



# Viel Quality Time mit der NBH

Buggys parken vor dem Eingang. Babyrasseln klappern. Im Garten der Nachbarschaftshilfe Vaterstetten (NBH) spielen junge Mütter im Sandkasten mit ihren Babys. Unverkennbar: die NBH hat sich verjüngt – mit vielen Angeboten [für junge Familien](#). Seit mehr als einem Jahr engagiert sich Anna Birnstiel mit ihrem Team dafür, Nachbarschaftshilfe vor Ort auch für Mütter, Väter, auch Großeltern zusammen mit Babys, Kindern und Enkeln erlebbar zu machen. Ein Erfolgsmodell: Die NBH ist zu einem beliebten Treffpunkt geworden. Ein Gespräch mit der Familien-Animateurin.

*NBH: Frau Birnstiel, Nachbarschaftshilfe wird gemeinhin mit Essen auf Rädern und ambulanter Pflege von älteren Kranken gleichgesetzt. Wie passt da ein Ressort Junge Familien ins Bild?*

Anna Birnstiel: Unser Anspruch ist es, Hilfe in allen Lebenslagen und für alle Generationen zu leisten. Wir verstehen uns nicht nur als Nachbarn von betagten Damen und Herren, sondern auch von jungen Frauen, Müttern, Familien, Babys und Kindern. Das Bild von einer Nachbarschaftshilfe nur für Senioren ist überholt. Auch junge Familien brauchen in einer komplexen und zunehmend digitalisierten Welt Unterstützung. Wir bieten Gelegenheit zu Begegnung, Information und Aktion.

*Sie haben also gut zu tun?*

Durchaus. Es ist uns gelungen, einen [Offenen Treff](#) zu etablieren, der erfreulich gut besucht wird. Mütter und Babys treffen sich dort regelmäßig, tauschen sich aus, spielen und schließen vielleicht Freundschaften. Unsere Gesundheitskurse sind gut gebucht. Das Programm wird ausgebaut. Wir kooperieren mit anderen Bildungseinrichtungen am Ort, gehen mit einem Medienprojekt in externe Kindergärten. Ja, ein volles Programm.



NBH-Ressortleiterin Anna Birnstiel mit Puppe Lotta, Hauptfigur in einem ihrer Projekte  
Foto: NBH

## bürozeiten

montag bis freitag  
8 - 12 uhr  
montag bis donnerstag  
14-17 uhr

**nachbarschaftshilfe  
sozialdienste  
pflagedienste  
in den gemeinden  
vaterstetten,  
zorneding und  
grasbrunn e.v.**

brunnenstraße 28  
85598 baldham  
telefon 0 81 06 / 3 68 46  
telefax 0 81 06 / 36 84 84  
www.nbh-vaterstetten.de  
info@nbh-vaterstetten.de

kreissparkasse  
münchen starnberg ebersberg  
iban:  
DE95 7025 0150 0000 5590 96  
bic: BYLADEM1KMS

raiffeisenbank  
zorneding  
iban:  
DE93 7016 9619 0000 2343 38  
bic: GENODEF 1ZOR

postbank  
münchen  
iban:  
DE83 7001 0080 0212 1408 02  
bic: PBNKDEFF



### *Welche Hilfe brauchen moderne junge Familien?*

Ich denke, sie brauchen eine seriöse Anlaufstelle für ihre Probleme und Fragen. Es ist nicht so, dass in einer jungen Familie immer alles glatt läuft. Manchmal gibt es Krisen. Wir wollen Lösungen anbieten oder vermitteln. Wir laden etwa Experten aus unterschiedlichen Gebieten ein, die kostenlos informieren, beraten und fachkundig antworten. Andererseits wollen wir auch Kontakte zwischen Müttern und Babys fördern etwa durch spielen, musizieren, durch gemeinsamen Sport oder andere Kurse. Die vitale Gemeinschaft liegt uns am Herzen.

### *Es sind nach wie vor die Mütter, die das Familienmanagement übernehmen?*

Zu uns kommen tatsächlich überwiegend junge Frauen mit ihren Babys. Sie unterbrechen ihre Berufstätigkeit und stehen dann nicht selten vor einem Berg von Problemen, weil sie mit der neuen Situation komplett auf sich allein gestellt sind. Es geht dann nicht um Zeitvertreib, sondern um das Zurechtfinden in einer neuen Rolle. Elternzeit ist zudem Quality Time, also die Gelegenheit für viel Aufmerksamkeit für die Familie und sinnvolles gemeinsames Erleben. Die modernen Mütter haben hohe Erwartungen an sich selbst und die Erziehung ihrer Babys. Viele haben einen Plan.

### *Das klingt anspruchsvoll und fordernd.*

Nicht unbedingt, aber die digitale Welt generiert natürlich Wünsche. Wir orientieren uns an aktuellen Trends und erstellen etwa mit unseren Kursen ein durchaus urbanes Angebot. Schauen Sie auf unseren [aktuellen Kurskalender](#): fast so viele Termine wie in der Stadt mit zertifizierten Kursleitern, bloß alles viel entspannter mit kurzen Wegen von zuhause. Und wenn die Eltern ausgehen wollen, stehen unsere NBH-Babysitter bereit. Für noch später gibt es den NBH-Kinderpark, demnächst in neuen Räumen, für die Zwei- und Dreijährigen. Wir haben auch einen Plan.

### *Ihr persönlicher Plan ist es, jetzt eine längere Auszeit zu nehmen?*

Ja. Ich gehe in Mutterschaftsurlaub, dann in Elternzeit. Sicher komme ich zu gegebener Zeit auch mit meinem Baby in den Offenen Treff der NBH. Ich freue mich schon darauf. Meine Kolleginnen übernehmen jetzt für den Übergang, bis ich wiederkomme.

*Liebe Frau Birnstiel, wir wünschen Ihnen und Ihrer Familie alles erdenklich Gute. Auf ein Wiedersehen!*



Fitnessstraining mit Baby bei der NBH

Foto: fitdankbaby