



# 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:



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

# ZEITBANK plus



Menschen treffen und deutsch sprechen üben

Begleitung bei Behördengängen und Formularen

Hilfe bei Arbeits- und Wohnungssuche

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 musikalisch. 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 Formulars.

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



Kofinanziert durch das  
Programm Erasmus+  
der Europäischen Union