



EINLADUNG

Neue Bilder des Alter(n)s: Wertschätzend über das Alter kommunizieren

Einsamkeit begegnen & Digitale Teilhabe für alle

Soziale und digitale Teilhabe für alle ermöglichen



Wo:	Karmeliterhof, Karmeliterplatz 2, 8010 Graz · Multifunktionsraum / 1. Stock
Wann:	Donnerstag, 22. Oktober 2026, 9 – 12 Uhr

Der Dialog gesund & aktiv altern hat es sich zur Aufgabe gemacht, die Bilder des Alt-Werdens und Alt-Seins in unserer Gesellschaft nachhaltig zum Positiven zu verändern. Dazu wurde unter anderem der Workshop „Neue Bilder des Alter(n)s: Wertschätzend über das Alter kommunizieren“ entwickelt.

Dieser interaktive Workshop verbindet zwei zentrale Themen des guten Alter(n)s: Wie können wir Einsamkeit erkennen und ihr begegnen – und wie gelingt digitale Teilhabe für alle Altersgruppen? Theoretische Grundlagen werden mit praktischen Beispielen verknüpft – die Anwendung steht klar im Vordergrund.

Schwerpunkt 1: Einsamkeit begegnen

Einsamkeit beschreibt das subjektive Erleben, dass Zugehörigkeit und bedeutsame soziale Beziehungen fehlen – und kann zu einem ernstzunehmenden Gesundheitsrisiko werden. Ältere Menschen sind durch Lebensübergänge, gesundheitliche Einschränkungen und veränderte Lebensformen besonders gefährdet. Wir schaffen Bewusstsein für Verbreitung, Ursachen und Folgen, grenzen Einsamkeit von sozialer Isolation und gewolltem Alleinsein ab und entwickeln gemeinsam Handlungsmöglichkeiten.

Schwerpunkt 2: Digitalisierung – Digitale Teilhabe für alle

Die digitale Welt verspricht Teilhabe für alle – doch ältere Menschen werden dabei oft übersehen oder benachteiligt. Digitale und KI-basierte Technologien können den Alltag älterer Menschen unterstützen, bergen aber auch die Gefahr der Benachteiligung. Zentral ist der Grundsatz: Alle Altersgruppen sollten Zugang zu digitalen Technologien und Kompetenzen im Umgang damit haben. Gemeinsam reflektieren wir, wie wir zu einer digital inklusiven Gesellschaft für alle werden können. Dazu stelle ich Ihnen praktische Tools für den Einsatz im Alltag vor.

Das nehmen Sie mit

- **Verstehen** – Einsamkeit, soziale Isolation und Alleinsein unterscheiden und Risikofaktoren erkennen
- **(Digitale) Teilhabe** – verstehen, woran (digitale) Teilhabe scheitert
- **Nutzerfreundlichkeit** – digitale Angebote auf Bedienbarkeit, Barrierefreiheit und Zugänglichkeit hin bewerten
- **Digital inklusiv denken** – Lösungsansätze erkennen

Umsetzung des Workshops durch:

Silvia Vollstuber, BSc. MA



Anmeldung bis 19. Oktober 2026 – online über: www.generationen.steiermark.at