



Stadtteilgeflüster

Neuigkeiten aus dem Stadtteil

Liebe Creidlitzer Bürgerinnen und Bürger,

eine gute Nachbarschaft lebt vom Miteinander!

Wo Menschen füreinander da sind, entstehen Begegnungen, Vertrauen und Gemeinschaft. Das kann ganz einfach sein: gemeinsam spazieren gehen, beim Einkauf helfen, jemanden zu einem Termin begleiten oder einfach Zeit schenken und ein offenes Ohr haben.

Gerade in unserem Quartier bietet ehrenamtliches Engagement viele Möglichkeiten, Menschen miteinander zu verbinden, Gemeinschaft zu stärken und vorhandene Fähigkeiten und Talente sichtbar zu machen.

Im Quartiersstützpunkt engagieren sich derzeit sechs ehrenamtliche Helferinnen und Helfer als Kursleiterinnen und Kursleiter. Sie planen und gestalten ihre Angebote eigenständig, investieren dafür etwa zwei Stunden pro Woche und leisten damit eine wertvolle Unterstützung für die Einrichtungsleitung. Vor allem aber schenken sie anderen Menschen Zeit, Freude und Gemeinschaft.

Bei der Schafkopfrunde wird gemeinsam gespielt, gelacht und neue Bekanntschaften werden geknüpft. Im Smartphonekurs und bei der Sprechstunde „DIGITAL FIT“ helfen Ehrenamtliche dabei, sicherer in der digitalen Welt unterwegs zu sein.

Kreativ wird es im Strick- und Malkurs: Hier werden neue Techniken ausprobiert, Erfahrungen ausgetauscht und ganz nebenbei nette Gespräche geführt. Beim „Sanften Ganzkörpertraining“ steht Bewegung in angenehmer Atmosphäre im Mittelpunkt – mit viel Spaß und guter Laune.

Auch im Arbeitskreis „Starke Nachbarn“ engagieren sich Creidlitzerinnen und Creidlitzer und entwickeln gemeinsam Ideen für unseren Stadtteil.

Ehrenamt bedeutet: Zeit schenken, Gemeinschaft schaffen und etwas bewegen.

Wir sagen deshalb allen, die sich für unser Quartier einsetzen, von Herzen Danke!

Ihre Olga Biryukov, Quartiersmanagerin

Regelmäßige Termine

Schafkopf (alle zwei Wochen, montags, 18.30 - 20.30 Uhr)

Unsere Schafkopfrunde trifft sich in der Regel alle zwei Wochen zum Spielen in den Räumlichkeiten des Nachbarschaftstreffs. Peter Roschlau ist der Ansprechpartner: 0151-59936360.

Malkurs: Aquarell (dienstags, 10.00 - 12.00 Uhr)

In entspannter Atmosphäre tauchen wir gemeinsam in Farben, Wasser und Kreativität ein.



Foto: Olga Biryukov

Spieltreff (ab Oktober, dienstags, 15.30 - 17.00 Uhr)

Auf dem Programm stehen verschiedene Brett- und Gesellschaftsspiele. Auch eigene Spiele dürfen gerne mitgebracht werden. Neben Spiel und Spaß bleibt genügend Zeit für nette Gespräche und ein gemütliches Miteinander.

Smartphone-Kurs (dienstags, außer in den Ferien, 18.00 - 19.00 Uhr)

Wenn Sie Fragen zum Smartphone haben, dann scheuen Sie sich nicht auf uns zuzukommen. Wir helfen Ihnen gerne weiter und beantworten Ihre Fragen.

Sprechstunde (mittwochs, 9.00 - 11.00 Uhr)

Hier sind Sie richtig, wenn Sie Fragen zu Pflege, Finanzen oder persönlichen Belangen haben. Ich helfe Ihnen gerne weiter oder vermittele Sie an die richtige Stelle. Bitte Termin vereinbaren: 09561-5969940. Termine auch außerhalb der Sprechzeit möglich, ebenso wie Hausbesuche.

Strickkurs (mittwochs, 10.00 - 12.00 Uhr)

Unter kompetenter Anleitung tauschen Sie Tipps aus, lernen neue Techniken und lassen gemeinsam die Nadeln klappern. Bringen Sie Ihre Stricksachen mit und lassen Sie sich inspirieren – der Spaß am Stricken und die Gemeinschaft stehen im Mittelpunkt.



Foto: Olga Biryukov

Sanftes Ganzkörpertraining (mittwochs, 16.30 - 17.30 Uhr und 17.30 -18.30 Uhr)

In kleinen, persönlichen Gruppen trainieren Sie schonende Kräftigung für den ganzen Körper, sanfte Mobilisation und Dehnungen sowie Übungen für Gleichgewicht und Koordination.

Keine Vorkenntnisse nötig – jede/r macht mit im angenehmen Tempo. Spaß, Wohlbefinden und Austausch stehen im Vordergrund!

Gedächtnistraining (donnerstags, 10.00 - 11.00 Uhr)

Bringen Sie Ihre grauen Zellen in Schwung! Unser Gedächtnistraining ist keine Wissensabfrage, sondern spielerische Übungen in lustiger Runde!

Stadtteilfrühstück (freitags, 9.00 – 11.00 Uhr)

Eine herzliche Einladung zum Austausch und Schlemmen in lockerer Runde. Hier steht nicht nur das Essen im Mittelpunkt: der gemeinsame Austausch, das Lachen und die Geselligkeit machen das Frühstück so beliebt.

Bitte melden Sie sich verbindlich an.

Information und Anmeldung zu den Veranstaltungen unter

09561-5969940 oder quartier-creidlitz@caritas-coburg.de

Gemeinsam für ein starkes Creidlitz

Arbeitsgruppe Creidlitz "Starke Nachbarschaft"

Auch in der Arbeitsgruppe „Starke Nachbarschaft“ möchten wir künftig das Thema „Ehrenamt“ besonders in den Blick nehmen.

- Wo und wie kann man sich einbringen?
- Welche Möglichkeiten gibt es bereits?
- Und wie können wir Menschen, die sich engagieren möchten, besser unterstützen und miteinander vernetzen?

Um darüber ins Gespräch zu kommen und neue Ideen zu sammeln, haben wir zwei Fachexpertinnen der Stadt Coburg eingeladen, die sich mit dem Thema Ehrenamt beschäftigen.

Alle, die Lust haben, sich einzubringen, eigene Ideen mitzubringen oder einfach neugierig sind, was es an Möglichkeiten gibt, sind herzlich zu unserem nächsten offenen Treffen eingeladen.

Wir freuen uns auf einen guten Austausch und viele neue Ideen für ein lebendiges und starkes Creidlitz!.

Der nächste Termin ist am 08.10.26, von 18.00 Uhr bis 19.30 Uhr. Bitte um Anmeldung!

Möchten Sie sich engagieren?

Wir möchten Bürgerinnen und Bürger in Creidlitz zusammenbringen, die über Zeit, bestimmte Fähigkeiten oder Kenntnisse verfügen, und diejenigen, die gerade eine kleine Hilfe gebrauchen können.

Es können Hilfen sein, die den Alltag leichter machen.

Zum Beispiel:

- Unterstützung beim Einkaufen
- Fahrdienst
- Hilfe beim Aufbauen eines Möbelstücks
- Wissen, wie ein Hochbeet gebaut wird
- Unterstützung beim Umgang mit Handy oder Computer
- Kuchen backen
- Aufpassen auf Haustiere
- Hecke schneiden

Dabei geht es nicht darum, professionelle Dienstleistungen zu ersetzen. Vielmehr möchten wir gegenseitige Unterstützung und ein gutes Miteinander in Creidlitz fördern.

Gerne können Sie ihre Bedarfe an Unterstützung und ihre Hilfeangebote der Quartiersmanagerin mitteilen.

Sprechstunde DIGITAL FIT

Zusätzlich zum Smartphone-Kurs bietet der Quartiersstützpunkt die Sprechstunde DIGITAL FIT an. Seniorinnen und Senioren können ihre eigenen Geräte – Smartphone oder Tablet – mitbringen und dazu ganz persönliche Fragen stellen. Ob es um die Bedienung, Einstellungen, Apps oder andere digitale Themen geht: Bei DIGITAL FIT erhalten Sie verständliche Informationen und praktische Unterstützung.

Die Termine werden individuell nach Absprache mit unseren ehrenamtlichen Helfer vereinbart.

Kommen Sie mit Ihren Fragen – wir helfen Ihnen gerne weiter! Bitte um Anmeldung!

Rückblick

Rollator-Training im Quartiersstützpunkt Creidlitz

Wer einen Rollator nutzt, möchte auch im Alltag sicher und selbstständig unterwegs sein. Damit der Umgang mit der Mobilitätshilfe von Anfang an gelingt, veranstaltete der Caritas-Quartiersstützpunkt in Zusammenarbeit mit der Wohnberatungsstelle der Stadt Coburg sowie dem REHA-Team-Nordbayern- Gesundheitstechnik GmbH ein Rollatortraining.

An zwei Terminen im Juli lernten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer unter fachkundiger Anleitung, ihren Rollator sicher zu bedienen und alltägliche Situationen souverän zu meistern. Auf einer Untergrundsimulation wurden verschiedene Fahrsituationen geübt, um mehr Sicherheit und Vertrauen im Umgang mit dem Rollator zu gewinnen – sowohl im öffentlichen Raum als auch zu Hause.

Das Reha-Team Coburg überprüfte auf Wunsch die Rollatoren auf Verkehrs- und Sicherheitsfunktion. Darüber hinaus hatten die Teilnehmenden die Möglichkeit, einen E-Scooter kennenzulernen und Probe zu fahren.



Foto: Olga Biryukov

Besichtigung der Musterwohnung

Wie lässt sich eine Wohnung barrierefrei und rollstuhlgerecht gestalten? Wie kann der Alltag für Menschen mit eingeschränkter Mobilität erleichtert werden? Und worauf sollte im Bad geachtet werden, wenn die Beweglichkeit nachlässt?

Antworten auf diese und viele weitere Fragen gab es in der Musterwohnung der Stadt Coburg. Die zertifizierte Wohnberaterin der Stadt Coburg, Marion Habelitz, informierte und beriet gezielt darüber, wie die eigene Wohnung angepasst und sinnvoll ausgestattet werden kann, damit ein möglichst selbstständiges Wohnen so lange wie möglich erhalten bleibt. Verschiedene Hilfsmittel konnten vor Ort ausprobiert und deren Einsatzmöglichkeiten anschaulich demonstriert werden. So erhielten die Besucherinnen und Besucher praktische Anregungen und konkrete Ideen, wie sich die eigene Wohnsituation sicherer gestalten lässt.



Foto: Olga Biryukov

Caritas Nachbarschaftstreff Creidlitz

Quartiersarbeit im Stadtteil
Olga Biryukov, Dipl. Sozialpädagogin (FH)
Unterm Buchberg 3
09561-5969940

o.biryukov@caritas-coburg.de

quartier-creidlitz@caritas-coburg.de

www.caritas-coburg.de