

Hilflose Angehörige

HILFE Die Caritas informiert über den Umgang mit Suchtproblemen.

REGENSBURG. Der Partner trinkt zu viel Bier – jeden Tag kommt er mit einer Fahne nach Hause. Am Esstisch und im Wohnzimmer beim Fernsehen geht es weiter mit dem Trinken. Schon wenn er nach Hause kommt, beginnt der Streit. Das geht oft seit vielen Wochen so. Angehörige von Suchtkranken sind mit einer solchen Situation häufig überfordert. Sie werden immer unsicherer und ratloser. Wie können beide Partner und die Familie einen Weg finden, damit berufliche Probleme nicht im Bier ertränkt werden?

Hilfe und Beratung finden Angehörige von Menschen mit Suchtproblemen bei der Regensburger Caritas-Fachambulanz für Suchtprobleme. Suchtexpertin Monika Gerhardinger bietet dort in regelmäßigen Abständen eine offene Informationsveranstaltung. „Viele scheuen sich, mit jemandem über ihre Probleme zu reden“, sagt sie. Und betont gleichzeitig: „Die Teilnahme an der Informationsveranstaltung ist auf Wunsch anonym, auch eine Anmeldung ist nicht nötig.“ In der Infoveranstaltung gibt Gerhardinger Orientierungshilfen, wie Angehörige



Monika Gerhardinger hilft Angehörigen von Süchtigen. Foto: Caritas

hörige und Freunde sich am besten gegenüber Suchtkranken verhalten und wie sie zu einem selbstbestimmten Leben zurückkehren können. Sie erklärt, wo Sucht beginnt, wie man eine Abhängigkeit erkennt und welche Hilfen es gibt. Alle zwei Wochen beispielsweise bietet Gerhardinger bei genügend Nachfrage einen Gesprächskreis für Angehörige an.

→ Die nächste Infoveranstaltung für Angehörige findet am Freitag von 16.30 bis 18 Uhr in der Caritas-Fachambulanz, Hemauerstraße 10c, statt. Die Teilnahme ist kostenfrei. Mehr Infos gibt es unter www.suchtambulanz-regensburg.de oder unter Tel. (09 41) 63 08 27-0.

Antiquar schätzt Schwarten

KULTUR Am Welttag des Buches findet eine Büchersprechstunde statt.

REGENSBURG. Ist die Familienbibel von der Großmutter oder sind Goethes sämtliche Werke aus den 1920er-Jahren in Schweinsleder eingebunden nun wertvoll oder in Wahrheit nichts wert? Fragen wie diese lassen sich am Welttag des Buches klären: Am Donnerstag besteht wieder die Möglichkeit, sich in der Staatlichen Bibliothek Regensburg beraten zu lassen. Mit dabei ist Antiquar Reinhard Hanausch (Antiquariat Redivivus).

Was wohl in der unleserlichen Handschrift stehen mag, die vom Vater vererbt wurde? Fragen wie diese stellen sich wohl viele Menschen. Am 23. April besteht wieder die Möglichkeit, solche Familienerbstücke Experten vorzulegen. Der Regensburger Antiquar Reinhard Hanausch und Bibliotheksleiter Dr. Bernhard Lübbers werden von 14 bis 16 Uhr vielleicht den einen oder anderen Schatz heben, wahrscheinlich aber auch Träume zerstören müssen.

Die Büchersprechstunde wird damit ab sofort regelmäßig angeboten. Einmal im Quartal helfen künftig die



Bibliotheksleiter Dr. Bernhard Lübbers (links) nimmt Familienerbstücke unter die Lupe. Foto: Staatliche Bibliothek

Bibliothekare der Staatlichen Bibliothek zusammen mit Antiquar Reinhard Hanausch bei der näheren Bestimmung von Handschriften und Büchern und beraten zu Fragen des Erhaltungszustandes und der Aufbewahrung. Die Büchersprechstunde ist kos-

tenlos und richtet sich nur an Privatpersonen.

→ Anmeldung und Informationen unter Telefon (09 41) 630 80 60 oder per E-Mail an info@staatliche-bibliothek-regensburg.de

RAT UND HILFE

NOTDIENSTE

ÄRZTLICHE NOTDIENSTE

- **Feuerwehr/Notarzt/Rettungsdienst** 112
- **Krankentransporte** (09 41) 1 92 22 (09 41) 1 97 77
- **Ärztlicher Bereitschaftsdienst** Tel.-Nr. 116 117
- **KUNO-Kindernotfallzentrum Klinik St. Hedwig: 24-Stunden-Notdienst** für alle bedrohlichen Notfälle der Kinder- und Jugendmedizin sowie der Kinderchirurgie und -traumatologie. Telefonische Anmeldung erbeten unter: Tel.

- 3 69-54 70, Klinik St. Hedwig, Steinmetzstraße 1-3.
- **Zahnärztlicher Notfalldienst im Universitätsklinikum** 94 40 (Tag und Nacht)
- **Giftnotruf Nürnberg** (09 11) 3 98 24 51

NOTDIENST-APOTHEKEN

Von heute, 8.30, bis morgen, 8.30: Medicin-Apotheke, Maximilianstr. 26, Tel. 4 48 02 40 und Westend-Apotheke, Hedwigstr. 31-33, Tel. 20 60 60.

bergstr. 20, Tel. 5 99 99 66.

PALLIAMO Palliativ Versorgung mobil e.V.: zuhause leben bis zuletzt. Cranachweg 16, Tel. 5 67 62 32. Bürozeiten: Mo-Fr 9.00-13.00.

SuchtHotline: Beratung rund um die Uhr, anonym, Tel. (089) 28 28 22; online Beratung über www.suchthotline.info

Weißer Ring: Hilfe für Kriminalitätsopfer, bundesweite kostenfreie Tel.-Nr. (von 7.00 bis 22.00): 11 60 06.

REWAG-Entstörungsdienst: Gas/Wasser, Tel. 6 01 34 44, für Strom 6 01 35 55.

Für Elektro: Elektro Biereck, Am Unteren Weinberg 19a, Bad Abbach, Tel. (0 94 05) 96 15 28 oder 0171/4 10 59 82.

Strafverteidiger-Notdienst: Notruftelefon: 0171/4 30 12 42, täglich zwischen 18.00-8.00.

BERATUNG

ALB (Aktives Leben für Menschen mit Behinderung): Adolf-Schmetzer-Straße 11 - 13, Tel.: 78 44 78 70, Fax: 7 84 47 87-99, E-Mail: info@alb-regensburg.de

Alt hilft Jung Bayern e.V.: (www.alt-hilft-jung.de): Schulung und Begleitung für Gründer und Jungunternehmer; Terminvereinbarung Mo bis Fr 8.00 bis 15.00, Tel. 4 60 73 74.

Ausländerbeirat: 17.00-19.00 Sprechstunde im Büro Rote-Löwen-Str., 10; In- und Ausländer-Treffen jed. 2. Mi/Monat, 19.00-20.00, Tel. 5 07-10 46 o. 5 56 46.

Beratungsstelle für ältere Bürgerinnen und Bürger: Fachstelle für pflegende Angehörige, Johann-Hösl-Str. 11, Peter Schmidt, Raum 213, Tel. 5 07-15 48; schmidt.peter@regensburg.de Sprechzeiten: Mo bis Do von 9.00 bis 12.00 und von 14.00 bis 16.00, Fr. von 9.00 bis 12.00. Termine nach Vereinb.

Beratungsstelle für Frauen bei häuslicher Gewalt, bei Trennungskonflikten und zum Gewaltschutzgesetz: Termine nach Vereinbarung: Mo-Do 8.30 bis 16.30, Fr 8.30 bis 13.30, Tel. 2 40 00.

Beratung für Menschen mit Schädel-

Hirnverletzungen oder Schlaganfall: Verein „Zweites Leben“ - Beratungsstelle im Neurologisches Nachsorgezentrum am BKR, Universitätsstr. 84, Haus 30, Raum U 02, morgen, 9.30 - 11.30, Tel. 9 41 38 80; e-mail: 2.leben@bkr-regensburg.de.

Beratungsstelle des Sozialpsychiatrischen Dienstes der Diakonie: Einzelberatung und Gruppentherapie für psychisch Kranke und Angehörige, Prüfeninger Straße 53, Tel. 2 97 71 12.

Beratungsstelle zu Essstörungen „Waagnis“: Begleitung von Menschen mit Essstörungen und ihrer Angehörigen. Bürozeiten: Di. u. Mi. 9.00-13.00, Do. 14.00-17.00, Grasgasse 10/Rückgebäude, Tel. 599 86 06.

Beratungsstellen der Offenen Behindertenarbeit und des Ambulant Unterstützten Wohnens der Lebenshilfe Regensburg: Michael-Bauer-Str. 16, Lappersdorf, Tel. (09 41) 8 30 08 50 und Wollwürgerstraße 4, Tel. 28 09 76 03; E-Mail: oba@rws-lh.de; Internet: www.lebenshilfe-regensburg.de, Öffnungszeiten: Mi: 12:00 - 17:00, Do: 12:00 - 20:00, Fr: 08:00 - 14:00.

Epilepsie Beratung der Katholischen Jugendfürsorge Regensburg: Psycho-soziale Beratung für epilepsiekranke Menschen jeden Alters, Angeh., Ratsuchende, Wieshuberstr. 4, Tel. 4 09 26 85, info@epilepsie-beratung-opf.de.

Frauennotruf: Beratungsstelle f. Frauen u. Mädchen m. sexualisierten Gewalterfahrungen. Mo-Mi 10.00-14.00, Do 14.00-20.00, Beratungstermin n. Vereinbarung, Tel. 2 41 71.

Gerontopsychiatrischer Dienst des Sozialpsychiatrischen Dienstes der Diakonie. Beratungsstelle für ältere Menschen mit psychischen Problemen und Angehörige: Ute Kießling, Dipl.-Sozialpäd. (FH), Prüfeninger Str. 53, Tel. 2 97 71 12; Termine nach Vereinbarung. Mail spdi.regensburg@dw-regensburg.de

Mieterbeistand e.V. - Beratungsstelle Regensburg: Beratungszeiten: Mo-Fr 8.00-12.30 und 13.00-17.30, Telefon 56 71 23 75.

Mieterbund Regensburg e.V.: Geschäftszeiten Mo.-Do. 9.00-12.00 u. 13.00-18.00, Fr. 9.00-12.00, Tel. 5 57 54. Termine n. Vereinbarung.

Mieterverein Rgb. u. Umgebung: Öffnungszeiten: 8.00-12.00 u. 13.00-17.00, Tel. 58 56 20, Termine nach Vereinb.

pro familia: Deutsche Gesellschaft f. Familienplanung, Sexualpädagogik und Sexualberatung, Staatl. anerkannte Beratungsstelle f. Schwangerschaftsfragen, An der Schergenbreite 1, Tel. 70 44 55; Mo/Do von 9.00-12.00 und 14.00-16.00; Mi 15.00-18.00 und Fr 9.00-12.00 Beratungstermine n. tel. Vereinbarung.

Psychoziale Beratungsstelle der Bayer. Krebsgesellschaft: Büro: 9.30-12.30 u. 17.00-19.00, Landshuter Str. 19, Tel. 5 99 97 83.

ReNeNa: Stadtkämmerer Äußerer

Westen, Dr. Thomas Kühlhorn: v. 10.00 - 11.30 Sprechstunde, Gemeindebüro St. Markus, Killermannstr. **Besuchsdienst:** Kontakt: Bianca Wolter; Tel.: 5 07-15 49 oder ReNeNa-Tel. 5 07-55 99. **Kleinreparaturdienst:** Kontakt: ReNeNa-Tel.: 5 07-55 99. **Papierkram - na und?:** Kontakt: Peter W. Schmidt, Tel.: 5 07-15 48 oder ReNeNa. **Auskunft zur rechtlichen Betreuung und Patientenverfügung:** Terminvereinbarung: Susanne Lippert, Tel.: 5 07-25 43. **SeniPol - Sicherheit auch im Alter:** Kontakt: Hans-Joachim Klotz, Tel.: 91 13 66. **Senioren @home:** Hilfe bei häuslichen Computerproblemen. Kontakt: 5 07-55-99. **Umgestalten von Wohnungen und Wohnungsanpassung:** Kontakt: Peter W. Schmidt, Tel.: 5 07-15 48.

Seniorenbeirat der Stadt: Silberne-Kranz-Gasse 8: Bürozeiten: Dienstag von 9.30-11.00, Tel. 507-45 48.

Schutzgemeinschaft für Bank- und Sparkassenspenden: Geschäftsstelle, Kumpfmühler Str. 30: Sprechzeiten: Mo-Fr 9.00-13.00; Beratungstermin nach tel. Vereinb. unter 9 42 99 65; Infos unter www.sg-banken.de

Sozialpsychiatrischer Dienst des Diakonischen Werkes: Prüfeninger Str. 53, Tel. 29 77 112, tägl. Einzelberatung und Gruppentherapie für psychisch Kranke u. Angehörige.

Verbraucher-Service Bayern im KDFB, Frauenbergl 4.: Verbraucherberatung Tel. 5 16 04; Ernährungs- u. Umweltberatung Tel. 56 34 58; Mo-Fr 9.00-12.00, Mo, Di 14.00-16.00, Do 14.00-17.00.

GESUNDHEIT

APK Rgb. Angehörigenverein psychisch Kranker: Info/Beratung/Begleitung, Tel. 8 08 93. Jeden 3. Mittwoch im Monat 18.00 Treffen am „Runden Tisch“ im Johann-Hinrich-Wichern-Haus, Alfons-Auer-Str. 8 a.

Bayer. Gesellschaft f. Psychische Gesundheit: Sozialpsychiatr. Dienst, Einzelberatung f. psych. Kranke u. Angeh., Frühstücks-, Freizeit- u. Kochgruppe, Berufstätigengr., Gr. f. Frauen m. Depressionen. Terminvereinb.: Mo/Di/Mi 9.00-17.00, Do 13.00-18.00, Fr 9.00-13.00, Tel. 59 93 59-10.

Epilepsie Beratung Rgb. der Kath. Jugendfürsorge der Diözese: Wieshuberstr. 4, Tel. 40 92 68-5; Fax: 40 92 68-6; info@epilepsie-beratung-opf.de; www.epilepsie-beratung-opf.de Beratungstermine nach tel. Vereinbar.

Kneipp-Verein: 9.00 Wirbelsäulengym, Fortuna-Sporth., Isarstr. 85, 18.15 Wirbelsäulengym, Kreuzschule am Judenstein.

MAKS-Aktivierungstherapie für Menschen mit Demenz: von 9.30 - 11.30 im Seniorenstift Albertinum, mit Anmeldung, Tel. 9 45 59 37.

Rehasportgruppe Osteoporose: Do. 18.00; 18.30 Wassergymnastik im Schwimmbecken d. Bezirkskranken-

haus. Beratung Tel. 2 08 53 61.

Rehavit Gesundheitsclub e.v.: Langobardenstraße 2, Tel. 7 08 60 10. Orthopädische Gruppenstunden: Mo 10.30, Di 20.00-21.00; Mi 11.00-11.45 und Do 20.00-21.00.

Rheuma-Liga: 19.00 Bewegungsbad, Schwimmgym, Krankenhaus Barmherzige Brüder.

SHG f. Betroffene v. sexueller Gewalt: Regelmäßige Treffen im Frauennotruf, Termine und Kontakt unter Tel. 2 41 71.

SHG für Angehörige v. Essgestörten: Regelmäßige Treffen am Frauen-Gesundheits-Zentrum (FGZ), Grasgasse 10 (Rückgeb. 1. St.); Termine u. Kontakt beim FGZ, Tel. 8 16 44 o. bei Schicker, Tel. (0 94 01) 8 06 67.

SHG Macula-Degeneration: Berat. bei Netzhaut-Erkrankungen, tel. Anm. 7 14 31.

INITIATIVEN

Anonyme Alkoholiker (AA): Tel. 1 92 95, die Kontaktstelle in der Engelburger Gasse 11 ist täglich von 18:30 bis 21:00 geöffnet. www.anonyme-alkoholiker.de. Meetings: **Mo:** 20.00 Dechbettener Str. 2a; **Di:** 18.30 Kontaktstelle, Engelburger Gasse 11, 20.00 Keplerbau, Ernst-Reuter-Platz 2. **Mi:** 18.00 Engelburger Gasse 11, englisch; 19.30 Keplerbau, E.-Reuter-Platz 2, 19.30 Engelburgergasse 11, offenes Frauenmeeting (jeden 2. Mi. in den geraden Kalenderwochen). **Do:** 10.00 Engelburgergasse 11, 20.00 Dechbettener Str. 2a; 20.00 Engelburger Gasse 11. **Fr:** 20.00 Engelburger Gasse 11. **Sa:** 15.00 Keplerbau, Ernst-Reuter-Platz; 18.00 Engelburgergasse 11, englisch (1. So im Monat) **So:** 18.00 Engelburger Gasse 11 - deutsch-englisch, 19.30 Keplerbau, Ernst-Reuter-Platz 2.

Anonyme Messies (AM): Treffen jeden Dienstag, 18.00, Haus der Parität, Landshuter Str. 19, Kontakt über KISS, Tel. 5 99 38 86 10.

Bund für Geistesfreiheit (BfG): Regelmäßige Termine f. Konfessionsfreie u. solche, die es werden wollen: Freigeistige Matinee jed. 1. So/Monat, 11.00, Gesprächsangebot f. Eltern mit Soz.-Päd. W. Gebert Do. 16.00-18.00, Philosophische Gespräche bei Kaffee u. Kuchen jed. Sa v. 16.00 - 18.00 im Freigeistigen Zentrum, Hemauer Str. 15 (Nähe Bustreff Albertstr.) u. „Gottlosen-Stammstich“ jed. dritten Mo./Monat 20.00 i. Andreasstahl.

D.A.L.I. polytox Suchthilfe Drogen, Alkohol, Medikamente: 19.00 Treffen Infogruppe Tel. 0162/3 95 53 91. nach telef. Vereinbarung.

Tauschring Regensburg e.V. - die private Nachbarschaftshilfe: Treffen jeden 1. Mittwoch im Monat ab 19.00 in der Gaststätte „Staudinger Hof“; www.tauschring-regensburg.org