



“Gemeinsam essen ist unterhaltsamer  
und schöner”

Der Helferpool bietet auch einen Mittagstisch an. Wenn Sie keine Lust haben allein zu essen, dann werden Sie doch unser Gast! Treffpunkt ist in der Regel an jedem zweiten, dritten und vierten Donnerstag im Monat um 11.30 Uhr im barrierefreien Bürgerhaus. Das Essen wird von einer Metzgerei geliefert, die auch gerne individuelle Wünsche berücksichtigt. Nette Helferinnen und Helfer vom Helferpool organisieren die Bewirtung. Das Essen kostet ab 5 € und Getränk 1 €. Verbindliche Anmeldungen ca. 5 Tage vorher.

Über Ihr Kommen würden wir uns sehr freuen!



Das Team vom Gräbinger Mittagstisch

## Koordinationsstelle



Karina Pade

Rathausplatz 1

86836 Graben

Tel. 08232 9621-20

E-Mail: [karina.pade@graben.de](mailto:karina.pade@graben.de)

<http://www.graben.de>

Sprechzeiten:

Montag bis Freitag 8.00 bis 12.00 Uhr

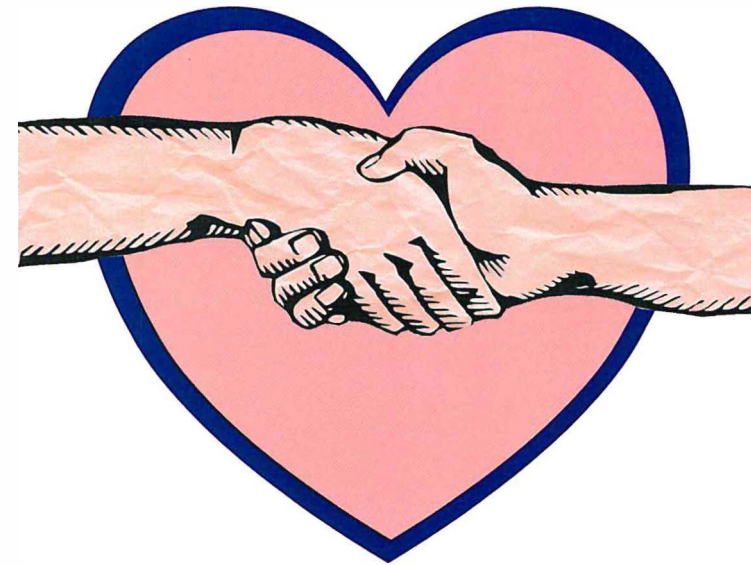
Dienstag 15.00 bis 18.00 Uhr

Donnerstag 15.00 bis 17.00 Uhr

oder nach Vereinbarung!

# HELFERPOOL Graben

seit 2010



## Nachbarschaftshilfe mit Herz



## Unser Ziel

Der Helferpool soll einen Beitrag dazu leisten, dass alle Mitbürgerinnen und Mitbürger in Graben so lange wie möglich ein selbstbestimmtes Leben führen können.

Ob Jung oder Alt, Familien oder Alleinstehende, alle können Unterstützung durch den Helferpool erfahren.

**Wir gewährleisten absolute Diskretion und Verschwiegenheit. Die Hilfestellung erfolgt ehrenamtlich und kostenlos von Bürgern für Bürger.**

## Unsere Hilfsangebote

- kleine Reparaturen im Rahmen der Nachbarschaftshilfe
- Haustierbetreuung bei Krankenhausaufenthalt in Kooperation mit den Tierfreunden Graben
- Fahrdienste (Einkaufs- u. Arztfahrten etc.)
- Garten- und Friedhofsarbeiten
- Wertstoffentsorgung
- Besuchsdienste
- Begleitung bei Spaziergängen
- Fahrkartenbringservice
- Weitervermittlung zu Beratungsstellen u.v.m

**Rufen Sie uns an, wenn Sie weitere Hilfe benötigen. Wir werden auf jeden Fall versuchen, Ihnen zu helfen!**

## Fahrdienst Helferpool

Das Dienstauto der Gemeinde Graben steht für Ihren Fahrdienst gerne bereit. Der Dienst wird für Personen angeboten, die bewegungseingeschränkt sind. Sie werden an der Haustür abgeholt und auch wieder nach Hause gebracht. Im Umkreis von ca. 20 km bringen wir Sie gerne zu Ihren Zielen, wie zum Beispiel:

- Arztfahrten, Krankengymnastik, ...
- Behördengänge
- ... und vieles mehr

Regelmäßig wird dienstags auch eine **Einkaufsfahrt** von 14.00 bis 16.30 Uhr angeboten. Anmeldungen am Tag der Fahrt bis spätestens 10 Uhr bei Fr. Pade unter der Telefonnummer 08232 9621-20

Unsere ehrenamtlichen Fahrer und Fahrerinnen freuen sich, Sie begleiten zu dürfen.



V.l. Oliver Girr (Girr Logistik), Karina Pade (Kordinatorin vom Helferpool Graben), Andreas Scharf (1. Bürgermeister) vor dem Dienstfahrzeug der Gemeinde

## Sie brauchen Hilfe?

Schon seit **2010** vermittelt der Helferpool Graben kurzfristige, unbürokratische Unterstützung im Rahmen einer Nachbarschaftshilfe in vielen Lebenslagen. Unsere Helfer\_Innen sind gerne bereit, ihre Hilfe anzubieten. Trauen Sie sich diese Hilfe anzunehmen und rufen Sie in der Koordinationsstelle an.

## Sie möchten Hilfe anbieten?

Wenn Sie etwas Besonderes gut können und Ihre Fähigkeiten beisteuern möchten, sowie zeitliche Möglichkeiten haben, dann würden wir uns sehr freuen, wenn Sie sich im Helferpool mit einbringen. Wir geben Ihnen gerne Gelegenheit, sich über das ehrenamtliche Engagement zu informieren. Jeder kann mitmachen und Hilfe anbieten. Egal ob Jung oder Alt.

## Kooperationspartner

### Tierfreunde Graben:

Hilfe bei Tiersitting bei Krankenhausaufenthalt etc.

### Grundschule Graben, Projekte:

Schulgarten, Lernpaten und Schulfruchtprogramm

