

## Verein „Start with a Friend“ in Mannheim will neue Freundschaften knüpfen

Neu in Mannheim und noch keine Freunde? Der Verein „Start with a Friend“ in Mannheim will Einheimische und Zugezogene zusammenbringen. Wie das aussieht.

4.9.2025 VON CAROLINE JOHN



Menschen aus Mannheim und neu Zugezogene zusammenbringen: Das ist das Konzept des Vereins „Start with a Friend“ in Mannheim (Symbolbild). © SRDJANPAV/ISTOCK

**Mannheim.** Neue Stadt und keine Freunde – wer neu nach Mannheim [1] kommt, kennt vielleicht das Gefühl der Einsamkeit. Der Verein Start with a Friend (SwaF) setzt genau dort an: Menschen, die nach Mannheim ziehen, sollen durch Freundschaften mit Einheimischen schneller Anschluss finden. Dank eines Teams aus Ehrenamtlichen und Standortleiterin Alexa Nieto Manzano läuft das Projekt bereits seit 2017. Drei von ihnen erzählen, wie das Projekt funktioniert und warum es ihnen selbst so viel bedeutet.

Nieto Manzano weiß aus eigener Erfahrung, wie schwer es ist, in einem neuen Land Kontakte zu knüpfen. „Ich kenne das aus erster Hand. Ich habe selbst nach Freunden gesucht, bin dabei auf SwaF gestoßen und habe gesehen, dass sie jemanden für die Standortleitung suchen“, sagt Nieto Manzano. Sie kam 2015 aus Mexiko

nach Deutschland. Andrea Heinrichs und Phillip Thost haben den Weg zu SwaF über die Freiwilligenbörse der Stadt Mannheim gefunden. „Ich habe einfach aktiv nach einem Ehrenamt gesucht“, erzählt Thost.

## **Ehrenamtliche bei „Start with a Friend“ in Mannheim vermitteln Tandems**

Heute kümmern sich die drei darum, dass in Mannheim neue Freundschaften entstehen. „Es gibt verschiedene Aufgabenbereiche bei uns“, erklärt Heinrichs. Sie selbst ist im Vermittlungsteam tätig. Vermittelt werden sogenannte Tandems: „Locals“, die bereits in Mannheim leben, und „Newcomer“, die neu in die Stadt gezogen sind. Dabei ist es grundsätzlich egal, ob die „Newcomer“ aus dem Ausland stammen oder innerhalb Deutschlands nach Mannheim ziehen. Der Verein möchte jedoch vor allem Geflüchteten und Menschen aus dem Ausland das Ankommen in Mannheim erleichtern.

Einmal im Monat finden Infoabende statt, bei denen sich Interessierte kennenlernen. „Freundschaft kann nur entstehen, wenn man etwas gemeinsam unternimmt“ – so das Motto. Die Ehrenamtlichen begleiten die Tandems für etwa sechs Monate, danach laufen die Freundschaften in vielen Fällen von selbst weiter. Das erzählen die drei im Gespräch.

## **Verein „Start with a Friend“ in Berlin gegründet – und nach Mannheim expandiert**

„Start with a Friend ist gelebter Zusammenhalt in seiner reinsten Form“, sagt Thost. Nieto Manzano ergänzt: „Es geht darum, dass Menschen auf Augenhöhe miteinander sprechen.“ Heinrichs ist seit Februar 2021 dabei, Thost seit verganginem Jahr. Nieto Manzano ist die Einzige, die hauptamtlich arbeitet und den Standort koordiniert.

Der Verein wurde Ende 2014 in Berlin gegründet. Damals gab es viele Angebote für Geflüchtete in den Bereichen Sprache oder Anträge, aber kaum Begegnungen auf Augenhöhe. Um diese zu schaffen, gründeten drei Engagierte „Start with a Friend“. Seit April 2017 ist SwaF auch in Mannheim aktiv. Hier besteht das Team aus acht Ehrenamtlichen – getragen von Nieto Manzano als fester Kraft.

## **„Start with a friend“ in Mannheim bringt Gemeinschaft bei Events zusammen**

Neben den Tandems gibt es regelmäßig offene Community-Events. Sie sollen möglichst niedrigschwellig und günstig sein. Picknicks am Rhein, Wanderungen, Besuche in der Kunsthalle oder gemeinsame Abende in der Alten Feuerwache gehören ebenso dazu wie ein großes Sommerfest. Daran erinnert sich Heinrichs besonders

gerne: „Je später der Abend, desto geselliger wurde es. Jemand hatte eine Gitarre dabei, und wir haben zusammen gesungen.“

Thost denkt besonders gerne an ein Konzert zurück, das die Gruppe gemeinsam besuchte: „Danach sind wir noch ans ALTER gegangen, immer mehr Freunde kamen dazu.“ Nieto Manzano wiederum schwärmt von einem Infoabend in den Räumen eines Hostels in Mannheim.

## **Schwierige Raumsuche für Verein „Start with a Friend“ in Mannheim**

So lebendig die Treffen auch sind – im Hintergrund kämpft das Team mit ganz praktischen Problemen. „Aktuell sieht es mit den Räumlichkeiten in Mannheim eher schwierig aus“, berichtet Nieto Manzano. „Wir suchen dringend nach bezahlbaren Räumen, die auch zeitlich flexibel nutzbar sind.“ Im Sommer lasse sich vieles nach draußen verlagern, ergänzt Heinrichs, „doch im Winter wird es kniffliger.“

Auch der Bedarf an engagierten Mannheimerinnen und Mannheimern ist groß. „Wir brauchen dringend Locals“, betont Nieto Manzano. Über 30 Newcomerinnen und Newcomer warten derzeit noch auf ein Tandem. Ihr Appell: „Fühlst du dich in Mannheim heimisch? Dann mach mit!“

Für Heinrichs, Thost und Nieto Manzano ist ihr Engagement längst mehr als nur ein Ehrenamt. Thost freut sich, andere mit Veranstaltungen motivieren zu können – und dabei über sich selbst hinauszuwachsen. Nieto Manzano liebt es, den Teamgeist zu stärken. Und Heinrichs lacht, wenn sie über ihre wichtigste Lernerfahrung spricht: „Auf jeden Fall langsam und einfach reden.“

### **„Start with a Friend“: So kannst du dich einbringen**



**Kontakt** : Der Verein kündigt neue Events auf Instagram ([@mannheim\\_swaf](#)) und [seiner Webseite](#) an

**Termine** : Die nächsten Events sind ein gemeinsames Türkisches Frühstück am 13. September im Café Yesilcam und ein Stammtisch am 25. September (Anmeldung jeweils online über die Webseite)