

Studium 50plus ... aktiv durch die Generationen!

Mit Lust studieren!

Die Generationen Akademie Rheinland bietet zielgruppenspezifische Weiterbildungen an, die wie ein Studium in Teilzeitform (zwei Nachmittage pro Woche) organisiert sind.

In Kooperation mit in der Erwachsenenpädagogik versierten Partnern, wie der Deutschen Sporthochschule Köln, der Präha-Akademie Kerpen, dem LandesSportBund, dem KreisSportbund Rhein-Erft e.V, dem Museumsdienst Köln u.a. haben wir Weiterbildungen für lebenserfahrene Menschen konzipiert.

In unserem „Studium 50plus“ lernen Sie mit Spaß praxisorientiert und wissenschaftlich fundiert in engagierten kleinen Lerngruppen genau zu den Themen, die Sie wirklich interessieren!

Für unsere Kurse können Sie in NRW ggf. eine staatliche Förderung in Form eines Bildungschecks in Anspruch nehmen.

Sprechen Sie uns an! Wir beraten Sie gerne.

Übersicht Studium 50plus

- Generationen-Manager Gesundheit „Fitness und Bewegung im Alter“
- Generationen-Manager „Kultur- und Gästeführer“ – Kultur on Tour!
- Schreibwerkstatt „Autobiografie“

Weitere GAR-Kurse:

- Ernährung / Diätetik / Nahrungsergänzung
- Einführung in Grundlagen naturheilkundlicher Therapien
- Entspannungsmassage Schulter/Nacken und Rückenmassage

Diese Zusatzangebote erweitern passgenau das Spektrum im Bereich gesundes Leben im Alter und sind besonders geeignet für Teilnehmer, die einen beruflichen Einsatz auf eine noch breitere Ausgangsbasis setzen wollen.



Generationen Akademie Rheinland



www.g-a-r.de

Studium 50plus

Geschäftsstelle

Generationen Akademie
Rheinland e.V.
Bahnhofstraße 11
50169 Kerpen-Horrem

T 0 22 73 - 60 71 168
F 0 22 73 - 99 18 663
E info@g-a-r.de
www.g-a-r.de

... mit Lust studieren

Generationen-Manager Gesundheit Fitness und Bewegung im Alter

Module:

- Sozial- und Beratungskompetenz; Kommunikation
- Allgemeine medizinische Grundlagen der Bewegung im Alter
 - » Trainings- und Bewegungslehre
 - » Sportdidaktik und -methodik
- Zentrale Aspekte von Bewegung im Alter
 - » Körperliche Leistungsfähigkeit im Alter
 - » Soziale u. verhaltenswissenschaftliche Aspekte
- Alterskrankheiten
- Altersrelevante Messmethoden
- Bewegung: Theorie- und Praxisübungen
 - » Herz-/Kreislauf-Training
 - » Kraft- und Gerätetraining
 - » Beweglichkeits-/Entspannungs-Training
 - » Koordinationstraining



Jedes Modul schließt mit einer Prüfung und einer Modulbescheinigung ab.

Folgende zusätzliche Zertifikate sind kostenfrei enthalten:

- » Walking und Nordic Walking
- » Geocaching
- » Instructor Gerätetraining 50plus
- » Ersthelferschein
- » Übungsleiter C
- » Übungsleiter B – Basismodul Sport in der Prävention für Erwachsene und Ältere
- » Übungsleiter B – Aufbauomodul „Haltungs- und Bewegungssystem“

Zusätzlich bieten wir Hospitationsmöglichkeiten bei unseren Partnern JustFit, Landes-SportBund, KreisSportBund u.a. Sie erhalten Einblicke in die Bewegungspraxis mit der Zielgruppe.

Gesamtzertifikat GAR:

Generationen-Manager Gesundheit „Fitness und Bewegung im Alter“

Dauer: 24 Monate
Umfang: 320 UE Präsenzstunden
Studienort: Kerpen, Köln



Generationen-Manager Kultur- und Gästeführer – Kultur on Tour!

Module:

- Rheinische Geschichte
 - » Geschichte, Kultur und Natur des Rheinlands
 - » Das Rheinland als historische Kulturlandschaft
- Kulturpädagogik
 - » Römer und Germanen in Köln
 - » Kölnisches Mittelalter und Neuzeit
 - » Museumspädagogik
 - » Kultur und Bewegung / Outdoorpraxis
- Methodik und Organisation
 - » Didaktik, Methodik und Kommunikation
 - » Rechtliche und organisatorische Grundlagen
- Studiengänge
 - » Nationalpark Eifel
 - » Landesmuseum Bonn
 - » Rheinisches Industriemuseum
 - » Wallraf-Richartz-Museum u.a.



BVGD - Zertifikat (gesonderte Prüfung optional möglich)

Gesamtzertifikat GAR:

Generationen-Manager „Kultur- und Gästeführer“

Dauer: 24 Monate
Umfang: 320 UE Präsenzstunden
Studienort: Kerpen, Köln

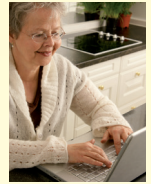
Wir machen Programm
Museumsdienst Köln

Kultur Event Büro
ANNO VON HOGG VERMITTLT KULTUR



Schreibwerkstatt „Autobiografie“

Das eigene Leben aufschreiben! Wie finde ich die richtige Form? Soll es ein dicker Roman werden oder ein kommentierter Fotoalbum? Am Ende des Kurses haben Sie Ihre ganz persönliche Autobiografie druckfertig.



Inhalte:

- Modul 1: Erzählstimme (Einstieg)
- Modul 2: Dramaturgie (Fortgeschrittene 1)
- Modul 3: Ausarbeitung (Fortgeschrittene 2)

Methoden:

- Workshops zur Erarbeitung eines individuellen Schreibstils
- Intensive Textarbeit und Feedbackrunden
- Individuelles Schreibcoaching

Dauer: 12 Monate
Umfang: 90 UE Präsenzstunden
Studienort: Köln

Weitere Kurse der GAR:

- Ernährung / Diätetik / Nahrungsergänzung 30 UE
- Einführung in Grundlagen Naturheilkundlicher Therapien 30 UE
- Entspannungsmassage – Schulter/Nacken- und Rückenmassage 40 UE

Studienort: Kerpen

Bildung für die Lebenserfahrenen