



nestwärme

NEWSLETTER Mai 2015



Eure Petra Moske
Mitgründerin und 1. Vorsitzende nestwärme e.V. Deutschland

Liebe Mitmacher, Freunde und Nestbewohner!

Sich begegnen, sich entwickeln, miteinander lernen: Das ist unsere Stärke und da lag unser Fokus in den ersten Monaten des Jahres. Wir haben längst in Angriff genommene Prozesse in ein sichtbares Ergebnis überführt. Mit den Expertinnen der Allianz konnten wir den im Februar 2014 angestoßenen Prozess zur Optimierung der internen Kommunikationsstrukturen reflektieren und abschließen. Dann freuen wir uns, dass wir nun unser Versprechen, die nestwärme-Website zu aktualisieren, eingelöst haben: mit geringen Mitteln, jeder Menge Herzblut und großem persönlichen Einsatz. Ganz à la nestwärme eben. Klickt doch mal rein!

PARTNERSCHAFT: Allianz schenkt nestwärme 2. Social OPEX-Workshop



Was können Sozialunternehmen vom Qualitätsmanagement und der Optimierung von Prozessen in Wirtschaftsunternehmen lernen? Genau diesen Transfer bietet die Allianz mit ihrem Social OPEX-Programm gemeinnützigen Organisationen. Zum zweiten Mal fand in Trier nun ein Workshop statt, um die Interaktion zwischen allen Netzwerk-Beteiligten in der Zukunft zu optimieren.

[Lesen Sie hier weiter ...](#)

nestwärme intern: Teamleitertreffen in Nürnberg - gegenseitige Inspiration



Ende Februar fand in Nürnberg das bundesweite Treffen der nestwärme-Teamleiter statt. Ziel der halbjährlichen Veranstaltung ist der Austausch von Erfahrungen, gegenseitige Inspiration und Unterstützung sowie Informationen aus dem Mutternest in Trier in die Nester zu streuen. Fazit des Treffens: Ohne moderne Medien geht es heute nicht, aber der persönliche Kontakt bleibt unersetzlich.

[Lesen Sie hier weiter ...](#)

VORTRAG: „Ehrenamtliche verhindern soziales Sterben“ - eine Bestandsaufnahme am Beispiel der Hospizarbeit

„...weil sie Gesellschaft sind.“
Ehrenamtliche Hospizarbeit – eine Bestandsaufnahme



Ehrenamtliche verhindern soziales Sterben und stehen für eine solidarische Wertgemeinschaft und Nachbarschaftlichkeit: Was Dr. Swantje Goebel, Soziologin an der Universitätsmedizin Mainz, Abteilung Palliativmedizin in ihrem Vortrag in der Albertinen Akademie Hamburg über 40

Jahre Ehrenamt in der Hospizarbeit sagte, kann man leicht auf jede Ehrenamtstätigkeit übertragen - und damit auf alle MitMacher, die sich bei nestwärme ehrenamtlich engagieren.

[Lesen Sie hier weiter ...](#)

AKTION: 2. Benefizkonzert in Trier zugunsten nestwärme

Zum zweiten Mal fand am 7. März 2015 das Benefizkonzert „Zusammen stehen - gemeinsam gehen“ in Trier statt. Die Trierer Musiker Rike Port und Sascha



Kön haben wie im Vorjahr Kollegen und Freunde in das Kasino am Kornmarkt eingeladen. Neben Roman Lob, dem deutschen Teilnehmer am Eurovision-Song-Contest 2012, standen viele weitere Künstler auf der Bühne - zugunsten von nestwärme.

[Lesen Sie hier weiter ...](#)

SPENDEN: Aus einer Idee wird eine Spendenaktion - nestwärme sagt DANKE



Kinder und Jugendliche, Unternehmer und ihre Mitarbeiter, Menschen wie Du und ich - sie alle lassen sich von nestwärme begeistern und entwickeln daraus Ideen für Spendenaktionen. Ob klein oder groß, wir wissen: Es kommt von Herzen - und deshalb sind auch wir so begeistert von unseren Spendern.

• IKEA Saarlouis spendet 2.000 Euro

- Schäfer Reifen bei Trier erlöst über 1.700 Euro mit Autoreifen-Aktion
- Rewe Saarbrücken spendet 750 Euro durch Kuchenverkauf
- Jugendhilfe-Kita an der Mosel spendet 150 Euro durch Gebäckverkauf
- Return GmbH in der Vulkaneifel erlöst 150 Euro mit Tonerkartuschen
- Gelungener 1. Koblenzer Indoor Cycling- Marathon zugunsten nestwärme

[Lesen Sie hier weiter ...](#)

Aus den Nestern: Nest Saarland bekocht Familienpaten & Spendenübergabe

Ende Januar bekochten Saarländer Moderatorinnen ihre FamilienPaten zum dritten Mal mit einem mehrgängigen Menü. 28 FamilienPaten folgen der Einladung zu diesem Abend in die Familienbildungsstätte Saarbrücken. Der Saarbrücker Chor Intermezzo gab eine musikalische Kostprobe zum Besten und gleichzeitig



eine Spende in Höhe von 500 Euro an nestwärme.

[Lesen Sie hier weiter ...](#)

PARTNERSCHAFT: nestwärme gestaltete Schaufenster von Galeria Kaufhof Trier



Die nachhaltige Partnerschaft zwischen Galeria Kaufhof Simeonstraße in Trier und nestwärme e.V. Deutschland wurde über drei Wochen lang für alle Trierer und Besucher der Stadt auf besondere Weise sichtbar: nestwärme durfte einen Teil des Kaufhof-Schaufensters gestalten, um die Vielfältigkeit seiner Projekte darzustellen.

[Lesen Sie hier weiter ...](#)

NEWSTICKER:



2015-Tour des Erfolgsmusicals „YAKARI“

Am 29. März war der Auftakt für die diesjährige Deutschland-Tour des Erfolgsmusicals „YAKARI“ von nestwärme-Mitmacher Thomas Schwab. nestwärme wird auf der YAKARI-Deutschland-Tour in ausgewählten Städten - nämlich dort, wo nestwärme-Nester sind - durch ehrenamtliche Mitmacher vertreten sein. Dies sind u.a. Köln, Trier,

Koblenz, Saarbrücken, Hamburg, Frankfurt und München. Mehr Infos und Termine unter: www.yakari-

12. Benefiz-Radtour vom 25. Bis 27. Juni - Jetzt anmelden!

Alle Radfahrer im Taunus, Rheinhessen, Hunsrück, Eifel und um die Mosel aufgepasst: Am 25. Juni startet die 12. Benefiz-Radtour des nestwärme RadTeams. Zieleinfahrt ist am 27. Juni beim Altstadtfest in Trier. Alle Spenden gehen zu 100 % an nestwärme. Jeder, der eine Rennrad hat, im Schnitt 23 km/h fährt und ein Startgeld (Satteltgeld) in Höhe von 150 Euro bezahlt, kann mitradeln! Infos und Anmeldung bei Wolfgang Keil: E-Mail: keil.koblenz@web.de



Planet Willi - Trickfilm über ein Kind mit Downsyndrom

Am Welt-Down-Syndrom-Tag, dem 21. März, hatte der Trickfilm „Planet Willi“ in Hamburg Premiere. Der Filmemacher Sören Wendt hat den 10-minütigen Film über eine Familie mit einem Kind mit Down Syndrom nach dem Buch der Illustratorin Birte Müller gemacht, der Mutter von Willi. Die Familie wird seit einigen Jahren von nestwärme Hamburg betreut.

Etwa 200 Besucher kamen an diesem

Samstagnachmittag in das Hamburger Traditions kino Metropolis, um gemeinsam mit Familie Müller-Wittkuhn die Trickfilm premiere zu feiern. Neben dem Regisseur und der Autorin waren auch die Sprecherin des Films, Willis Schwester Olivia und natürlich Willi persönlich anwesend. Außerdem gab es eine Kurzvorlesung zweier Autorinnen von Ohrenkuss, einer Zeitung, gemacht von Menschen mit Down-Syndrom aus Bonn.

Hier finden Sie einen Trailer zum Film.

BUCHTIPP: „Heule Eule“ - das Lieblingsbuch aus der nestwärme Krippe

Zum diesjährigen internationalen Kinderbuchtag am 2. April, hatten die MitarbeiterInnen und



Kinder der nestwärme Krippe ihr aktuelles Lieblingsbuch vorgestellt: „Heule Eule“ von Paul Friester und Philippe Goossens aus dem Nord-Süd Verlag - ein Buch über das vertraute Nest Familie. Schauen Sie doch mal rein, ob es Ihnen auch so gut gefällt!

Das Buch bebildert und verdeutlicht auch für ganz kleine Zuhörer in verständlicher Weise, wie wichtig und quasi unersetzbar das vertraute Nest der Familie für das Wohlbefinden ist - ganz im Sinne der Vision und dem täglichen Bestreben von

nestwärme, belastete Familiensysteme zu unterstützen, damit diese das Gefühl von Nestwärme aufrechterhalten, spüren und auch untereinander weitergeben können.

Erschienen im Nordsüd Verlag (2011), ISBN-13: 9783314101397, ISBN-10: 3314101392



Körper- und Aromapflege

Verena Grewenig und Bärbel Krämer sind Expertinnen in Sachen Duft und Öle für Körper und Seele. In dieser Ausgabe verraten Sie, wie man trockene Haut und Frühjahrsmüdigkeit erfolgreich bekämpft.

Trockene Haut „Meine Haut“

Mischung für 50 ml Braunglas-Flasche: 40 ml Jojoba- oder Mandelöl, 10 ml Nachtkerzen- oder Wildrosenöl, 4 Tropfen Neroli, 3 Tropfen Palmarosa. Sanft auf die feuchte Haut auftragen oder einmassieren.

Für das Gesicht: 40 ml Aprikosenkernöl, 10 ml Nachtkerzen- oder Wildrosenöl, 2 Tropfen Neroli und 1 Tropfen Palmarosa.

Frühjahrsmüdigkeit „Fit in den Frühling“

Mischung für die Duftlampe: 3 Tropfen Zitrone, 3 Tropfen Latschenkiefer und 2 Tropfen Orange
(alle Öle: Ätherische Öle)

Dein Spruch für unsere neuen nestwärme T-Shirts!



DEIN SPRUCH FÜR UNSERE NEUEN NESTWÄRME T-SHIRTS!

Schick' uns deinen originellsten Spruch für unsere neue T-Shirt Kollektion bis zum **06.06.2015**.
Wenn uns dein Spruch genauso gut gefällt wie dir, wird er als einer von 3 Sprüchen ausgewählt und professionell gestaltet.

Im Rahmen der nestwärme T-Shirt Aktion auf dem Trierer Altstadtfest, **Domfreihof am 26.06.2015 von 14-17 Uhr**, kann sich jeder gegen eine Spende ein T-Shirt mit einem der 3 prämierten Sprüche bedrucken lassen und somit ein Stück der Idee von nestwärme mit sich tragen.

Diese Aktion wird durchgeführt mit freundlicher Unterstützung von Audi und Q-Corporate Fashion. Vorschläge für die Sprüche können hier als Kommentar gepostet werden. Wir freuen uns auf Eure Ideen!

Schick' uns deinen originellsten Spruch für unsere neue T-Shirt Kollektion bis zum 06.06.2015.

Wenn uns dein Spruch genauso gut gefällt wie dir, wird er als einer von 3 Sprüchen ausgewählt und professionell gestaltet.

Im Rahmen der nestwärme T-Shirt Aktion auf dem Trierer Altstadtfest, Domfreihof am 26.06.2015 von 14-17 Uhr, kann sich jeder gegen eine Spende ein T-Shirt mit einem der 3 prämierten Sprüche bedrucken lassen und somit ein Stück der Idee von nestwärme mit sich tragen.

Diese Aktion wird durchgeführt mit freundlicher Unterstützung von Audi und Q-Corporate Fashion.

Vorschläge für die Sprüche können auf unserer Facebook-Seite unter entsprechendem Beitrag als Kommentar gepostet werden. Oder schreibt uns eine E-Mail mit dem Betreff "T-Shirt" an kontakt@nestwaerme.de. Wir freuen uns auf Eure Ideen!

LESER-ECKE:

Was versteht Ihr unter Nestwärme? Was habt Ihr erlebt? Was hat Euch berührt? Schickt uns Eure schönsten Geschichten und Momente. Wir freuen uns über jede Zuschrift:
beate.muenchenbach@nestwaerme.de



www.nestwaerme.de