

Ambulante Dienste

Alten- u. Krankenpflege: Sozialstation der Caritas und Diakonie Oberallgäu ☞ Zentrale 08321/ 660120, Fischen/Oberstdorf 08326/366804, Oberstaufen 08386/ 7987, Rettenberg 08327/7160, Immenstadt 08323/ 51587, Oy-Mittelberg und Wertach 08365/703705

Verein für ambulante Alten- und Krankenpflege Oberstdorf Im Haslach 2, ☞ 08322/2405, Fax 08322/ 809521

Koronargruppe Di., 18 Uhr, Kurmittelhaus Oberstdorf

Arbeiter-Samariter-Bund, Alten- und Krankenpflege Häusliche Kranken- u. Altenpflege, hauswirtschaftliche Versorgung, Essen auf Rädern, Hausnotruf und Tagespflege ☞ 08323/98140.

Bayerisches Rotes Kreuz Häusliche Kranken- u. Altenpflege, hauswirtschaftliche Versorgung, Essen auf Rädern, Hausnotruf, Fahrdienst ☞ 08323/969411.

Allgäu Pflege gGmbH, Ambulante Pflege und Betreuung, Grüntenstraße 5, Sonthofen, ☞ 08321/665966.

Essen auf Rädern

Arbeiter-Samariter-Bund

☞ 08324/95300180

Rotes Kreuz ☞ 0831/52292-55

Sozialstation Caritas und Diakonie ☞ 08321/660120

Sozialverbände

Arbeiterwohlfahrt Di., 14 Uhr, im Spital. ☞ 08321/4535

Arbeiter-Samariter-Bund Häusliche Kranken- u. Altenpflege, hauswirtschaftliche Versorgung, Essen auf Rädern, Hausnotruf und Tagespflege ☞ 08323/98140

Caritasverband Sozialberatung, Frauensozialarbeit, Vermittlung von Mütter-Kind-Kuren, hauswirtschaftlicher Dienst, Kleiderstube, Behindertenarbeit, Schuldnerberatung; Sonthofen, ☞ 08321/6601-10

Caritas-Sozialstation Dauerpflegestation, Hausnotruf, Hol-, Bring- u. Begleitdienste, Kurzzeitpflege, Senioren-Service-Ruf, betreut und begleitet wohnen, Caritas24; Sonthofen, ☞ 08321/660120

Christlicher Gewerkschaftsbund Allgäu ☞ 08321/5652

Diakonie Sozialpsychiatrisches Zentrum, Tagesstätte, ambulant betreutes Wohnen, Integrationsfachdienst, Immenstadt, ☞ 08323/99965-0

Sozialstation der Johanniter Essen auf Rädern, mobiler, sozialer Hilfsdienst, häusliche Krankenpflege, Sonthofen ☞ 08321 6908-910.

VdK-Geschäftsstelle Sonthofen Do. 9-12 Uhr u. 13.30-15 Uhr, Sprechstunde, Rathausplatz; Anm. ☞ 0831/5405620

Krankheit

ADS Selbsthilfegruppe „Kinder mit ADS (Aufmerksamkeitsdefizit-Syndrom)“, Angelika Oswald, ☞ 08374/6373

Aids Beratung, Gesundheitsamt, ☞ 08321/ 612520.

Allergie Chemikalien-Sensitivität: MCS Selbsthilfegruppe Allgäu, Kempten, Infos und Termine: www.mcskempten.de

Atemwege Sport für Atemwegkrankte, freitags von 9.30 bis 10.30 Uhr und 10.30 bis 11.30 Uhr, Alte Turnhalle, Frühlingsstraße, Sonthofen. Geschäftsstelle TSV Sonthofen, ☞ 08321/4286

Demenz Sprechstunde des Caritasverbandes. Di. 14-16 Uhr, Sozialzentrum, Sonthofen, ☞ 08321/6601-22

Demenz-Gruppe des Caritasverbandes, Mi (14-tägig) 11-17 Uhr, Sozialzentrum, Sonthofen, ☞ 08321/6601-22

Gesprächskreis für Angehörige Demenzerkrankter Arbeiter-Samariter-Bund ☞ 08323/98140

Demenzbegleitung Immenstadt-Oberallgäu (ASB und kath. Frauenbund), ☞ 08323/999-311

Betreuungsgruppe für Menschen mit Demenz, donnerstags, 14-17 Uhr, Räume des ASB Regionalverbandes Allgäu, Schützenstraße 1, Immenstadt, Ansprechpartner: Marlène Greising (ASB) oder Petra Christiansen-Lammel (Katholischer Frauenbund) ☞ 08323/999311

Diabetiker Selbsthilfegruppe. ☞ 08321/7882510, Sonthofen; Selbsthilfegruppe für Typ 1 Diabetiker. ☞ 08321/4964

Dialyse Patienten-Selbsthilfegruppe. ☞ 08372/7409

Epilepsie Beratung (ESB), Kempten, Immenstädter Straße 27, ☞ 0831/51239181

Hefepilzkrankung Candida-Selbsthilfegruppe. ☞ 08323/910-357

Krebs Förderkreis für krebskranke Kinder im Allgäu, Monika Panzer ☞ 08341/98561 oder www.foerderkreis-krebskranke-kinder-allgaeu.de

Psychosoziale Krebsberatungsstelle Kempten ☞ 0831/5262270

Zusammenleben von Menschen mit und ohne Behinderung fördern

Verein Der wiedergewählte Vorstand der Lebenshilfe Sonthofen will seine erfolgreiche Arbeit fortsetzen. 100 Mitarbeiter und viele ehrenamtliche Helfer

Sonthofen Nahezu alle Bereiche der Lebenshilfe Sonthofen wachsen. Allein der Wohn- und Arbeitsbereich Autismus ist mit 11 Klienten und 28 Mitarbeitern in sehr kurzer Zeit aufgebaut worden. Bei der Mitgliederversammlung wurde jetzt der bisherige Vorstand für die nächsten drei Jahre wiedergewählt (siehe Infokasten).

Vorsitzender Joachim Wawersich sagte den Mitgliedern und Gästen, die Strategie und das Ziel der Lebenshilfe seien es, nach vorn zu gehen und nicht stillzustehen. Die dritte Bürgermeisterin Ingrid Fischer sagte, die Stadt Sonthofen verdanke der Lebenshilfe mit ihren Projekten, dass Inklusion hier ganz großgeschrieben werde. Die Lebenshilfe Sonthofen ist auch Gesellschafter der Allgäuer Werkstätten. Michael Hauke, Geschäftsführer



Die Lebenshilfe südlicher Landkreis Oberallgäu betreut viele erfolgreiche Projekte. Das Bild zeigt die Trommelgruppe der Lebenshilfe bei einem Fest der Begegnung.

Archivfoto: Benjamin Liss

Der Verein

● Der neu gewählte Vorstand:

1. Vorsitzende: Joachim Wawersich
2. Vorsitzende: Rolf Johnne.

Weitere Vorstandsmitglieder: Karl-Peter Schafheutle, Thorsten Pülm

● Die Lebenshilfe im südlichen Landkreis Oberallgäu hat aktuell **282 Mitglieder**.

der Allgäuer Werkstätten, betonte, dass die Zahl der arbeitenden Menschen mit Behinderung gestiegen sei – und der Bedarf an Betreuungsangeboten werde weiter wachsen. Der Verein setzt sich dafür ein, dass Menschen mit Behinderung von der Kindheit bis ins Alter so selbst-

bestimmt und selbstständig wie möglich leben können und sie die Chance erhalten, ihre Fähigkeiten zu entwickeln.

In Sonthofen und Umgebung ermöglichen die 100 Mitarbeiter und viele ehrenamtliche Helfer Menschen mit Behinderung ein selbst-

ständiges und eigenverantwortliches Leben in verschiedenen stationären Wohngruppen oder beim ambulant betreuten Wohnen. Zudem fördert der Verein Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit Behinderung mit hochwertigen Angeboten. (ab)

Hospiz-Palliativ-Zentrum Hilfe für Schwerstkranke, Sterbende und ihre Angehörigen ☞ 0831/ 9608580.

HIV Infotelefon. ☞ 08321/ 86167

Lymphom/Leukämie Selbsthilfegruppe Kempten, ☞ 0831/2059467, Renate Schreiber, jeden 2. Di. im Monat, Kronenstraße 36, Kempten.

Morbus-Bechterew Selbsthilfegruppe, Immenstadt. ☞ 08386/939260

Mukoviszidose Selbsthilfegruppe. Rosemarie Ortwein, 0831/77244; 3. Mi. im Monat, 20 Uhr, Rot-Kreuz-Haus Kempten

Multiple Sklerose (MS) Selbsthilfegruppe. Annelies Kuhlke, Fischen, ☞ 08326/3868087.

Osteoporose Selbsthilfegruppe. Mo., 16.30 Uhr, Caritas-Seniorenheim Blaichach. Dr. med. Silke De Vries, ☞ 08324/933600

Parkinson Selbsthilfegruppe Sonthofen; ☞ 08321/84560; Treffen jeden 2. Mi. im Monat, 15-16.30 Uhr, ev. Kirche Blaichach

Rheuma-Liga ☞ 08321/676430. Sonthofen: Do. 17.30 Uhr, Trockengymnastik, 18.30 Uhr, Wassergymnastik, Albert-Schweitzer-Schule; Oberstdorf: ☞ 08322/3518, Mi. 12.30 und 19 Uhr, Wassergymnastik, Hotel Filser; Immenstadt: ☞ 08321/4868, Mi. 19 Uhr, Wassergymnastik, Hallenbad; Beratung nach Vereinbarung, ☞ 08321/ 676430, Sieglinde Gugemoos.

Rücken Aktiv gegen Rückenschmerzen, Sonthofen. Treffen Mo., 19.30 Uhr, Turnhalle Hindelanger Straße; TSV Sonthofen, Hindelanger Straße 11, ☞ 08321/4286

Sarkoidose-Netzwerk Kempten ☞ 0831/17732, 21730 oder 75954

Schlafapnoe/Schnarchen Selbsthilfegruppe, Sonthofen, ☞ 0176/46613726, Luitgard Happ.

Spina bifida/Hydrocephalus Selbsthilfegruppe. ☞ 08335/1744

Sucht

Alkohol AL-ANON (Angehörige von Alkoholikern), Fr., 20 Uhr, Pfarrheim St. Christoph, Sonthofen-Rieden.

Anonyme Alkoholiker Sonthofen Mi. u. Fr. 20 Uhr, Pfarrheim St. Christoph, Rieden.

Anonyme Alkoholiker Immenstadt Mo, 20 Uhr, ev. Gemeindehaus, Mittagstraße 8. Letzter Mo. im Monat offenes Meeting. ☞ 08323/8671

Anonyme Alkoholiker, Angehörige/Freunde, Esssüchtige, Medikamentenabhängige, Gruppe seelische Gesundheit Klinik Wolfsried, Stiefenhofen, ☞ 08386/96220

Anonyme Selbsthilfegruppen nach dem 12-Schritte-Programm für Angehörige von Alkoholikern (Al-Anon), Alkoholiker (AA), Arbeitssüchtige (AAS), Co-Abhängige (Coda), Drogen- u. Medikamentenabhängige (NA), erwachsene Kin-

der suchtkranker Eltern (EKS), Ess-, Brech- u. Magersüchtige (OA), Raucher (NicA), bei gefühlsmäßigen Problemen (EA); Adula-Klinik Oberstdorf, Termine ☞ 08322/7090.

Selbsthilfegruppe Kreuzbund für Alkoholiker und Angehörige Haus Oberallgäu, Richard-Wagner-Straße 14, Sonthofen. Mi., 19.30 Uhr. ☞ 08321/88126, Dieter.

Esssucht/Magersucht/Bulimie Selbsthilfegruppe. Treffen Di. 20 Uhr, Haus Lichtblick, Illerstraße 13, Kempten, ☞ 0831/15861.

EA-Meeting Mo., Mi., Fr., 19 Uhr, Adula-Klinik Oberstdorf, ☞ 08322/959040

SLAA Selbsthilfegruppe. Fr., 19 Uhr, Haus Lichtblick, Kempten ☞ 0175/3746314

Caritas Suchtfachambulanz Martin-Luther-Straße 3, Sonthofen, ☞ 08321/7889437; Mo., Di., Do. 8-12.30 Uhr, Mi. 15-17, Fr. 8-12 Uhr

Sucht-Hotline Beratung rund um die Uhr, anonym, ☞ 089/28 28 22; online Beratung über www.suchthotline.info

Sucht-Online-Beratung unter www.caritas-augsburg.de

Behinderung

Bayerischer Blinden- und Sehbehindertenbund ☞ 0831/23310

Beratung für körperlich und psychisch Kranke, Behinderte und Angehörige Landratsamt, Sozialdienst, Sonthofen, ☞ 08321/612-128 und -129

Offene Behindertenarbeit u. Beratung bei Behinderung und chronischen Erkrankungen Caritas, Martin-Luther-Str. 10 b, Sonthofen, ☞ 08321/6601-46, ☞ Miriam.Schnitzler@caritas-oberallgaeu.de

Hörbehindertenberatung - Sprechstunde in Sonthofen Anmeldung erforderlich, 14 bis 16 Uhr, Caritas, ☞ 0821/3156332, Fax 0821/3156357, ☞ u.baer@caritas-augsburg.de

Menschen mit und ohne Behinderung „Die Handicap und ihre Freunde“. Caritas Kempten-Oberallgäu ☞ 08321/ 6601-45 oder Ralf Kim ☞ 08321/82782

Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bahnhofstraße 22, Sonthofen, ☞ 08321/6095900

Psychische Gesundheit

Ehemaligen-Selbsthilfe-Gruppe Wolfsried Treffen jeden 2. und 4. So. im Monat, 19 Uhr, Klinik Wolfsried, ☞ 08394/926645 oder 0151/14257360

Sozialpsychiatrisches Zentrum der Diakonie Sonthofener Straße 17, Immenstadt, ☞ 08323/99965-0

OhA Psychosozialer Hilfsverein Grüntenstraße 15, Sonthofen ☞ 08321/6076948 o. 0160/98299996

Psychische Erkrankung, Depression, Psychose Diakonie, Immenstadt, ☞

08323/99965-0

„Lichtbrückenwege“ Immenstadt, Hilfe für Menschen mit psychischen Problemen, Selbsthilfegruppe: 1. u. 3. Mo. im Monat, 18 Uhr; Energiearbeitsgruppe: 2. und 4. Mo. im Monat, 18 Uhr. Sarah Yasmijla Rüsich, ☞ 08323/9592002 o. 0171/8960940.

Gewichtprobleme

Selbsthilfegruppe Adipositas Kempten-OA St.-Mang-Platz 11, Kempten Heike Krätzschmar, ☞ 0831/9602095 Heidi Kraus ☞ 08374/586695 oder Djamilia Schittenhelm ☞ 08370/921671 www.adiposita-kempten.de

Weight Watchers S. Boni, Hirschdorfer Weg 3, Kempten; ☞ 0831/ 5902442

Schwangerschaft

Schwanger? Anonyme Beratung ☞ 0800/4040020.

Schwangerenberatungsstelle im Landratsamt Sonthofen, ☞ 08321/612-128 oder 612-129

Arche Sonthofen - Hilfe für Schwangere und Mütter in Not ☞ 08321/ 2897

Geburtsvorbereitung u. Rückbildungsgymnastik Sonthofen, Do., 18.30 Uhr Rückbildung, 19.30 Uhr Geburtsvorbereitung, Burgbergstraße 2, ☞ 08379/ 898

Kath. Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen Caritas, Sonthofen, Mi., 8.30 bis 11.30 Uhr, ☞ 0831/26051 Pro familia, Kempten, ☞ 0831/ 960774-0. Mo. bis Fr. 8.30 bis 12.30 Uhr; Mo., Mi., Do. 14 bis 16 Uhr

Ehe & Familie

Ehe-, Familien- u. Lebensberatung in Sonthofen ☞ 0831/23636. Mo.-Fr. 8-12 Uhr u. 13-17 Uhr

Familienpflegewerk des KDFB Cordula Schneider ☞ 08321/6752837, Fax 08321/ 6752841 ☞ oberallgaeu@familienpflegewerk.de

Familienzentrum Rockzipfel Burgsiedlung 1, Sonthofen ☞ 08321/674512, Fax 674513; Mo. u. Do., 9 bis 11 Uhr, Mittwoch, 15 bis 17 Uhr und nach VB

Familienzentrum Kinderschutzbund Immenstadt, ☞ 08323/4195. Familien- und Paarberatung, Erziehungsfragen, Mo. bis Fr. 9.30-11.30 Uhr, Mo. u. Do. 14-16 Uhr. www.kinderschutzbund-immenstadt.de

Gesprächskreis bei Erziehungsproblemen Mi., 18 Uhr, Praxis für Ergotherapie, Sonnenstr., Sonthofen, ☞ 08321/787519

Humane Trennung und Scheidung ☞ 08321/67323-0, Fax 6732395

Psychologische Beratungsstelle für Erziehungs-, Jugend- und Familienberatung Sonthofen, Bismarckstraße 5, ☞ 08321/5055. Mo.-Do. 8-12 und 13-17 Uhr, Fr. 8-12 und 13-15.30 Uhr. Sprech-

stunde, mittwochs 15-17 Uhr; Sprechstunde für Schreibabys: Mo-Fr. 8 - 12 Uhr

Bäuerliche Familienberatung ☞ 08222/411166; Mo.-Do. 8 bis 10 Uhr

Beratungsstelle am Förderzentrum Sonthofen für Kindergärten, Grund- und Hauptschule, Beratung: Di. 14.30 bis 16.30 Uhr, Telefonzeiten: Mo. 8 bis 9 Uhr und Di. 13.30 bis 14.30 Uhr, ☞ 08321/ 660716, Sonthofen, Albert-Schweitzer-Straße 16 a, ☞ msd@assf.de

Alleinerziehende/Sozialpädagogischer Fachdienst Kempten Bismarckstraße 5, Sonthofen; ☞ 0831/27289

Kinder & Jugend

Kinder- u. Jugendnotruftelefon kostenlos rund um die Uhr ☞ 0800/ 6522265

Familienzentrum Kinderschutzbund Immenstadt Mittagstraße 6. ☞ 08323/4195. Mo.-Fr. 9.30 bis 11.30 Uhr, Mo. und Do. 14 bis 16 Uhr

Kinderschutzbund Sonthofen Burgsiedlung 1, ☞ 08321/88114 und 83897

„Right Way“ Treffen für Jugendliche ab dem Teeniealter mit Realitätsängsten, jeden 2. und 4. Di. im Monat, 17.30-19 Uhr, Caritas, Brennergasse 15, Kempten. Infos ☞ 0151/28564879 (Mi-Fr, 17-18 Uhr).

KoKi - Netzwerk frühe Kindheit Beratung für werdende Eltern und Eltern mit Kindern bis 3 Jahre, Schloßstraße 10, Sonthofen, ☞ 08321/612-600

Kinderhilfe Allgäu Frühförder- u. Beratungsstelle der Lebenshilfe, Richard-Wagner-Str. 3, Sonthofen, ☞ 08321/ 84964

Frauen & Männer

Gleichstellungsstelle Landratsamt, ☞ 08321/ 612234, Fax 08321/61267234

Frau & Beruf Vereinbarkeit Familie und Beruf, Landratsamt, Termine unter ☞ 08321/612-234, vormittags

Missbrauch- & Opferhilfe

Frauenhaus Kempten ☞ 0831/18018 Weisser Ring, Hilfe für Kriminalitätsoffer. ☞ 0800/0800343 (kostenlos)

„Projekt Lebenslang“. Infos unter www.projekt-lebenslang.de

Selbsthilfegruppe für Missbrauchsüberlebende Mi., 19.30 Uhr, Oberstaufen, ☞ 08323/4195

Schaut hin! Verein für Kinder- und Opferhilfe Theresa Kraft ☞ 08322/ 606309 o. Gerd Rüben ☞ 08322/ 987476

S-ANON Selbsthilfegruppe für Menschen die unter sexuellem Verhalten Anderer leiden. Treffen jeden 1. So. 19 bis 20.30 Uhr, ☞ 0157/84825156 oder ☞ sanon.allgaeu@yahoo.de

Archiv der Mütter gegen institutionelle und private Gewalt Mütterinitiative Allgäu, Postfach 3101, 87440 Kempten

☞ 0174/4791989, Sprechzeit: Mo., 20 bis 21.30 Uhr und Do., 10 bis 11.30 Uhr Missbrauch & Opferhilfe:

Familienzentrum Kinderschutzbund Immenstadt, Beratung bei Gewalt und sexuellem Missbrauch für Betroffene und Angehörige ☞ 08323/4195

Trauer

Trauernde Eltern Oberallgäu ☞ 08323/9555775, Frau Just.

Hospizverein Kempten-Oberallgäu ☞ 0831/9608580.

Trauer-Telefon Diözese Augsburg, Mi. 19-22 Uhr, ☞ 0821/3497349

Selbsthilfegruppe für Suizidinterbliebene im Allgäu Treffen jeden 3. Dienstag im Monat, 18 Uhr. Gabi Sager ☞ 0831/68115 oder 0831/97746 oder ☞ Gabi.Sager@Agus-Kempten.de

Trauer-Café und Gruppen, Regina Krautwig, ☞ 08323/987121, Gerlinde Dinnebier ☞ 08323/6217 oder ☞ regina.krautwig@gmx.de

Schuldnerberatung

Schuldnerberatung Caritas Sonthofen: Martin-Luther-Str. 10 b, offene Sprechzeit Mo 13.30 bis 16.30 Uhr, telefonische Erreichbarkeit, Di., Mi., Do. 12 bis 13 Uhr unter ☞ 08321/6601-16 oder -11. Immenstadt: Bürgerbüro der Stadt. Offene Sprechzeiten jeden letzten Fr. im Monat, 9 bis 11 Uhr. Nicole Settele ☞ 08321/6601-10.

Sonstiges

Arbeiter-Samariterbund Pflegeberatung ☞ 08323/98140

Beratung zu Integrations- und Migrationsthemen und Integrationsbeirat Oberallgäu-Süd ☞ 08321/ 612-554, Landratsamt OA ☞ 08321/612-254

Migrationsberatung des Caritasverbandes ☞ 0831/ 10934

Beratung für Senioren Landratsamt, Oberallgäuer Platz 2, Sonthofen, ☞ 08321/612-154 Rosemarie Ehlen-Orlando

Betreuungsverein des Caritas-Kreisverbandes ☞ 08321/6601-15

Evangelischer Diakonieverein Herder