

## Mitmachen

Wir suchen noch Mitstreiter/innen, die mit uns weitere Aktivitäten und Projekte entwickeln.

- Sie gehören zur Generation 55+.
- Sie haben Zeit zur Verfügung.
- Sie wollen ihr Erfahrungswissen einbringen.
- Sie möchten eine Idee für ein ehrenamtliches Engagement verwirklichen.

Wenn Sie also mehr als nur Spuren im Sand hinterlassen wollen, dann sind Sie bei uns als

**seniorTrainerin**  
im Kreis Plön

**herzlich willkommen!**



## Kontakt

Information und Beratung

**Kreisvolkshochschule Plön**

**Heike Zura**

**Krabbe 17**

**24306 Plön**

**Tel.: 04522 - 2327 oder 2443**

**Fax.: 04522 - 2792**

**Email :** [info@kvhs-ploen.de](mailto:info@kvhs-ploen.de)

**Internet:** [www.kvhs-ploen.de](http://www.kvhs-ploen.de)

[www.seniortrainer-kreis-ploen.de](http://www.seniortrainer-kreis-ploen.de)

Landesnetz

Das vom Sozialministerium geförderte Programm „seniorTrainerIn Landesnetzwerk Schleswig-Holstein“ ist die landesweite Fortsetzung des Bundesmodells „Erfahrungswissen für Initiativen (EFI) 2002 -2006“.

**Landesnetzwerk Schleswig-Holstein**

**Email:** [efi-sh@t-online.de](mailto:efi-sh@t-online.de)

**Internet:** [www.efi-sh.de](http://www.efi-sh.de)

gefördert durch:

Ministerium für Soziales, Gesundheit,  
Familie, Jugend und Senioren  
des Landes Schleswig-Holstein



**seniorTrainerin**  
Erfahrungswissen für Initiativen

## Ein Gewinn für alle

**seniorTrainerin**  
Erfahrungswissen für Initiativen

Erfahrungswissen nutzen



im Kreis Plön



## Wer sind wir?

Ältere Menschen haben im Laufe ihres Lebens viele Kenntnisse und Fähigkeiten erworben. Diese für das Gemeinwesen zu nutzen, ist das Ziel der *seniorTrainerinnen* und *seniorTrainer*.

Die Bezeichnung *seniorTrainer* verweist auf Personen mit langjähriger Erfahrung (Senior/in), welche erworbene Kompetenzen an Menschen aller Generationen weitergeben (Training). So setzen wir *seniorTrainer* nach Berufs- und Familienphase unser Erfahrungswissen, unsere Ideen und unsere Zeit für ein bürgerschaftliches Engagement ein.

Dies tun wir

- freiwillig und selbstbestimmt
- in eigenverantwortlichen Projekten
- mit Gleichgesinnten im Team und
- mit gegenseitiger Hilfe



## Was machen wir?

Ohne an eine Organisation gebunden zu sein, greifen wir Bedarfslagen in unserer Kommune auf, entwickeln eigene Projekte oder unterstützen bestehende Initiativen, Vereine, Gruppen oder einzelne Menschen.

Bereiche, in denen wir *seniorTrainer* ehrenamtlich mit Projekten und Unterstützungsleistungen aktiv werden können, sind vielfältig:

- Soziales – Bildung – Kultur
- Natur / Umwelt / Tierschutz
- Gesundheit – Sport/Bewegung
- Freizeit und vieles mehr

Ein Beispiel: „Gärtnern mit Kindern in Preetz“  
Menschen jeden Alters gärtnern auf Initiative einer *seniorTrainerin* seit 2009 miteinander in dem gemeinsam geschaffenen, vielfach geförderten "Garten für Kinder" im Mühlenaupark.



## Wie arbeiten wir?

Unterstützt werden wir *seniorTrainer* in unserem bürgerschaftlichen Engagement durch eine Anlaufstelle und durch die Zusammenarbeit im Team der *seniorTrainer* im Kreis Plön.

Dort können wir

- Gleichgesinnten begegnen
- Kontakte knüpfen
- Auf Informationen zurückgreifen
- Rat und Anregungen finden
- Hilfe und Unterstützung bekommen

Interessierte werden durch ein Seminar in der *akademie-am-see Koppelsberg* auf ihre zukünftige Tätigkeit vorbereitet und können vorher bereits an den monatlichen Treffen der *seniorTrainer* teilnehmen. Wir treffen uns jeden letzten Montag im Monat in der VHS in Preetz.

