



Programm Uni Aktiv Plus 2019

Mittwoch, 5. Juni 2019 | Audimax

- ab 09:00 **Registrierung der TeilnehmerInnen** (Welcome-Coffee)
- 10:00 Willkommen an der FH Wiener Neustadt!
Einleitung und Vorstellung der FHWN durch Geschäftsführer Mag. Helmut Pfeffer
- 10:10 Begrüßung Landesrätin Christiane Teschl-Hofmeister
- 10:20 Vorstellung der Vortragenden und Workshop-LeiterInnen durch
Geschäftsführer Mag. Helmut Pfeffer
- 10:30 – 11:15 **Impulsreferat – „Bildung im Alter – eine Wanderung auf neuen Wegen“**
Univ. Prof. Dr. Franz Kolland
(Institut für Soziologie, Universität Wien)
- Wir leben in einer Bildungs- und Wissensgesellschaft, in der Bildung und Ausbildung die langfristigen Lebenschancen der Mitglieder der Gesellschaft entscheidend beeinflussen. Bildung ist eine der wichtigsten Fragen des 21. Jahrhunderts, und zwar in allen Lebensphasen. In einer „Gesellschaft des langen Lebens“ ist Neuorientierung und Umlernen während der gesamten Lebensspanne verlangt, weil die Spätlebensphase kulturell offen bestimmt ist, der rasche technologische Wandel aktive Anpassung erfordert und die privaten Lebensformen sich ändern. Es geht im Alter um die Schaffung und Ausgestaltung neuer Erfahrung und neuen Wissens zur Vertiefung des Selbstverständnisses und zur erweiterten Entdeckung der Welt.
- 11:15 – 11:30 **kurze Pause**
- 11:30 – 12:15 **Vortrag „Erben und Vererben – Ich will nur das, was mir zusteht“**
Dr. Friedrich Lorenz
(Rechtsanwalt und externer Lektor am Institut für Recht)
- Welche Rechte entstehen aus dem gesetzlichen Erb- und Pflichtteilsrecht. Wie läuft ein Verlassenschaftsverfahren ab. Wie kann ich Fehler bei einer Verlassenschaft vermeiden.
-
- 12:15 – 13:45 **Mittagspause** (Mittagsbuffet in der großen Aula)
-
- 13:45 – 15:45 **Parallele Workshops zu den Themen**
- (1) Koordinatives Training für die geistige Fitness**
Bernhard Prinz, Bakk.rer.nat., MSc.
(Training & Sport)
- Anhand von Übungen mit einfachen Hilfsmitteln wird gezeigt, wie man die kleinen grauen Zellen bis ins hohe Alter fit halten kann. Nach einem theoretischen



Überblick geht's in die Praxis. (Keine Trainingskleidung erforderlich)
Max. Teilnehmerzahl: 20 Pers.

(2) Radiologietechnologie – sehen wer dahinter steckt – Strahlung zur Diagnose und Therapie

Dr. Michaela Knabl M.Ed.
(Radiologietechnologie)

Radiologietechnologie ist ein Beruf mit sehr vielen Handlungsfeldern, Patientinnen und Patienten wissen oft gar nicht wer hier tätig ist. Da es mit Juli 2018 beginnend endlich eine Berufsliste geben wird, können Patientinnen und Patienten auch aktiv nachlesen ob die Person überhaupt berufsberechtigt ist. Das trägt zur Autonomie der Patientinnen und Patienten bei. Weiters wird in dem Workshop das Thema Strahlung beispielhaft betrachtet. Der Workshop lädt zum Diskurs ein.
Max. Teilnehmerzahl: 20 Pers.

(3) Schenkung zu Lebzeiten oder letztwillige Verfügung?

Dr. Friedrich Lorenz
(Institut für Recht)

- Errichtung eines Testamentes oder Vermächnisses
- Erbvertrag, Pflichtteils- und Erbverzichtsvertrag
- Schenkung auf den Todesfall

Max. Teilnehmerzahl: 20 Pers.

(4) Konfliktlösungsstrategien

Prof.(FH) Dr.ⁱⁿ Gerda Stocker-Legenstein
(Persönliche Kompetenzentwicklung)

Themen des Workshops: Erkennen des eigenen Konfliktstils mit seinen Vor- und Nachteilen; Eskalationsstufen eines Konfliktes; Konfliktlösungsstrategien.
Max. Teilnehmerzahl: 20 Pers.

(5) Conversation club – Englisch für EinsteigerInnen

Ingrid Martschini BA CELTA
(Englisch-Lehrende an der FHWN)

In dem zweistündigen Workshop lernen (oder wiederholen) Sie:
Smalltalk: Fragen und Antworten zu Alltagsthemen
Survival phrases: Phrasen für die tägliche Kommunikation
Der Fokus liegt auf Sprechen.
Max. Teilnehmerzahl: 20 Pers.

(6) Gemeinsam Sicher in den besten Jahren

Kriminalprävention des Landeskriminalamts Niederösterreich

Die **polizeiliche Kriminalprävention** ist eine Serviceeinrichtung der österreichischen Exekutive die geschaffen wurde um Straftaten zu verhindern.



Speziell ausgebildete Beamte geben der Bevölkerung Ratschläge, wie der Einzelne durch Änderung seines Verhaltens oder durch Anwendung technischer Hilfsmittel vermeidet, Opfer eines Verbrechens zu werden.

Gerade die Sicherheit der älteren Generation ist der Polizei ein Anliegen. Es gilt über die aktuelle Kriminalitätsslage zu informieren, neue Deliktarten vorzustellen und einfache Maßnahmen zu erklären, wie jedermann sein Leben sicherer gestalten kann.

Max. Teilnehmerzahl: 20 Pers.

(7) Du wirst nicht älter, sondern besser: Impulse für die persönliche Weiterentwicklung im 3. Lebensabschnitt

Prof.(FH) Dr. Hofer Elfie

(Leitung Institut für persönliche Kompetenzentwicklung)

Die großen Aufgaben des Alters:

Sinnvolle Beschäftigung, wohltuende soziale Beziehungen, gesund bleiben – heil werden.

Neuorientierung:

Neue Chancen fürs Wachstum – aus dem Hamsterrad der Beschleunigung bewusst hinein in neue Aufgaben und Freiheiten

10 Gebote für glückliches Altern:

Man ist so alt wie man sich fühlt: Forschungserkenntnisse und Handlungsempfehlungen zum Aktiv- und Jungbleiben

Praxisprogramm:

Persönlichkeitsentwickelndes „Anti-Aging“-Programm mit Anleitung für den Alltag