

#Rieselfeldhilft

Liebe Rieselfelder*innen, liebe Nachbar*innen,

aufgrund der aktuellen Auflagen zur gesundheitlichen Prävention bitten wir Sie, sich Zeit für diese Informationen zu nehmen.

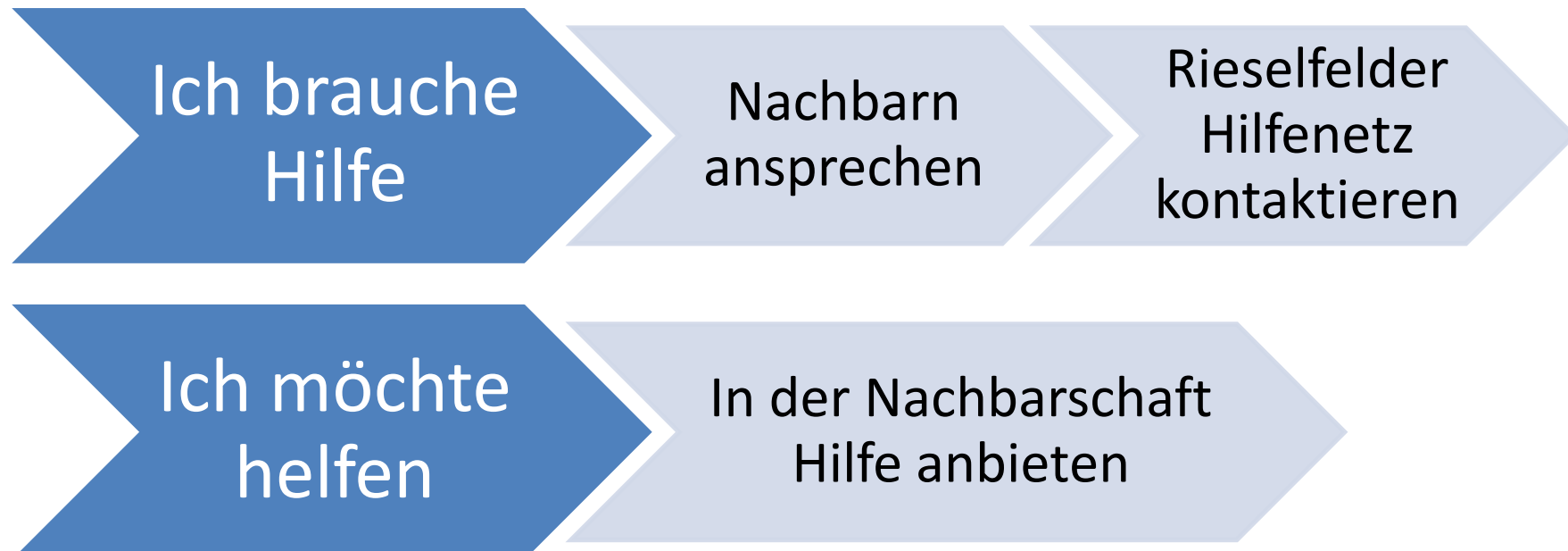
Woran wir uns halten sollen / Was wir jetzt wissen müssen

- Zuhause bleiben, wenn es nur irgendwie geht, persönliche Kontakte auf das Minimalste reduzieren
- Einen Abstand von mindestens 1,5 Metern zu anderen halten
- Hygiene-Maßnahmen beachten, z.B. richtig und häufig die Hände mit Seife waschen
- Aktuell geltende Maßnahmen, wie das Betretungs- und Kontaktverbot können Sie z.B. auf www.rieselfeld.biz nachlesen
- Bei Nicht-Beachten können Bußgelder erhoben werden, in entsprechenden Fällen erfolgt Strafanzeige
- Vertrauen Sie den offiziellen Meldungen, im Moment gibt es viele Falschmeldungen
- Die momentan erhöhte Polizei-Präsenz dient zur Überwachung der Einhaltung der aktuellen Verbote und Maßnahmen
- Gewähren Sie **Unbekannten keinen Zutritt** zu Ihrer Wohnung, weder Helfenden, noch Personen von Behörden, die z.B. behaupten, Mitarbeitende des Gesundheitsamtes zu sein, seien Sie auch **am Telefon skeptisch!** Rufen Sie im Zweifel die Polizei unter Tel. 110

Wer ist die Risikogruppe für schwere Verläufe der Krankheit?

- Ältere Personen (stetig steigendes Risiko ab etwa 50 – 60 Jahren)
- Personen mit bestimmten Vorerkrankungen
- Menschen mit chronischen Erkrankungen
- Raucher*innen
- Schwere Verläufe treten auch bei Personen ohne Vorerkrankung auf, nur nicht so oft

Was können wir tun?



Rieselfelder Hilfenetz

Über die Rieselfelder Kirche und die Quartiersarbeit Rieselfeld bieten wir telefonische Unterstützung bei der Suche nach vertrauenswürdigen, uns bekannten Helfenden an. Bitte kontaktieren Sie dafür

Ökumenische Kirche Rieselfeld
Sarah Weber & Sarah-Louise Müller
Tel. 0761-1374310
sarah.weber@kath-freiburg-suedwest.de
Erreichbarkeit: Mo – Fr / 09:00 -17:00h

Quartiersarbeit Rieselfeld
Norman Pankratz
Tel. 0176-32693440
stadtteilarbeit@rieselfeld.org
Erreichbarkeit: Mo – Fr / 09:00 -17:00h

Wo im Rieselfeld kann ich einkaufen?

Tages-aktuell finden Sie eine Übersicht aller geöffneten Shops auf www.rieselfeld.biz/geoeffnet

Lebensmittelgeschäfte

- EDEKA Strecker, Maxim-Gorkij-Straße 21, Montag – Samstag, 08 bis 21 Uhr
- Kabul – Orientalische Lebensmittel und Feinkost, Rieselfeldallee 12, Montag – Samstag, 08 bis 20 Uhr
- LIDL, Geschwister-Scholl-Platz 5: Montag – Samstag 07 bis 21 Uhr
- Marktladen Rieselfeld, Carl-von-Ossietzky-Straße 1, Montag – Freitag 08 bis 19 Uhr, Samstag 08 – 14 Uhr
- Wochenmarkt, Maria-von-Rudloff-Platz, Mittwoch 14 bis 17 Uhr und Samstag 07:30 bis 13 Uhr

Bäckereien

- BäckereiCafé Heitzmann, Rieselfeldallee 10, Montag – Freitag: 06:00 – 20:00 Uhr, Samstag & Sonntag: 07:00 – 18:00 Uhr
- BäckereiCafé Heitzmann, Rieselfeldallee 30, Montag – Freitag: 06:00 – 20:00 Uhr, Samstag & Sonntag: 07:00 – 18:00 Uhr
- K & U Bäckerei, Cornelia-Schlosser-Allee 24, Montag-Samstag: 07 - 21 Uhr, Sonntag 08 – 11 Uhr
- Kaisers Gute Backstube, Montag-Freitag: 6.30-18.30 Uhr, Samstag: 06.30-18.00 Uhr, Sonn- und Feiertage: 7.30-18.00 Uhr

Lieferdienst

- Getränke ab 5 Kisten: Breisgau Getränke Vertriebs GmbH, Bötzing Str. 20, Montag – Freitag 10 – 18 Uhr, Telefon 0761 / 38450803
- Regionalwert Frischekiste GmbH (Obst & Gemüse), Ferdinand-Weiß-Straße 11, Montag – Freitag 08 – 18 Uhr, Telefon 0761/42963880

Post

- Post & Mobile Kommunikation – Servicecenter, Rieselfeldallee 18, 09:30-12:30; 14:00-18:30 Uhr, Samstag: 09:30-12:30 Uhr
- X-BOOM (Hermes-Paketversand) Rieselfeldallee 19, Montag –Freitag 09 – 12 , 13 – 18 Uhr, Samstag 09 – 13 Uhr, Tel: 0761-3873492

Apotheken

- Rieselfeld Apotheke, Rieselfeld-Allee 16, Montag – Freitag 08:30 – 19 Uhr, Samstag 08:30 – 13 Uhr, Telefon 0761/456230
- vitaVia Apotheke, Rieselfeld-Allee 39, Montag – Freitag 08:30 – 18:30 Uhr, Samstag 08:30 – 13 Uhr, Telefon 0761/45687750

Kann ich online / telefonisch bestellen?

- Es gibt verschiedene gewerbliche online Einkaufs-Bring-Dienste, bitte belesen Sie sich dafür im Internet
- Eine Liste über Essen- und Lieferbringdienste in Freiburg finden Sie auf der Seite des Seniorenbüros www.freiburg.de/senioren

Welche weiteren Unterstützungs- und Vernetzungsmöglichkeiten in Freiburg gibt es?

- Helferportal der SAGES eG telefonisch tagsüber erreichbar unter 0761/ 2145694 / www.sages-eg.de
- Corona Solidarität Freiburg telefonisch erreichbar von 11 bis 13 Uhr unter 0761/ 4889876 / freiburg.corona-solidaritaet.de
- Malteser Einkaufsdienst telefonisch erreichbar von 8 bis 14 Uhr unter 0761/ 45525 27 / www.malteser-freiburg.de
- Initiative der Stadt Freiburg *#freiburghältzusammen*, Tel. 0761/2013051 (9 – 18 Uhr) / wirhelfen@stadt.freiburg.de
- das Seniorenbüro der Stadt Freiburg hat auf der Homepage www.freiburg.de/senioren eine Aufstellung aller Hilfe-Angebote

Ich fühle mich einsam, brauche ein offenes Ohr bzw. zu Hause läuft es nicht gut...

- Melden Sie sich beim **RIESELFELDER HILFENETZ** (siehe andere Seite), wir versuchen Ihnen eine uns bekannte, vertrauenswürdige Person zu vermitteln, mit der Sie am Telefon reden, kniffeln, gemeinsam Fernseher gucken oder Schach spielen können. Trauen Sie sich.
- Die Telefonseelsorge ist rund um die Uhr unter 0800 / 111 0 111 oder 0800/111 0 222 116 123 erreichbar
- Sie sind betroffen von häuslicher Gewalt? Kontaktieren Sie die Freiburger Fachstelle Intervention gegen häusliche Gewalt (FRIG) telefonisch rund um die Uhr erreichbar unter 0761/ 31072
- Elternberatung für das Rieselfeld: Matthias Rudolph & Christa Iuga-Schnell: Tel. 0157 – 37560253, Mo – Fr, 09 – 12 Uhr

Wo bekomme ich weitere Informationen her?

- Für gesundheitliche Fragen zum Corona-Virus hat das Gesundheitsamt eine Hotline 0761 / 2187 3003 eingerichtet (8 bis 16 Uhr)
- Bürgertelefon der Stadt Freiburg 115
- Freiburger Hotline für Fragen Erziehungsberechtigter zur Notfallbetreuung (7.30 bis 17 Uhr): 0761/2018888
- Friga e.V. , die Sozialberatung ist momentan nur per Mail erreichbar unter: kontakt@friga-freiburg.de
- Die Agentur für Arbeit Freiburg ist erreichbar unter 0761 2710 777, Montag - Freitag: 08:00 - 18:00 Uhr
- Stadteilbezogene Informationen erhalten Sie über das Rieselfeldportal www.rieselfeld.biz

Bitte zögern Sie nicht, Hilfe anzubieten und genauso wichtig: Hilfe anzunehmen.