

## Liste der Aktivitäten im Rahmen der Zeitgut-Nachbarschaftshilfe

Diese Aktivitäten bieten sich als nehmende bzw. gebende Person an (die Liste ist nicht abschliessend):

### Gesellschaftliche Art:

- Vorlesen
- Spazieren
- Spiele machen
- Diskutieren
- Babysitting
- Hundesitting (oder andere Tiere hüten)
- gemeinsam Kochen und Essen
- gegenseitiges Sprachenlernen
- Bücher Hol-/Bringdienst, Vorlesen (in Zusammenarbeit mit der Regionalbibliothek)
- .....
- .....

### Hilfe bei der Bewältigung des Alltags:

- Hilfe bzw. Begleitung beim Einkaufen
- Giessen der Pflanzen
- Leeren des Briefkastens
- Begleitung zum Arzt
- Begleitung zu Arbeitsstellen, offiziellen Terminen
- Hilfe bei Korrespondenz
- Hilfe bei der Administration des Haushalts
- Hilfe beim Wäscheaufhängen
- .....
- .....
- .....

### Handwerkliche Art:

- Auf-/Umhängen von Bildern
- Auswechseln von Glühbirnen, Batterien
- Helfen beim Heimtragen von schwereren Gegenständen
- Umtopfen von Pflanzen
- .....
- .....
- .....

### Technische Art:

- Erklären des neuen Smartphones
- Erklären eines neuen elektronischen Haushaltgerätes
- Unterstützung bei Schwierigkeiten mit dem PC, iPad
- .....
- .....
- .....

### Andere Art:

- .....
- .....