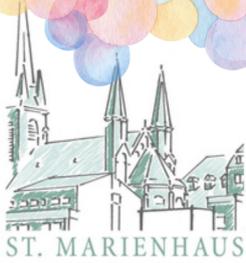


FEBRUAR -  
APRIL 2024

# NEWSLETTER

MUTTER-ROSA-ALTENZENTRUM TRIER

Ehrenamt



ST. MARIENHAUS



WALDBREITBACHER  
FRANZISKANERINNEN

## Inhalte dieser Ausgabe

1. Wir suchen...
2. Nächstes STARK-Treffen
3. Einladung zum IT-Café
4. Der SWR zu Besuch im IT-Café
5. Einladung zur Karnevalssitzung im Mutter-Rosa-Altenzentrum
6. Ehrenamtskarte
7. Engagement- und Kompetenznachweis

## 8. Wichtige Information:

**Infektionsschutz-  
schulung**



Liebe ehrenamtlichen  
Mitarbeiterinnen und  
Mitarbeiter,



Helau, Alaaf und Ahoi! - Zurzeit sind diese Narrenrufe wieder überall zu hören. Die einen freuen sich das ganze Jahr über darauf und andere flüchten in ruhige Urlaubsgebiete, um den Karnevalsjecken zu entkommen.

Das Mutter-Rosa-Altenzentrum gehört - natürlich bis auf individuelle Unterschiede zwischen den Bewohner:innen und Mitarbeitenden - zur erstgenannten Gruppe. So wird es eine glamouröse Karnevalssitzung geben, in der wir in die 20er Jahre des vergangenen Jahrhunderts reisen. Außerdem wird ein Mutter-Rosa-Prinzenpaar gekrönt und das Trierer Prinzenpaar kommt zu Besuch.

Der Karneval lädt dazu ein, mit- und übereinander zu lachen, Sorgen zu vergessen und unserer Verbundenheit beim gemeinsamen Schunkeln Ausdruck zu verleihen. Wir nutzen unseren Humor, um die Krisen der Zeit für einen Moment erträglicher zu machen und das Kostümierern ermöglicht es uns, unsere teilweise starren Alltagsrollen abzulegen. Eine - wenn Sie mich fragen - wunderbare Möglichkeit dem Alltag zu entfliehen. Ich wünsche Ihnen eine unbeschwerte und unterhaltsame fünfte Jahreszeit.

Viel Vergnügen beim Lesen  
des dritten Newsletters und  
herzlichen Dank für Ihr  
Engagement!

Nico Weber

Ihr Ehrenamtskoordinator

1

## Wir suchen...

### ...Begleitungen zum Rosenmontagszug.

Damit möglichst viele Bewohner:innen die Möglichkeit haben, sich den Rosenmontagszug am 12.02.24 in der Paulinstraße anschauen zu können, suchen wir Ehrenamtliche, die beim Fahren der Rollstühle und bei der Betreuung vor Ort unterstützen können.

### ...Unterstützung bei der Essensausgabe am Abend.

Sie haben Spaß an hauswirtschaftlichen Aufgaben, wollen eine große Unterstützung für einen unserer Wohnbereiche sein und haben mindestens 1-2 Mal pro Woche von 18:00 - 19:30 Uhr Zeit? - Dann rufen Sie mich an. Sie würden Essenwünsche erfragen, Mahlzeiten austeilen und die Küche ordentlich halten.

**Sie könnten der oder die Richtige  
für eines unserer Gesuche sein?**

**Rufen Sie mich gern an!**

**0651 2004 106**



„Hilf mir, es  
allein zu tun.“

(Maria Montessori)

### ...Einzelbetreuung für demente Dame.

Sie möchten einer lieben, kontaktfreudigen aber leider meist orientierungslosen Dame Halt und Aufmerksamkeit schenken? Wenn Sie dazu noch Erfahrungen im Umgang mit dementiell veränderten Menschen haben oder diesen erlernen wollen, können Sie sich gern melden!

### ...Einzelbetreuung für unruhigen Bewohner.

Sie wollen einem lieben Bewohner Zuwendung, Gehör und Zeit schenken? Für einen dementen Herrn suchen wir Personen, die sich mit ihm beschäftigen und ihm während der Besuche Sicherheit signalisieren. Melden Sie sich, wenn Sie mehr zum Gesuch wissen möchten!

2

## Nächstes STARK- Treffen



**Wann?** Mo, 26.02.2024, 17 Uhr

**Wo?** in der Oase

**Thema?** Palliative Care - Einblicke in die (pflegerische) Begleitung sterbender Bewohner:innen

**Referentin?** Alessa Weber (Pflegefachkraft und Praxisanleiterin)

Über eine vorherige Anmeldung würde ich mich freuen!

Tel.: 0651 2004 106

E-Mail:

[Nico.Weber@marienhaus.de](mailto:Nico.Weber@marienhaus.de)



Die STARK-Treffen sind ein niedrighschwelliges und freiwilliges Angebot für ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Mutter-Rosa-Altenzentrums. Sie sollen Reflexions- und Bildungsräume öffnen, die zur Stärkung der ehrenamtlichen Rolle beitragen.

Die STARK-Treffen sind dual aufgebaut. Zum einen soll es in einem offenen Gesprächsteil die Möglichkeit geben, eigene Erfahrungen und Gefühle zu teilen, über (konfliktreiche oder besonders schöne) Situationen im Ehrenamt zu sprechen und Fragen zu stellen. Zum anderen soll es bei jedem STARK-Treffen einen inhaltlichen Schwerpunkt geben. Dieser wird in Form eines Kurzvortrags mit anschließender Diskussion und Reflexion vom Ehrenamtskoordinator oder einem Gast generiert.

Die STARK-Treffen sollen das Teamgefühl stärken, Vernetzungsmöglichkeiten schaffen, Praxiswissen generieren und so zu einem sicheren sowie professionellen Auftreten und Handeln im Ehrenamtskontext beitragen.

## Einladung zum IT-Café

3



# IT Café

im Mutter-Rosa-Altenzentrum

Herzlich willkommen im IT-Café - einem Ort an dem Sie sich mit anderen bei Kaffee und Gebäck über Technik unterhalten können.

Das IT-Café ist ein Angebot von ehrenamtlichen Mitarbeiter:innen des Malteser-Hilfsdienst in Trier und findet 1x im Monat montags statt.

Es ist eine Anlaufstelle für alle, die Lust haben, sich mit Fragen rund um Handy, Computer, Technik und Co. auseinanderzusetzen und etwas über technische Möglichkeiten lernen wollen. Falls Sie bspw. Schwierigkeiten mit der Bedienung des eigenen Handys haben, ist das der richtige Ort für Sie. Sie können spontan vorbeikommen und müssen sich nicht anmelden.

### Die nächsten Termine:

05. Februar um 16 Uhr

11. März um 16 Uhr

08. April um 16 Uhr

13. Mai um 16 Uhr

10. Juni um 16 Uhr

Das IT-Café findet immer im Konferenzraum im Foyer (gegenüber der Rezeption) statt.



## Der SWR zu Besuch im IT-Café

4

Am 23. Oktober durften wir ein Kamerateam des Formats SWR Heimat im Haus begrüßen. Der Beitrag soll zeigen, wie sich das IT-Café auf die Leben unserer Bewohner:innen auswirkt.

Das IT-Café ist ein Angebot des Malteser Hilfsdienstes Trier e.V. Einmal im Monat kommen zwei bis vier technisch begabte Ehrenamtliche des Vereins zu uns in die Einrichtung, um den Bewohner:innen Fragen rund um Handy, Internet und Co zu beantworten. Zudem werden den Teilnehmenden bspw. Apps vorgestellt, die den Alltag der Senior:innen erleichtern sollen.

Der Videobeitrag wurde auf Instagram veröffentlicht (Account des SWR Heimat). Auf der Internetseite finden Sie den dazugehörigen Text und eine Fotoreihe. Es folgt ein Auszug aus den Veröffentlichungen.



## Smartphones im Alter – Handynachhilfe im Altenheim

Stand 6.12.2023, 9:00 Uhr - von Inga Malin Köberich und Julius Bauer

“Ursula und ihr Handy sind unzertrennlich. In einer kleinen Handtasche um ihren Hals hat sie ihr Handy immer mit dabei. Was sie alles mit ihrem Handy machen kann, wie sie Apps runterlädt oder eine Sprachnachricht verschickt, aber auch welche Gefahren ein Handy birgt, lernt die 78-Jährige im monatlichen IT-Café im Mutter-Rosa-Altenzentrum in Trier.



Durch eine Krankheit ist Ursula von der Hüfte abwärts gelähmt und kann am Tag höchstens 3-4 Stunden sitzen. Doch ihr Kopf funktioniert noch gut. Rausgehen kann sie nicht mehr, doch ihr Handy hilft ihr, an der Welt draußen weiter teilzunehmen.

„Mein Handy ist meine Welt nach außen. Ich habe viele Verbindungen, die aus früheren Zeiten entstanden sind. Das ist mir wichtig, die aufrechtzuerhalten. Die schicken mir dann Fotos von Familienfesten oder kulturellen Veranstaltungen in Trier. Da fühle ich mich noch ein bisschen eingebunden.“

Ein Tag fühlt sich für Ursula manchmal ganz schön lang und einsam an. Doch das IT-Café ist immer eine Möglichkeit, andere Leute zu treffen und kennenzulernen, sich auszutauschen und viel zu lernen.

„Wir hören immer eine Präsentation. Da werden uns Apps vorgestellt oder gezeigt, welche Gefahren es gibt. Es gibt ja auch schon viele schlimme Sachen im Handy. Da muss man schon aufpassen.“ Ursula ist sehr dankbar, dass es das IT-Café gibt und sie noch die Möglichkeit hat, so viel zu lernen. Sie und ihr Handy gehören wirklich zusammen.“



*“Wenn ich komme, lachen schon alle und sagen immer: ,Ursula, du und dein Handy!”*

*Ursula, 78, aus Trier*



*“Im IT-Café bekomme ich immer neue Anregungen und lerne viel dazu. Das hält mich fit. Ich schreibe mir einen Zettel mit meinen ganzen Fragen und die bekomme ich hier ganz in Ruhe erklärt.”*

*Ursula, 78, aus Trier*



FEBRUAR -  
APRIL 2024

NEWSLETTER

MUTTER-ROSA-ALTENZENTRUM TRIER

Chorenamt



ST. MARIENHAUS

WALDBREITBACHER  
FRANZISKANERINNEN

Einladung zur Karnevalssitzung im  
Mutter-Rosa-Altenzentrum

5

100 JAHRE IST ES HER,  
WIR TANZEN ALLE KREUZ UND QUER!

Reisen Sie mit uns in die goldenen 1920er Jahre!

Herzliche Einladung zur glamourösen  
Karnevalssitzung 2024 im Mutter-Rosa-Altenzentrum.

06. FEBRUAR

IN DER  
AULA

14:11 UHR



*Das Mutter-Rosa-Prinzenpaar 2024*

*Prinzessin Lia von der Ruwiera &  
Prinz Peter von der Freude*



## Ehrenamtskarte

6



Die Ehrenamtskarte soll ein Zeichen des Dankes, der Anerkennung und der Wertschätzung für besonders intensives ehrenamtliches und freiwilliges Engagement sein. Mit ihr können alle Vergünstigungen, die die beteiligten Kommunen und das Land dafür bereitstellen oder von Dritten einwerben, landesweit genutzt werden.

### Voraussetzungen:

Erhalten kann sie, wer **mindestens 14 Jahre alt** ist, sich durchschnittlich **mindestens fünf Stunden pro Woche bzw. 250 Stunden im Jahr** ehrenamtlich engagiert und dafür keine pauschale finanzielle Entschädigung erhält. Erstattungen tatsächlich angefallener Kosten für Telefon, Büromaterial, Fahrtkosten usw. zählen nicht zu den pauschalen Entschädigungen. Die freiwillige Tätigkeit kann auch bei unterschiedlichen Trägern erfolgen. Voraussetzung ist auch, dass das Ehrenamt auf eine längere Dauer angelegt ist und im Regelfall bereits **mindestens ein Jahr** ausgeübt wird.

### Vorteile:

Typische **Vergünstigungen** sind beispielsweise ermäßigte Eintrittspreise oder zwei Tickets zum Preis von einem für Museen, Bäder, Theater, Veranstaltungen sowie Ermäßigungen auf Waren und Dienstleistungen oder Einladungen zu besonderen Veranstaltungen. Alle Vergünstigungsangebote sind auf der Webseite [www.wir-tun-was.de](http://www.wir-tun-was.de) zu finden. Einrichtungen und Unternehmen, die die landesweite Ehrenamtskarte mit Vergünstigungen unterstützen, sind an einem Mitmach-Aufkleber zu erkennen.

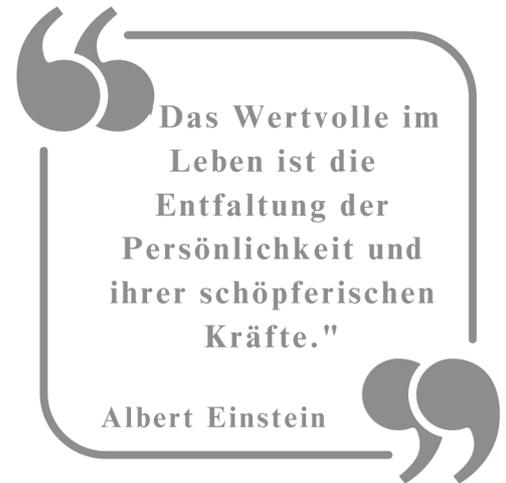


**Wenn Sie am Engagement- und Kompetenznachweis interessiert sind oder Fragen haben, können Sie mich jederzeit kontaktieren! Ich unterstütze Sie gern bei der Antragsstellung.**

7

## Engagement- und Kompetenznachweis

Der Engagement- und Kompetenznachweis dokumentiert und zertifiziert ehrenamtliches Engagement und dient zur Anerkennung und Würdigung freiwillig geleisteter Tätigkeit. Darüber hinaus führt der Nachweis eingebrachte und erworbene Kompetenzen im bürgerschaftlichen Engagement und Ehrenamt detailliert auf.



### Voraussetzungen:

Rheinland-pfälzische Bürgerinnen und Bürger, die das **14. Lebensjahr vollendet** haben, können den Engagement- und Kompetenznachweis von der Organisation erhalten, in der sie sich ehrenamtlich engagieren. Die Voraussetzung ist, dass sie mindestens **80 Stunden im Jahr** regelmäßig oder zeitlich befristet (z. B. durch projektorientierte Arbeit) ehrenamtlich aktiv sind.



Der Engagement- und Kompetenznachweis ist eine Art Zeugnis/ Urkunde, die von Ministerpräsidentin Malu Dreyer persönlich unterzeichnet wird.



Wenn Sie am Engagement- und Kompetenznachweis interessiert sind oder Fragen haben, können Sie mich jederzeit kontaktieren! Ich unterstütze Sie gern bei der Antragsstellung.

## Wichtige Information: Infektionsschutzschulung

8

Sobald Sie als ehrenamtliche:r Mitarbeiter:in während Ihrer Tätigkeit mit **Lebensmitteln in Berührung** kommen (bspw. beim Austeilen von Mahlzeiten), ist es **verpflichtend**, dass Sie an einer Infektionsschutzbelehrung des Gesundheitsamtes Trier teilnehmen. Dies ist als Online-Veranstaltung oder in Präsenz möglich.

“Ziel der Belehrung ist es, dass Sie Ihre eigenen Symptome von Infektionskrankheiten oder Symptome Ihrer Mitarbeitenden frühzeitig erkennen. Sie sollen außerdem eine Weiterverbreitung sowie Kontamination der Lebensmittel verhindern und einschätzen können, wann Sie Ihre Tätigkeit bei bestimmten Symptomen nicht mehr ausüben dürfen.” \*

Die anfallenden Kosten wird selbstverständlich das Mutter-Rosa-Altenzentrum tragen.



0651 2004 106

Bitte melden Sie sich bei mir,  
wenn Sie zur entsprechenden  
Gruppe gehören, damit ich  
die Teilnahmen an den Belehrungen  
planen kann.



Nico.Weber@marienhaus.de

Falls Sie nicht teilnehmen möchten/können, bitte ich Sie, alle Tätigkeiten zu unterlassen, bei denen Sie mit Lebensmitteln in Berührung kommen.

Herzlichen Dank für Ihr Verständnis und Ihre Mithilfe!