

**nestwärme e.V. Deutschland setzt digitales Engagement fort
und lädt zum Mitmachen ein:**

Köstliche Gerichte & nestwarme Momente zum Schmunzeln und Genießen

Aufruf zur Einsendung von persönlichen Geschichten und Mood-Food-Rezepten



Unter dem Motto „Es ist angerichtet“ startet nestwärme e.V. Deutschland ein neues digitales Projekt: Der Verein, der sich für Familien mit schwerst kranken und behinderten Kindern einsetzt, lädt dazu ein, Lieblingsrezepte und die damit verknüpften, ganz persönlichen nestwarmen Momente mit Lieblingsrezepten mit der nestwärme-Community zu teilen. Ziel ist es, zum gemeinsamen Kochen, Brutzeln, Backen inspirieren und so für ein Gefühl von Geborgenheit und Gemeinschaft zu sorgen. Mit dieser neuen Aktion setzt der Verein seine digitale Initiative ‚Stark bleiben – Nestwärme spüren‘ fort. Mitmachen kann jeder: Einfach die PDF-Vorlage unter <https://nestwaerme.de/stark-bleiben-nestwaerme-spueren/gute-nestwaerme-gerichte/> herunter laden, Gute-Nestwärme-Gericht eintragen und mit dem persönlichen Moment, der zu diesem Gericht gehört, verknüpfen.

Egal ob lustig, romantisch, melancholisch, zufrieden oder dankbar – alle nestwarmen Momente sind gute Momente und alle Gerichte sind gute Gerichte. Es geht dabei auch nicht darum, perfekt zu sein, sondern um den gemeinsamen Genuss. Es geht darum, gemeinsam Spaß zu haben, gemeinsam Hürden zu überwinden und sich gemeinsam etwas Gutes zu tun. Nach Lust und Laune darf gebacken, gekocht, gemixt oder geschnippelt werden. Die Lieblingsgerichte und Geschichten der anderen nestwärme-Familien sollen Appetit machen, mal wieder etwas Neues auszuprobieren, sie sollen zum Nachkochen und Genießen anregen und so für viele schöne Momente sorgen.

Bereits zu Beginn der Corona-Pandemie begann nestwärme e.V. Familien mit schwerkranken und behinderten Kindern online ein Gefühl von Geborgenheit und Nähe zu vermitteln. Seit dem ersten Lockdown lesen Prominente unter dem Motto „Stark bleiben – Nestwärme spüren“ beliebte und teilweise auch selbst geschriebene Gute-Nacht-Geschichten vor, die im nestwärme-Podcast zu hören sind. Die erfolgreiche Aktion fand bekannte Unterstützer wie Intendant und Schauspieler René Heinersdorff, Schauspielerin Alexandra Kamp, EU-Abgeordnete Dr. Katharina Barley, Fußball-Weltmeister Paul Breitner oder die Sterneköchin Lea Linster. Inzwischen sind fast 200 Gute-Nacht-Geschichten online und können unter <https://nestwaerme.de/stark-bleiben-nestwaerme-spueren/gute-nacht-geschichten/> oder auch bei Spotify, Google Podcasts oder YouTube gehört werden.

Da die Corona-Krise und die daraus resultierenden eingeschränkten Kontaktmöglichkeiten Familien mit schwerkranken und behinderten Kindern besonders hart trifft, hat nestwärme auch weitere Empowerment-Projekte digital aufbereitet. Zu den Themenschwerpunkten zählen beispielsweise Videos und Übungen zur Stärkung der Resilienz, 1:1 Video Coaching für betroffene Familien, aber auch Anregungen für Kreativität im eigenen Nest.

Über nestwärme e.V.:

nestwärme e.V. wurde 1999 von Petra Moske und Elisabeth Schuh gemeinsam mit betroffenen Eltern, Ärzten und Politikern der Region Trier gegründet. Aus dem ganz spontanen Bedürfnis, in einem konkreten Fall helfen zu wollen, wuchs der Verein zu einem Sozialunternehmen mit einem internationalen Netzwerk, das Familien mit schwerkranken und behinderten Kindern nachhaltig unterstützt. Heute arbeiten rund 100 Mitarbeiter und 1800 ehrenamtliche Nestwärmer an dem Ziel, Familien und Kinder stärker zu machen. Nester und Infopoints gibt es an 14 Standorten in Deutschland, Luxemburg und Österreich. Darüber hinaus betreibt der gemeinnützige Verein in Rheinland-Pfalz ein Kinderkompetenzzentrum mit ambulantem Kinderpflegedienst, ambulantem Kinderhospizdienst, ambulanter Brückenpflege, inklusiver Kinderkrippe und Fachberatung.

Ansprechpartner Presse:

Dirk Hense

Dirk.hense@nestwaerme.de

Mobil 0160 93959447

Ansprechpartner Resilienz:

Petra Moske

Petra.moske@nestwaerme.de

Mobil 01702690200