



Winter & Frühjahr 2023/24

# Hallo Nachbarn,

mit dem Eintrag ins Vereinsregister am 10. Juli 2023 wurde der Zusammenschluss der beiden Nachbarschaftshilfen Taufkirchen und Unterhaching auch formal abgeschlossen. Durch die Verschmelzung ergeben sich nun mehr Möglichkeiten, passgenaue Angebote für beide Gemeinden zu konzipieren.

Um besonders die ehrenamtlich getragenen Angebote längerfristig absichern zu können, ist die Nachbarschaftshilfe derzeit dabei, eine eigene Stiftung zu gründen, die kurz vor der Zulassung durch die Regierung von Oberbayern steht. Die **Stiftung der Nachbarschaftshilfe Taufkirchen Unterhaching** wird ausschließlich Projekte der Nachbarschaftshilfe fördern. Sie wird uns u.a. dabei helfen, auf unerwartete Notsituationen wie zuletzt die Corona-Pandemie schnell zu reagieren, noch bevor öffentliche Fördermittel erhältlich sind.

Gleichzeitig entspricht unser Vorstand mit der Stiftungsgründung aber auch dem Wunsch einiger Mitglieder und Mitbürger/innen, die uns seit vielen Jahrzehnten verbunden sind und die Nachbarschaftshilfe in ihrem Testament berücksichtigen wollen. Gerade für das Engagement für Kinder, das über die reine Betreuung hinausgeht, erhalten wir in unserer Region kaum öffentliche Zuschüsse und können z.B. diesen Projekten in Zukunft mit Geldern aus der Stiftung zu Hilfe kommen.

Unser Herzens-Projekt **Gemeinsam statt einsam** ist ebenfalls ein gutes Beispiel, um die Vorteile einer Stiftung zu zeigen. Seit Oktober 2022 helfen wir mit unseren Angeboten Menschen aus Taufkirchen und Unterhaching, die von Alterseinsamkeit oder Altersarmut betroffen sind, wieder zurück ins Miteinander, in die Gesellschaft. Gemeinsame Freizeitaktivitäten, ...



Fortsetzung Seite 2

*Jeden Freitag wird frisch und lecker miteinander gekocht.*

*Wir laden alle Seniorinnen und Senioren und alle an einem Austausch interessierten Ehrenamtlichen zu den Aktivitäten von „Gemeinsam statt einsam“ ein.*

## Machen Sie mit!

### ABC-Lesonauten

Bringen Sie als Lesepate/Lesepatin einem Grundschulkind das Lesen und Verstehen von Texten bei.

### Zeit für Kinder

Was würden Sie als Pate/Patin mit einem Grundschulkind gerne unternehmen? Schenken Sie einem Kind viele Anregungen!

### Coaching für Jugendliche

Als Coach begleiten Sie junge Menschen. Lebenserfahrung, der Umgang mit Medien und die Nähe zu Fragen junger Menschen sind wichtig.

### Lernwerkstatt für Kids

Immer dienstags von 15 bis 17 Uhr können Kinder bis zur 6. Klasse zum Lernen zu uns kommen. Wir suchen ehrenamtliche Unterstützung.

## Wir sind sozialer Arbeitgeber:

### Stellv. Leitung Mittagsbetreuung Teilzeit 20 Wstd.

Sie verfügen über eine abgeschlossene Ausbildung als Erzieher/in oder Sozialpädagoge/in und haben Empathie und Freude am Umgang mit Kindern? Entwickeln Sie mit uns die qualitätsvolle nachschulische Betreuung für etwa 40 Kinder weiter!

### Pflegefach- oder -hilfskraft Teilzeit 20 bis 30 Wstd.

Wir arbeiten Sie in unser tolles Team vom Pflegedienst gut ein und ermöglichen Ihnen eine Jobperspektive mit vielen Entwicklungsmöglichkeiten. Auch Wiedereinsteiger/innen in die Pflege sind herzlich willkommen!

### Für mehr Infos:

T (089) 66 60 91 80

info@nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de

## Vorgestellt



**Lisa Engelbrecht**  
Mitarbeiterin Mütter-  
und Familienzentrum

Mit der Geburt meiner Tochter bin ich nach Unterhaching gezogen. Als Ergotherapeutin suchte ich in der Elternzeit neue Herausforderungen und begann ein Studium der Sozialen Arbeit. Mein Praxissemester führte mich zur Nachbarschaftshilfe. Hier lernte ich eine tolle Einrichtung mit Ideenvielfalt und lauter engagierten Menschen kennen. Dieser Tatendrang steckte mich an und ich blieb auch nach meiner Praxiszeit dabei. Mir gefällt das Miteinander, wie bunt und vielseitig die Möglichkeiten für Kinder, Familien, aber auch Alleinstehende sind.



**Charlotte Dölker**  
Projektleiterin  
Zeit für Kinder

Seit 50 Jahren lebe ich in der Region und war dabei 40 Jahre in Großfirmen im Raum München tätig. In meinem Ruhestand wollte ich als Gegensatz zu industriellen Firmenkulturen das Ehrenamt kennenlernen. Das Leben mit Kindern kennenzulernen, war ein großes Glück. Dabei bin ich geblieben und habe Patenschaften in den Projekten „Coaching für Jugendliche“ und „Zeit für Kinder“ übernommen. In meiner neuen Funktion als Projektleiterin kann ich die gewonnenen Erfahrungen nutzen und an neue Patinnen und Paten weitergeben.



**Marion Ingerl**  
Leiterin  
Eltern-Kind-Treff

Vor 30 Jahren bin ich nach Taufkirchen gekommen. Ich finde es schön, dass die Nachbarschaftshilfe auch den Kleinsten eine Möglichkeit gibt, das Spielen und Singen mit anderen auszuprobieren. Aus meiner eigenen Zeit als junge Mutter weiß ich noch, wie gut es ist, sich ganz zwanglos mit anderen auszutauschen. Heute bin ich Oma und kann das alles aus einer völlig anderen Perspektive beobachten und, wenn gefragt, auch einmal einen Rat geben.

Fortsetzung von Seite 1

... Spaziergänge oder Besuche eines Hundes zu Hause stehen genauso auf dem Programm wie das gemeinsame Kochen jeden Freitag und der Kaffeeklatsch mit frisch gebackenem Kuchen.

Etwa 40 neue Ehrenamtliche haben wir seit dem Startschuss gewinnen können. Gefördert wird „Gemeinsam statt einsam“ derzeit durch die Förderinitiative Fondation Peters – einer Initiative der Fondation Peters und PHINEO. Schon heute sind wir auf der Suche nach einer Anschlussfinanzierung. Zusätzlich hoffen wir mit der **Stiftung der Nachbarschaftshilfe Taufkirchen Unterhaching** auf jeden Fall das ehrenamtliche Engagement und zumindest einen Teil der vielen Aktivitäten von „Gemeinsam statt einsam“ über das Jahr 2025 hinaus finanzieren und so möglichst viele Aktivitäten des Projekts aufrecht erhalten und ausbauen zu können.

Für Spender aus Industrie und Gewerbe, die in unserer Region soziale Verantwortung übernehmen möchten, öffnet sich ebenfalls eine neue Tür.

Wenn auch Sie sich für unsere Angebote für Jung und Alt in der Region einsetzen möchten, können Sie uns mit einer Spende helfen. Sie fließt ohne Abzug in die Stiftung. Machen Sie alle die Stiftung durch Ihre Spende zu so etwas wie „Ihrer“ Stiftung. Jeder Betrag hilft!

**Sprechen Sie uns an. Gerne informieren wir Sie ausführlich:**

Andrea Schatz, Geschäftsführerin, [schatz@nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de](mailto:schatz@nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de)



## Im Gleichgewicht – Sturzprävention zu Hause



Älteren Menschen, die alleine zu Hause leben und schon einmal gestürzt oder beim Gehen unsicher sind, kann unser **Sturzpräventionsprogramm nach Ottago** helfen. Die Übungen fördern gezielt spezielle Muskelgruppen und unterstützen den Gleichgewichtssinn. Zahlreiche Studien zeigen, dass Stürze und

Verletzungen durch dieses Programm um bis zu 35% reduziert werden können. Das begleitete Training führen die Senior/innen gemeinsam mit einer/einem Ehrenamtlichen der Nachbarschaftshilfe bei sich zu Hause durch, die/der dafür speziell von Fachleuten geschult wurde.

**Weitere Infos:** Maja Argyriou, Service- und Beratungsstelle für ältere Menschen, T (089) 6 66 10 03 90 oder [beratung@nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de](mailto:beratung@nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de)

## Hohe Auszeichnung fürs Lebenswerk!

Im Dezember zeichnet **Der Paritätische Bayern** unsere langjährige Ressortleiterin Inge Weiß für ihr Lebenswerk mit dem **Luise Kiesselbach Preis** aus. Ehrenamtlich engagiert war sie schon immer. Seit 2005 macht sie sich bei uns für ältere Menschen stark und gibt dem Thema Demenz eine gewichtige Stimme. Inge Weiß hat ein Netzwerk aus Seniorenhelfer/innen aufgebaut, das pflegende Angehörige stundenweise zu Hause entlastet und somit eine unersetzliche Säule unseres Angebots für Familien ist. Der Gesprächskreis für pflegende Angehörige wurde von Inge Weiß weitergeführt. Zudem war sie maßgeblich am Aufbau der Tagesbetreuung für pflegebedürftige Menschen und Menschen mit Demenz in unserem Haus beteiligt.



Danke, liebe Inge Weiß!

## Mittagstisch für alle Generationen



Zwei frisch zubereitete Menüs – eines davon vegetarisch – werden angeboten.

**Ganz gleich, ob jung oder alt, keine Lust oder Zeit zu kochen – bei uns ist jede und jeder herzlich willkommen!**

Probieren Sie den Mittagstisch im Haus der Nachbarschaftshilfe, Ahornring 119 in Taufkirchen aus. Von Montag bis Donnerstag immer von 12 bis 13.30 Uhr bringen wir Menschen zusammen. Und ein leckerer Nachtisch ist auch noch dabei. Auch das Abholen von Speisen ist möglich. Wir bitten um Reservierung, sofern möglich. T (089) 66 60 91 80 oder (089) 66 60 91 85



## Kurz notiert

Wir bedanken uns bei allen Spendern unserer diesjährigen Haus- und Straßensammlung. Sie haben bisher 8.400 € gespendet, die ohne Abzug in das Grundstockvermögen unserer Stiftung eingehen werden.

## Termine



Anmeldung unter  
T (089) 66 60 91 80

**Sa 09. Dezember 2023**, 9 bis 11.30 Uhr:  
Genusstraining am Vormittag

**Mo 15. Januar 2024**, 18 bis 21 Uhr:  
Für mehr Zufriedenheit im Leben:  
Gestalte dein Lebensrad!

**Sa 16. März 2024**, ganztags:  
Kinder- und Jugendbasar in der  
Hachinga Halle in Unterhaching

**Sa 16. März 2024**, 9.30 bis 14.30 Uhr:  
Babysitter-Kurs für Kinder ab 12 Jahren

**Do 21. März 2024**, 18 bis 19.30 Uhr:  
Kommunikationstraining -  
Reden ist Silber, Schweigen ist Gold

**Fr 22. März 2024**, abends:  
Traditionelles gemeinsames  
Fastenbrechen

**Sa 13. April 2024**, 14 bis 17 Uhr:  
Kunstform ohne Leistungsdruck:  
Landart - Naturkunst

## Be an Afternoon Tea Lady!



Ob jünger oder älter, mit oder ohne Kinder. Beim Ladies Afternoon Tea stehen alle Frauen im Mittelpunkt. Nach guter britischer Tradition können sich die Ladies bei Tee oder Kaffee und herzhaften sowie süßen Köstlichkeiten verwöhnen lassen. Und sich dabei herrlich ungezwungen mit anderen Frauen austauschen!  
Jeden letzten Mittwoch im Monat, von 15 bis

17 Uhr im Haus der Nachbarschaftshilfe, Ahornring 119, in Taufkirchen.  
Ohne Anmeldung, freier Eintritt.

**Die nächsten Termine mit kleinem Rahmenprogramm:**

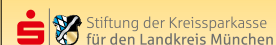
31. Januar | 28. Februar | 27. März | 24. April | 29. Mai | 26. Juni 2024

**Weitere Infos:** Lisa Engelbrecht,  
engelbrecht@nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de

# Welt- verbesserer:in gesucht



**Komm zu deiner Nachbarschaftshilfe  
in Voll-, Teilzeit oder im Ehrenamt!**



## Für uns alle

### Veranstaltungen

Herzliche Einladung! Das Monatsprogramm liegt aus oder kann zugesandt werden.

### Mittagstisch für Jung & Alt

Mo bis Do 12–13.30 Uhr, Ahornring 119  
Abholung möglich, Reservierung erbeten.  
T 66 60 91 85 und 66 60 91 80

### Bunter Spielenachmittag

2x mtl., Ahornring 119, Eva Blust, T 612 19 78

### Kahvalti – Frühstück für Frauen

Freitag 8–12 Uhr, Ahornring 119  
Çiğdem Demir, M 0176 / 48 34 79 92  
Anmeldung nicht erforderlich.

### Ladies Afternoon Tea – Geselliger Treff für Frauen

Jeden letzten Mi im Monat 15–17 Uhr,  
Ahornring 119, Lisa Engelbrecht,  
engelbrecht@nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de

### Lernwerkstatt für Erwachsene

Besser Lesen und Schreiben lernen!  
In Taufkirchen, Ahornring 119:  
Jeden Fr 16–17.30 Uhr  
Veronika Dötsch, M 0175 / 5 95 31 03  
In Unterhaching, Hans-Durach-Str. 17:  
Jeden Mo 18–19.30 Uhr  
Petra Walter, T 6 11 31 31

### Juristische Sprechstunde

Nur für Mitglieder! Termine nach Absprache.  
Vor Anmeldung erforderlich: T 66 60 91 80

### Papiertiger

Hilfe beim Ausfüllen von Anträgen,  
Formularen usw., Annett Lütke-Holz,  
T 666 10 03 90

## Kleinkinder

### Tageselternvermittlung in Taufkirchen und Unterhaching

Pappelstr. 2, Rosi Weber, T 679 73 54 10

### Großtagespflegen Am Wald

(ab 8 Monate, mit Mittagessen), Pappelstr. 2  
Großtagespflege I: Mo bis Fr 7.30–14.30 Uhr  
Carena Kühn, T 679 73 54 21  
Großtagespflege II: Mo bis Fr 7.30–15.30 Uhr  
Sybille Jung, T 679 73 54 22

### Großtagespflege im Alten Rathaus

(ab 8 Monate, mit Mittagessen), Tölzer Str. 5  
Mo bis Fr 7.30–12.30 Uhr oder  
Mo bis Do 7.30–15 Uhr  
Uschi Schmidt, T 61 41 39 03

### Spielkreis (ab 1 1/2 Jahren)

Taufkirchen, Ahornring 119:  
Di + Do oder Mi + Fr 9–11.30 Uhr  
Unterhaching, Liebigstr. 22:  
Di + Do 9–11.30 Uhr  
Franziska Füss, M 0172 / 8 35 91 66

### Babysitter-Vermittlung

Eva-Maria Fink, T 6 12 18 79

### Geschäftsstelle Taufkirchen

Haus der Nachbarschaftshilfe, Ahornring 119,  
82024 Taufkirchen, T 66 60 91 80  
Öffnungszeiten:

Montag, Dienstag, Mittwoch, Donnerstag  
8.30–11.30 Uhr + Freitag 9.30–11.30 Uhr;  
Dienstag zusätzlich 15–17 Uhr, in den Schul-  
ferien: Dienstag und Donnerstag 9–11 Uhr

### Geschäftsstelle Unterhaching

Hofmarkweg 6, 82008 Unterhaching,  
T 611 12 73

Öffnungszeiten: Dienstag, Mittwoch und  
Donnerstag 10–12 + 13–15 Uhr

info@nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de  
www.nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de

## Schülerinnen und Schüler

### Mittagsbetreuung für Grundschul Kinder

Grundschule am Wald, Pappelstraße 1  
Mo bis Fr 11.20–14.30 Uhr,  
mit Hausaufgabenaufsicht bis 16 Uhr  
Kinderhaus Am Wald, Pappelstraße 2  
Mo bis Fr 11.20–16 Uhr mit  
Hausaufgabenaufsicht  
Marianne Becker, T 66 60 91 80

### Lernwerkstatt für Kids bis zur 6. Klasse

Ohne Anmeldung und kostenfrei!  
Ahornring 119, jeden Di 15–17 Uhr

### Lerntandems – 1:1 Lernen bis zur 10. Klasse

Individuelle Förderung und Hausaufgaben-  
betreuung, Henriette Heinen,  
M 01575 / 4 42 85 65  
heinen@nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de

### Ferienbetreuung

Für Kinder von 5 bis 10 Jahren, 8–15.30 Uhr,  
je erste Woche der Oster- und Pfingstferien.  
Stephanie Sillner, T 66 60 91 80

### ABC-Lesonauten

Lesepaten helfen Grundschulern.  
Margarete Rohr, M 0178 / 6 27 33 75

### Zeit für Kinder

Paten „verschenken“ ein Stück ihrer Zeit  
an ein Kind. Charlotte Dölker,  
doelker@nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de

### Coaching für Jugendliche

Axel Vonau, M 0170 / 6 38 53 22

## Familien

### Familienstützpunkt Taufkirchen

Rat, Tat und viele Angebote für Familien!  
ElternSprechStunde nach Vereinbarung,  
Pappelstr. 2 in Taufkirchen und Hofmarkweg 6  
in Unterhaching, Lydia-Maria Schulz,  
T 679 73 54 12,  
www.familienstuetzpunkt-taufkirchen.de

### Familienpflege

In Notfällen oder im Krankheitsfall unter-  
stützen wir Familien. Beate Huber, T 611 12 73  
oder M 0176 / 46 03 78 41

### Schnupfenfee für kranke Kinder

Rosi Weber, Lydia-Maria Schulz und  
Ursula Slowik, T 6 79 73 54 10

### Eltern-Kind-Treff

Treffpunkt für Eltern mit Kindern  
bis ca. 3 Jahre, Ahornring 119, Do 9–11 Uhr,  
Marion Ingerl,  
ingerl@nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de

### Bastelfüchse im „Bürgertreff“

Grundschul- bzw. Kindergartenkinder  
(mit Eltern) basteln gemeinsam.  
Eschenstr. 46 (Passage) Di 16–19 Uhr

### Kinder- und Jugendbasar

nächster Termin: 16.03.2024,  
basar@nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de

### Gesprächskreis für pflegende Angehörige

1 x monatlich, Eschenstr. 40  
Annett Lütke-Holz, T 666 10 03 90

### Beratung und Schulung häusliche Pflege

Benjamin Armbruster, Pflegedienstleiter,  
T 6 22 31 00 0

Spendenkonto: BIC BYLADEM1KMS  
IBAN DE81 7025 0150 0380 4710 03

### Impressum:

HALLO NACHBARN ist das 2x jährlich  
erscheinende Mitteilungsblatt der Nachbar-  
schaftshilfe Taufkirchen Unterhaching e.V.  
Die Verteilung dieser Ausgabe erfolgt an  
die Haushalte in Taufkirchen.

## Ältere Menschen

### Service- und Beratungsstelle für ältere Menschen

Eschenstr. 40, Öffnungszeiten Mo bis Fr 9.30–  
12.30 Uhr, Maja Argyriou T 666 10 03 90  
beratung@nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de  
Termine auch in Unterhaching möglich

### Ambulanter Pflegedienst

Pflegedienstleitung: Benjamin Armbruster  
Rosenstr. 100, T 622 31 00 0  
pflege@nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de

### Tagesbetreuung für pflegebedürftige Menschen und Menschen mit Demenz

Eschenstr. 40, jeden Di + Fr 9–16.30 Uhr,  
Christiane Wagner, T 666 10 03 92

### Demenzbetreuung

Qualifizierte Seniorenhelfer/innen  
übernehmen stundenweise die Betreuung.  
Inge Weiß, T 666 10 03 90

### Im Gleichgewicht – Sturzprävention zu Hause

Maja Argyriou, T 6 66 10 03 90,

### Hilfen im Haushalt

Betreutes Wohnen zu Hause  
Für Taufkirchen: Bettina Meier, T 666 10 03 91  
Für Unterhaching: Beate Huber, T 611 12 73

### Gemeinsam statt einsam

Ehrenamtliche Unterstützung, Besuche  
und Unternehmungen, u. a. Dienstagstreff,  
Kochen am Freitag  
Martina Bunz, T 666 09 18 88

### Telefonpatenschaften gegen die Einsamkeit

Annett Lütke-Holz, T 666 10 03 90

### Seniorenpatenschaften

Alt und Jung machen etwas Schönes zusam-  
men, Annett-Lütke Holz, T 666 10 03 90

### Abhol- und Begleitedienst

Fahrten zum Arzt bzw. Besorgungen  
(im Privatauto).  
Annett Lütke-Holz, T 666 10 03 90

### Seniorenausflüge

Für Menschen mit Einschränkungen.  
Abholung möglich. Rudolf Läßler, T 62 42 30 04

### Wanderungen und Spaziergänge

Eva-Maria Fink, T 612 18 79

### Spieleachmittag

2x mtl., Ahornring 119  
Infos im Büro: T 66 60 91 80

### Die heißen Nadeln

Stricken, nähen u.v.m. 2x mtl., Ahornring 119  
Lydia Mannes-Ewert, T 61 27 93 58

### Fit und beweglich im Alter

Präventionsangebot und Sturzprophylaxe  
Mo 9–10 Uhr, Eschenstr. 40

### Taiji-Qigong

Kurs Do 10.45–11.45 Uhr, Ahornring 119

### Liedernachmittag

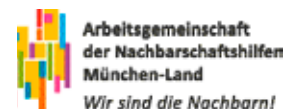
1x monatlich, Ahornring 119  
Infos im Büro: T 66 60 91 80

### Handy- und PC-Helfer

Martina Bunz, T 66 60 91 888

### Rettungsschrauber

Unterstützung bei kleineren handwerklichen  
Tätigkeiten, Annett Lütke-Holz,  
T 666 10 03 90



Gefördert vom:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend