



Liebe Freundinnen und Freunde der Tafel Vaterstetten-Grasbrunn,

als 1993 die erste Tafel in Deutschland gegründet wurde, war noch nicht abzusehen, was für eine Stärke und Strahlkraft die Tafel-Bewegung entwickeln würde. Heute ist die Tafel ein etablierter Teil der Gesellschaft in Deutschland und eine der größten sozial-ökologischen Bewegungen des Landes.

Oft werde ich als Bundesvorsitzender gefragt, ob es nicht eigentlich traurig sei, dass es die Tafeln brauche. Dazu kann ich nur sagen, ja, es ist traurig, dass Menschen in unserem eigentlich reichen Land von Armut bedroht oder betroffen sind. Gleichzeitig sind die Tafeln eine Erfolgsgeschichte. Die Tafeln sind ein wunderbares Beispiel dafür, wie viel wir als Gesellschaft gemeinsam erreichen können. Die Tafeln beweisen, was möglich ist, wenn Leute nicht nur ankreiden und sich beschweren, sondern aktiv werden. Die über eine Millionen Menschen in Deutschland, die von Tafeln unterstützt werden, haben dank der Tafeln ein bisschen mehr Geld übrig. Geld mit dem sie ihren Kindern neue Schuhe kaufen können oder ein Zugticket zum Krankenbesuch bei der Mutter organisieren können.

Als Gesellschaft sind wir stark, wenn wir zusammenhalten, uns für einander einsetzen und Probleme gemeinsam angehen.

Ich möchte der Tafel Vaterstetten-Grasbrunn ganz herzlich zum 20. Geburtstag gratulieren und mich von Herzen bei allen Tafel-Aktiven der letzten 20 Jahre bedanken. Ich hoffe, dass Ihr Eure Erfolgsgeschichte noch lange weiterschreiben könnt.

Bleiben Sie gesund und frohen Mutes

Ihr

Jochen Brühl
Bundesvorsitzenden der Tafeln in Deutschland

NEU IM NBH-TEAM

Helmut Gallmeier, Fundraising

„In meiner heutigen Vorstellung von Arbeit steht für mich Hilfsbereitschaft und ein ehrliches Miteinander an erster Stelle. Meine größte Stärke ist die Kommunikation mit Menschen. Zuhören und auf jeden Einzelnen eingehen gehören für mich zu einem Teamplayer. Auch klare Aussagen sind ein wichtiger Bestandteil der Zusammenarbeit. Fundraising ist meine Leidenschaft.“



KLEINE NBH-BILANZ 2021

26 nbh-Fahrzeuge sind insgesamt **354.827** Kilometer gefahren
– mehr als 8-mal die Strecke rund um den Äquator.

Die Nachbarschaftshilfe beschäftigt **106** Angestellte und
232 ehrenamtlich Helfende.

70.500 Menüs wurden im Mobilen Mittagstisch zu
380 Kunden gebracht.



Kennenlerntag im nbh-Kinderpark

Herzlich willkommen! Der nbh-Kinderpark an der Fasanenstraße 30 in Vaterstetten lädt ein zum Kennenlerntag. Am **Samstag, 5. März**, sind die Räume für Besucher und interessierte Eltern geöffnet. Von 10 bis 16 Uhr stehen die Leiterinnen der Einrichtung Marjoleine Lesser und Andrea Humpl (Foto) für Information, individuelle Beratung und Rundgänge durch den Kinderpark zur Verfügung. „Wir zeigen unsere neugestalteten Räume und erläutern gern

unser Betreuungskonzept für die 2- und 3-jährigen Mädchen und Buben“, erklärt Marjoleine Lesser. „Wir legen großen Wert auf eine optimale Eingewöhnung der Kleinen und stehen grundsätzlich in engem Austausch mit den Eltern.“



Für den Besuch ist eine Terminvereinbarung erforderlich. Entweder telefonisch unter 08106 / 99 90 114 oder per E-Mail an: kinderpark@deine-nachbarschaftshilfe.de.

Sie lesen Neuigkeiten der Nachbarschaftshilfe auch gern online?

Melden Sie sich für den nbh-Newsletter an: www.deine-nachbarschaftshilfe.de.
Oder besuchen Sie uns dort unter Aktuelles!

Gemeinsam gegen Einsamkeit

Seit Corona gelten sie als vulnerable, also verletzte Gruppe: die älteren Menschen. Und seit Corona, Isolation und Quarantäne sind sie vermutlich auch die Einsams-ten. Dabei brauchen besonders ältere Menschen soziale Kontakte für ihr Wohlbefinden. Mehr denn je legt deshalb die lokale Nachbarschaftshilfe (nbh) Wert darauf, direkte persönliche Begegnungen für Senior:Innen zu ermöglichen und sucht daher verstärkt ehrenamtlich Mitarbeitende für ihr Ressort Betreutes Wohnen zu Hause. „Wir wissen, dass sich viele ältere Menschen zuhause aus Angst vor Ansteckung isoliert haben und zunehmend vereinsamen. Gleichzeitig sehnen sie sich doch



so nach Gesprächen, einem Lachen, nach etwas Gesellschaft und Abwechslung“, so Ressortleiterin Anja Pilopp (Foto). „Wir wollen diese Wünsche durch gesellige Besuche daheim bei den Herrschaften erfüllen und suchen dafür sozial interessierte Damen und Herren. Eine Qualifizierung etwa zum Demenzhelfer kann bei uns stattfinden.“

Die Begegnungen unterliegen den Pandemie-Verordnungen einschließlich eines gültigen Covid-Impfzertifikats. Bei Interesse Kontakt unter der Telefonnummer 08106 / 3684-78 oder eine E-Mail an betreutes-wohnen@deine-nachbarschaftshilfe.de



Neue nbh-Kursangebote für junge Familien mit Daphne Kretschmar

Anmeldung online im Kursangebot auf www.deine-nachbarschaftshilfe.de

Kursleiterin Daphne Kretschmar ist fachlich qualifiziert als GfG-Familienbegleiterin® und GfG-Stillberaterin sowie für die GfG-Geburtsvorbereitung®, GfG-Rückbildung-Neufindung® und für GfG-Babymassage durch die Gesellschaft für Geburtsvorbereitung, Familienbildung und Frauengesundheit Bundesverband e.V., Berlin, (GfG) sowie als Fachkraft für Bindungsentwicklung (ifp).

RÜCKBILDUNG

5-mal freitags ab 11. März 2022 (bis 8. April 2022), 9.30 bis 11 Uhr, 99 Euro
5-mal freitags ab 29. April 2022 (bis 3. Juni 2022 - Kurs pausiert am 6. Mai 2022), 9.30 bis 11 Uhr, 99 Euro

Die Teilnehmerinnen erleben ganzheitliche Körper- und Wahrnehmungsübungen für ein Training vom Kopf bis zu den Füßen. Ziel dieses Kurses ist die Begleitung und Unterstützung bei der Neufindung im eigenen Körper nach einer Schwangerschaft sowie das Wiedererlangen einer guten Stabilität, Körperrückbildung und Kraft. Dazu verhelfen der Situation angepasste Ausgleichs-, Koordinations-, Stabilisierungs- und Entspannungsübungen. Die Babys sind herzlich willkommen, bleiben während der Übungen bei der Mutter und können bei Bedarf beruhigt, gestillt oder gewickelt werden.

SÄUGLINGSPFLEGE

Sonntag 27. März 2022, 10 bis 15 Uhr, 89 Euro

Die Referentin vermittelt Wissenswertes und gibt hilfreiche Informationen für werdende Eltern auf Basis der jüngsten Erkenntnisse der Säuglingsforschung für das Leben mit dem Neugeborenen und die ersten sechs Lebensmonate. Themen sind u.a. Grundbedürfnisse des Säuglings, Alltagsleben mit dem Baby, Signale des Babys, Ernährung im ersten Lebenshalbjahr, Wissenswertes rund ums Stillen, praktische Pflege und achtsamer Umgang mit dem Baby, Gesundheit des Säuglings und Warnsignale.



GEBURTSVORBEREITUNG

Sonntag 24. April 2022, 10 bis 17 Uhr, 95 Euro

Wie werden aus Paaren Eltern? Der Kurs will grundlegendes Wissen über die Geburt vermitteln. Die Referentin gibt Antworten auf diese und andere Fragen: Was erwartet uns bei der Geburt? Welche Möglichkeiten der Schmerzlinderung gibt es? Welche Unterschiede gibt es zwischen ambulanter Entbindung, Entbindung zuhause, im Geburtshaus oder der Klinik, nach spontaner Geburt oder Kaiserschnitt? Wie kann der Partner seine Frau während der Geburt unterstützen? Was ist wichtig im Wochenbett? Die Referentin erläutert die natürlichen Vorgänge während einer Geburt, erklärt unterstützende Positionen, Atmungsformen und Entspannungsformen.

Treffpunkt für die Kurse sind die nbh-Räume, Brunnenstraße 28 in Baldham.

Hinweis: Die zum Kurstermin gültigen Hygieneregeln finden Sie zeitnah auf der nbh-Homepage im Kursangebot.

Herzlich willkommen!
Immer montags Offener Babytreff.
Kostenlos. Mit Online-Anmeldung.



Motto der Tagespflege: „Die wahre Lebenskunst besteht darin, im Alltäglichen das Wunderbare zu sehen.“ Pearl S. Buck (1892-1973), US-amerikanische Schriftstellerin, 1938 Nobelpreis für Literatur



Tagespflege in Zeiten von Corona

Wer wir sind

„In meinem Arbeitsalltag in der Tagespflege stehen für mich das Wohlbefinden und die Selbstbestimmung unserer Gäste an oberster Stelle. Unser Ziel ist es, deren Lebensqualität zu erhalten. Der Beruf bietet mir die Möglichkeit, meine Lebensprinzipien umzusetzen. Ich kann meine fachlichen und sozialen Kompetenzen in anspruchsvoller und qualifizierter Teamarbeit einsetzen. Das Wichtigste: Es gelingt mir, Menschen täglich Freude, Zuwendung und Balsam für die Seele zu schenken und Ihnen mit nach Hause zu geben. Ein Lächeln oder dankende Worte sind die Bestätigung, den richtigen Beruf gewählt zu haben.“

JOANNA WASNIEWSKA

Altenpflegerin,
gerontopsychiatrische
Fachkraft,
stellvertretende
Ressortleitung der
nbh-Tagespflege



Die Tagespflegeeinrichtung der Nachbarschaftshilfe (nbh) ist noch jung: vor vier Jahren eröffnet, hat Leiterin Marion Reger mit ihrem Team zwei Jahre ohne und zwei Jahre mit Corona-Pandemie hinter sich. Vom Idealfall in den Katastrophenfall? Ein Gespräch.

B304.de: Frau Reger, ist in Pandemie-Zeiten überhaupt gute betreuende Tagespflege möglich?

MARION REGER: Eindeutig ja. Und sie ist jetzt vermutlich noch wichtiger als in Zeiten ohne Pandemie. Weil sowohl unsere Gäste, oft an Demenz erkrankt und körperlich eingeschränkt, und deren Angehörige Sicherheit in der Betreuung brauchen. Die können wir geben. Dank eines erprobten Schutzkonzeptes und viel Fachkompetenz haben wir mit unserer Tagespflege über die gesamte kritische Zeit einen geschützten Raum geschaffen, wo sich unsere Gäste geborgen und gut aufgehoben fühlen. Das äußern sie auch.

Wie tun sie das?

Als ein Gast sagte, dass er direkt froh sein

könne, krank zu sein, um bei uns sein zu dürfen, hat uns das sehr berührt. Es drückt aus, wie tief die Beunruhigung und wie groß die Dankbarkeit ist. Das treibt uns an.



Was macht den geschützten Raum aus?

Das hat viele Komponenten. Es sind tatsächlich zuerst die wohnlichen Räume mit ansprechendem Mobiliar, Bildern und Dekoration.

Es gefällt allen bei uns. Dann ist da das starke Team. Wir gehen motiviert, geduldig und herzlich mit unseren Gästen um, helfen, wo es nötig ist und fördern individuell, wo es möglich ist. Routine und konstante Abläufe sind wichtig für unsere Gäste. Sie geben den Rahmen, in dem sich alle sicher fühlen. Das beginnt morgens mit dem gemeinsamen Frühstück und der Zei-

Gehen Sie mit auf einen virtuellen Rundgang durch die Räume und den Garten der Tagespflege! Online auf www.nbh-tagespflege.de



Fotos: ©Nachbarschaftshilfe

tungsrunde, bis dann das Tagesprogramm startet – mit aktivierenden Angeboten wie Gedächtnistraining, Backen, Musizieren oder bald wieder Gärtnern in unserem Sinnesgarten. Und nicht zuletzt steht über allem das Hygiene-Schutzkonzept. Es wird konsequent durchgesetzt.

Kennzeichen Ihrer Tagespflege ist ein tägliches Kommen und Gehen. Gäste, Angehörige, Besucher, Mitarbeitende. Wie funktioniert das in der Pandemie?

Mit großer Achtsamkeit bei allen Beteiligten, einem hohen Impfstatus, Testungen und konsequenter Hygiene. Alle tragen bei uns seit Pandemie-Beginn FFP2-Masken. Tatsächlich ist das auch für unsere demenziell erkrankten Gäste kein Problem. Sie spiegeln, was sie sehen und akzeptieren die Mund-Nase-Bedeckung. Externe Besucher sind schon lange nicht mehr zugelassen. Das bedauern wir, gehen aber auf Nummer sicher. Die beliebte Schafkopfrunde, Hundebesuchsdienst oder Klangschalen-Wellness müssen leider aussetzen, kommen aber zu gegebener Zeit wieder.

Vielen Dank und alles Gute!



Was kostet die Tagespflege?

Die Kosten der Tagespflege sind von verschiedenen Faktoren abhängig und werden Interessenten nach dem Informationsgespräch als Kostenvoranschlag zugeschickt.

Als Gast mit Pflegegrad ist bei der Berechnung zwischen dem Eigenanteil und der Erstattung durch die Pflegekassen zu unterscheiden. Zum Eigenanteil zählen die Verpflegungs- und Investitionskosten. Alle anderen Kosten werden von den Pflegekassen übernommen. Abhängig von der Anzahl der Besuchstage, vom Pflegegrad errechnet sich dann der monatliche Gesamtbetrag.

Für die Ermittlung des individuellen Tagesatzes empfiehlt sich die Kontaktaufnahme unter Telefon 08106 / 3684-77 oder E-Mail an info@deine-nachbarschaftshilfe.de.

STELLENANGEBOTE

Wir suchen Sie!

Die Nachbarschaftshilfe hat sich die Unterstützung von Menschen in allen Lebenslagen zum Ziel gesetzt. Wir wollen wie eine zweite Familie für Sie sein. Das bedeutet, dass wir persönlich an Ihrer Seite sind. Das nbh-Team ist stark, besteht aus Fachkräften, Helfenden, Ehrenamtlichen und Praktikanten. Wir wollen uns auch in Zukunft den gesellschaftlichen Anforderungen stellen, wollen vielen jungen Familien helfen, wie auch immer mehr ältere, auch kranke Menschen in ihrer Häuslichkeit unterstützen. Werden Sie Teil dieser großen nbh-Familie!

Bewerben Sie sich!

info@deine-nachbarschaftshilfe.de

**AKTUELLE STELLENANGEBOTE
(m/w/d)**

**Gesellschafter für Senioren im Ressort
Betreutes Wohnen zu Hause**

**Mitarbeiter im Ressort
Hauswirtschaftliche Hilfe**

**Altenpflegefachkraft für die nbh-
Tagespflege**

**Pflegefachkräfte (1- oder 3-jährige
Ausbildung) für ambulante Pflege**

**Pflegefachkraft für Abendschichten
und Wochenende für ambulante Pflege**

Pflegehilfskräfte für ambulante Pflege

**Mitarbeiter für Eltern-Kind-Gruppen
des Ressorts Junge Familien**

**Nachhilfelehrer und
Hausaufgabenbegleitung**

**Erzieher und Kinderpfleger für den
nbh-Kinderpark**

Mehr Infos unter:

► www.deine-nachbarschaftshilfe.de
unter Stellenangebote. Bewerbungen
bitte per E-Mail. Direkter Kontakt:
Telefon 08106 / 3684-6.

**Nachbarschaftshilfe,
Sozialdienste, Pflegedienste in den
Gemeinden Vaterstetten, Zorneding
und Grasbrunn e.V.**

Brunnenstraße 28, 85598 Baldham
Telefon 08106 / 3684-6, Fax 08106 / 3684-84
info@deine-nachbarschaftshilfe.de
www.deine-nachbarschaftshilfe.de