfahrungen und Transferierbarkeit im Vordergrund und werden von unseren Ansprechpersonen in den Gemeinden und dem Projektevaluator Peter Stoppacher diskutiert.

Wir würden uns freuen, bei den Aktivitäten noch einige bekannte Gesichter wieder zu sehen und einige neue Gesichter kennen zu lernen!

Freundliche Grüße

Martina Frei

ZEBRA-Projektkoordination Altern in Vielfalt

**Hinweis:** Sie erhalten diese Nachricht, weil Sie eine Funktion in einer Partnergemeinde haben, für eine (soziale) Organisation tätig bzw. ehrenamtlich aktiv sind oder bereits in der Vergangenheit an unseren Angeboten für ältere Menschen interessiert waren. Sehr gerne können Sie die Informationen von uns an interessierte Personen weiterleiten!

Sollten Sie hingegen keine Nachrichten mehr erhalten wollen, bitten wir Sie um eine kurze Rückmeldung.

**Altern in Vielfalt wird gefördert von:**



17. Newsletter April 2023: Altern in Vielfalt ist zu Ende – Aktivitäten bestehen weiter

**Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Kooperations- und NetzwerkpartnerInnen!**

**Unser Projekt „Altern in Vielfalt“ ist zu Ende – die Aktivitäten bestehen weiter!**

Unter dem Titel *Altern in Vielfalt* startete ZEBRA (Interkulturelles Beratungs- und Therapiezentrum) gemeinsam mit der Marktgemeinde Wagna und der Stadtgemeinde Knittelfeld eine Initiative, um die soziale Teilhabe älterer Menschen in der Region zu fördern. Von November 2021 bis April 2023 wurden im Rahmen des Projekts neue soziale Treffpunkte gestaltet und bereits bestehende Angebote leichter zugänglich gemacht. Des Weiteren wurde das Bewusstsein zu Ressourcen und Bedürfnissen der älteren Generation gesteigert und Menschen und Organisationen miteinander vernetzt.

Unterstützt wurde das Projekt aus Mitteln des Fonds Gesundes Österreich und des Landes Steiermark.

**Bedarfserhebung und Aktionstag**

Um den Bedarf aus Sicht der älteren Generation zu erheben, wurden zu Projektbeginn persönliche Gespräche mit Senior\*innen und lokalen Akteur\*innen geführt. Zusätzlich wurde in Wagna eine schriftliche Befragung durchgeführt und in Knittelfeld eine bestehende Fragebogenerhebung mit Wünschen zu Angeboten in der Region aufgearbeitet. Die Ergebnisse daraus wurden im April 2022 im Rahmen eines Aktionstags in den beiden Partnergemeinden vorgestellt. Zahlreiche interessierte Senior\*innen diskutierten den ganzen

Vormittag über ihre Anliegen und Vorstellungen zum Miteinander in der Gemeinde und brachten ihre Ideen für gemeinsame Aktivitäten ein.

## **Aktivitäten**

Ausgehend vom Aktionstag in **Wagna** entstanden innerhalb kürzester Zeit konkrete Vorhaben wie ein **Erzählcafé, historische Wanderungen, Vorträge zu Gesundheitsthemen und Ausflüge in der Region**. Durch die Initiierung neuer Angebote sowie Kooperationen mit lokalen Akteur\*innen wurden rund **30 Aktivitäten mit über 300 Teilnehmer\*innen** umgesetzt! Ausgehend vom Aktionstag und zahlreichen Vernetzungs- und Kooperationsgesprächen in **Knittelfeld** entstanden ebenso Vorhaben zu verschiedensten Themen, darunter **Vorträge, ein Kräuterspaziergang, zahlreiche Kreativtage**, wie z.B. Adventkranzbinden und Osterbasteln sowie **Unternehmungen, um das Lebensumfeld besser kennen zu lernen**, wie z.B. eine Stadtführung, ein Ausflug zur Schlossruine Einödthof und der Waldschule. Durch die Initiierung neuer Angebote sowie Kooperationen mit lokalen Akteur\*innen wurden hier so insgesamt **20 Aktivitäten mit rund 300 Teilnehmer\*innen** umgesetzt! Zusätzlich wurden durch den Netzwerkausbau in beiden Partnergemeinden **etliche ältere Menschen zu bestehenden Angeboten vor Ort weitervermittelt**, die ihnen bis dahin unbekannt waren und außerdem eine **übersichtliche Sammlung von Angeboten für Senior\*innen in Wagna** erstellt. Diese haben wir auch im **Anhang** für Sie beigefügt.

## **Wie geht es weiter?**

Altern in Vielfalt endete im April 2023, aber **eine Vielzahl an Ergebnissen wird weiterhin wirken**. So hat sich die Erzählcafé-Gruppe in Wagna entschlossen, die monatlichen Treffen weiter zu führen. Am 7. Juni feiert das Erzählcafé dann bereits sein 1-jähriges Bestehen! Zusätzlich gibt es in Wagna eine Gruppe von Menschen, die sich weiterhin für gemütliche Wanderungen verabredet. Aufgrund der guten Kooperation mit der Servicestelle für die Generation 50+ der Stadtgemeinde Knittelfeld und dem hohen Engagement zahlreicher Senior\*innen und lokalen Akteur\*innen ist es auch hier gelungen, die Ergebnisse nachhaltig zu verankern. Auch nach Projektende sind noch zahlreiche Aktivitäten in Planung: Die Mitarbeiterinnen der Servicestelle für die Generation 50+, Dagmar Herbst und Birgit Moosbrugger, sind weiterhin für die Anliegen der älteren Bürger\*innen von Knittelfeld da, organisieren ein buntes Programm und unterstützen Senior\*innen und lokale Akteur\*innen bei der Umsetzung von eigenen Ideen zu gemeinschaftlichen Aktivitäten. Etliche Personen fanden durch die umfangreiche Vernetzung in weiteren gemeinschaftlichen Angeboten in den beiden Regionen Anschluss. Viele soziale Kontakte, die sich abseits der Aktivitäten vertieften, bleiben ebenso sicherlich weiterhin bestehen!

Abschließend möchten wir sehr gerne noch auf den Leitfaden „NEUE BILDER DES ALTER(N)S – WERTSCHÄTZEND ÜBER DAS ALTER KOMMUNIZIEREN“ ([Leitfaden „Neue Bilder des Alter\(n\)s - Gesundheitsziele Österreich \(Leitfaden „Neue Bilder des Alter\(n\)s - Gesundheitsziele Österreich \(gesundheitsziele-oesterreich.at\)\)](#)) und den aktuellen Schwerpunkt des Projektfonds des Land Steiermark hinweisen „Gemeinsam für mehr Teilhabe im Alter“ ([Land Steiermark - Soziales - Sozialserver - Land Steiermark](#)) hinweisen!

**Das Projektteam von ZEBRA bedankt sich herzlich bei allen mitwirkenden Senior\*innen und Partner\*innen, die zum großen Erfolg des Projekts beigetragen haben! Es war eine große Freude in einem so sprudelnden Umfeld wirken zu können!**

Bei allgemeinen Fragen rund um Altern in Vielfalt und die Aktivitäten daraus wenden Sie sich bitte an: Martina Pratter-Frei (ZEBRA): 0664 88 25 37 57, bei Fragen zur Marktgemeinde Wagna an Elisabeth Klapsch: 0664 825 00 01/ [elisabeth.klapsch@wagna.at](mailto:elisabeth.klapsch@wagna.at) oder bei Fragen zur Stadtgemeinde Knittelfeld an Dagmar Herbst: 0664 80047222/ [dagmar.herbst@knittelfeld.gv.at](mailto:dagmar.herbst@knittelfeld.gv.at)

Freundliche Grüße

Martina Frei

ZEBRA-Projektkoordination Altern in Vielfalt

**Hinweis:** Sie erhalten diese Nachricht, weil Sie eine Funktion in einer Partnergemeinde haben, für eine (soziale) Organisation tätig bzw. ehrenamtlich aktiv sind oder bereits in der Vergangenheit an unseren Angeboten für ältere Menschen interessiert waren. Sehr gerne können Sie die Informationen von uns an interessierte Personen weiterleiten!

Sollten Sie hingegen keine Nachrichten mehr erhalten wollen, bitten wir Sie um eine kurze Rückmeldung.

**Altern in Vielfalt wird gefördert von:**

