

## Gelebte Nachbarschaftshilfe

### Sie ...

- ... suchen eine freiwillige Aufgabe
- ... haben Spaß und Freude am Umgang mit älteren Menschen
- ... haben noch zwei - drei Stunden Zeit pro Woche
- ... können sich vorstellen, ältere Menschen etwas von ihrer freien Zeit zu schenken
- ... möchten sich auf Ihr freiwilliges Engagement vorbereiten

### Wir ...

- ... freuen uns über Ihr Engagement
- ... bieten uns an, sie in Ihrem Engagement zu unterstützen
- ... bieten Begleitung, Fortbildung und Wertschätzung Ihres Engagements
- ... möchten Sie gerne kennenlernen und Ihnen unser Konzept vorstellen

Für Rückfragen und weitere Informationen wenden Sie sich gerne an uns!

Tanja Adams & Doris Krietemeier

### Ihre Ansprechpartner:

Rainer Schmidt,  
Leitung Tönebön ambulant  
Julius Tönebön Stiftung  
Tel.: 05151/797-455

Tanja Adams & Doris Krietemeier  
Quartiersmitarbeiterinnen  
„Wir im Quartier“  
Tel.: 0162/987 53 99  
wirimquartier@toeneboen-stiftung.de

Tagespflege Nord  
Kerstin Wattenberg  
Tel.: 05151/60 60 99



### In ehrenamtlicher Zusammenarbeit mit:



## gelebte Nachbarschaftshilfe in der Nordstadt

Eine Kooperation zwischen



&



Unser Motto:  
"Viele kleine Leute,  
die in vielen kleinen Orten,  
viele kleine Dinge tun,  
können das Gesicht der Welt  
verändern"  
(aus Afrika)

## „Terrinchen“

Essen, erzählen und  
genießen...



immer mittwochs  
gemeinsames Mittagessen  
Beginn: 12:00 Uhr  
Bürgertreff,  
Richard-Wagner-Straße 13

**Kostenbeitrag:**  
jeweils 3,00 € pro Person

Begrenzte Teilnehmerzahl!!!!

Anmeldung bis montags vor dem  
jeweiligen Termin!

Anmeldung unter:

**Treffpunkt Lemkestraße**  
Lemkestraße 18

## Cafézeit & Spielertreff



jeden letzten Donnerstag  
im Monat  
15:00 bis 16:30 Uhr

Wir  
im  
Quartier

## Heinrich-Heine-Treff

Heinestraße 29

Dieser Treffpunkt ist barrierefrei!!

Jeden 1. Dienstag im Monat:  
**Bummelfrühstück für  
Junggebliebene**

9:00 bis 11:30 Uhr

Kostenbeitrag: 3,00 € pro Person

Anmeldung bis freitags vor dem  
jeweiligen Termin!

Jeden 2. Dienstag im Monat:  
**Frauenfrühstück**

10 Uhr

Nordtsadttreff/Julius Tönebön Stiftung

Jeden 3. Dienstag im Monat:  
**Maschenfreunde**

9:30 Uhr bis 11:30 Uhr

Die Handarbeitsgruppe  
für Jung und Alt

Jeden 4. Dienstag im Monat:  
**Mietercafé**

9:30 Uhr bis 11:30 Uhr

Zeit und Raum für Begegnung

Tel.: 0162/987 53 99