



Expert:in.werden



## LEHRGANG SELBA TRAINER:IN

# Selbständigkeit von Senior:innen ganzheitlich fördern

### TERMINE

#### Kostenlose Informationsabende

02.07.2026 18:00 – 19:30 Uhr, online

21.09.2026 18:00 – 19:30 Uhr, online

Anmeldung:

<https://form.jotform.com/200494797851366>

#### Einführung in das SelbA Training & Altern aus medizinischer Sicht

02.10.2026 9:00 - 16:30 Uhr, Präsenz

03.10.2026 9:00 – 11:30 Uhr, Präsenz

#### Digitale Kompetenz / Praxisanwendung

15.10.2026 18:00 - 19:30 Uhr, online

05.11.2026 18:00 - 20:30 Uhr, online

10.12.2026 19:00 – 19:45 Uhr, online

11.02.2027 18:00 - 19:30 Uhr, online

#### Grundlagen des Gedächtnisses und Gedächtnistraining & Altersbilder

20.11.2026 9:00 - 17:15 Uhr, Präsenz

21.11.2026 9:00 - 13:00 Uhr, Präsenz

#### Sinn- und Lebensfragen, Biografiearbeit & Psychomotorik

15.01.2027 9:00 - 16:30 Uhr, Präsenz

16.01.2027 9:00 – 16:30 Uhr, Präsenz

#### Gesund & fit und eigenständig bleiben

29.01.2027 13:15 - 18:00 Uhr, Präsenz

30.01.2027 9:00 - 17:15 Uhr, Präsenz

#### Präsentation & Abschluss, Abschlussarbeit

26.02.2027 9:00 - 16:30 Uhr, Präsenz

27.02.2027 9:00 - 18:00 Uhr, Präsenz

### REFERENT:INNEN

#### Margarete Ringler, MAS

Tiroler Bildungsforum, Verein Erwachsenenbildung Tirol, Bildungszentrum für Sozialberufe, Spielpädagogin

#### Falk Sulek

Dipl. Gesundheitspädagoge, zert. Lerntherapeut & Systemischer Coach, Achtsamkeits- und Dialogtrainer

#### Karin Neuschmid

Erwachsenenbildnerin, systemische Kommunikationsmanagerin und Coach, Train the Trainer, Biografiearbeit

#### Dr. in Caroline Braunhofer

Allgemeinmedizinerin, Notarztdiplom, Psycho-soziale Medizin, Phytotherapie, Palliativmedizin, Akkupunktur i.A.

#### Dipl. Ing. Martin Morandell

Informatikstudium, akademischer Experte für assistierende Technologien, IT-Trainer für sehbehinderte und blinde Menschen

#### Martina Hörmann, MAS

Katholisches Bildungswerk, digitale Bildung, Studium Erwachsenenbildung, Trainerin

#### Andrea Mark

diplomierte Gesundheits- und Krankenschwester, SelbA Trainerin

30% UPDATE  
gefördert **update**  
land tirol

### WEITERE INFORMATIONEN

Zusatzekommen in Form einer Aufwandsentschädigung von € 10/Person und Termin, modulare Teilnahme auf Anfrage

### LEHRGANGSKOSTEN

**1.260 Euro** inklusive digitale Unterlagen  
**220 Euro** „Startbonus“ pro Jahr für die ersten beiden Jahre bei Trainer:innenvereinbarung  
Ratenzahlung möglich

### KURSORT

Pfarrsaal Hötting  
Schulgasse 2, 6020 Innsbruck

### ZUR ANMELDUNG

<https://form.jotform.com/200494797851366>

### INFORMATIONEN

MMag.<sup>a</sup> Andrea Klotz BSc  
Fachreferentin Senior:innen- und Generationenbildung, Katholisches Bildungswerk Tirol,  
+43 512 2230-4804, [selba@bildung-tirol.at](mailto:selba@bildung-tirol.at)



### Stornobedingungen

Bis zum 22.09.2026 kann kostenfrei storniert werden. Ab dem 23.09.2026 werden 50 % der Seminarkosten berechnet, ab Beginn des Seminars und bei Nichtabmeldung ist der gesamte Seminarbeitrag zu zahlen. Abmeldungen werden nur schriftlich per Mail akzeptiert.