

# EINFÜHRUNG



## Was braucht es zur Nachbarschaftshilfe?

In vier Schritten zur Nachbarschaftshilfe – das ist das Ziel dieses Handbuchs. Sowohl Freiwillige wie auch Akteure von Institutionen und Gemeinden finden hier Hilfestellungen, um eine Nachbarschaftshilfe aufzubauen. Beispiele, Checklisten und Arbeitsblätter unterstützen die Initianten und geben Inspirationen und Ideen. Es gibt nicht die eine Nachbarschaftshilfe. Was richtig und passend ist, entscheiden allein die Initianten.

## Checkliste:

- ▶ Nachbarschaftshilfe gestern und heute: **Hintergründe**
- ▶ Die Prinzipien: **Freiwillige Unterstützung im Alltag**
- ▶ Neue Formen: **Organisierte Nachbarschaftshilfe**
- ▶ In vier Schritten zum Ziel: **Los geht's!**

# Nachbarschaftshilfe

## Gestern und heute

**Was früher selbstverständlich war, funktioniert heute nicht mehr einfach so: die Nachbarschaftshilfe. Die Gründe dafür sind vielfältig und unter anderem im gesellschaftlichen Wandel zu suchen. Was klar ist, das Bedürfnis nach Nachbarschaftshilfe besteht nach wie vor.**

### Worum geht es? Nachbarschaftshilfe ...

- ... ist gelebte Mitverantwortung vor Ort.
- ... ermöglicht die direkte praktische Umsetzung sozialpolitischer Anliegen.
- ... hält die moderne Gesellschaft zusammen.
- ... ist niederschwellig und flexibel und bietet neue Freiräume.
- ... kann die Ressourcen und Kompetenzen aller Beteiligten brauchen.
- ... ergänzt professionelle staatliche und private Hilfsangebote.
- ... ist themenoffen und kann auf die Bedürfnisse vor Ort reagieren.
- ... kann Generationen und unterschiedliche Menschen zusammenbringen.
- ... kann zeitlich befristet oder kontinuierlich geleistet werden.
- ... nützt den Empfängerinnen und Empfängern.
- ... macht die Helfenden zufrieden.

### Der Einfluss der modernen Gesellschaft

Auf das Zusammenleben zwischen Nachbarn hat unsere moderne Gesellschaft einen erheblichen Einfluss. Wir sind alle mobiler geworden – in Beruf und Freizeit – halten uns weniger in den eigenen vier Wänden auf und bleiben kaum ein Leben lang mehr am gleichen Ort. Die Zahl der Single-Haushalte wächst, und das klassische Familienmodell erhält mit neuen Formen des Zusammenlebens Konkurrenz. Das alles wirkt sich auf die Art und Weise aus, wie wir nachbarschaftliche Beziehungen gestalten und pflegen. Je nach Bevölkerungsgruppe ist der Zugang zu Netzwerken in der Nachbarschaft sehr unterschiedlich. Wenn in einem Quartier viele Familien mit Kindern wohnen, ist es einfacher, sich spontan zu finden und zu unterstützen. In der Betreuung der Kinder, beim Einkaufen oder einfach zum Zusammensein. Das kann ein paar Jahre lang gut gelingen, weil die Motivation und die Interessen gleich sind. Zehn Jahre später kann die Situation dann wieder eine andere sein.

Umständlicher kann sich der Zugang für Alleinstehende, Paare ohne Kinder und ältere Menschen gestalten. Mit organisierten Formen können Nachbarschaftshilfen auch überall dort entstehen, wo die Voraussetzungen schwierig sind. Solche Initiativen sind in den letzten Jahren an verschiedenen Orten, auch im Kanton Zug, entstanden. Organisierte Nachbarschaftshilfe hat verschiedene Vorteile. Das System ist insgesamt stabiler und weniger abhängig vom Zugang zu bereits bestehenden sozialen Bindungen. Es können Austauschmöglichkeiten für Menschen geschaffen

werden, die zurückgezogen leben, Freiwillige werden für Aufgaben angeleitet und ausgebildet, und für Fragen und Probleme ist eine Anlaufstelle vorhanden.

Nachbarschaftshilfe ist zivilgesellschaftliches Engagement aller Altersgruppen. Sie stärkt den gesellschaftlichen Zusammenhalt und stiftet Identität. Sie vermittelt, dass man nicht alleine auf der Welt ist, und verbessert die Lebensqualität mit kleinen Hilfestellungen erheblich.

### Weshalb braucht es organisierte Formen?

- **Demografische Entwicklung der Gesellschaft:** Wir werden immer älter. Nach der Pensionierung gibt es noch einmal viele Jahre gesundes Leben. Immer mehr Rentnerinnen und Rentnern ist es ein Bedürfnis, sich in der Phase des «jungen Alters» freiwillig zu betätigen, z. B. mit einer betagten Nachbarin einzukaufen, einem Kind vorzulesen oder einen Fahrdienst anzubieten.
- **Veränderte Familienformen:** In einer Zeit, wo familiäre Strukturen mit Grosseltern und Verwandten nicht immer mehr verfügbar sind, springt Nachbarschaftshilfe als Erweiterung des Ressourcennetzwerks in die Lücke. Sie fördert die Beziehungen untereinander und zwischen den Generationen und ermöglicht unkomplizierte und gegenseitige Hilfeleistungen im Alltag.
- **Veränderte Wohnformen:** Zunehmend leben Menschen in Einzelhaushalten – vielleicht weil der Partner, die Partnerin verstorben ist, sehr häufig aber auch selbst gewählt. Zudem möchten die allermeisten Menschen im hohen Alter in ihrem gewohnten Wohnumfeld bleiben. Dank dem Grundsatz «ambulant vor stationär» können heutzutage auch pflegebedürftige Personen zuhause wohnen bleiben, ambulante Pflege- und Haushaltsdienste stehen fast flächendeckend zur Verfügung. Trotzdem gibt es immer wieder Situationen, die kein professioneller Pflegedienst abdecken kann. Hier kann Nachbarschaftshilfe eine wertvolle und geschätzte Ergänzung darstellen.
- **Mobilität:** Schliesslich führen der soziale Wandel, Migration und die erhöhte Mobilität in unserer Gesellschaft dazu, dass auch in ländlichen Gebieten die soziale Verankerung der Menschen nicht mehr selbstverständlich ist. Man kann nicht mehr voraussetzen, dass sich die Bewohnerinnen und Bewohner eines Dorfteils oder eines Quartiers automatisch kennen. Vereine sind wohl wichtige Treffpunkte, sprechen aber nicht alle gleich an. Hier kann Nachbarschaftshilfe eine zeitgemässe Form des Austausches darstellen.

# Nachbarschaftshilfe ist Freiwilligenarbeit

**Nachbarschaftshilfe kann vieles sein – wie sie genau aussieht und was sie beinhaltet, bestimmen die Menschen, die sie ausmachen. Folgende Prinzipien gelten für alle Formen von Nachbarschaftshilfe.**

## **Prinzipien der Nachbarschaftshilfe**

1. Bei Nachbarschaftshilfe geht es um gegenseitige Unterstützung im Alltag.
2. Nachbarschaftshilfe ist freiwillig – für beide Seiten.
3. Sobald Nachbarschaftshilfe nicht nur spontane, situative Handreichungen und direkte gegenseitige Unterstützung umfasst, sprechen wir von organisierter Nachbarschaftshilfe.

## **Nachbarschaftshilfe ist eine Form von Freiwilligenarbeit**

Es gibt für freiwilliges Engagement verschiedene Bezeichnungen. Als kleinster gemeinsamer Nenner können folgende Kriterien genannt werden, die freiwilliges Engagement oder Freiwilligenarbeit kennzeichnen: Freiwilligenarbeit gilt als eine Leistung, die freiwillig und ohne Bezahlung für Personen ausserhalb des eigenen Haushaltes erbracht wird. Dabei heisst:

- **Freiwillig:** Ohne gesetzliche Verpflichtung, aus freiem Willen – im Gegensatz zu anderen unbezahlten Tätigkeiten wie z. B. Zivildienst.
- **Unbezahlt:** Es wird kein Lohn bezahlt, und es besteht kein Anstellungsverhältnis. Ausgenommen sind Aufwandsentschädigungen wie Spesen, Reisekosten, Telefonkosten.
- **Ausserhalb des eigenen Haushaltes:** Die Leistung wird zum Nutzen des Gemeinwesens erbracht; die eigene Haus- und Familienarbeit sowie die blosse Mitgliedschaft in einem Verein sind noch keine Freiwilligenarbeit.

# Nachbarschaftshilfe in organisierter Form

**Nachbarschaftshilfe kann sowohl zwischen Nachbarn direkt arrangiert sein als auch über die Vermittlung einer organisierten Nachbarschaftshilfe erfolgen. Erfolgreiche Nachbarschaftshilfen sind oft eine Kombination von beidem zum richtigen Zeitpunkt. Ein Kriterium der organisierten Form ist, dass diese Nachbarschaftshilfe über eine Anlaufstelle allen, die ein Bedürfnis haben, zugänglich ist.**

## Prinzipien der Nachbarschaftshilfe

- Nachbarschaftshilfe entspricht dem Bedürfnis, sich für andere zu engagieren und einen Beitrag zum gesellschaftlichen Zusammenhalt zu leisten.
- Nachbarschaftshilfe ist thematisch offen – jede Nachbarschaftshelferin und jeder Nachbarschaftshelfer kann ihre/seine Kompetenz einbringen –, ob das nun Unterstützung beim Ausfüllen der Steuererklärung, Begleitung beim Spaziergang oder das Kochen eines Mittagessens ist.
- Nachbarschaftshilfe kann den Austausch zwischen den Generationen fördern und der Vereinsamung von alleine lebenden Menschen entgegenwirken.
- Nachbarschaftshilfe ist als Ergänzung zu den lokal zur Verfügung stehenden professionellen Dienstleistungen und zu anderen Institutionen, die mit Freiwilligen arbeiten, zu sehen und soll bestehende Angebote nicht konkurrenzieren.
- Nachbarschaftshilfe ist koordiniert und organisiert. Häufig sind Nachbarschaftshilfen in einem Verein organisiert, in dem sowohl Anbieterinnen und Anbieter als auch Empfängerinnen und Empfänger Mitglied sind. Statt einem Verein ist es auch möglich, z.B. eine Interessengemeinschaft zu bilden.

## Beispiele von Nachbarschaftshilfe

Nachbarschaftshilfe zeigt sich im Alltag ganz unterschiedlich, unabhängig davon, ob die Hilfe durch direkte Absprache zwischen Nachbarn erfolgt oder über eine Vermittlungsstelle, die Hilfesuchende und Freiwillige koordiniert. Ein paar Beispiele:

- **Beispiel 1:** Daniel Schwarz schaut jeweils am Mittag, ob in Elsa Suters Briefkasten das vereinbarte Kennzeichen liegt. Falls nicht, würde er bei ihr klingeln und nachfragen, ob bei der betagten Nachbarin alles in Ordnung ist.
- **Beispiel 2:** Die Fünftklässlerin Selina hat Mühe in der Schule. Am Nachmittag hilft ihr die 75-jährige Nachbarin mit den Hausaufgaben und übt mit ihr Rechnen und Deutsch.

- **Beispiel 3:** Die Mutter von Sebastian und Sarah arbeitet am Dienstag und Freitag. An diesen Tagen sind die beiden Kinder über den Mittag bei Sarahs Freundin Laura zuhause. Am Mittwoch, wenn Lauras Mutter arbeitet, verbringt Laura den Nachmittag bei ihrer Freundin Sarah und übernachtet auch oft dort.
- **Beispiel 4:** Immer am Donnerstag fährt Hans Grüter mit seinen beiden langjährigen Nachbarinnen, die nicht mehr gut zu Fuss sind, in die Stadt, wo die eine zum Coiffeur geht und er mit der anderen Kaffee trinkt. Anschliessend gehen sie zu dritt einkaufen.
- **Beispiel 5:** Seit Sepp Zumbühl pflegebedürftig ist, kommt neben der Spitex am Donnerstag ein Nachbar vorbei, der ihm Gesellschaft leistet und mit ihm eine Runde Schach spielt.
- **Beispiel 6:** Der 8-jährige Alex muss nach einer Operation einige Tage im Spital bleiben. Damit seine Eltern so oft wie möglich bei ihm sein können, hüten zwei Nachbarinnen abwechselungsweise die beiden jüngeren Geschwister.

# Los geht's!

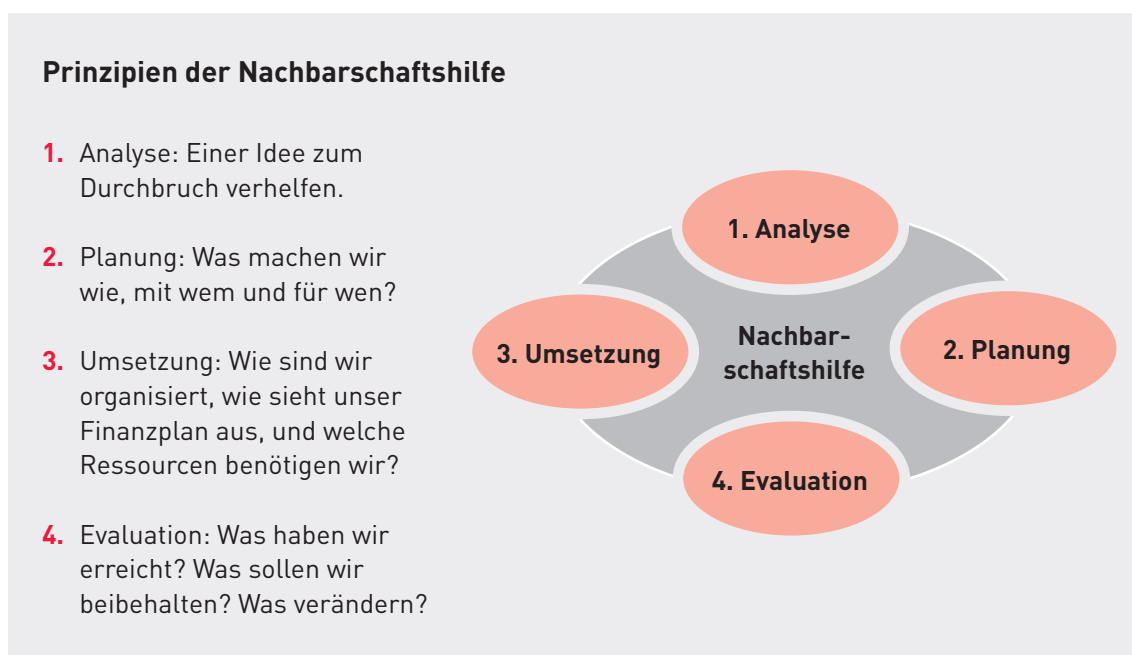
## In vier Schritten zum Ziel

Die Initiierung einer Nachbarschaftshilfe ist immer dann möglich, wenn in einer Gemeinde, einem Quartier oder einer Überbauung eine Gruppe von Personen die Idee dazu hat. Jede Nachbarschaftshilfe ist eigen und unverwechselbar: Entstehungsgeschichte, Angebote und Bedürfnisse können ganz unterschiedlich sein und sich über die Zeit verändern.

In der Praxis zeigt sich, dass man einfach einmal beginnen muss und nicht das perfekte Grossprojekt von Anfang weg anstreben soll. Lieber klein und einfach anfangen und kontinuierlich lernen, anpassen, einbetten und ausbauen.

### Vom Kleinen zum Grossen

Dieses Handbuch führt über die vier Module Analyse, Planung, Umsetzung und Evaluation zum Aufbau einer Nachbarschaftshilfe:



Im folgenden Praxisteil gibt es zu jedem Modul, das es für eine Nachbarschaftshilfe braucht, Arbeitsblätter und Checklisten. Diese dienen als Wegweiser und Inspiration und können beliebig ergänzt und angepasst werden.

Nun wünschen wir Ihnen eine erfolgreiche Projektarbeit und gutes Gelingen!