

Die **Koordinatorin Angelika Schübel** steht Ihnen für Rückfragen gerne telefonisch unter 0911-239 56 845, 0176/73158830 oder per E-Mail unter angelika.schuebel@seniorennetzwerk-langwasser.de zur Verfügung

Hotline für Hilfesuchende in den Zeiten der Corona-Krise:
Stadt Nürnberg
0911/231-2344

Montag bis Samstag von 10 – 18 Uhr

(Einkaufen, Besorgungen in der Apotheke, Botengänge, Hund ausführen, Gesprächspartner am Telefon)

Bei allgemeinen Fragen zu Corona:

Bürgertelefon der Stadt Nürnberg: Tel.: 0911/643 758 88;
Mo. – So. 8.30 - 16 Uhr

Bei Fragen rund um das Thema Pflege:

Pflegestützpunkt Nürnberg: Tel.: 0911/231 53 989 53
Mo, Di, Do 8.30 – 15-30 Uhr
Mittwoch 8.30 – 18.00 Uhr
Freitag 8.30 – 12.30 Uhr

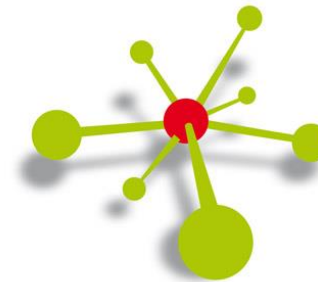
Modellverantwortung Seniorennetzwerk Langwasser:

Diakoniestation
Langwasser
Evangelischer Dienst Nürnberg-Langwasser e.V.



SENIORENNETZWERK

LANGWASSER



Liebe Seniorinnen und Senioren,

in Zeiten, in denen wir wegen der Corona-Pandemie mit zunehmenden Einschränkungen des Alltags leben müssen, wollen wir Ihnen mit dieser kleinen Broschüre Tipps und wichtige Informationen zukommen lassen.

Die alltäglichen Aufgaben sind zur Zeit mit einem erhöhten Ansteckungsrisiko, vor allem für gefährdete Gruppen wie Seniorinnen und Senioren, aber auch jüngeren chronisch Kranken verbunden.

Wir wollen Sie unterstützen und Ihnen neben wichtigen Kontaktadressen auch Infos über Kulturangebote, Literaturtipps und Ideen gegen den entstehenden Überdross an die Hand geben, die Sie nutzen können, ohne das Haus zu verlassen.

Literaturtipps:

- Jane Gardam: Ein untadeliger Mann, Eine treue Frau, Letzte Freunde. Romantrilogie.
- Isabel Bogdan: Der Pfau
- Michael Köhlmeier: Das Mädchen mit dem Fingerhut
- Elena Ferrante: Meine geniale Freundin
- J. L. Carr: Ein Monat auf dem Land
- Nicola Förg: Flüsternde Wälder. Krimi

Bücher können Sie telefonisch oder online bestellen. Z. B. bei der Buchhandlung Rüssel in Altenfurt. Tel.: 0911/808662 oder unter www.buchhandlung-ruessel.de/kontakt/

Wir bitten Sie, Einkaufhilfen zu nutzen:

Bitte lassen Sie sich beliefern oder nehmen Sie Unterstützung von Menschen außerhalb der Risikogruppe an.



Die Kontaktaufnahme zu Hilfesystemen kann über die Koordinatorin des Seniorennetzwerkes erfolgen oder Sie wenden sich direkt an die Hotline der Stadt Nürnberg. Die Kontaktdaten finden Sie auf der Rückseite dieser Broschüre.

Kulturangebote online:

Bayerische Staatsoper: Alternativer Online-Spielplan bis 19. April → Einzelne Vorstellungen als Live-Stream oder als Video-on-Demand unter www.staatsoper.de/stream.html

Wiener Staatsoper: Zeigt täglich Aufzeichnungen früherer Opern- und Ballettaufführungen unter www.staatsoperlive.com/

Münchner Kammerspiele: Mitschnitt einer Inszenierung aus dem Spielplan unter www.muenchner-kammerspiele.de/

Städel Museum Frankfurt: Viele digitale Angebote unter www.staedelmuseum.de/de/digitale-angebote

Staatliche Museen zu Berlin: Museumsinsel Berlin online erkunden unter www.smb.museum/home.html

Leipziger Buchmesse

virtuell: <https://www.mdr.de/kultur/buchmesse/livestream-virtuelle-buchmesse-100.html>

Ideen gegen den Überdruß:

Sudoku: sudoku.com/de, sudoku.tagesspiegel.de/ → vielleicht können Sie sich Rätsel von Angehörigen, Nachbarn, etc. ausdrucken lassen.

Kreuzworträtsel: z. B. kostenlos unter www.50plus.de/leben/raetsel/kreuzwortraetsel-taeglich.html und www.sueddeutsche.de/tools/spiele/kreuzwortraetsel → Vielleicht können Sie sich auch hier Rätsel von Angehörigen, Nachbarn, etc. ausdrucken lassen.

Gedächtnistraining: kostenlos z. B. <https://mal-alt-werden.de/120-kostenlose-uebungen-fuer-das-gedaechtnistraining-mit-senioren/>

Halten Sie telefonischen Kontakt zu Verwandten, Freunden und Nachbarn