

In diesem Forum wurden zunächst die Unterschiede zwischen den Mittag- und Nachbarschaftstischen sowie deren Bedeutung für die älteren Menschen besprochen. Weiterhin wurden die fachlichen Anforderungen beider Angebote reflektiert und Ideen zur Motivation sowohl künftiger Gastgeber und auch die der potentiellen Gäste entwickelt.

Als Diskussionsergebnis kann festgehalten werden:

Mittags- und Nachbarschaftstische sind besonders geeignet:

- als Treffpunkt für den sozialen Austausch
- als Teilhabe am Leben mit Freude und Lachen
- zur Kommunikation, um Neuigkeiten zu erfahren und um sich mitteilen zu können
- zur Stärkung der Selbstwirksamkeit: Das Selbstwertgefühl steigt und die älteren Menschen erfahren Anerkennung
- Einsamkeit wird vermieden und man erhält positive Energie
- Sie können zu mehr Gesundheit führen durch ausgewogene Ernährung und Bewegung
- Die Kosten gerade bei Nachbarschaftstischen sind überschaubar und somit auch für Menschen mit kleiner Rente geeignet.