

Wandergruppe für Senioren/Seniorinnen

Seit 1998 gibt es in Kapfenberg eine Seniorenwandergruppe, die von ehrenamtlichen Wanderführern geleitet wird. Die Wanderfahrten finden mehrmals im Jahr statt. Zu Jahresbeginn und am Jahresende werden die Wanderfahrten von den Wanderführern in Form einer Diaschau präsentiert. Die Tagesfahrten sind so gestaltet, dass geübte, konditionsstarke Wanderer aber auch Konditionsschwächere ihre Freude an den Touren haben. Einmal im Jahr gibt es eine 4-Tagesfahrt mit täglichen Wanderausflügen. Zusätzlich zu den Wanderfahrten organisieren die Wanderführer einmal jährlich ein Stockschießen auf einer Asphaltbahn mit anschließendem Grillen und gemütlichem Beisammensein. Die Adventwanderung schließt das Jahresprogramm ab.

In Eigeninitiative erstellen die Wanderführer seit ein paar Jahren einen Jahresbericht mit Bildern und Texten zu den Wanderfahrten des abgelaufenen Jahres, den sie mit Sponsorengeldern finanzieren.

Aufgrund des großen Zuwachses an Wanderbegeisterten begleiten nun schon vier ehrenamtliche Wanderführer die bergbegeisterten SeniorInnen. Sie erkunden im Vorfeld alle Wanderwege, um für genügend Sicherheit zu sorgen, die Wege kennenzulernen, Hütten für die Einkehr zu finden und bei Schlechtwetter eventuell ein Ersatzprogramm (Besichtigungen von Museen, Höhlen etc.) anzubieten. Die Wanderführer haben einen Wanderführer-Kurs sowie einen Erste-Hilfe-Kurs absolviert.

Die Wanderfahrten erfreuen sich jedes Jahr großer Beliebtheit, es sind dadurch schon viele Freundschaften unter den TeilnehmerInnen entstanden, Neuankömmlinge werden herzlich aufgenommen.

Die sehr engagierten Wanderführer sind bei den SeniorInnen hoch geschätzt, da sie die Wanderfahrten gewissenhaft und mit viel Herz organisieren und durchführen.

„respect“ ein generationenübergreifendes Projekt in Kapfenberg

Seit Februar 2010 gibt es in Kapfenberg das generationenübergreifende Projekt „respect“. Jugendliche und Senioren engagieren sich ehrenamtlich in sozialen Einrichtungen, wie z. B. Kindergärten, Altenheimen, Jugend am Werk, Kinderkrippe, Caritas usw. Damit tragen sie Konstruktives zur Gesellschaft bei und können vom Wissen der jeweils anderen Generation profitieren. Im Rahmen von Aktivtreffs gibt es einen intensiven Austausch zwischen Jung und Alt bei Aktivitäten wie zusammen Kochen oder der Organisation eines gemeinsamen Spielenachmittags. Weiters können Sie sich auch am Talente-Pool beteiligen und hier Ihre Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten an andere weitergeben und so in den Austausch gehen.

Durch die Mithilfe der Freiwilligen wird auch den örtlichen Organisationen wie Pflegeheim oder im Kindergarten geholfen.

Pro Stunde geleisteter Freiwilligenarbeit bekommt jede oder jeder von der jeweiligen Organisation einen Point in einen Pass, wobei ein Point einem Euro entspricht. Die erworbenen Points können dann bei den Kooperationspartnern des Projektes eingelöst werden. Zahlreiche Wirtschaftsbetriebe in unserer Region unterstützen „respect“ durch das Einlösen der Points in Form von Gutscheinen und Preisnachlässen.

PC-Kurse für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Seit mehr als 10 Jahren werden von der ISGS Drehscheibe Kapfenberg PC-Kurse für AnfängerInnen und Fortgeschrittene abgehalten. Nicht nur BürgerInnen von Kapfenberg, sondern Interessierte aus der ganzen Region dürfen sich dafür anmelden. Für die Durchführung der PC-Kurse konnte ein pensionierter EDV-Fachmann gewonnen werden, der diese Kurse mit sehr großem Erfolg und Engagement abhält. Mit viel Einfühlungsvermögen führt der Kursleiter die vorwiegend ältere Generation in die Welt der Computer ein und macht Lust auf mehr. Vier Übungscomputer stehen zur Verfügung, es kann jedoch auch der eigene Laptop mitgenommen werden. Diese Kurse sind stets ausgebucht und es gibt immer eine Warteliste für weitere Kurse. Die älteste Teilnehmerin war 85 Jahre. Nach dem Kurs sagte die alte Dame: „Und jetzt kauf ich mir einen Laptop!“

Kapfenberger Seniorenzeitung

Die „Kapfenberger Seniorenzeitung“ feierte 2010 ihr bereits 15jähriges Jubiläum. Jeder Kapfenberger SeniorInnenhaushalt erhält diese Zeitung kostenlos 4 x im Jahr zugesandt, im Jahr 2011 wird es aus Kostengründen (Druck und Versand) nur mehr 3 Ausgaben geben. Das gesamte Redaktionsteam arbeitet ehrenamtlich, viele Autoren schreiben schon seit dem ersten Erscheinen der Zeitung und helfen durch ihre interessanten Beiträge, die Attraktivität der Zeitung zu gewährleisten. Es gibt z. B. eine Seite mit einem juristischen Thema, eine Buchvorstellung, Wissenswertes, Berichte über geplante und vergangene Wanderfahrten, Ankündigungen von Veranstaltungen, eine Gesundheitsseite, ein Preisrätsel, Ernährungstipps einer Diätologin und gesunde Rezepte, eine Seite mit Selbstgedichtetem, genannt „Schreibschmiede“ und eine Seite Zeitgeschichte von Kapfenberg mit vielen Bildern.

Unsere Layouterin gestaltet seit der 1. Ausgabe der Kapfenberger Seniorenzeitung ebenfalls ehrenamtlich diese Zeitung mit viel Zeitaufwand und großem Engagement. Ohne die ehrenamtliche Arbeit der AutorInnen und der Layouterin wäre es nicht möglich, diese Zeitung so kostengünstig allen Kapfenberger SeniorInnenhaushalten kostenlos zur Verfügung zu stellen. Die Zeitung erfreut sich bei allen sehr großer Beliebtheit, was uns die vielen Zuschriften und mündlichen Rückmeldungen beweisen.

Freiwilligenbörse im ISGS Kapfenberg

Ehrenamtliches Engagement heißt, in der Gesellschaft mitzuwirken und diese aktiv mitzugestalten.

Seit Februar 2003 besteht nunmehr die Freiwilligenbörse im Integrierten Sozial- und Gesundheitssprengel Kapfenberg. Hier können sich Menschen, die Zeit haben und diese gerne anderen zur Verfügung stellen möchten, melden.

Die Freiwilligenkoordinatorin des ISGS, Frau Gertraude Feitl, hat ihre Ausbildung zur Freiwilligenkoordinatorin 2006 in Innsbruck absolviert und bittet jede und jeden Interessierten zu einem persönlichen Gespräch in den ISGS und ist stets bemüht, nach Abklärung der persönlichen und zeitlichen Ressourcen, die passende Tätigkeit zu finden. Mit anderen Institutionen, die mit Ehrenamtlichen arbeiten, besteht eine gute Zusammenarbeit.

Die Vermittlung eines ehrenamtlichen Besuchsdienstes an Privatpersonen oder PatientInnen im NTK (Neurologisches Krankenhaus Kapfenberg) ist ein Schwerpunkt der Freiwilligenbörse.

Alle unsere ehrenamtlichen MitarbeiterInnen sind im Rahmen ihrer Tätigkeit unfallversichert.