

# Information

Die ZEITBANKplus organisiert gegenseitige Unterstützung auf einfache Weise.

Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei der Bewältigung der kleinen und großen Herausforderungen im Alltag.

Gemeinsame Unternehmungen und Freizeitaktivitäten sowie monatliche Treffen sind wertvolle Elemente der ZEITBANKplus. Sie bringen ein großes PLUS an Lebensqualität für alle Beteiligten.

Aus losen Kontakten werden freundschaftliche Beziehungen und ein verlässliches generationenübergreifendes Netzwerk entsteht.

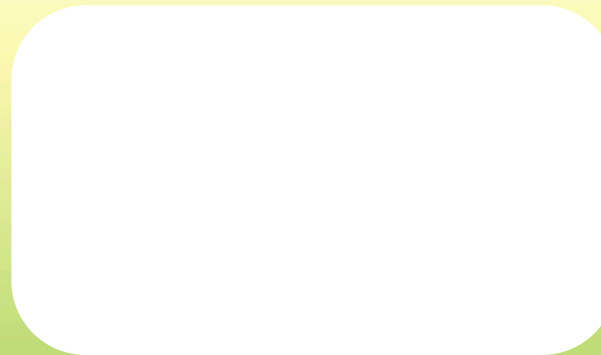
# Kontakt

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:



[www.zeitbankplus.de](http://www.zeitbankplus.de)



## Für Junggebliebene



**Engagement mit Kopf,  
Hand und Herz**

Selbstbestimmte Zeiteinteilung

Druck raus - Lust rein

Beim Helfen und helfen lassen  
neue Freundschaften knüpfen

Eigene Berufserfahrung für sich  
und die Gemeinschaft  
einbringen



# Gemeinschaft leben

Bringen Sie sich mit Ihren Hobbies, Talenten und Ihrer Berufserfahrung in die Gemeinschaft ein.

Die ZEITBANKplus hilft Ihnen, freiwillig, ohne Druck ihre neuen Interessen zu leben.

Andere glücklich machen, gute Beziehungen und Sinn im Leben halten nachweislich gesund.

Sie waren lange Kopfarbeiter und wollen nun gärtnern oder handwerken, mit ZEITBANKplus kein Problem.

Lernen Sie beim Helfen, Spielen und Feiern in der Gruppe neue Gleichgesinnte in der ZEITBANKplus-Gemeinschaft kennen.

Wappnen Sie sich mit einer aktiven Gemeinschaft gegen Einsamkeit im Alter.



# Zeit tauschen



Die geleisteten bzw. in Anspruch genommenen Stunden werden auf einem digitalen Zeitkonto verbucht.

Es gilt das Prinzip „eine Stunde ist eine Stunde“: Jede Hilfe ist gleich viel wert – auch noch in zehn Jahren.

# Unterstützung erhalten



Für mobile Endgeräte wie Handy oder Tablet gibt es die ZEITBANKplus-App.

Ziel der ZEITBANKplus ist nicht, möglichst viele Stunden anzuhäufen, sondern ein gegenseitiges Geben und Nehmen.

Die Tätigkeit der Zeitbankmitglieder ist rein ehrenamtlich und freiwillig.

Die Mitglieder sind durch einen Mitgliedsbeitrag automatisch versichert.