

**Forschung fördern  
Krankheit bewältigen  
selbstbestimmt leben**



**PRO RETINA  
Deutschland e.V.**

Selbsthilfevereinigung von Menschen  
mit Netzhautdegenerationen

## **Ein kleines Zeichen**

**Die größten Geschenke,**

**die wir einander machen können**

**sind die kleinen Zeichen der Zuneigung und Wertschätzung**

**mit denen wir einander sagen:**

**Du bist mir wichtig,  
ich habe an dich gedacht,  
ich wünsche dir was...!**

Liebe Alle,

mit diesem KLEINEN ZEICHEN kommen wir dem Ende des Jahres 2024 wieder ein Stückchen näher. Nun ist sie also wieder da, die Zeit der Dunkelheit - die Zeit des Fröstelns - Innen wie Außen, die Zeit des Näherrückens - der Suche nach Geborgenheit und nicht zuletzt des Lichts. Kleine Zeichen sind besonders im Monat November, wo alles grau in grau scheint sehr wichtig und wertvoll...!

Wichtig und Wertvoll waren auch in 2024 wieder die unterschiedlichsten Aktivitäten der PRO RETINA Regionalgruppe Trier, die Viele von uns zu schätzen wissen und auf die man sich freut.

Und ein ganz besonderes Highlight eines jeden Jahres ist unser Weihnachtstreffen, mit leckerem Essen, viel Gemütlichkeit, schönen Wichtel Ideen und ganz vielen kleinen Zeichen des liebevollen, wertschätzenden Miteinander und genau dieses Treffen liegt nun vor uns.

**PRO RETINA Deutschland e. V.**

**[www.pro-retina.de](http://www.pro-retina.de)**

### **Regionalgruppe Trier**

Marion Palm-Stalp · Im Pieter 3 · 54331 Oberbillig  
Tel. (0 65 01) 60 83 64  
marion.palm-stalp@pro-retina.de  
Regionalgruppenkonto:  
IBAN: DE 6139 0400 1301 2577 2400

### **Geschäftsstelle**

Mozartstraße 4-10 · 53115 Bonn  
Tel. (0228) 227 217-0 / info@pro-retina.de  
Steuer-Nummer: 205/5783/3312  
VReg. Frankfurt am Main, Nr. VR7096  
Spendenkonto: DE60390500000007031131



Wir, das Team der Regionalgruppe laden ein für

**Samstag, 30. November 2024  
ab 12:00 Uhr in die Polizeikantine Trier.**

Und wie in jedem Jahr gibt es wieder 2 leckere Menüs, zu bestellen bitte bis zum 26. November 2024 – DANKE!

Dieses Jahr haben wir wieder zwei Vorspeisen und 2 Desserts zur Auswahl, die Menüs kosten als 3-Gang-Menue jeweils 22,50 Euro pro Person. Alternativ kann man vegetarisch eine Gemüselasagne wählen und dazu Suppe und/oder Dessert ergänzen.

Suppen:

Rinderkraftbrühe oder Zwiebelsuppe mit Käse überbacken

Desserts:

Spekulatiuscreme oder Vanilleeis mit Pflaumen

Hauptspeise:

Rinderburgunderbraten oder Cordon bleu, dazu Kartoffelgratin und Buttergemüse

Vorab laden wir als Regionalgruppe wieder zu einem kostenlosen Sekt-/Orangen Empfang ein und wer möchte kann Glühwein zum Preis von 3 Euro genießen.

Traditionell Wichteln wir auch in 2024 wieder. Also lasst alle eurer Phantasie freien Lauf. Das Wichtelgeschenk soll maximal 10 Euro kosten, muss neu sein und soll „nutzbar“ sein.



Beliebt sind leckere Pralinen, Tee, Christstollen und all das, was so in die kalte Jahreszeit reinpasst. Auch Gutscheine aus Buchhandlungen oder Cafe´s erfreuen sich großer Begeisterung. Wert, 10 Euro!

Schon jetzt freuen wir uns auf ein zwangloses Zusammensein in vorweihnachtlicher Stimmung. Wäre schön, wenn der Ein oder andere wieder ein Gedicht oder eine Geschichte vortragen würde auch wenn der erste Advent erst einen Tag danach ist.... – aber da bieten wir ja dann auch noch eine Glühwein Wanderung an. Also schön aufmerksam weiterlesen, anmelden und ein paar gemütliche Stunden gemeinsam erleben, wir freuen uns auf Viele ALLE 😊.

Liebe Grüße

Marion Und Roswitha

Ach ja, na klar erhält Jeder auch dieses Jahr wieder eine kleine Weihnachtsberraschung

### DIES UND DAS

- Ab November regelmäßig PRO RETINA Sprechstunde in DAUN!  
Ansprechpartnerin Frau Roswitha Karst, Terminvereinbarung unter 02657-616



23. November 2024 Mitglieder Versammlung in Bonn und online als Hybrid

Wer Interesse hat, sich als Mitglied zu beteiligen wählt sich gerne online via ZOOM oder Telefon ein. Alle Informationen über die Geschäftsstelle 0228-2272170 und im Internet unter [www.pro-retina.de](http://www.pro-retina.de)

- Glühweinwanderung am Sonntag, 1. Dezember 2024 – ab 14:30 Uhr  
Wir treffen uns am Hbf., fahren dann mit dem Bus zur Kürenzer Straße und machen dann eine Rundwanderung ca. 6 Kilometer zum Weihnachtsmarkt im Weingut Avelsbacher Tal wo uns leckere kulinarische Köstlichkeiten und Glühwein zum geselligen Beisammensein erwarten.  
Mehr Infos und Anmeldung bei Markus Gierke [markus.gierke@pro-retina.de](mailto:markus.gierke@pro-retina.de) und telefonisch unter 015165620293. Auch in 2025 wird er weiter machen mit PRO RETINA aktiv!
- PRO RETINA Sprechstunde Südallee 37 E, Bildungszentrum Neukirch, Trier – außer an Feiertagen an jedem ersten Freitag im Monat AMD Beratung durch Roswitha Karst nach Terminvereinbarung unter 02657-616 und an jedem dritten Freitag im Monat Selben Augenerkrankungen durch Marion Palm-Stalp ebenfalls nach Terminvereinbarung unter 06501-608364
- Regionalgruppentreffen in Daun, Prüm und Idar-Oberstein (Termine siehe [www.pro-retina.de/trier](http://www.pro-retina.de/trier));
- PRO RETINA Aktiv – Wer Ideen oder Wünsche hat, gerne bei Markus Gierke per Mail [markus.gierke@pro-retina.de](mailto:markus.gierke@pro-retina.de) oder telefonisch 0151-65620293 melden.

**NEUWAHLEN 2025 – wir müssen laut Satzung ein neues Team wählen, was wir gerne gemeinsam mit Euch im März machen. Wer Interesse hat sich im Team mit uns zu engagieren meldet sich bitte zeitnah. Die Wahl findet an unserem ersten Regionalgruppentreffen am 15. März 2025 statt.**



## Regionalgruppentreffen - Termine 2025 Trier

15. März, 17. Mai, 19. Juli (Sommertreffen/-ausflug), 20. September  
29. November (Weihnachten)

### TERMINE IN DEN AUSSENBEREICHEN

Termine Daun

Kontakt: Roswitha Karst per Mail [roswitha.karst@pro-retina.de](mailto:roswitha.karst@pro-retina.de)

Telefon: 02657-616

26. Februar, 21. Mai, 27. August, 26. November

---

Termine Idar-Oberstein

noch nicht bekannt, werden in der nächsten Publikation und im Internet  
veröffentlicht!

Kontakt Tilo Wunsch ☎ 0151-65250909 ✉ [top@wuensch-io.com](mailto:top@wuensch-io.com)

Termine in Prüm

Kontakt zu Frau Renate Humble

Tel: 06551 – 1489555

E-Mail: [renate.humble@gs-plus-pruem.de](mailto:renate.humble@gs-plus-pruem.de)

11. März, 11. Juni, 10. September, 10. Dezember (Weihnachtsfeier)

ALLE TERMINE unter Vorbehalt!!! Aktuelles auf [www.pro-retina.de/trier](http://www.pro-retina.de/trier)



- !!! Am Freitag, 21. Februar 2025 ab 15:00 Uhr Informationsveranstaltung Retinitis Pigmentosa mit Fachvortrag für Betroffene im Seminarraum, Südallee 37 E.

Uff, das waren ja viele Informationen für heute 😊.

Und wenn jetzt noch Jemand ein bisschen Geld übrighat und nicht so recht weiß, wem es helfen könnte 😊?!, bei uns der PRO RETINA Regionalgruppe Trier wäre es gut aufgehoben 😊.

Wir freuen uns über jeden Cent Spende mit dem Verwendungszweck  
REGINALGRUPPENARBEIT.

Leider werden die Fördermittel immer knapper aber wir wollen auch in 2025 unser Angebot weiter ausbauen, Sie per Post und Mail informieren, unseren Büroraum beibehalten und vieles an Information für Alle aufbereiten und weitergeben.

Und nun sagen wir tschüs, hoffen auf ein Wiedersehen sehr bald, all Denjenigen die es nicht zur Weihnachtsfeier schaffen schon jetzt frohe Festtage und einen guten Start in 2025. Wir wünschen das sich all Ihre Wünsche realisieren lassen, vor allen Dingen aber **Gesundheit!**

