

# **ANREGUNGEN FÜR GUTE NACHBARSCHAFTSAKTIONEN**

## **„Willst Du mit mir geh'n?“**

In Essen laden Nachbarn ihre älteren Mitbewohner zum wöchentlichen Spaziergang ein. 32 Stadtteile machen mit.

Zwei Spaziergehpattinnen und -paten laden mehrere ältere Anwohner zu gemeinsamen Spaziergängen durch den eigenen Stadtteil ein und bringen die Senioren miteinander in Kontakt. Trotz wechselnder Routen geht es immer vom selben Treffpunkt los, so dass Interessenten, die nur mal „reinschnuppern“ wollen, sich der Runde anschließen können. „Mit anderen spazieren gehen und sich dabei austauschen können, das ist leicht und das gefällt vielen“,

<http://www.netzwerk-nachbarschaft.net/component/content/article/940.html>

---

## **Wir helfen bei den Hausaufgaben**

In unserem Viertel ist gegenseitige Unterstützung eine Selbstverständlichkeit. Gerade wir Älteren können auf viele Angebote zurückgreifen. Und uns wiederum für die Gemeinschaft nützlich machen. Ganz konkret engagieren wir uns für die Hausaufgaben-Hilfe.

<http://www.netzwerk-nachbarschaft.net/wettbewerbe/aktion-gesunde-nachbarschaften/alle-nachbarschaften/zentrum-plus-drkderendorf-nord/portrait>

---

## **Wir organisieren einen Besuchsdienst**

Wie erreichen wir einsame ältere Menschen in unserer Nähe? Mit einem Nachbar-Besuchsdienst wollen wir der Vereinsamung älterer Menschen im Quartier entgegenwirken. Dazu kooperieren wir mit anderen lokalen Initiativen und wollen weitere Helfer für unseren Besuchsdienst gewinnen.

<http://www.netzwerk-nachbarschaft.net/wettbewerbe/aktion-gesunde-nachbarschaften/alle-nachbarschaften/gemeinsam-statt-einsam/portrait>

---

## **Teilen statt Kaufen**

Die Anwohner in der Pipinstraße Bonn machen es mit Fahrrädern, in Calau nutzen sie dafür ihre Givebox, Nachbarn der Wogeno in München trauen es sich mit dem Auto – die Rede ist vom Teilen. Tauschrausch statt Kaufrausch – ein Trend setzt sich durch.

<http://www.netzwerk-nachbarschaft.net/component/content/article/544.html>

---

## nebenan.de

Karla ist seit ihrer Anmeldung bei nebenan.de zur Stammtisch-Queen ihrer Nachbarschaft avanciert. Einfach weil es Spaß macht, so einfach ist und immer wieder zu tollen Bekanntschaften führt. Nehmen wir die Organisation für die weiteren Nachbarschaftstreffen mal selber in die Hand. Bisher haben schon 6 Nachbarschaftstreffen stattgefunden und jedes Mal haben sich immer mehr neue Gesichter sehen lassen. Die Abende waren gefüllt mit Freude, lebhaften Unterhaltungen und leckerem Essen. Ich finde es immer wieder sehr spannend die Nachbarn aus verschiedenen Altersklassen kennenzulernen und zu wissen, wer wirklich nebenan wohnt.

Kostenloses Stammtisch-Set

Du planst ein nebenan.de Treffen (Stammtisch o.Ä.) mit deinen Nachbarn? Dann lass dir von uns dabei helfen und bestelle unser kostenloses Stammtisch-Set mit Tischaufsteller, Namensschildern, Aushängen, Aufklebern und Postkarten!

<https://nebenan.de>

---

## Lebensmittelretter

**Matthias lebt in Berlin. Seit ca. 1,5 Jahren ist er aktiver Lebensmittelretter, um Nahrung vor der Mülltonne zu retten. Seit einem Jahr verteilt er die geretteten Lebensmittel auch an seine Nachbarn.**

"Es werden zu viele absolut wertvolle und genießbare Lebensmittel, die das Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD) überschritten haben, nach Ladenschluss weggeworfen. Ich hole also von kooperativen Bäckereien und Bioläden Lebensmittel, die nicht mehr verkauft werden, ab und verteile sie u.a. über mein Nachbarschaftsnetzwerk in meiner Gruppe „Gerettete Lebensmittel zu verschenken“.

<https://nebenan.de/stories/7ACMvKf7GM0mKE2oQsYU6w>

---

## Wer kann mir helfen...

- ... und mir Mehl für meinen Kuchen leihen?
- ... mein Sofa in den Keller zu tragen?
- ... und am Wochenende was für meine Tante mit nach Berlin nehmen?
- ... und mir erklären, wie ich meinen Fernseher programmiere?
- ... und ein kleines Regal an die Wand dübeln?
- ... am Sonntag den Spielplatz mit ein paar anderen Eltern sauber zu machen?

<https://domeafavour.mobi/>

---

## Küche für alle

Ziel des Projektes:

Mit dem neuen Semester gibt es wieder 14-tägig die Küfa. Es gibt wie immer leckeres veganes Essen gegen eine kleine Spende Café Chaos Helfer\*innen ab 17Uhr Essen ab 19Uhr.

Es gibt wie immer leckeres veganes Essen gegen eine kleine Spende

[http://fuldabistdu.de/frontpage?f\[0\]=type%3Aproject#overlay=projekt/k-che-f-r-alle](http://fuldabistdu.de/frontpage?f[0]=type%3Aproject#overlay=projekt/k-che-f-r-alle)

---

## Essbares Fulda

Ziel des Projektes:

Dieses Projekt wurde initiiert, damit Grünanlagen und ungenutzte Flächen in ‚essbare Landschaften‘ verwandelt werden. Fulda soll nicht nur grüner, sondern auch ‚essbarer‘ werden. Ziel ist es, dass hauptsächlich Freiwillige im öffentlichen Raum Beete anlegen

[http://fuldabistdu.de/frontpage?f\[0\]=type%3Aproject#overlay=projekt/projektidee-essbares-fulda](http://fuldabistdu.de/frontpage?f[0]=type%3Aproject#overlay=projekt/projektidee-essbares-fulda)

---

## Kochspaß und Esslust

Jeden Donnerstag kochen wir gemeinsam Gerichte aus verschiedensten Ländern. Wir bieten unseren Nachbarn jeweils ein vollständiges Menü mit Suppe, Salat, Hauptgericht und Dessert an, vegetarisch oder mit Fleisch. Wir kochen saisonal.

Freundschaft geht durch den Magen! Jeden Freitag kochen wir gemeinsam mit jungen Männern aus den umliegenden Not- und Gemeinschaftsunterkünften. Sie können hier Gerichte aus ihrer Heimat kochen und wir essen gemeinsam. Alle Nachbarn sind herzlich eingeladen, die verschiedenen Gerichte zu probieren und neue Leute kennen zu lernen.

<https://www.integrationsverein-impuls.de/projekte/>

---

## ArtNight

**ermöglicht dir gemeinsam mit deinen Nachbarn und lokalen Künstlern einen kreativ-schaffenden Abend in deiner Nähe zu erleben. Es ist erstaunlich leicht!**

Jetzt, da es draußen nass und kalt wird, gehen einem leicht die Ideen aus, was man ohne viel Aufwand mit seinen Nachbarn unternehmen kann. Wäre es da nicht schön, wenn jemand einem die Organisation einer nachbarschaftlichen Kunstnacht abnehmen würde? Wenn man ganz einfach, zusammen mit seinen Nachbarn, einen kreativ-schaffenden Abend verbringen könnte?

<http://blog.nebenan.de/hol-dir-die-kunstnacht-in-deine-nachbarschaft/>

## **Kuchentratsch**

Kuchentratsch ist eine innovative Backstube für alle SeniorInnen, die Freude am Backen haben. Die SeniorInnen treffen sich in der Backstube und backen gemeinsam Kuchen nach alten, bewährten Rezepten, tratschen, lernen neue Leute kennen und haben die Möglichkeit, sich etwas zu ihrer Rente dazu zu verdienen. Bei Kuchentratsch steht und fällt alles mit der Freude und Begeisterung der Seniorinnen und Senioren. Daher wird den Seniorinnen und Senioren ein nettes, aufgeschlossenes Umfeld geboten. Gemeinsam Kuchen backen, sich austauschen und dabei neue Leute kennenlernen, das ist die Idee von Kuchentratsch. Bei „Kuchentratsch“ geht es aber nicht nur um schmackhaftes Gebäck. Die 25 Jahre alten Unternehmerinnen haben einen sozialen Ansatz. Durch das Backen sollen die älteren Damen sich etwas dazuverdienen und das Gefühl bekommen: Mein Wissen wird gebraucht.

<http://www.kuchentratsch.com/>

---

## **Tauschring**

Die ZeitBörse Königsbrunn ist ein Tauschring für organisierte Nachbarschaftshilfe. Gegründet 1998, zunächst noch angeschlossen an den Tauschring "LETS Augsburg", sind wir heute ein eigenständiger Tauschring für Königsbrunn mit aktuell 230 Mitgliedern. Seit April 2013 ist die ZeitBörse Königsbrunn eingetragener Verein.

Die Mitglieder der ZeitBörse Königsbrunn tauschen untereinander Hilfeleistungen, Beratungen und Gegenstände des täglichen Bedarfs aus. So sparen wir Geld und Zeit und schaffen neue Nachbarschaftskontakte. Bezahlt wird dabei nicht mit amtlicher Währung, sondern mit "Talenten", der Zeitwährung unseres Tauschringes.

Beim monatlichen Treffen findet ein reger Austausch von Informationen, Gesuchen und Angeboten unter den Mitgliedern statt. Interessierte Bürger sind dabei immer herzlich willkommen, um sich hier persönlich über die ZeitBörse zu informieren.

Gemeinsam organisieren wir alljährlich einen großen Warentauschtag für die Bürger der Stadt und der Region. Als Partner des Mehrgenerationenhauses, des Seniorenfahrdienstes "60 Plus" und der "Königsbrunner Auto-Teiler" unterstützen wir soziale Projekte in Königsbrunn. Die Mitglieder der ZeitBörse Königsbrunn stärken mit ihrer gegenseitigen Hilfsbereitschaft nicht nur sich selbst, sondern auch den Bürgersinn, die Lebensqualität und das Gemeinwohl unserer Stadt Königsbrunn.

<http://www.zeitboerse-koenigsbrunn.de>

---

## **Barrierefreier Stadtteilplan und Podiumsdiskussion am 1. April**

Stufen, Kanten, Stolperfallen – dies sind seit vielen Jahren für zahlreiche Eppendorfer\*innen mit Mobilitätseinschränkungen unüberwindbare Hürden im Alltag. Wir setzen uns schon lange für ein barrierefreies Musterquartier rund um die Martinistraße ein und präsentieren am 1. April 2017 in unserer 9. Ideen- und Planungswerkstatt den neu entwickelten barrierefreien Stadtteilplan „Eppendorf Hürdenlos“. Die bisherigen Erfolge der kontinuierlichen Arbeit in dem gemeinsamen Projekt mit der Kirchengemeinde St. Martinus stellen wir erstmals einer breiten Öffentlichkeit vor.

Gemeinsam sprechen wir mit Anwohner\*innen, Interessensvertreter\*innen und Ansprechpartner\*innen aus der Politik über das Thema barrierefreie Stadtteile und notwendige Umbaumaßnahmen im öffentlichen Raum. Unser Ziel ist die Teilhabe am öffentlichen Leben für alle Bürger\*innen. Alle interessierten Nachbarn sind herzlich eingeladen, von 10-13 Uhr in die Ev. Meth. Kirche Bethanien (Eingang Bethanien-Höfe), Martinstraße 49 zu kommen und mitzudiskutieren.

<http://www.netzwerk-nachbarschaft.net/wettbewerbe/aktion-gesunde-nachbarschaften/nachbarschafts-blog/barrierefreier-stadtteilplan>

---

## **Unser Quartier soll schöner werden**

Der Brolingplatz soll nicht nur sozialer Treffpunkt sein, sondern auch gestalterisch für einen höheren Wohnwert sorgen: Mehr Grün, mehr Sauberkeit, mehr Nutzwert! Dazu muss er jedoch gründlich überholt werden. Zusammen mit der städtischen Bürgerschaft haben die Nachbarn den 1,2 Millionen Euro teuren Sanierungsumbau mithilfe eines Bürgerbegehrens durchgesetzt. Seit dem Frühjahr 2015 rollen die Bagger, bis zum Jahresende werden die Arbeiten fertig gestellt sein. „Als nächstes möchten wir den Bau unseres Markthäuschens in Angriff nehmen“, berichtet Christiane Hornburg, „Nur mit diesem Veranstaltungsort können all unserer Aktivitäten umgesetzt werden: Vom Marktcafé über Kunstausstellungen und Kochwerkstätten bis hin zu einer nachbarschaftlichen Tauschbörse für Informationen, Gebrauchsgegenstände, Talente, Hilfsdienste und vieles mehr.“ Der Erfolg scheint der Initiative sicher zu sein – denn über 9.000 Nachbarn stehen hinter ihr!

<http://www.netzwerk-nachbarschaft.net/component/content/article/852.html>

---

## **Das Recht auf Wind im Haar**

Wir von "Radeln ohne Alter" sind überzeugt, dass das Leben auch im hohen Alter noch voller Freude sein kann und soll. Deswegen unternehmen wir ehrenamtlich Rikscha-Ausfahrten mit Bewohnern von Alters- und Pflegeheimen. Eine Rikschafahrt ist ein Abenteuer, bei dem Eindrücke der Fahrt ebenso geteilt werden wie Lebensgeschichten. Die Fahrt bereichert beide, Pilot und Passagier. Eine simple Ausfahrt macht aus Unbekannten Nachbarn, manchmal Freunde. Wir sind für ein Recht auf Wind im Haar in jedem Lebensalter.

<http://radelnohnealter.de/>