



Bin ich betroffen? Was soll ich tun?

Die folgenden Schritte können für Sie eine Orientierung sein, ob sie an der Krankheit COVID-19 erkrankt sind. Fragen Sie im Zweifel immer in Ihrer Hausarztpraxis nach! Je früher die Krankheit erkannt wird desto besser.

1 Haben Sie eines oder mehrere der folgenden Symptome?

- ▶ Verlust des Geruchs-/ Geschmackssinns
- ▶ Husten
- ▶ Kurzatmigkeit
- ▶ erhöhte Temperatur oder Fieber
- ▶ Halsschmerzen
- ▶ Schnupfen

2 Beachten Sie die Grundregeln besonders gründlich:

- ▶ Zu Hause bleiben und Kontakte reduzieren
- ▶ Abstand halten
- ▶ Hände waschen
- ▶ Husten-/Niesregeln beachten



3 Lassen Sie sich telefonisch beraten:

- ▶ In Ihrer **Hausarztpraxis**
- ▶ Unter der Hotline **116 117**



Weisen Sie darauf hin, wenn Sie zur Risikogruppe gehören!

Falls Sie nicht durchkommen, versuchen Sie es weiter!

Bei akuter Atemnot rufen Sie den Notarzt: Tel. 112

3 Folgen Sie den ärztlichen Anweisungen:

Die Schwere Ihrer Erkrankung wird eingeschätzt und die Behandlung wird veranlasst. Gegebenenfalls erfolgt ein Test auf das Virus. Besprechen Sie alles Weitere mit Ihrem Arzt bzw. Ihrer Ärztin.



Wer gehört zu den Risikogruppen?

- ▶ Ältere Personen (inkl. ambulant Pflegebedürftige)
- ▶ Personen mit Vorerkrankungen (z. B. Herz-Kreislauf-, Lungen-, Krebserkrankung, Diabetes)
- ▶ Personen mit geschwächtem Immunsystem

Impressum

V.i.S.d.P.: Benjamin Walczak, Groschendreher - Kieler Bündnis gegen Altersarmut e.V., Andreas Gayk-Str. 31, 24103 Kiel

www.groschendreher.de

Unterstützungsangebote in der Corona-Krise

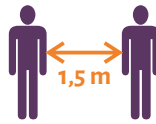
Liebe Kielerinnen und Kieler,

seit einigen Wochen leben wir nun schon in der Corona-Krise. Auch in Kiel sind mehrere Menschen an der Krankheit COVID-19 erkrankt, die durch den Corona-Virus übertragen wird.

Es ist gelungen, die Ausbreitung gering zu halten. Weiterhin sind die Gefahren für ältere Menschen und solche mit Vorerkrankungen nicht zu unterschätzen.

Wir wollen Sie über die wichtigsten Dinge und freundliche Angebote informieren.

Wichtige Regeln



Halten Sie eineinhalb Meter Abstand von anderen Personen.



Waschen Sie sich die Hände gründlich. Mindestens 20 Sekunden.



Bleiben Sie möglichst zu Hause. Gehen Sie nur für das Nötigste raus.



Husten und Niesen Sie in die Ellenbeuge.



Tragen Sie eine Maske, die Mund und Nase bedeckt.



Nutzen Sie die Angebote für Unterstützung.



Nutzen Sie bitte wie gewohnt die ärztlichen Notdienste!

Die Coronavirus-Epidemie ist kein Grund, um auf eine Untersuchung zu verzichten. Die Arztpraxen und Kliniken sind auf die neuen Herausforderungen gut eingestellt und können wie gewohnt medizinische Hilfe für alle Krankheiten leisten. Wer mit dem Coronavirus angesteckt wurde, wird getrennt von anderen Patientinnen und Patienten behandelt.

Ein Informationsangebot des

GROSCHEN DREHER

Kieler Bündnis gegen Altersarmut e.V.

In Kooperation mit

Kiel. Sailing. City.

Einkaufshilfen

Viele Ehrenamtliche in Kiel bieten an, dass sie Einkäufe oder kleine Besorgungen übernehmen können. In den Stadtteilen werden die Kontakte über die Anlaufstellen Nachbarschaft (anna) vermittelt. Probieren Sie es mal aus!



**anna Schilksee/
Friedrichsort**
0151 271 893 55

SV Friedrichsort
0431 399 200 19

anna Holtenau
0151 414 280 93

**anna Steenbek-
Projensdorf**
0431 560 104 60 11
0151 261 601 43

anna Suchsdorf
0431 668 767 46

anna Wik
0431 380 54 22
0160 951 266 21

anna Dietrichsdorf
0151 414 299 30

**anna Ravensberg/
Brunswik/Düsternbrook**
0431 260 986 64
anna Beselerallee
0431 56 12 97

**anna Ellerbek/
Wellingdorf**
0431 668 766 15

anna Gaarden
0431 775 70 25

anna Mettenhof
0431 775 70 25

anna Fockstraße
0431 775 70 35

**anna Kronsburg/
Wellsee/Rönne**
0151 548 429 65

**Ahmadiyya Muslim
Jugendorganisation**
Die Jugendorganisation der
Ahmadiyya Muslim Gemeinde
bietet in ganz Kiel Unterstüt-
zung an: 0176/55268113

**anna Russee/
Hammer/
Demühlen**
0431 90 88 300 6

anna Hassee
0431 61 18 1

**anna
Elmschenhagen Nord**
0431 56 12 97
Elmschenhagen Süd
0431 78 42 86

Wenn man den Groschen zweimal umdrehen muss ...

Tafel Kiel

Die Kieler Tafel e.V. sammelt auch weiterhin Lebensmittel und gibt sie an bedürftige Mitmenschen.

Die Ausgabestellen sind zwar geschlossen, aber für ältere (65+), Menschen mit Behinderung oder Alleinerziehende mit geringem Einkommen wird ein Lieferservice angeboten. Melden Sie sich unter **0431 770 88**.



Howe-Fiedler-Stiftung

Die Kieler Stiftung hilft auch in der Krise und liefert Care-Pakete aus.

Sie übernimmt die Zahlung von Einkäufen für Kieler Seniorinnen und Senioren, die über 65 Jahre sind und von Grundsicherung oder einer geringen Altersrente leben. Melden Sie sich bei der Kieler Senioren-Lotsin unter **0431 530 238 63**.



Howe-Fiedler-Stiftung
Die Stiftung für Kultur, Wissenschaft und Bildung

essen-retten!

Der Verein essen-retten e.V. rettet überschüssige genießbare Lebensmittel überall, wo sie sonst weggeworfen werden. Sie werden an mehreren Ausgabestellen von Vereinsmitgliedern verteilt - meist noch am gleichen Tag. Die Bedürftigkeit wird nicht geprüft. Melden Sie sich per E-Mail an info@essen-retten.de oder telefonisch unter **0431 530 523 03**.



Soli-Teller

Gemeinsam mit Kieler Gastronomie-Betrieben bietet der Verein Groschendreher einen Soli-Teller an: Bei Essensbestellungen kann ein Soli-Teller mitbezahlt werden, der von Bedürftigen bestellt werden kann.

Infos zu den teilnehmenden Betrieben gibt es auf www.groschendreher.de/soli-teller

