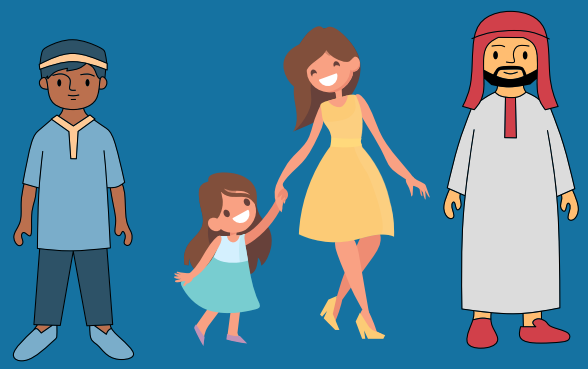
# Information

Wenn Sie mehr über die ZEITBANKplus erfahren möchten ...

Wenn Sie unverbindlich bei uns reinschnuppern wollen ...

Wenn Sie ZEITBANKplus-Mitglied werden wollen ...

... dann nehmen Sie gerne Kontakt mit uns auf:



# Kontakt

Ihr Kontakt vor Ort:

Ein Zukunftsmodell von SPES

ZEITBANK plus

**www.zeitbankplus.de**

# ZEITBANK plus

Menschen treffen und deutsch sprechen üben

Begleitung bei Behördengängen und Formularen

Hilfe bei Arbeits- und Wohnungsuche

Tatkräftig helfen im Garten, im Haus, beim Einkaufen, beim Organisieren, ...

# Gemeinschaft leben

Die ZEITBANKplus hilft Ihnen, schneller in der Gemeinschaft vor Ort anzukommen.

Lernen Sie die Mitglieder der ZEITBANKplus bei monatlichen Treffen kennen.

Bringen Sie sich mit Ihren Kenntnissen in die Gemeinschaft ein.

Fragen Sie nach Hilfe und bieten Sie Hilfe an.

Beim Helfen, Spielen und Feiern in der Gruppe lernen Sie Sprache und Kultur kennen.

Fühlen Sie sich sicher in der ZEITBANKplus-Gemeinschaft.

# Zeit tauschen

Die ZEITBANKplus ist eine Gruppe Menschen. Die Menschen sind jung und alt. Sie kommen aus Deutschland und aus anderen Ländern. Sie helfen sich gegenseitig. Getauscht werden Stunden, kein Geld.

Für eine Stunde helfen bekommen Sie eine Stunde Hilfe.

Die Stunden werden auf einem digitalen Zeitkonto gesammelt. Gebucht und abgebucht wird via Laptop oder Handy-App.

Die Hilfe der Mitglieder des Vereins oder der Gruppe ist freiwillig.

# Unterstützung bekommen

BEISPIELE:

Sie sind muskalisch. Sie begleiten einen kleinen Chor in einem Seniorenheim mit ihrem Instrument. Mit den gesammelten Stunden hilft Ihnen ein ZEITBANKplus-Mitglied beim Deutsch lernen oder begleitet Sie zum Amt.

Sie mähen Rasen, schneiden Hecken oder ernten Obst. Für die dabei gesammelten Stunden hilft Ihnen jemand bei der Wohnungs-suche oder beim Ausfüllen eines komplizierten Formulares.

Sie begleiten eine Frau beim Einkaufen. Mit den gesammelten Stunden passt ein Mitglied auf Ihre Kinder auf.

Kofinanziert von der Europäischen Union