

## Kontakt, Information & Anmeldung

GEFAS Steiermark, 8010 Graz, Mozartgasse 14a, Tel: 0316/380-2964, Fax: DW 9212,  
E-Mail: gefas@seniorweb.at, Internet: [www.seniorweb.at](http://www.seniorweb.at)

**ÖH-Generationenreferat - GEFAS Steiermark**  
[www.oeh.uni-graz.at](http://www.oeh.uni-graz.at), [www.seniorweb.at](http://www.seniorweb.at)

### Philosophisches Cafe mit Univ.-Prof. Dr. Johann Götschl

- Leitung:** Ilse Toriser  
**Ort:** Cafe Sacher, Graz, Herrengasse 6  
**Zeit:** Jeweils montags, 19:30
- ▶ Termin: Montag 27.03.2006  
Zum Menschenbild in der globalisierenden Wissensgesellschaft
  - ▶ Termin: Montag 15.05.2006  
Mensch nach Maß: Ein "neuer Mensch" im gentechnologischen Zeitalter?
  - ▶ Termin: Montag 19.06.2006  
Mensch und Maschine (Computer): Ethische und existenzielle Implikationen
  - ▶ Termin: Montag 21.08.2006  
Wofür leben wir? Konfliktlinien zwischen individuellen und gesellschaftlichen Zielsetzungen
  - ▶ Termin: Montag 25.09.2006  
Ist alles Leben nur Problemlösen?
  - ▶ Termin: Montag 13.11.2006  
Zur Untrennbarkeit von Wissen und Weisheit für die werdende Weltgesellschaft

### Kongress 15 Jahre GEFAS Steiermark Aktives Alter/n

HURRA – die GEFAS Steiermark feiert ihr 15-jähriges Bestehen. Bei dieser Veranstaltung werden EU Projekte zum Thema Aktives Alter/n vorgestellt. Weiters werden in Workshops mit National Contact Points Hilfestellungen für Anträge gegeben. Die Veranstaltung wird in Kooperation mit Compass und der EURAG durchgeführt.

- ▶ Termin: Do 12. bis Sa 14. 10. 2006  
Ort: Meerscheinschlössl, Mozartgasse 3, Graz  
Zeit: täglich von 10 bis 16 Uhr

### Wir danken unseren Förderern:



**GEFAS Steiermark**  
[www.seniorweb.at](http://www.seniorweb.at)

### EU Projekt LENA Train the Trainer - Ausbildung

- (K)ein Unterschied in der Bildungsarbeit mit älteren Menschen? Kompetenzerweiterung für TrainerInnen und KursleiterInnen in der Erwachsenenbildung.  
Die Ergebnisse des Grundvig I Projektes der GEFAS Steiermark LENA - Learning in Senior Age fließen in einem Empowerment Curriculum zusammen. Kooperation mit Bildungshaus Retzhof.
- Termin:** Freitag 25.9.06 von 10 – 18 Uhr  
Samstag 26.9.06 von 9 – 15 Uhr  
**Ort:** Bildungshaus Schloss Retzhof, Leitring/Leibnitz  
**Kosten:** Seminar frei – Unterbringung laut Bildungshaus - Tel.:03452/82788-0

### Jung und Alt schafft Zusammenhalt – Ein Geburtstagsfest für unsere Vorsitzende

- Dr. Rosemarie Kurz wird am 13. Mai 70 Jahre. Wir wollen mit IHNEN gemeinsam diesen Anlass feiern.
- Ort:** Meerscheinschlössl, Graz  
**Termin:** Samstag, 13.05.2006  
**Zeit:** 17 bis 20 Uhr  
Um Anmeldung wird gebeten:  
[gefas@seniorweb.at](mailto:gefas@seniorweb.at), Tel. 0316/380-2964

### AWARD – Wettbewerb Preisverleihung „altgegengewalt“

Gewalt gegen ältere Menschen ist ein Verbrechen gegen die Menschlichkeit. Am **15. Juni 2006** wird erstmal weltweit ein Tag gegen Gewalt gegen ältere Menschen ausgerufen. Bei der Preisverleihung werden Werke prämiert, die sich mit „altgegengewalt“ auseinandersetzen. Infos unter [www.altgegengewalt.at](http://www.altgegengewalt.at).

- Ort:** Grazer Burg, Weißer Saal  
**Termin:** Donnerstag, 15. 06. 2006  
**Zeit:** 17 Uhr  
[www.altgegengewalt.at](http://www.altgegengewalt.at)

### Chancen für Alle – und gegen „soziale Ausgrenzung“

Europa Wörterbuch für ältere Grazerinnen und Migrantinnen jeden Alters – ein neues völkerverbindendes, multikulturelles Projekt. Grazerinnen und Migrantinnen sind jederzeit willkommen.

**Termine:** 27.3., 10.4., 24.4., 8.5., 22.5.2006

**Zeit:** 17.00 bis 19.00 Uhr

**Ort:** Heinrichstrasse 9, Graz

**Kosten:** keine

### English Talk Table

**Leitung:** Dagmar Demel

**Zeit:** jeden Dienstag ab 4. April 2006

**Ort:** Parkhotel, Leonhardstraße

### Storyline – Das Klassenzimmer als Treffpunkt der Generationen

SeniorInnen sprechen mit SchülerInnen über damals und heute - Mode, Erziehung, Schule und natürlich Zeitgeschichte.

Präsentation an der Bundeshandelsakademie Müzzuschlag.

**Ort:** Vortragsraum, BHAK Müzzuschlag

**Zeit:** vormittags

**Termin:** 27. April 2006

Infos: Angelika Schirnhofner 0650/3290011

### Beratungen des ÖH Generationenreferates und der GEFAS Steiermark

#### Studienberatung des ÖH Generationenreferates

**Ort:** Mozartgasse 14a, 8010 Graz

**Telefon:** 0316/380-2964

**Montag:** 10.00 – 12.00 Uhr

DDDDr. Ingeborg Kappel Tel. 380-2966

**Donnerstag:** 10.00 – 12.00 Uhr

Ilse Toriser Tel. 380-2966

#### Beratung zu allen Projekten

**Montag, Dienstag, Donnerstag 10 – 12 Uhr**

**Telefon:** 0316/380-2964

#### Beratung der ehrenamtlichen MitarbeiterInnen

**Dienstag: 10.00 – 12.00 Uhr**

Hilde Jäger Tel. 380-2965

#### Lebensberatung

**Freitag: 15.00 – 17.00 Uhr**

DDDDr. Ingeborg Kappel, Hilde Jäger Tel. 380-2966

#### Wohnen für Hilfe

**Ort:** Schubertstraße 6a/EG

**Donnerstag: 10.00 – 12.00 Uhr**

**Telefon:** 0316/380-2950

Dr. Anne Marie Leb, Mag. Marianne Wenzel, Gerda Rinnerhofer, Ilse Hassmann

### URANIA - GEFAS Steiermark www.uraniam.at, www.seniorweb.at

#### Theatergruppe - Die ge-Facetten

Neue Theaterformen warten darauf von uns ausprobiert zu werden.!

**Leitung:** Barbara Schnepf, Theaterpädagogin

**Ort:** URANIA, Burggasse 4/1

**Zeit:** Donnerstag, 27. April 2006

14.00 - 16.00 Uhr

**Kosten:** € 65,-/Trimester

**Kontakt:** Barbara Schnepf, Tel: 383298

#### Frauen – Rundgespräche

Frauen in der Lebensmitte und darüber treffen und begegnen einander, um verschiedene Lebensformen und Lebenswege kennen zu lernen und Erfahrungen auszutauschen.

**Leitung:** Ernie Fuchs

**Ort:** Urania, Burggasse 4/1

**Zeit:** Mittwoch von 16.00 bis 17.30

**Kosten:** Nichtmitglieder € 3,-, Mitglieder frei

#### 19. April Erfüllte Sexualität in jedem Lebensalter?

Lisa Jenull, Lebens- und Sexualberaterin

#### 3. Mai Homöopathie und Akupunktur - Vitalität in jedem Lebensalter

Dr. Felizitas Perz, Ärztin f. Allgemeinmedizin, Homöopathie, Akupunktur und Manuelle Medizin

#### 17. Mai Leben mit Depression

Josefine Fischer, Dipl. Lebensberaterin, Mediatorin, akad. Lehrerin f. Gesundheits- und Krankenpflege

#### 31. Mai "Du bist was du isst" - Ernährung aus der Sicht der chinesischen Medizin

Gertrud Heschgl, Dipl. Ernährungsberaterin, NLP Master, Spurwechslerin

#### Leute von Heute - Russland Hier und Heute

Wir wollen eine besondere Einladung aussprechen - Приглашение. Auf einfache und vergnügliche Weise lernen wir mit russischen Lehrerinnen das kyrillische Alphabet, wichtige Worte und Redewendungen für den Alltag.

**Termine:** 8. Mai, 22. Mai, 29. Mai,  
12. Juni, 19. Juni 2006

**Zeit:** 16.00 - 17.30 Uhr

**Ort:** URANIA, Burggasse 4/1

**Kosten:** € 25,-/ 5 Einheiten

**Leitung:** Peter Presinger

**Vortragende:**

Maria Presinger, Lehrerin aus St. Petersburg

Irina Lerchbacher, Musikerzieherin, Weißrussland

### Wirbelsäulengymnastik und Osteoporose - Vorbeugeturnen

**Anmeldung:** direkt beim Turntermin,  
**Einstieg jederzeit möglich**

**Dauer:** 10 Turneinheiten  
**Kosten:** € 42,-Mitglieder; € 60,- Nichtmitglieder

**Montags, 17.30 Uhr**  
Landessportzentrum, Jahng. 1 - *Christa Wascher*

**Montags, 18.30 Uhr**  
Elisabethschule, Eingang Dürergasse C. *Wascher*

**Dienstags, 17.45 Uhr**  
Landessportzentrum, Jahng.1 - *Christa Wascher*

**Dienstags, 18. April, 9.00 Uhr**  
Vinzenzgasse 87 - *Branka Bräunlich*

**Dienstags, 16.30 Uhr**  
Sacre Coeur, Petersgasse 1 - *Branka Bräunlich*

**Dienstags, 18.00 Uhr**  
Sacre Coeur, Petersgasse 1 - *Branka Bräunlich*

**Donnerstags, 16.15 Uhr**  
Ferdinandeam Färberg. 11 b - *Branka Bräunlich*

**Dienstags, 18.00 Uhr**  
Wiki, Tannhofweg 55 - *Gudrun Wrentschur*

**Mittwochs, 9.15 Uhr**  
URANIA, Burggasse 4/1 - *Gudrun Wrentschur*

**Mittwochs, 10.30 Uhr**  
URANIA, Burggasse4/1 - *Gudrun Wrentschur*

### Gesundheitswissen aktuell

Information und Diskussion mit kompetenten  
ReferentInnen aus dem Gesundheitsbereich

**Gestaltung:** Gertrud Wilfing und Mag. Eva Wagner  
**Ort:** URANIA, Burggasse 4  
**Zeit:** donnerstags, 16.00-17.30 Uhr  
**Kosten:** Nichtmitglieder € 7, -, Mitglieder frei

**27. April 2006**  
**Weg aus der Mitte - Weg in die Krankheit?!**  
Dr. Johann Fuchs, Arzt f. Allgemeinmedizin

**4. Mai 2006**  
**Mein Arzt ist mit MIR nicht zufrieden -  
Erfahrungen einer Krebspatientin**  
Mag.art. Thussy Gorischek, Violinistin/Historikerin

**11. Mai 2006**  
**Fördert das Zusammenleben von Jung und Alt  
die psychische Gesundheit?**  
Dr. Johann Pabst, Theologe und Psychotherapeut

**19. Mai 2006**  
**"Restless - Legs" - die unruhigen Beine und  
deren Folgen**  
Anna Zechner, Selbsthilfegruppe RLS für Stmk

### Grazer Stadtpaziergänge

**Lernen Sie kulturelle Besonderheiten in Graz  
und Umgebung kennen.**

Die Spaziergänge finden bei jedem Wetter statt.  
Organisation und Betreuung: Ingrid Skarlin

### Murvorstadt

**Anmeldung:**URANIA, unbedingt erforderlich  
**Führung:** Frau Ingrid Skarlin  
**Treffpunkt:** Mariahilferplatz  
**Zeit:** 26.04.2006 um 14 Uhr  
**Kosten:** € 5, -Mitglieder; Nichtmitglieder: € 7, -

### Burgruine Gösting

**Anmeldung:**URANIA, unbedingt erforderlich  
**Führung:** Frau Ingrid Skarlin  
**Treffpunkt:** Schlossplatz, Endhaltestelle Gösting  
**Zeit:** 24.05.2006 um 14 Uhr  
**Kosten:** € 7, -Mitglieder; Nichtmitglieder € 9, -

### Schloßberg

**Anmeldung:**URANIA, unbedingt erforderlich  
**Führung:** Frau Ingrid Skarlin  
**Treffpunkt:** Sackstraße, Schlossbergplatz  
**Zeit:** 14.06.2005 um 14 Uhr  
**Kosten:** € 7, -Mitglieder; Nichtmitglieder € 9, -

### NOWA - GEFAS Steiermark [www.nowa.at](http://www.nowa.at), [www.seniorweb.at](http://www.seniorweb.at)

Computer und Internetkurse für ältere Menschen.  
**Kontakt und Anmeldung:**  
Tel. 0316/48 26 00 -17, [akademie@nowa.at](mailto:akademie@nowa.at)

### Computerfit

EDV- und Interneteinführung für SeniorInnen.  
**FitSen-01** 9.00 – 12.00Uhr  
Mo 27.3., Mi 29.3., Do 30.3. und Fr 31.3.06  
**FitSen-02** 13.00 – 16.00Uhr  
Mi 5.4., Mi 12.4, Mi 19.4. und Mi 26.4.06  
**FitSen-03** 9.00 – 12.00 Uhr  
Mo 10.7., Di 11.7., Do 13.7. und Fr 14.7.06  
Kursdauer: 12 Stunden  
**Unkostenbeitrag:** € 72,00

### Trau dich I

Computer-Start für Seniorinnen und Senioren  
**TrauSen-01** 9.00 – 12.00 Uhr  
Mo 15.5. und Mi 17.5.06  
**TrauSen-02** 9.00 – 12.00 Uhr  
Mi 7.6. und Do 8.6.06  
Kursdauer: 6 Stunden  
**Unkostenbeitrag:** € 36,00

### Trau dich II

Computer- und Interneteinführung  
**TrauSen-03** 15.00 – 18.00 Uhr  
Mo 26.6. und Mo 3.7.06  
Kursdauer: 6 Stunden  
**Unkostenbeitrag:** € 36,00

### Mein Handy, das unbekannte Wesen

Erfahren Sie Grundlegendes über die Handhabung Ihres Mobiltelefons. Sie kommen mir Ihrem Mobiltelefon in den Kurs und lernen die wichtigsten Funktionen kennen.

**Handy-01** Mi 26.4.06 13.00-16.00 Uhr

**Handy-02** Mi 12.7.06 09.00-12.00 Uhr

Kursdauer: 3 Stunden

**Unkostenbeitrag:** € 18,00

### Computer-, EDV und Internetcoaching für SeniorInnen

Zeit: individuelle Vereinbarung.

### SeniorInnenreferat der Stadt Graz www.seniorenbuero.at

Schmiedgasse 26/1. Stock, Zimmer 151

Leitung: Mag. Dr. Ulla Herfort-Wörndle, 872/6390

www.seniorenbuero.at

### Frauendiskussionsrunde „Was wir dazu sagen“

Ort: URANIA, Burggasse 4/1

Zeit: jeweils dienstags 16.00 - 17.30 Uhr

Leitung: Hildegard Posch und Herta Bacher

Thema: Frauen haben in Graz vieles bewegt

**16. Mai:** Diskussion mit Stadträtin Kaltenbeck-Michl

**20. Juni:** Exkursion

### Kulturtreff „Musik Theater Vielfalt“

Einführungsvorträge zu Opern und Theaterstücken

Treffpunkt: Schmiedgasse 26/II/232

Beginn: 15.00 Uhr

Gestaltung: Elfriede und Dr. Rainald Schaider

#### Termine:

3.4.06: Einführung Ballett „Dornröschen“,

15.5.06: Einführung Theaterstück „Amphytrion“  
und Operette „Die Csárdásfürstin“

Gemeinsame Opern-Konzert- und Theaterbesuche mit SeniorInnenermäßigungen

Termine:

07.04.2006 Orchesterkonzert

28.05.2006 „Dornröschen“

31.05.2006 „Amphytrion“

02.06.2006 „Die Csárdásfürstin“

**Infos:** Elfriede Schaider (Tel.: 0650/88 41 373)

### English Talk Table

Time: Every Wednesday at 3 p.m., Restaurant Grazerhof, Stubenberggasse 10/Schmiedgasse

### Parliamo Italiano

Plauderstunde am Nachmittag

Infos: Ruth Fellner, Tel.: 0316/31-92-83

### Parlez-vous français? ¿Habla usted español?

Haben Sie Zeit und Lust ehrenamtlich eine Konversationsrunde in französischer und/oder spanischer Sprache zu leiten?

Kontakt: SeniorInnenbüro Tel. 0316/872/6390.

### Für Sie gelesen - gemeinsam besprechen

Eine Bücherrunde für LeserInnen und interessierte ZuhörerInnen

Treffpunkt: Schmiedgasse 26/II/232

Zeit: jeweils donnerstags, 15.00 Uhr

Termine: 20. April, 18. Mai, 8. Juni

### „Unbekannte Schätze in Museen entdecken“

Zeit: jeweils dienstags, 15.00 Uhr

Leitung: Heidrun Schiefer, Gunde u.  
Mag. Alfred Marko

**Termin: 11. April 06**

„2 oder 3 oder ETWAS/GÖTTER IM EXIL“

Treffpunkt: Kunsthau, Lendkai 1 (Kassenraum)

Kosten: € 7,00 (Eintritt und Führung)

**Termin: 9. Mai 06**

„AULA DER ALTEN UNIVERSITÄT“

Treffpunkt: Hofgasse 14 (Freiheitsplatz)

Kosten: € 3,00

**Termin: 13. Juni 06**

„Botanischer Spaziergang durch den Stadtpark“

Treffpunkt: Vor dem Café Promenade,  
Erzherzog-Johann-Allee

Kosten: € 5,00

### SENIOR-NETT-CAFÉ Kostenloses Internetcafé

Besuchen Sie unser kostenloses Internetcafé für SeniorInnen.

Zeit: donnerstags von 15.00 bis 18.00 Uhr

Ort: Cafeteria der GGZ Graz,  
Albert-Schweitzer-Gasse 36

Infos: 0316/22-52-22

### CAFÉ SIT'N SURF

Ort: Hans-Sachs-Gasse 10/I, 8010 Graz

Täglich in der Zeit von 9.00 bis 12.00 Uhr mit der SeniorInnencard gratis im Internet surfen.

Kostenlose Betreuung Montag und Freitag.

Information: Café Sit'n Surf, Tel.: 814565

### WORLD Elder Abuse Awareness DAY „altgegengewalt“

Am **15. Juni 2006** wird erstmal weltweit ein Tag gegen Gewalt gegen ältere Menschen ausgerufen.

Infos unter [www.altgegengewalt.at](http://www.altgegengewalt.at)