



Projekträger:
Diakonie Pfalz
Karmeliterstr. 20
67346 Speyer
www.diakonie-pfalz.de



Weitere Informationen und Beratung:

Heike Baier (Projektleitung)
06232 - 664 159, heike.baier@diakonie-pfalz.de
Elisabeth Portz (Projektmitarbeiterin)
06707 – 8210, projektbuero@imschlosshof.de

www.seniortrainer-rlp.de
www.seniortrainerinnen-rlp.de

Peter Göckel (Ansprechpartner)
Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit
und Demografie Rheinland-Pfalz,
Landesleitstelle Älter werden in Rheinland-Pfalz

Bauhofstraße 9, 55116 Mainz
06131-162013
peter.goeckel@msagd.rlp.de
www.msagd.rlp.de

Ihre Anlaufstelle:

Wie können Sie zu SeniorTRAINERinnen in Ihrer Region werden?

Sie haben ein Interesse daran, dass es auch bei Ihnen in der Stadt/ Gemeinde/Organisation SeniorTRAINERinnen gibt? Folgende Partner arbeiten in einem Netzwerk mit unterschiedlichen Aufgaben zusammen:

1. Anlaufstelle

Eine lokale Anlaufstelle, z.B. Freiwilligenagentur, Seniorenbüro, Mehrgenerationenhaus, Wohlfahrtsverband, kümmert sich um die Gewinnung, Unterstützung und Qualifizierung einer Gruppe von 4 - 6 SeniorTRAINERinnen.

Für diese Aufgaben ist eine Kontaktperson zuständig, die mit freiwilligem Engagement vertraut ist. Gerne können benachbarte Anlaufstellen miteinander kooperieren. Die Anlaufstellen werden jährlich neu ausgewählt.

2. Fachreferentinnen und -referenten

In Rheinland-Pfalz gibt es eine Gruppe von zertifizierten Referentinnen und Referenten, die SeniorTRAINERinnen qualifizieren. Damit überall, „wo SeniorTRAINERin drauf steht, auch SeniorTRAINERin drin ist“, gibt es ein erprobtes Qualifizierungskonzept. Dafür stehen entsprechende Handbücher zur Verfügung.



3. Projekträger

Der landesweite Projekträger berät und begleitet interessierte Kommunen und Organisationen. Er koordiniert in Rheinland-Pfalz ein tragfähiges Netzwerk aller Akteure.

4. SeniorTRAINERinnen

Über ihr konkretes und vielfältiges Engagement hinaus unterstützen sie die Verbreitung dieses Profils eines eigenständigen, bürgerschaftlichen Engagements und informieren gerne vor Ort darüber. Manche Regionalgruppen von SeniorTRAINERinnen entwickeln auch gemeinsame Projekte.

Wenn Sie Interesse haben, melden Sie sich bitte bei uns!



Schon Ihre Aufgabe gefunden?

Geben Sie Ihre Lebenserfahrung und Kompetenz im Ehrenamt weiter.

SeniorTRAINERin
in Rheinland-Pfalz



Wer sind SeniorTRAINERinnen?

SeniorTRAINERinnen sind ältere Menschen, mit vielen Erfahrungen und Kompetenzen (senior), die sich ehrenamtlich in die Gesellschaft einbringen. Sie engagieren sich freiwillig in Bereichen, die sie interessieren und geben ihre Erfahrungen in einem partnerschaftlichen Umgang an Alt und Jung weiter (training).

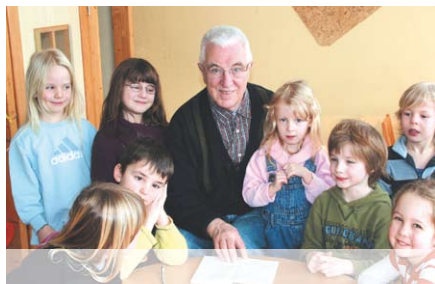
Diese Frauen und Männer stehen mit ihrem Erfahrungswissen für ein selbstbestimmtes und positives Bild der älter werdenden Generation, die den demografischen Wandel aktiv gestaltet.

SeniorTRAINERinnen stehen für Menschen, die offen sind für neue Erfahrungen und sich gerne mit Anderen neue Aktionsfelder erschließen.

Was tun SeniorTRAINERinnen?

SeniorTRAINERinnen engagieren sich dort, wo es ihnen Freude macht und wo die „Passung“ stimmt. Manche verwirklichen das, was sie schon immer mal angehen wollten.

Sie unterstützen, begleiten, vernetzen, koordinieren und initiieren neue Projekte oder sie verleihen bestehendem Engagement neue Impulse. Sie sind in allen Bereichen des Sozialen, in Kultur, Sport, Kirche, lokalem Engagement bis hin zur Bildungsarbeit zu finden und kommen dabei mit allen Generationen zusammen.



Wie kann ich SeniorTRAINERin werden?



Erfahrungswissen lässt sich nicht 1:1 auf freiwilliges Engagement übertragen. Deshalb erhalten SeniorTRAINERinnen in einer sechstägigen Weiterbildung das „Handwerkszeug“ dafür. Ihre vielfältigen Kompetenzen aus Beruf und Lebensumfeld werden in den Kontext von freiwilligem Engagement gestellt. Der konkrete Engagementbereich kristallisiert sich in dieser Zeit heraus.

Seit 2002 wurden in Rheinland-Pfalz rund 350 SeniorTRAINERinnen in Kooperation mit über 30 regionalen Anlaufstellen qualifiziert und begleitet. Fachreferentinnen und -referenten bilden in Zusammenarbeit mit lokalen Anlaufstellen die Teilnehmenden aus. In einem aktivierenden Lernklima geht es in der Gruppe an sechs Kurstagen (mit zwei Praxisphasen) um folgende Themen:

- **Orientierung im freiwilligen Engagement**
- **Den eigenen Standort bestimmen/ Lernen als Erwachsene**
- **Arbeit mit Gruppen, z.B. Moderation, Gruppenentwicklung, Methodenvielfalt**
- **Projektarbeit: von der Idee zur Aktion**
- **Öffentlichkeitsarbeit im Ehrenamt**
- **Reflexion der Praxisphasen**
- **„Mein Ding“ im Ehrenamt entdecken**



Beispiele

Initiativenberater/in

Projektentwickler/in

Netzwerker/in

Teamkoordinator/in

- **Nachbarschaftshilfen und Besuchsdienste**
- **Trauercafé**
- **Patenschaftsmodelle, z.B. Wunschgroßeltern, Handwerkspaten, Schul- oder Berufswahlpaten, Bürgerlotsen, Singpaten, Lesepaten**
- **Unterstützung und Begleitung von Kindern und Jugendlichen sowie Menschen mit Migrationshintergrund**
- **Unterstützung und Beistand für Angehörige Inhaftierter**
- **Internetcafés, Erstellung von Internetseiten**
- **Gemeinschaftsgarten**
- **Gemeinschafts- und Kulturangebote für unterschiedliche Zielgruppen, z.B. „Auszeit-tage“, Mittagstisch, Freizeiten**
- **Tafeln, Warenkorbangebote**
- **Bürgerbeteiligungsprojekte, Bürgervereine**
- **Seniorenversicherungsberatung**
- **Ehrenamts- und Gesundheitstage**
- **Gesundheit, z.B. Gedächtnistraining, Selbsthilfegruppen**
- **Eine-Welt-Laden**
- **Angebote von Naturerleben und Naturschutz**

Wo gibt es SeniorTRAINERinnen?



In diesen Regionen finden Sie SeniorTRAINERinnen und **Anlaufstellen**, bei denen Sie nachfragen können. Ausführliche Infos zu den Anlaufstellen über:

www.seniortrainer-rlp.de/www.seniortrainerinnen-rlp.de