

**Haben Sie Interesse** an einer Tätigkeit als Nachbarschaftshelfer\*in oder an weiterführenden Informationen?

**Dann sprechen Sie uns doch gerne an, wir freuen uns sehr über Ihren Anruf!**

**0421/34 67 56 60**



Ambulante Dienste Perspektive gGmbH  
Ansprechpartner: Jürgen Stening  
Elsasser Straße 61/63  
28211 Bremen

Tel: 0421/34 67 56 60  
Email: [j.stening@adperspektive.de](mailto:j.stening@adperspektive.de)  
Internet: [www.adperspektive.de](http://www.adperspektive.de)

Ambulante Dienste

**Perspektive**

gGmbH

**Nachbarschaftshilfe *inklusiv***



**Als Nachbarschaftshelfer\*in  
andere Menschen unterstützen!**

**Projektpartner\*innen:**

Verein für  
**Innere Mission**   
in Bremen

Ambulante Dienste  
**Perspektive**  
gGmbH



**Deutsches Rotes Kreuz**   
Kreisverband Bremen e.V.

**(FOKUS)**

Gefördert durch die

**AKTION**  
MENSCH

## Was ist „Nachbarschaftshilfe inklusiv“?

Über die Dienstleistungszentren in den Bremer Stadtteilen wird aktuell bereits organisierte Nachbarschaftshilfe und Alltagsassistenten zur alltäglichen Unterstützung älterer Menschen und Menschen mit Behinderung angeboten. Wir möchten nun Menschen mit einer psychischen Erkrankung oder Beeinträchtigung ebenfalls Zugang zu diesem Hilfsangebot ermöglichen.

Im Rahmen unseres Projektes kooperieren wir dazu mit allen zuständigen Dienstleistungszentren.

Insbesondere ist es dabei unser Ziel, auch Menschen mit eigener Erfahrung von psychischen Krisen oder Belastungen, die für sich eine ausreichende Stabilität erreichen konnten, dafür zu gewinnen, sich mit ihren Kompetenzen und Ressourcen einzubringen und als Helfer\*in aktiv zu werden. Damit dies gut gelingen kann, bereiten wir die Helfer\*innen durch Coaching und Schulungen auf diese Aufgabe vor und begleiten sie während ihrer Tätigkeit.

## Warum Nachbarschaftshelfer\*innen mit Erfahrungen seelischer Beeinträchtigung?

Viele Menschen, die selbst psychische Krisen oder Belastungen erlebt haben, entwickeln ein gutes Gespür für die Begegnung mit Menschen, die gegenwärtig aus psychischen Gründen weniger belastbar sind. Sie sind oft besonders befähigt, hilfsbedürftigen Menschen angemessen und auf Augenhöhe zu begegnen.

## Haushaltsnahe Dienstleistungen

Nachbarschaftshilfe und Alltagsassistenten erfolgen als sog. „Haushaltsnahe Dienstleistungen“, dies können z.B sein.:

- Hilfe beim Reinigen der Wohnung und beim Wäsche waschen
- Hilfe beim Einkaufen, beim Kochen/Backen
- Begleitung zu Behörden, zu Ärzt\*innen, bei Freizeitaktivitäten
- Gemeinsames Spaziergehen (nach draußen wagen ...)



## Nachbarschaftshilfe ist ein Ehrenamt

Nachbarschaftshilfe ist ein Ehrenamt, für das eine Aufwandsentschädigung in Höhe von 8,50€/Stunde inkl. Fahrtkosten gezahlt wird. Die maximale Verdienstmöglichkeit beträgt 200€/Monat.

