

„Älter werden in Nürnberg“

Beratungs- und Teilhabe-Angebote des Amts für Senioren und Generationenfragen



Familienkonferenz 2021
14.04.2021

Ziele der Seniorenpolitik in Nürnberg

„Eine alternde Stadtgesellschaft gestalten“

„Wir wollen, dass Nürnberg eine Stadt für alle Lebensalter ist. Wir wollen, dass ältere Mitbürgerinnen und Mitbürger möglichst selbstbestimmt leben können und gleiche Chancen erhalten, am sozialen, kulturellen und politischen Leben teilzuhaben.“

Herausforderungen

- ▶ „Doppelte demographische Alterung“:
- ▶ Strukturwandel des Alters
- ▶ Pluralisierung der Lebensstile

Vier Dimensionen der Zielplanung

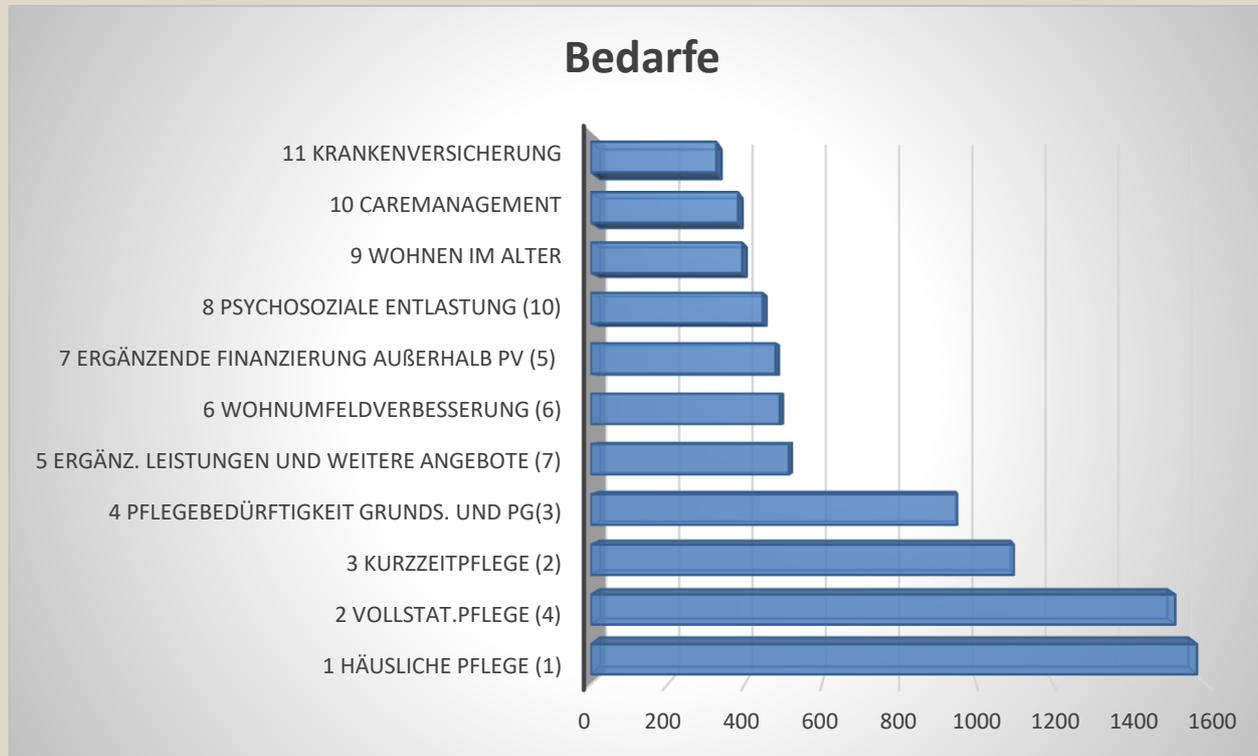
1.	Weichen stellen für eine älter werdende Stadtgesellschaft
2.	Lebensräume entwickeln und stärken
3.	Handlungsmöglichkeiten für ein selbstbestimmtes Leben erweitern
4.	Teilhabe ermöglichen

Beratung und Unterstützung für pflegende Angehörige und Pflegebedürftige im Pflegestützpunkt Nürnberg

- berät zu allen Fragen der Pflege und zu Hilfen im Alter
- „aus einer Hand“ umfassend, neutral, kostenfrei
- ist „Lotsendienst“
- klärt gesetzliche Ansprüche
- koordiniert bei Bedarf die einzelnen Hilfen



Themen der Beratungsgespräche



Themenbereiche der Beratungsgespräche (in Klammern: Rangfolge 2019)

KOWAB (Kompetenznetzwerk Wohnungsanpassungsberatung)

- Vernetzte, kostenlose Beratung und fachliche Unterstützung
- Wohnberatung zu Barriere-Reduzierung und Hilfsmitteln
- Wohnberatung bei Demenz
- Finanzierung, Fördermöglichkeiten, Hilfe bei Antragstellung
- Listen der Handwerksbetriebe mit Zusatzqualifikation „barrierefreier Umbau“
- Hausbesuche



Gut vorbereitet für den Notfall - mit der Notfallmappe des Pflegestützpunkts

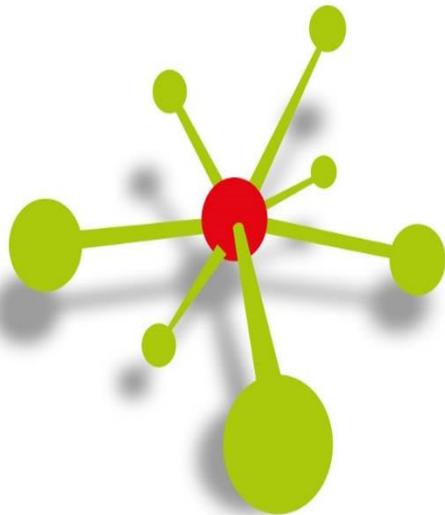
Inhalt:

- persönliche Daten
- medizinische Daten
- Vorsorgevollmacht
- Patientenverfügung
- Thema Demenz
- Checklisten



SENIORENNETZWERKE

NÜRNBERG



- selbstbestimmt im **vertrauten Viertel** leben
- gut **informiert** sein über Angebote im Viertel
- **neutrale Beratung** erhalten
- **soziale Kontakte in Treffpunkten** pflegen
- etwas für die **Gesundheit** tun
- **Bildung, Kultur, Teilhabe** erleben
- mitwirken und **sich engagieren**

”

Seniorennetzwerke mit Angeboten zur wohnungsnahen Gesundheitsförderung



Qi Gong Übungen verbinden Körper, Atem und Vorstellungskraft auf harmonische Weise.

Qi Gong dient der Lebenspflege.

Eine Zunahme an Ausgeglichenheit, Achtsamkeit, innere Ruhe und Lebensfreude sind möglich. Positive Auswirkungen sind: verbesserte Körperwahrnehmung, Stabilisierung des Gleichgewichts, Selbstvertrauen, mehr Freude am Leben und das Gemeinschaftsleben. Koordinations- und Konzentrationsübungen runden das ganze noch schön ab.

Die Übungen werden wahlweise im Stehen oder im Sitzen ausgeübt. Teilnahme ist kostenfrei, Anmeldung: Tel. (0911) 92 98 360, Frau Reis (Kordinatorin des Seniorennetzwerks)

Termine Herbst 2018:

Mittwochs (14-tägig):

12.9./ 26.9./ 10.10./ 24.10./ 7.11./ 21.11./ 5.12.

14:30-15:30 Uhr beim Mehrgenerationenhaus Schweinau (Kinderinsel), Schweinauer Hauptstraße 29a, 90441 Nürnberg

Gefördert durch:



Club Nürnberg-Neumarkt

Gefördert durch:



Kursleitung: Anja Rupp
Energie Stärke
Zentrum für Entspannung
Tel: 0151 24 28 57 84
www.energie-stärke.de

Seniorennetzwerke zur Stärkung von Miteinander und Nachbarschaft

Termin: Dienstag, 06. November 2018
14.30 bis 17 Uhr

PARKS im Stadtpark, Berliner Platz 9, 90409 Nürnberg

Themencafé
 Café – Information – Begegnung

in der Nordstadt




Thema am Dienstag, 06. November 2018, 14.30 bis 17 Uhr:
 › Vom linearen zum vernetzten Denken – Strategien für ein zielgerichtetes, lebenslanges Lernen

90-Minuten Vortrag (dazwischen Kaffeepause), in Kooperation mit der Alten-Akademie Nürnberg e.V.
 Referent: Friedrich Scholz (Scholz Mental-Training)

Moderation: Sonja Kroll, Seniorennetzwerk Nordstadt
 Ulrike Kretschmer, Seniorennetzwerk Nordstadt
 Seniorennetzwerk Nordstadt
 Heinrich-Schick-Haus
 Schützenburgerstraße 10
 90409 Nürnberg
 Ansprechpartnerin: Monika Illner
 Telefon 09 11 / 30 00 5 139
 Mo, Mi bis 17 Uhr, Do, Fr bis 11 Uhr
 E-Mail: monika.illner@diskontinuierliche.net

Mach Dich stark!

SENIORENNETZWERKE NÜRNBERG



			für ältere Menschen	
	für mehr Miteinander			
		für Deine Nachbarschaft		
gegen Einsamkeit				Mach mit!

Gemeinsam mehr erreichen.

Nur wenn viele Hände mitwirken, kann ein tragfähiges Netz für ältere Menschen entstehen, das ihnen ein möglichst selbständiges und selbstbestimmtes Leben im vertrauten Umfeld sichert. Hierfür suchen wir freiwillig engagierte Menschen.

Wir freuen uns auf Sie in den **SENIORENNETZWERKEN NÜRNBERG**
 Tel.: 09 11 / 231-66 64 oder -67 44
www.senioren.nuernberg.de



Seniorennetzwerke Nürnberg sind ein Projekt der Stadt Nürnberg, gefördert durch das Ministerium für Soziales, Familie und Jugend des Freistaats Bayern. Die Finanzierung erfolgt durch die Stadt Nürnberg, das Ministerium für Soziales, Familie und Jugend des Freistaats Bayern und die Freiwilligenverbände.

Seniorenamt NÜRNBERG



Angebote für Ehrenamtliche

2020

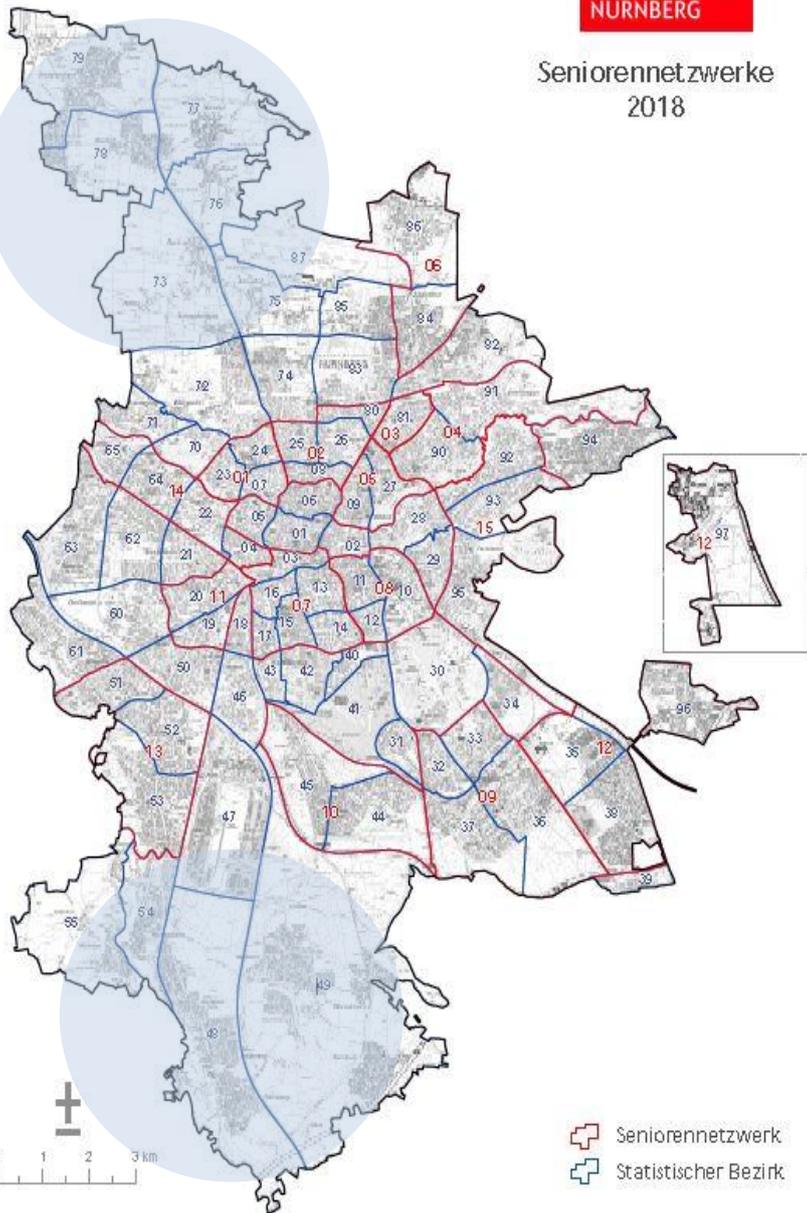
im häuslichen Besuchsdienst des Seniorenamts und in den Seniorennetzwerken

miteinander engagiert für alte Menschen

Willkommen im Treff Bleiweiß und Heilig-Geist:

- Gesundheitsförderung und Prävention
- Veranstaltungsreihen
- Sprachkurse
- Kreative Betätigung
- Konzerte, Tanz, Unterhaltung
- Kunst und Literatur
- Ausflüge, Wanderungen, Besichtigungen
- Vorträge und Workshops,
- Mittagstisch und Cafeteria
- Seniorenclubs und –initiativen
- Selbsthilfegruppen



Seniorennetzwerke
2018

Seniorennetzwerke

- 01 - St. Johannis
- 02 - Nordstadt
- 03 - Nordostbahnhof
- 04 - St. Jobst / Erlenstegen
- 05 - Wöhrd
- 06 – Ziegelstein / Buchenbühl
- 07 - Südstadt West
- 08 - Südstadt Ost
- 09 - Langwasser
- 10 – Gartenstadt / Siedlungen Süd
- 11 - St. Leonhard / Schweinau
- 12 - Altenfurt/Brunn/Fischbach/Moorenbrunn
- 13 - Eibach/Röthenbach
- 14 – Eberhardshof / Muggenhof / Gostenhof
- 15 – Mögeldorf / Zabo



Foto: Pflegeberaterinnen
vom Pflegestützpunkt Nürnberg
von links Frau Krumwiede, Frau Wirth,
Frau Bonn, Frau Metschl

Pflegestützpunkt Nürnberg

im Heilig-Geist-Haus/ Seniorenrathaus

Hans-Sachs-Platz 2, 90403 Nürnberg

Telefon: 231 87 87 8

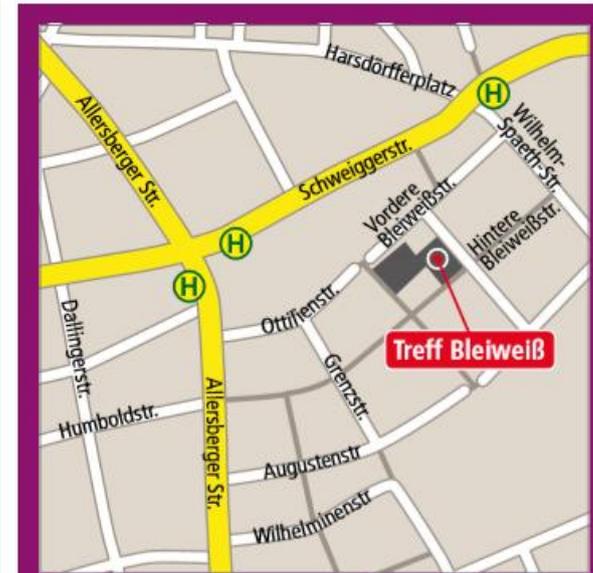
info@pflugestuetzpunkt.nuernberg.de

<https://pflugestuetzpunkt.nuernberg.de>

Öffnungszeiten:

Mo, Di, Do 8:30 - 15:30 Uhr,

Mittwoch 8:30 – 18:00 Uhr, Fr. 8:30 – 12:30 Uhr



Treff Bleiweiß

Hintere Bleiweißstraße 15
90461 Nürnberg

Telefon 09 11 / 2 31 82 24 oder 2 31 82 32

Büro- und Kassenzeiten:
Mo-Do, 9 bis 13 Uhr

Öffentlicher Nahverkehr:
Straßenbahnlinien 7, 8
Haltestelle Schweiggerstraße
Straßenbahnlinie 6
Haltestelle Harsdörfferplatz



seniorentreffs@stadt.nuernberg.de
www.senioren.nuernberg.de

Herangezogen: Stadt Nürnberg, Seniorenrat, Hans-Sachs-Platz 2, 90403 Nürnberg
Copyright © 2014/15/16/17/18/19/20/21/22/23/24/25/26/27/28/29/30/31/32/33/34/35/36/37/38/39/40/41/42/43/44/45/46/47/48/49/50/51/52/53/54/55/56/57/58/59/60/61/62/63/64/65/66/67/68/69/70/71/72/73/74/75/76/77/78/79/80/81/82/83/84/85/86/87/88/89/90/91/92/93/94/95/96/97/98/99/100/101/102/103/104/105/106/107/108/109/110/111/112/113/114/115/116/117/118/119/120/121/122/123/124/125/126/127/128/129/130/131/132/133/134/135/136/137/138/139/140/141/142/143/144/145/146/147/148/149/150/151/152/153/154/155/156/157/158/159/160/161/162/163/164/165/166/167/168/169/170/171/172/173/174/175/176/177/178/179/180/181/182/183/184/185/186/187/188/189/190/191/192/193/194/195/196/197/198/199/200/201/202/203/204/205/206/207/208/209/210/211/212/213/214/215/216/217/218/219/220/221/222/223/224/225/226/227/228/229/230/231/232/233/234/235/236/237/238/239/240/241/242/243/244/245/246/247/248/249/250/251/252/253/254/255/256/257/258/259/260/261/262/263/264/265/266/267/268/269/270/271/272/273/274/275/276/277/278/279/280/281/282/283/284/285/286/287/288/289/290/291/292/293/294/295/296/297/298/299/300/301/302/303/304/305/306/307/308/309/310/311/312/313/314/315/316/317/318/319/320/321/322/323/324/325/326/327/328/329/330/331/332/333/334/335/336/337/338/339/340/341/342/343/344/345/346/347/348/349/350/351/352/353/354/355/356/357/358/359/360/361/362/363/364/365/366/367/368/369/370/371/372/373/374/375/376/377/378/379/380/381/382/383/384/385/386/387/388/389/390/391/392/393/394/395/396/397/398/399/400/401/402/403/404/405/406/407/408/409/410/411/412/413/414/415/416/417/418/419/420/421/422/423/424/425/426/427/428/429/430/431/432/433/434/435/436/437/438/439/440/441/442/443/444/445/446/447/448/449/450/451/452/453/454/455/456/457/458/459/460/461/462/463/464/465/466/467/468/469/470/471/472/473/474/475/476/477/478/479/480/481/482/483/484/485/486/487/488/489/490/491/492/493/494/495/496/497/498/499/500/501/502/503/504/505/506/507/508/509/510/511/512/513/514/515/516/517/518/519/520/521/522/523/524/525/526/527/528/529/530/531/532/533/534/535/536/537/538/539/540/541/542/543/544/545/546/547/548/549/550/551/552/553/554/555/556/557/558/559/560/561/562/563/564/565/566/567/568/569/570/571/572/573/574/575/576/577/578/579/580/581/582/583/584/585/586/587/588/589/590/591/592/593/594/595/596/597/598/599/600/601/602/603/604/605/606/607/608/609/610/611/612/613/614/615/616/617/618/619/620/621/622/623/624/625/626/627/628/629/630/631/632/633/634/635/636/637/638/639/640/641/642/643/644/645/646/647/648/649/650/651/652/653/654/655/656/657/658/659/660/661/662/663/664/665/666/667/668/669/670/671/672/673/674/675/676/677/678/679/680/681/682/683/684/685/686/687/688/689/690/691/692/693/694/695/696/697/698/699/700/701/702/703/704/705/706/707/708/709/710/711/712/713/714/715/716/717/718/719/720/721/722/723/724/725/726/727/728/729/730/731/732/733/734/735/736/737/738/739/740/741/742/743/744/745/746/747/748/749/750/751/752/753/754/755/756/757/758/759/760/761/762/763/764/765/766/767/768/769/770/771/772/773/774/775/776/777/778/779/780/781/782/783/784/785/786/787/788/789/790/791/792/793/794/795/796/797/798/799/800/801/802/803/804/805/806/807/808/809/810/811/812/813/814/815/816/817/818/819/820/821/822/823/824/825/826/827/828/829/830/831/832/833/834/835/836/837/838/839/840/841/842/843/844/845/846/847/848/849/850/851/852/853/854/855/856/857/858/859/860/861/862/863/864/865/866/867/868/869/870/871/872/873/874/875/876/877/878/879/880/881/882/883/884/885/886/887/888/889/890/891/892/893/894/895/896/897/898/899/900/901/902/903/904/905/906/907/908/909/910/911/912/913/914/915/916/917/918/919/920/921/922/923/924/925/926/927/928/929/930/931/932/933/934/935/936/937/938/939/940/941/942/943/944/945/946/947/948/949/950/951/952/953/954/955/956/957/958/959/960/961/962/963/964/965/966/967/968/969/970/971/972/973/974/975/976/977/978/979/980/981/982/983/984/985/986/987/988/989/990/991/992/993/994/995/996/997/998/999/1000

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit.



Seniorenamt
Hans-Sachs-Platz 2
90403 Nürnberg

Anja-Maria Käßer
+49 (0)9 11 / 2 31-6700
anja-maria.kaesser@stadt.nuernberg.de
<http://www.senioren.nuernberg.de>