



## Interessantes für Seniorinnen und Senioren

---

Seminar-Nr. 2025 B123 CS  
Termin 07.07.2025 bis 09.07.2025  
Partnerorganisation vbba - Gewerkschaft Arbeit und Soziales

Tagungsstätte **Hotel Fulda Mitte**  
Lindenstraße 45  
36037 Fulda  
Tel. +49 661 833000  
veranstaltungen@hotel-fulda-mitte.de

Seminarleitung **Doris Braun**  
Bundesseniorenvorsitzende der vbba  
**Arnulf Redeker**  
Bundesseniorenvorsitzende der vbba  
Landesvorsitzender der Seniorenvertretung SAT der vbba

Dozierende **Nils Michael Becker**  
Rechtsanwalt  
**Doris Braun**  
Bundesseniorenvorsitzende der vbba  
**Arnulf Redeker**  
Landesvorsitzender der Seniorenvertretung SAT der vbba  
**Heike Schubert**  
Betriebs- und Dipl.-Verwaltungswirtin  
**Hessische Fachstelle für Wohnberatung**

## Kompetenzorientierte Lernziele

---

### Die Teilnehmenden

- kennen und nutzen einfache gymnastische Übungen zur Förderung von Beweglichkeit und Wohlbefinden.
- erkennen Risiken in der digitalen Kommunikation und wissen, wie sie sich vor Manipulation und Betrug schützen können.
- verstehen die Grundprinzipien künstlicher Intelligenz und reflektieren deren Einfluss auf den Alltag.
- wissen, wie sie ihr Wohnumfeld altersgerecht und sicher gestalten können.

**Methoden:** Die Seminarinhalte werden anschaulich durch Vorträge, Präsentationen, Gruppenarbeiten, konkrete Fallbeispiele und Diskussionen sowie durch Feedbackrunden und Simulationen vermittelt. Dabei kommen bewährte Präsentations- und Lernmedien zum Einsatz.

**Online-Evaluation** Am letzten Seminartag erhalten Sie eine E-Mail von der dbb akademie. Bitte bewerten Sie die Veranstaltung über den Online-Fragebogen. Ihre Rückmeldung hilft Ihrer Gewerkschaft und der dbb akademie die hohe Qualität der Schulungen dauerhaft zu gewährleisten. Die Bewertung kann (auch anonym) mit Smartphone, Tablet oder PC durchgeführt werden.

<b>Mögliche Pausenzeiten</b>	10:30 - 10:45 Uhr	Kaffeepause
	12:00 - 14:00 Uhr	Mittagspause
	15:00 - 15:15 Uhr	Kaffeepause

Die dbb akademie behält sich das Recht des Dozentenaustausches, Terminverschiebungen sowie Aktualisierung der Inhalte vor.

## **Inhalte**

### **Montag, 7. Juli 2025**

- 14:00 bis 14:30 Uhr **Begrüßung, Vorstellung, Erwartungsabfrage**  
**Doris Braun / Arnulf Redeker**
- 14:45 bis 16:00 Uhr **Die Seniorenvertretung der vbba**  
  
*Vortrag, Diskussion*  
**Doris Braun / Arnulf Redeker**
- 16:00 bis 18:00 Uhr **Gesund und beweglich bleiben – Gymnastik für daheim**  
  
*Vortrag und praktische Übungen*  
**Heike Schubert**
- ab 18:30 Uhr **Abendessen**

### **Dienstag, 8. Juli 2025**

- 09:00 bis 18:00 Uhr **Künstliche Intelligenz und digitale Kommunikation: Chancen, Risiken, Perspektiven**  
Inkl. Pausen
- Gefahren im Bereich der digitalen Kommunikation/Chatbots
  - Einführung in die künstliche Intelligenz
- Vortrag und Diskussion*  
**Nils Michael Becker**
- Ab 18:30 Uhr **Abendessen**

### **Mittwoch, 9. Juli 2025**

- 09:00 bis 12:00 Uhr **Seniorenrechtliches Wohnen**  
inkl. Pause
- Vortrag und Diskussion*  
**Hessische Fachstelle für Wohnberatung**
- 12:00 bis 12:30 Uhr **Auswertung des Seminars, Online Evaluation, Verabschiedung der Teilnehmenden, anschließend Mittagessen**  
**Doris Braun / Arnulf Redeker**