

Diakonie 

Fürth

Quartiersmanagement
Oberasbach



Älter werden
Wohnen bleiben
in Oberasbach

**Informationen statt
Veranstaltungstipps
April 2020**

Die Projektstelle wird
gefördert von der

Oberasbach 
Verbindet


deutsche
Fernsehloterie®
macht mehr als glücklich

www.diakonie-fuerth.de

Wichtige Telefonnummern:

Alle Beratungs- und Fachstellen bieten ihre Dienste und Informationen telefonisch oder online an. Deswegen eine kleine Auswahl:

Alle Angebote sind kostenlos, anonym, vertraulich.

Krisendienst Mittelfranken:

Der Krisendienst bietet Hilfe für Menschen in seelischen Notlagen bei ...

... massiven Gefühlen von Angst, Unruhe oder Panik

... zugespitzten und ausweglos erscheinenden Auseinandersetzungen in der Familie

... bedrückender Isolation und Einsamkeit

... Trennung, Trauer und Verlust

... Selbsttötungsgedanken und Suizidgefahr

... psychischen Erkrankungen

und für Angehörige, Freunde oder Bekannte, die sich deshalb Sorgen machen.



0911 / 42 48 55 – 0



<https://krisendienst-mittelfranken.de/>

Silbernetz – Gemeinsam gegen Einsamkeit im Alter

Keine Frage zu groß, kein Problem zu klein. Kein Grund alleine zu sein.

Speziell für Menschen ab 60 Jahren. Ursprünglich für Berlin entwickelt, in der aktuellen Situation aber bundesweit freigeschaltet. Einfach mal reden.....



0800 47 08 090



www.silbernetz.org

Alzheimer Telefon- Bundesweite Hilfe durch professionelle Beratung

Ihr Angehöriger, Bekannter oder Nachbar ist an Demenz erkrankt? Sie sind selbst an Demenz erkrankt oder befürchten eine Demenzerkrankung? Sie sind beruflich mit dem Thema „Demenz“ befasst oder engagieren sich dafür aus anderen Gründen?

Sie können uns auch anrufen, wenn Sie eine wichtige Entscheidung treffen müssen und dazu einen Rat benötigen oder wenn Sie sich einfach einmal aussprechen möchten.



030 - 259 37 95 14



www.deutsche-alzheimer.de

Spezielle Angebote in Oberasbach

Bürgerschaftliches Engagement - Einkauf für Oberasbacher Senioren und Risikogruppen.

Nachbarschaftshilfe > Einkauf /Besorgung, Telefongespräche ganz unkompliziert und schnell.

Sie benötigen Hilfe oder sie möchten helfen.

Das Quartiersmanagement Oberasbach vermittelt ehrenamtliche Einkaufshilfen



Renate Schwarz 0911 80 19 35 69



renate.schwarz@diakonie-fuerth.de

Lieferservice für Bedürftige Oberasbacher

Das Küchenteam Schulz aus Oberasbach **ruft zu Lebensmittelspenden** auf.

Nachdem auch die Tafel in Oberasbach geschlossen hat, werden Lebensmittel an Bedürftige geliefert. Tolle Idee von Marion Schulz.

Haltbare Lebensmittel wie Nudeln, Mehl, Zucker, Konserven, Marmelade....

Hygieneartikel können bis Freitag beim Küchenstudio Schulz in der

Wallensteinstr. 10, in die bereitstehenden Kisten gelegt werden. Obst und

Gemüse werden ebenfalls gerne genommen, diese wegen der Haltbarkeit bitte nur am Freitag ablegen. Die Helfer verteilen die Waren dann am Samstag.



0911/ 9994409



info@kuechenteam-schulz.de

Weitere Informationen auch über das Quartiersmanagement

Internetplattform für Oberasbacher Geschäfte und Selbstständige

Selbstständige und lokale Geschäfte vor Ort unterstützen.

<https://www.oberasbach.de/unsere-stadt/wirtschaft/gewerbeangebote>

Auflistung von Geschäften, Angeboten und Lieferservice von Oberasbacher Gewerbetreibenden.

Impulse und hilfreiche Angebote der Kirchen

Die vier Oberasbacher Kirchengemeinden bieten viele Impulse und religiöse Angebote auch ohne persönlichen Kontakt. Ein Blick auf die jeweilige Internetseite lohnt sich.

Gedächtnisaktivierung zum Schluss:

Finden sie jeweils 10 Beispiele:

- Etwas Rundes Bullauge.....
- Etwas Eckiges Tür.....
- Etwas das Fährt Straßenbahn.....
- Etwas das Fliegt Hummel.....
- Etwas Rotes Preiselbeeren.....
- Etwas Weißes Bettlaken.....
- Etwas Blühendes Rose.....
- Etwas Tierisches Pferd.....
- Etwas Hartes Metall.....
- Etwas Weiches Feder.....
- Etwas Gesundes Obst.....

Die Buchstaben sind durcheinander gekommen:

gilüFrhn	Es riecht gut	littelSa	Ist am Himmel
daFrrha	Bewegungsgerät	mstgaaS	6 von 7
enenrrahsFtme	Hat jedes Haus	Shctelhca	Ist oft Alt
Fhcelas	Wird recycelt	Splatchallte	Dreht sich
tartopaFoap	Fehlt auf keiner Feier	zelitnSch	Kommt ursprünglich aus Wien
Fchutroteedanh	Wird am Morgen genutzt	IttinShcauhc	Wächst im Garten
amatzaFinn	Behörde	ziergangSpa	Ist gesund

Tägliche Bewegungsübungen- Bewegung aktiv

„Aktivitätskombinationen zur alltäglichen Anwendung. Glückssteigernd und fitnessfördernd“

https://www.aelter-werden-in-balance.de/fileadmin/user_upload/bewegungspackung/171116_BZGA_Bewegungskarten_online.pdf

Das Quartiersmanagement Oberasbach d. Diakonie Fürth ist derzeit nur telefonisch oder per mail erreichbar.



0911/ 80 19 35 69



renate.schwarz@diakonie-fuerth.de

Bleiben Sie gesund! Ihre Renate Schwarz