

Miteinander –  
füreinander:  
Werden Sie Teil von  
«Zeit-Netz Köniz»!

## Kontakt und Anmeldung



### Ihre Ansprechperson

Gabriela Imhof  
Kordinatorin Nachbarschaftshilfe

### Telefon

031 970 94 78

### E-Mail

nachbarschaftshilfe@koeniz.ch

### Internet

koeniz.ch/nachbarschaftshilfe



Folgen Sie der Gemeinde  
Köniz in den sozialen Medien.

### Standort

Fachstelle Alter,  
Jugend und Integration  
Nachbarschaftshilfe  
für ältere Menschen  
Stapfenstrasse 13  
3098 Köniz



## «Zeit-Netz Köniz»: Nachbarschaftshilfe für ältere Menschen

Ein Angebot der Gemeinde Köniz – für ältere Menschen, die Unterstützung wünschen, sowie für Freiwillige, die sich engagieren möchten.



Die Nachbarschaftshilfe bringt Menschen zusammen  
und ermöglicht wertvolle Begegnungen.

## Für ältere Menschen, die Nachbarschaftshilfe wünschen

Freiwillige unterstützen und begleiten Sie im Alltag

- Haben Sie Interesse an regelmässigen **Besuchen**?
- Freuen Sie sich über Gesellschaft beim **Spaziergehen**?
- Wünschen Sie sich Begleitung beim **Einkaufen** oder zu einer **Veranstaltung**?
- Möchten Sie Online-Dienste nutzen und suchen dafür eine **verständliche Einführung**?
- Brauchen Sie als Angehörige ein paar Stunden **Entlastung**?

### Die Nachbarschaftshilfe ist für Sie da!

Unsere Freiwilligen schenken Ihnen ihre Zeit und unterstützen Sie bei verschiedenen Anliegen – persönlich, verlässlich und mit Herz. Eine Erfahrung, die alle bereichert.

### Unser Angebot ist für Sie kostenlos

Wenden Sie sich unverbindlich an die Nachbarschaftshilfe. Wir informieren Sie gerne und beantworten Ihre Fragen.

Arnold Baumann ist froh über regelmässige Besuche. Sie bringen Abwechslung in seinen Alltag.

## Für Menschen, die gerne Nachbarschaftshilfe leisten

Sie möchten Sinnvolles tun und etwas bewirken

- Hören Sie gerne zu und schätzen respektvolle **Gespräche**?
- Helfen Sie gerne bei kleinen **Aufgaben im Alltag**?
- Würden Sie sich darüber freuen, ältere Menschen zu kulturellen oder sozialen Anlässen zu **begleiten**?
- Haben Sie ein Geschick für **praktische Arbeiten**?
- Möchten Sie älteren Menschen bei digitalen oder technischen Problemen **zur Seite stehen**?

### Freiwillig engagiert!

Die Nachbarschaftshilfe bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihre Zeit, Ihre Kompetenzen und Ihre Lebenserfahrung für ältere Menschen einzubringen.

### Ihr Einsatz macht den Unterschied

Sie sind zuverlässig, offen und begegnen anderen mit Respekt? Dann sind Sie bei uns genau richtig. Wir freuen uns auf Sie!

Für Bettina Erler ist es erfüllend, sich zu engagieren. Sie schätzt den Austausch mit Arnold Baumann sehr.

