

„Wir werden dreifach belohnt“

Manfred Cullen ist einer von acht neu ausgebildeten Senior-Trainern im Landkreis

Von Jutta Lehmann

Landau. Am 14. März erhielten vier Frauen und vier Männer aus Mamming, Mengkofen, Marklkofen und Landau ihre Urkunden als Senior-Trainerin und Senior-Trainer. Seit November letzten Jahres besuchten sie, zusammen mit Teilnehmern aus Deggendorf, München und Germering, die sTAB (senior-Trainerin Akademie Bayern). Die Ausbildung fand im Bildungszentrum des Kardinal-Döpfner-Hauses in Freising statt. Sie gliederte sich in drei Blöcke zu je drei Tagen mit zwei Praxisphasen zwischen den Blöcken.

Manfred Cullen ist einer von ihnen – der Einzige bis jetzt in Landau. „Senior-Trainer – Senior, aus dem Englischen, bezeichnet eine besonders qualifizierte und erfahrene, meist ältere Person – sind Menschen der Generation 50 plus, die sich bürgerschaftlich engagieren und dabei ihre Erfahrung und ihr Wissen einbringen. Wir trainieren keine Senioren, sondern betätigen uns als Berater für Initiativen, als Projektentwickler und Netzwerker“, erklärt er im Gespräch mit der Landauer Zeitung.

Die Zielgruppe bilden Einzelne oder mehrere, die Beratung für ihre Initiativen suchen, die ihre Projektideen und -konzepte umsetzen wollen oder die bei ihrer Arbeit und ihrem Einsatz den Austausch und das Zusammenwirken mit anderen anstreben, um im Netzwerk nachdrücklicher und wirkungsvoller zu helfen.

Senior-Trainer unterstützen Vorhaben im Entstehen ebenso, wie bestehende Initiativen, die in Zwangslagen oder andere Schwierigkeiten geraten sind. Sie verständigen sich mit den Beteiligten, vermitteln bei Konflikten und suchen nach Ursachen und Lösungen.

Senior-Trainer arbeiten mit allen freiwilligen, öffentlichen, caritativen und amtlichen Einrichtungen zusammen, die ehrenamtliche Aufgaben anbieten, fördern, unterstützen und finanzieren.

„Das Problem ist doch“, meint Cullen, „dass es zwar viele solche Einrichtungen gibt, aber die meisten wissen nicht voneinander.“ Cullen selbst war sechs Jahre lang als Ehrenamtlicher im Parkwohnstift in Arnstorf tätig. „Dort haben wir Gesellschaftsnachmittage und Ausflüge organisiert oder Boggia gespielt, was immer sehr lustig war, denn wir hatten auch zwei 91-jährige Damen dabei, die mit dem Rollator ankamen, aber unbedingt Boggia mitspielen wollten. Was zeigt, dass auch ältere Leute durchaus ihren Spaß haben können. Nur an Angeboten darf es eben nicht fehlen.“

Wer im Ruhestand eine sinnvolle und regelmäßige Beschäftigung sucht, bei der er seine Erfahrung für andere Menschen einsetzen kann, sollte sich ehrenamtlich betätigen, so Cullen. „Wer hilfsbedürftige Menschen jeglichen Alters ermutigt, unterstützt oder unterweist, wird dreifach belohnt: erstens, erfährt er Zuspruch und Lob von anderen, zweitens, kann er stolz auf das sein, was er tut, und drittens, bereichert er damit sein eigenes Leben. Entscheidend ist, dass er selbst bestimmt, für was, für wen, wann und wie lange er sich dafür einsetzt.“

Wer mehr über ehrenamtliche Tätigkeiten in seinem Umfeld erfahren will, sollte Kontakt mit einem der Senior-Trainer oder der Freiwilligen Agentur Dingolfing-Landau (<http://www.fwa-dingolfing-landau.de/index.php/startseite.html>) aufnehmen.

EFI Bayern (Erfahrungswissen für Initiativen) ist ein Verein, der sich seit zehn Jahren für die Zukunft unserer Gesellschaft einsetzt und bürgerschaftliches Engagement von Senioren fördert. EFI ist selbst ein Netzwerk, dass von Bundeseinrichtungen für Senioren, dem Bayerischen Staatsministerium für Ar-



Die neuen Senior-Trainer stellen sich vor: v. li. hinten: Carlos Alianza-Rubio, Alfons Günzkofer, Wolfgang Suttor, Monika Heilmeier-Schmittner (Referentin), Manfred Cullen; vorne: Rosi Reichert, Louise Krieger, Brigitte Bergmann, Elfriede Dingreiter.

beit und Sozialordnung, Familie und Frauen und der eigene sTAB (seniorTrainerin Akademie Bayern) über die Freiwilligen-Agenturen und ehrenamtlichen Einrichtungen in Gemeinden bis zu den einzelnen Initiativen reicht. Die Website von EFI (www.efi-bayern.de) vermittelt, wie einfallreich bürgerschaftliches Engagement in Bayern ist. Neben

den Aufgaben, Angeboten zur Weiterbildung und Informationsmaterial und Schulungsunterlagen werden dort auch zahlreiche Initiativen, Projekte und Einrichtungen geführt.

Manfred Cullen wird sich demnächst beim Bürgermeister vorstellen und die Lage in Landau sondieren. „Ich möchte mir ein Bild über

die Situation hier in Landau machen und eruieren, wo ein Bedarf ist, um ein Netzwerk aufzubauen“, sagt der engagierte 67-Jährige.

Denn eins ist für ihn sicher: „Hin und wieder meinen Rasen zu mähen und den Rest meiner Zeit einfach nur im Sessel zu sitzen und Fernsehen zu schauen, kommt nicht in Frage – ein Alptraum!“