

**Sie suchen Unterstützung?  
Sie möchten Nachbarn helfen?  
Sie haben Interesse, beim  
Aufbau der Nachbarschaftshilfe  
in Arnstadt-Ost mitzuwirken?**

**Wir freuen uns auf Ihren  
Besuch oder Ihren Anruf!**



## **Anlaufstelle**

### **der Nachbarschaftshilfe Arnstadt-Ost**

Die zukünftig ehrenamtlich betriebene Anlaufstelle wird Ihre Hilfeangebote und Ihre Hilfesuche koordinieren.

*Hier finden Sie uns:*

im Gemeinschaftsraum des  
Wohnprojektes *Gemeinsam statt einsam*  
Rudolstädter Str. 25 | 99310 Arnstadt

*Unsere Öffnungszeiten:*

letzter Dienstag im Monat  
15.00 bis 17.00 Uhr

*Rufen Sie uns an, wir rufen zurück:*

Tel.: 03628 | 93 64 951 (Anrufbeantworter)

Selbstverständlich behandeln wir Ihr Anliegen  
und Ihre persönlichen Daten streng vertraulich!

**Gemeinsam statt einsam.  
Generationswohnen  
in Arnstadt-Ost e.V.**



**Nachbarschaftshilfe  
Arnstadt-Ost**



# Ich möchte gern anderen helfen

Ich würde gern anderen Menschen ein wenig Zeit zu spenden und kann Hilfe bei folgenden Tätigkeiten anbieten:

.....  
Name, Vorname      Telefonnummer / Email

.....  
Anschrift

- Besuche zu Hause  
(Erzählen, Zuhören, Vorlesen, ...)
- Begleitung  
(zum Einkauf, zum Arzt, Spazierengehen, ...)
- Kinderbetreuung  
(Babysitten, Basteln, Hausaufgabenhilfe, ...)
- Kleine Hilfen im Alltag  
(Hilfe mit Behörden, Einkaufen, Glühbirne wechseln, Gardinen aufhängen, ...)
- Gartenarbeit  
(Rasen mähen, Hecke schneiden, ...)
- Koordination & Beratung  
(Unterstützung bei der Organisation der Nachbarschaftshilfe in Arnstadt-Ost, ...)
- Sonstiges .....

Zutreffendes bitte ankreuzen

# Nachbarschaftshilfe im Ostviertel

## Was ist das eigentlich?

Gegenseitige Unterstützung im Alltag ist für viele Bewohner schon selbstverständlich. Mit der ‚Nachbarschaftshilfe‘ wollen wir die Idee ins Quartier tragen und auf ehrenamtlicher Basis Hilfsangebote koordinieren:

Ein Besuch, beim Einkauf etwas mitbringen, bei Krankheit den Hund spazieren führen, gemeinsam reden, zuhören, vorlesen, einen Handgriff im Haushalt erledigen oder den Rollstuhlfahrer ins Theater begleiten...

Bei der „Nachbarschaftshilfe“ steht der soziale Kontakt im Vordergrund: Den Nachbarn Zeit spenden, die einsam sind aber auch Angehörige bei der Betreuung von Kindern und Hilfebedürftigen unterstützen.

**Und Helfen tut gut. Hilfe annehmen will gelernt sein. Haben Sie Mut!**

Nachbarschaftshilfe ist keine Konkurrenz zu Handwerk oder Pflegedienst.

# Ich wünsche mir Unterstützung

Ich würde mich über etwas Unterstützung und neue Kontakte freuen. Für folgende Tätigkeiten suche ich Hilfe:

.....  
Name, Vorname      Telefonnummer / Email

.....  
Anschrift

- Besuche zu Hause  
(Erzählen, Zuhören, Vorlesen, ...)
- Begleitung  
(zum Einkauf, zum Arzt, Spazierengehen, ...)
- Kinderbetreuung  
(Babysitten, Basteln, Hausaufgabenhilfe, ...)
- Kleine Hilfen im Alltag  
(Hilfe mit Behörden, Einkaufen, Glühbirne wechseln, Gardinen aufhängen, ...)
- Gartenarbeit  
(Rasen mähen, Hecke schneiden, ...)
- Sonstiges .....

Zutreffendes bitte ankreuzen

**Bitte werfen Sie den ausgefüllten Fragebogen in den Briefkasten, senden Sie ihn per Post oder besuchen Sie uns in unserer Anlaufstelle „Nachbarschaftshilfe“: Gemeinsam statt einsam | Rudolstädter Straße 25 | 99310 Arnstadt**