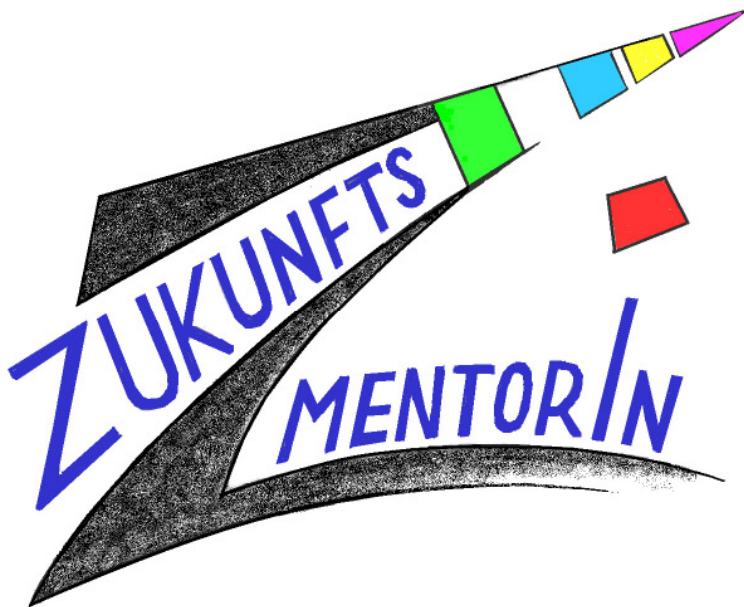




**DIE PROJEKTE:
Arbeitskreis 3:
ZUKUNFTSMENTORIN**

ZUKUNFTSMENTORIN

Ein Modellprojekt zum Ausbau von Innovationspotenzialen älterer Menschen durch die Entwicklung neuer Lern-, Aktivitäts- und Handlungsfelder.



Logo: Ernie Fuchs

Leitung : Ernie Fuchs

Projektteam:

Mag.a Doris Hoffmann
Dr.in Krista Schüssel



Einleitung:

Österreich steht, wie viele anderen Staaten auch mitten im Spannungsfeld des demografischen Wandels. Das dritte und vierte Lebensalter entwickelt sich von einer passiv durchlebten Restzeit zu einer eigenständigen Lebensphase, die sich nach neuen Kriterien ordnet, nach neuen Handlungsprojekten ruft und auf noch wenig Kohortenerfahrung zurückgreifen kann. (vgl. Rosenmayr)

Vorherrschend in der Diskussion sind die MEHR KOSTEN dieser Entwicklung für die Gesellschaft – wir gehen einen anderen Weg, und rücken mit unserem Konzept den MEHR WERT und das POTENTIAL in den Blickpunkt, und möchten damit den Gestaltungsraum ALTER nachhaltig und vor allem nachahmenswert sichtbar machen.

Die (RÜCK) –Wirkungen, die dadurch entstehen sind enorm positiv - neue soziale Rollen Älterer führen zu neuen Alltagssolidaritäten und Netzwerken, wirken gegen Vereinzelung, Vereinsamung und Krankheit im Alter, und stärken somit individuell die psychische und physische Gesundheit und entlasten das Gesundheitssystem.

Das Projekt „ZukunftsmentorInnen“ baut auf den Grundlagen des ganzheitlichen Gesundheitsbegriffes auf.

Gesundheit bedeutet für uns Vitalität in körperlichen, seelischen, geistigen und sozialen Bereichen, sowie es den Menschen zu ermöglichen, selbst ihr Leben und ihre Umwelt zu gestalten, so dass es ihrer Gesundheit zuträglich ist. Das heißt, dass auch Menschen im 3. und 4. Lebensalter ihre Bedürfnisse befriedigen, ihre Sehnsüchte verwirklichen, ihre Umwelt gestalten und ihr Leben bewältigen können.

Daher werden Frauen und Männer 45+ als ZukunftsmentorInnen ausgebildet, um einerseits Menschen in ihrem Alter ganzheitlich zu unterstützen, vitales Altern zu ermöglichen und zu unterstützen. Andererseits kann dadurch auch das Potential älterer Menschen der Gesellschaft zugänglich gemacht und genutzt werden.

Der Lehrgang umfasst sechs Module. Einer der Schwerpunkte ist vitales Altern: Ernährung, Bewegung, lebenslanges Lernen sowie soziale und geistige Aktivität.

Wir wollen mit unserem Projekt vor allem bewusstseinsbildend und motivierend wirken, damit neue Altersbilder entwickelt werden können. Somit kann auch ein Beitrag zur Verbesserung der Rahmenbedingungen für ein vitales Altern geleistet werden. Es werden verstärkt präventive, regulative Maßnahmen vordergründig behandelt und nicht reparative Lösungen. Ältere Menschen sollen sich ihrer Selbstbestimmtheit und ihrer persönlichen Verantwortung für Körper, Geist und Seele bewusst werden.

Gleichzeitig sollen die Leistungsfähigkeit älterer Menschen, ihr Beitrag zum gesellschaftlichen Leben sowie ihre Kreativität und Innovationskraft als Kapital für die Gesellschaft stärker ausgebaut und anerkannt werden.

Mit dem Konzept ZukunftsmentorInnen wird auch dem Seniorenbund die Möglichkeit geboten, Mitglieder als ZukunftsmentorInnen ausbilden zu lassen um konstruktiv und gestalterisch den Herausforderungen des demographischen Wandels zu begegnen.



Kurzzusammenfassung:

**ZukunftsmentorIn
alteraktiv – alternativ Alter gestalten**

Die innovative Idee **ZukunftsmentorIn** verknüpft die Theorie über gelingendes und gesundes Älterwerden mit „maßgeschneiderten“ Umsetzungsideen.

Basis dafür ist die 6 modulige Ausbildung „ZukunftsmentorIn“ für Männer und Frauen 45+ , die als Initiatoren, Berater, Begleiter oder Multiplikatoren über die Dauer eines halben Jahres (je 2 Tage pro Monat) trainiert und anschließend auf Wunsch bei der Entwicklung und Umsetzung alter - aktiver Projekte für Körper, Geist und Seele in ihrem persönlichen Umfeld unterstützend begleitet werden.