



DEINE NACHBARSCHAFTSHILFE

einblicke



Nachbarschaftshilfe, Sozialdienste, Pflegedienste in den Gemeinden Vaterstetten, Zorneding und Grasbrunn e.V.
Brunnenstraße 28, Baldham, Telefon 08106 / 3684-6, info@deine-nachbarschaftshilfe.de, www.deine-nachbarschaftshilfe.de

LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

auch im Alter immer noch in den eigenen vier Wänden zu sein und dort entspannt den Lebensabend zu verbringen, das ist der Traum vieler Menschen. Doch oft lässt es sich nicht vermeiden, hierzu Hilfe von außen zu holen. Dann erklären sich Angehörige oder nahestehende Personen bereit, im Haushalt zu helfen. Aber nicht immer wohnen Familienmitglieder in direkter Umgebung oder sie sind beruflich voll eingespannt.

Ab da kommt die Nachbarschaftshilfe ins Spiel und hilft aktuell mit mehr als 30 Mitarbeitenden im Ressort Hauswirtschaftliche Hilfe. Wir räumen auf, putzen, erledigen auf Wunsch die Wäsche und schauen überhaupt nach dem Rechten. Falls Sie Lust auf ein Gespräch haben, gern etwas erzählen, ein paar nette Worte austauschen, gemeinsam einen Kuchen backen oder beim Reinigen mit Hand anlegen wollen, melden Sie sich bei uns!

Für uns steht der Mensch im Mittelpunkt seines Zuhauses. Viele Kunden vertrauen uns und das freut uns. Und dennoch sind wir noch zu wenige, um sofort allen Anfragen nachkommen zu können. Aber wir kümmern uns und vergessen niemanden, damit Sie sich daheim wohlfühlen!

Ihre

Karin Kreder
nbh-Ressortleitung Hauswirtschaftliche Hilfe



Rund um die TAFEL



VATERSTETTEN GRASBRUNN

So können wir weitermachen und viele von Armut Betroffene unterstützen: Nur mit der Hilfe aus der Bevölkerung, sei es in Form von Lebensmitteln oder Geldspenden, gelingt es, im Laden der Tafel Vaterstetten-Grasbrunn Woche für Woche viele Familien und Einzelpersonen mit dem Nötigsten zu versorgen. Vielen Dank vom Tafel-Team für die ungebrochene Spendenbereitschaft!



Die Aktion Christkind der Gemeinde Grasbrunn bat auch in 2022 wieder um Spenden für hilfebedürftige Bürgerinnen und Bürger – mit großem Erfolg. „Für die zahlreichen großzügigen Beträge möchte ich allen Spendern herzlich danken“, so Grasbrunns Erster Bürgermeister Klaus Korneder (Foto r.). nbh-Geschäftsführer Oliver Westphalen nahm den Symbolscheck mit Dank entgegen: „Dass diese Aktion

wieder der Tafel Vaterstetten-Grasbrunn gewidmet wurde, ist einfach großartig. Es ist eine wunderbare Maßnahme, die die Gemeinde auf den Weg gebracht hat.“

Andrea Gerdemann (Foto), Inhaberin der KÖNIG Apotheken, und ihr Team

haben im Advent wieder 10 Cent pro Kunden für die Tafel Vaterstetten-Grasbrunn gespendet. Die Kunden beteiligten sich großzügig an der Aktion. So kam für die Tafel ein hilfreicher Betrag zusammen. „Wir sind glücklich, dass wir mit diesem Geld einen Beitrag für diejenigen Mitbürger leisten können, die finanziell nicht so gut durch diese schwierige Zeit kommen“, so Gerdemann. „Gerade in diesen Zeiten mit explodierenden Energiekosten und steigender Inflation ist eine solche Spendenbereitschaft unserer Kunden beachtlich.“



Großer Dank für Spenden auch im Namen der vielen Tafel-Kundinnen und -Kunden geht zudem an die Frauen Union Vaterstetten Parsdorf, an die Besucher der Weihnachtskonzerte im Humboldt Gymnasium Vaterstetten und an viele ungenannte Bürgerinnen und Bürger.

Wer für die Tafel Lebensmittel spenden will, findet Sammelstationen in den Rathäusern Grasbrunn und Vaterstetten und vor der nbh-Geschäftsstelle in Baldham an der Brunnenstraße 28. Kontakt am Telefon unter 08106-3684-71 oder E-Mail an tafel@deine-nachbarschaftshilfe.de. Vielen Dank!

„Spielen, entdecken und entspannen“

Die erste Zeit mit einem Baby sei magisch, sagt der Volksmund. Anstrengend ist sie, sagen andere, und sogar einsam, wenn man den ganzen Tag mit dem Baby allein zuhause ist. Damit Mamis, Eltern, Babys und Kindern nicht die sprichwörtliche Decke auf den Kopf fällt, braucht es Gesellschaft und mehr: Austausch, Kontakte, Kompetenz und viel Spaß. All das verkörpert Annabell Wegener (Foto). Sie ist Co-Ressortleiterin Junge Familien, organisiert unter anderem einen Offenen Treff, das neue Familiencafé. Sie managt Miteinander. Ein Gespräch.

B304.de: Frau Wegener, immer wieder montags laden Sie zum Offenen Treff ein. Wer kommt und wie erleben Sie Ihre Gäste?

Annabell Wegener: Da kommen Mütter und Väter mit ihrem Nachwuchs, Omas, Opas mit ihren Enkelkindern, auch Au Pairs. Und der bestimmende erste Eindruck ist tatsächlich Dankbarkeit. Sie freuen sich über die Gelegenheit zum Austausch, erzählen gern, sind neugierig, offen, interessiert. Bei uns gibt es ein Frühstück, Kaffee, Tee und liebe Worte. Für viele Eltern ist das die erste Mahlzeit des Tages. Und das, obwohl der Tag schon vor 6 Uhr begonnen hat.

Das heißt, Sie moderieren die Treffen, halten sich eher im Hintergrund?

Ja. Das ist die Idee. Eine Mutter sagte, sie komme so gern, weil sie bei uns zwanglos einen Kaffee trinken, einfach mal durchatmen, aus dem Fenster schauen oder sich unterhalten kann, während ihr Baby spielt und zu anderen Kindern Kontakt findet. Entspannt und stressfrei. Wenn Fragen aufkommen, sind wir zur Stelle.

Was treibt die Gäste um? Was sind die Themen?

Aktuell großes Thema ist die Kita: Wer hat schon einen Platz für dieses Jahr? Wer hat wo welche Erfahrungen gemacht? Das schlägt gerade hohe Wellen. Es geht aber auch ins ganz Private: Man wünscht sich Gesellschaft beim Spaziergang mit dem Baby, verabredet sich vielleicht. Durchwachte Nächte kennen fast alle. Auch eifersüchtige Geschwisterkinder. Man erzählt vom bevorstehenden Umzug oder gar einer Trennung.

Das klingt fast intim?

Ja. All das passiert in einem geschützten Raum. Die Gespräche sind vertrauensvoll. Manche Eltern wenden sich auch Monate, sogar Jahre nach ihrer Zeit im Offenen Treff an uns mit der Bitte um einen kompetenten Rat, wenn sie gerade nicht weiterwissen.

Wir erleben eine große Vielfalt an individuellen Lebensmodellen.

Sie vermitteln auch externe Beratung?

Wir nehmen Ideen und Wünsche auf und machen passende Angebote. Etwa, indem wir Experten zu Vorträgen einladen.

Die Themen Schlaf, Stressmanagement, Ernährung oder Gesundheit interessieren sehr. Auch das ist gratis für die Teilnehmer, weil wir im Offenen Treff vom Netzwerk Frühe Kindheit KoKi im Landratsamt Ebersberg ideell und finanziell unterstützt werden.



Wie profitieren Babys und Kleinkinder von Offenen Treffs?

Indem sie Kontakt zu Gleichaltrigen haben, lernen sie voneinander. Sie können entdecken – Spielsachen, die Reaktion des Spielkameraden, neue Räume. Und sie können sich im eigenen Tempo vom Elternteil lösen. Sie machen die Erfahrung, miteinander zu lachen, Spaß zu haben, ein entspanntes Elternteil zu erleben. Sie erfahren Aufmerksamkeit.

Das klingt sehr elementar. Sie sind Erzieherin. Empfehlen Sie also grundsätzlich Offene Treffs im Interesse der Kinder?

Durchaus. Kinder sind von Natur aus Forscher und Entdecker, wollen sich schon ganz früh kreativ mit ihrer Umwelt auseinandersetzen. Gleichzeitig konstruieren sie im Dialog mit Erwachsenen und Kindern ihr Weltwissen. Indem sie interagieren, können sie ihr Wissen durch immer neue Erfahrungen erweitern und differenzieren. Nicht zuletzt sind Kinder auch soziale Wesen mit dem Bedürfnis nach emotionaler Sicherheit, Zuwendung und Wertschätzung. Erst in der Begegnung mit anderen Erwachsenen und Kindern erhält das Kind Rückmeldung über sich und kann so sein Selbstbild entwickeln. All das und noch viel mehr passiert unmittelbar. Wir sind gern dabei.



In Ihrem Familiencafé mittwochs sind die eingeladenen Kinder etwas älter. Geht es dann wilder zu?

Lebhafter, nicht wilder. Dort haben wir größere Räume, bald auch wieder den Garten mit vielen Spielgeräten, daher auch mehr Gäste. Seit einigen Monaten wird unser Familiencafé als integratives Sprachcafé geführt und so von der Aktion Mensch finanziert. Die Familien, die kommen, sind international. Der Fokus liegt auf dem Austausch, auf dem Miteinander, dem Gespräch, der Gelegenheit auf einen Kaffee und ein Stück Kuchen, während die Kinder miteinander spielen.

Das klingt attraktiv. Wird das Angebot angenommen?

Die Nachfrage ist tatsächlich groß. So groß, dass wir die Öffnungszeiten gern erweitern möchten. Daher suchen wir noch ehrenamtliche Helferinnen und Helfer, die Zeit haben, an einem weiteren Nachmittag unser Café in Vaterstetten für Familien zu öffnen. Wer Interesse hat, darf mich gern kontaktieren: Telefon 08106-3684-85 oder E-Mail an familien@deine-nachbarschaftshilfe.de

Vielen Dank und viel Erfolg weiterhin!

Zahlen bitte!

2840

So viele Mitglieder hatte der Verein Nachbarschaftshilfe Ende 2022. Die nbh-Familie wächst. Werden Sie Teil der Gemeinschaft und nbh-Mitglied! Hier geht's zum Mitgliedsantrag:



6994

So viele Mittagessen haben die Fahrer und Fahrerinnen des Mobilien Mittagstischs allein im Januar 2023 in die Haushalte gebracht. Das waren pro Tag im Durchschnitt 226 Menüs und Bowls. So viele wie noch nie!



173.865

So viele Kilometer sind die Speisewagen des Mobilien Mittagstischs im Jahr 2022 unterwegs gewesen. Aktuell fahren täglich zehn Touren im Liefergebiet. Die ambulanten nbh-Pflegekräfte sind vergangenes Jahr im Dienst für ihre Patientinnen und Patienten 151.723 Kilometer gefahren. nbh gesamt an 365 Tagen: 325.588 Kilometer.



2500

Grob geschätzte Zahl der Bälle im neuen Bällebad im nbh-Kinderpark. Hinein!

25

So stark ist das Team der Babysitter im nbh-Ressort Junge Familien. Alle in mindestens einem Seminar geschult und mit dem nbh-Zertifikat ausgestattet.

46

Derzeit schon in Vorbereitung: das 46. nbh-Sommerferienprogramm für viel Spaß, Aktion und Ausflüge von Juli bis September. Tipps und Anregungen gern weitergeben per E-Mail an:

ferienprogramm@deine-nachbarschaftshilfe.de



Neu: Juristische Ersteinschätzung

Die lokale Nachbarschaftshilfe (nbh) erweitert ihr Portfolio: Rechtsanwalt Florian Pahl (Foto r.) aus München bietet einmal monatlich in den nbh-Räumen in Baldham kostenfrei eine juristische Ersteinschätzung an. Erster Termin ist **Dienstag, 7. März 2023, ab 9.30 Uhr**.



„Ich freue mich, meine Unterstützung als Rechtsanwalt bei der Nachbarschaftshilfe einbringen zu können“, erklärt Florian Pahl. Geplant sind für die juristische Ersteinschätzung zivilrechtlicher Fragen 15 Minuten pro Termin. Florian Pahl ist spezialisiert auf Immobilien- und Mietrecht, vertritt seine Mandanten aber grundsätzlich in allen Fragen des Zivilrechts. Er weiß: „Gerade bei vorsorgerechtlichen Fragen etwa zur Vorsorgevollmacht oder Patientenverfügung ergibt sich zunehmender Beratungsbedarf. Ich will Menschen motivieren, die Hemmschwelle vor dem Gang zum Anwalt zu überwinden, auch damit kein Rechtsverlust eintritt. Aus meiner früheren sozialen Tätigkeit in einem Seniorenheim weiß ich, dass auch ältere Menschen sich durchaus noch für die aktuelle Rechtslage interessieren und gern juristische Fragen in ihrem privaten Umfeld geklärt sehen. Ich bin gespannt auf abwechslungsreiche juristische Themen und Anliegen.“

Terminfenster für den 7. März können online gebucht werden auf www.deine-nachbarschaftshilfe.de. Im vereinbarten Zeitfenster sind dann ein persönliches Treffen oder ein Telefonat möglich.

Die juristische Ersteinschätzung erweitert damit das nbh-Angebot zum Thema Hilfe bei der privaten Alltagsorganisation. Das nbh-Ressort Betreutes Wohnen zu Hause bietet schon im Projekt „Schreibtischengel“ Unterstützung bei der Bewältigung

bürokratischer und organisatorischer Angelegenheiten etwa für das Sichten der Post, das Begleichen von Rechnungen, Abrechnungen mit der Krankenkasse, Stellen von Anträgen, Führen von Telefonaten oder Ausführen von Schriftverkehr. Kontakt zum „Schreibtischengel“ per Telefon 08106-3684-76 oder E-Mail an betreutes-wohnen@deine-nachbarschaftshilfe.de



Hier geht's zur Terminvereinbarung:



TERMINE

März
ab 01.03. Musikgarten® in Kooperation mit Musikschule Vaterstetten
ab 02.03. Geburtsvorbereitung (auch ab 22.03.)
07.03. Premiere: Juristische Ersteinschätzung
ab 09.03. Rückbildung (auch ab 21. und 23.03.)
11.03. Schlaf-gut-Schatz-Babyschlafkurs
ab 14.03. Papa-Trainingscamp „Papa werden“
21.03. Seniorentreff mit Gesellschaftsspielen
ab 28.03. Babymassage

Vorschau April
02.04. Stillvorbereitung
ab 04.04. Baby-Workshop
ab 17.04. Yoga für Schwangere
ab 18.04. Fit mit Baby
18.04. Seniorentreff
ab 19.04. Rückbildung
19.04. Vortrag Ernährung: Gesund und fit durch die Schwangerschaft
25.04. Manager-Edition Papa-Trainingscamp

Immer montags (ausgenommen Schulferien) am Vormittag Offener Treff gefördert von KoKi Netzwerk Frühe Kindheit. Mittwochs (ausgenommen Schulferien) am Nachmittag Familien- und integratives Sprachcafé gefördert von Aktion Mensch. Mehr Information, Registrierung und Anmeldung zu den Kursen, zum Offenen Treff und Familiencafé online auf mitmachen.deine-nbh.de