



hilfe mit Herz und Hand



Vielleicht erleben Sie es auch im Alltag: Es gibt Dinge, die fallen schwer oder sind allein einfach nicht (mehr) zu schaffen. Andere direkt um Hilfe zu bitten, ist jedoch manchmal nicht einfach. Wen darf man fragen? Man will sich ja nicht aufdrängen...

Gleichzeitig gibt es viele Menschen, die bereit sind, diese Unterstützungen zu leisten – gerne, selbstverständlich und im Sinne einer solidarischen füreinander sorgenden Gemeinschaft.

Als ein **Angebot von Vereinsmitgliedern für Vereinsmitglieder** bringt unsere „Hilfe mit Herz und Hand“ Helfende und Hilfesuchende in unserem Ort zusammen und möchte Lücken bei den bestehenden Hilfsangeboten schließen.

Wir freuen uns, wenn Sie sich bei uns melden!

Kosten für den Hilfeinsatz:

Eine Stunde Unterstützung kostet Sie 11 €, darin enthalten sind 2,50 € Verwaltungskosten. Gegebenenfalls kommt eine Fahrtkostenpauschale von 0,30 €/km hinzu.

Aufwandsentschädigung für die Helfenden:

Für Ihren Einsatz erhalten Sie eine Aufwandsentschädigung von 8,50 € die Stunde. Diese kann auch als Stundengutschrift für späteren eigenen Hilfebedarf auf einem Zeitkonto angespart werden.



Ansprechpartnerin:

Linde Rempfer, Meisenbühlring 23, Öschingen

Telefon 07473 9227818, E-Mail l.rempfer@lebenswertes-oeschingen.de



Unterstützungsangebote miteinander-füreinander

Im Haushalt:

Geschirr spülen, Mahlzeiten zubereiten, Wäschepflege, Gardinen ab- und aufhängen, Ordnung halten, Betten beziehen, Boden wischen, Staubsaugen, ...

Rund ums Haus, Hof und Garten:

Rasen mähen, Hecken und Bäume schneiden, kleinere Reparaturen, Obsternte, Gehwege freihalten, Schneeschippen, Aufräumhilfe, Wohnungsbeaufsichtigung bei Abwesenheit, Briefkasten leeren, Blumen gießen, ...

Begleitung und Fahrdienste:

bei Behördengängen, Friseur- oder Arztbesuchen, Post, Bank, Krankenbesuchen, zu Gottesdiensten, Friedhofsbesuchen, Veranstaltungen, Geburtstagen, ...

Transport, Hol- und Bringdienste:

Rezepte, Apotheke, Einkäufe, Überweisungen, Tagesessen, ...

Gemeinsam sein,

Besuch und Begegnung:

Mal kochen und gemeinsam essen, Vorlesen, Zuhören, Spaziergänge, Zeit für Gespräche, ...

Elektronische Geräte:

Installation und Hilfe beim Umgang mit Telefon, Computer, Tablet, Handy, Smartphone, Fernseher, Internet, ...

Hilfe beim Schriftverkehr:

Ausfüllen von Anträgen, Formularen, ordnen oder abheften, ...

Rund um die Pflege:

Entlastung pflegender Angehöriger, leichte Pflege, Bewegungsförderung, ...

Familien:

Kinderbetreuung, Abholdienst für Kind und Schule, Hausaufgabenhilfe, ...



*... wir unterstützen da,
wo wir gebraucht werden!*



„es sind die kleinen dinge im leben,
die grosses bewirken.“

Der Verein **Lebenswertes Öschingen e.V.** hat sich gegründet, um zusammen mit den Öschinger Bürgerinnen und Bürgern aller Altersgruppen einen Blick auf die aktuellen und zukünftigen Lebensbedingungen im Ort zu werfen. Gemeinsam wollen wir uns auf den Weg machen und diese aktiv gestalten, neue lebenswerte Ideen entwickeln und umsetzen, dabei Altbewährtes erhalten, wertschätzen und verbinden.

Wir sind als eigenständiger Verein von und für Öschinger*innen Teil des Nachbarschaftshilfe-Netzwerks Mössingen.

Sie können den Entwicklungsprozess für ein noch lebenswerteres Öschingen unterstützen

- indem Sie Vereinsmitglied werden
- indem Sie sich aktiv bei unserem Bürgerforum beteiligen
- indem Sie spenden

Bankverbindung: **Kreissparkasse Tübingen, IBAN DE05 6415 0020 0004 4981 37**



Lebenswertes Öschingen e.V.

1. Vorsitzender Roland Rempfer
Meisenbühlring 23
72116 Mössingen-Öschingen
Telefon 07473 22109
info@lebenswertes-oeschingen.de
www.lebenswertes-oeschingen.de

Unterstützt durch die Stadt Mössingen und „Quartiersimpulse“

