

## 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, Frauen-Sozialarbeit, Vermittlung von Mütter-Kinderkuren, hauswirtschaftlicher Dienst, Kleiderstube, Behindertenarbeit, Schuldnerberatung; Sonthofen, ☞ 08321/6601-10

**Caritas-Sozialstation** Dauerpflegestation, Hausnotruf, Hol-, Bring- u. Begleitedienste, 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, ☞ 08321/6601-29

**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

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

# Senioren loben „nette Atmosphäre“

## Umbau Johanniter haben aus ehemaligem Schleckermarkt in Fischen eine Tagespflege gemacht

VON VERONIKA KRULL

Fischen „Wie ein Marktplatz“, lächelt Claudia Birke. Sie meint das „Kaminzimmer“ mit den gemütlichen roten Sesseln und dem elektrischen Kaminfeuer, das auf die Fischinger Hauptstraße blickt. Wenn die Vorhänge von den fast raumhohen Fenstern zurückgezogen sind, wähnt sich der Besucher mittendrin in dem bunten Treiben vorm Haus. „Eine nette Atmosphäre“, lobt auch Hedwig Schnellinger. Die 91-Jährige, die aus dem Egerland stammt, aber seit 1974 in Fischen wohnt, ist heute zu Gast in der neuen Tagespflege der Johanniter im Allgäu. Ihre erste Tagespflege im Allgäu, die dritte in Bayern.

„Es stehen 17 Plätze für demenzkranke oder pflegebedürftige Menschen zur Verfügung, und wir haben derzeit zehn Gäste“, sagt Claudia Birke (56), die Leiterin der neuen Tagespflege. Die gelernte Krankenschwester und Pflegefachkraft, seit 15 Jahren bei den Johannitern und vorher in der ambulanten Pflege in Kempten tätig, kommt ebenfalls gern hierher: „Ich freue mich jeden Morgen, ich kann mir keinen schöneren Ort vorstellen.“ Nach dem umfangreichen Umbau durch die neuen Besitzer des ehemaligen Schleckermarkts sind die Räume nicht mehr wiederzuerkennen.

An das Kaminzimmer schließt sich ein großer Aufenthaltsraum mit mehreren Tischen an: Dort können die Besucher frühstücken, zu Mittagessen und nachmittags Kaffee und Kuchen genießen. Mittendrin



Ärgern sich kein bisschen beim Spiel in der neuen Tagespflege der Johanniter in Fischen: (von links) Altenpflegerin Marianne Röhl, Leiterin Claudia Birke und Besucherin Hedwig Schnellinger. Foto: Veronika Krull

steht eine große offene Küche. Hier können zum Beispiel Demenzkranke, die gerne in Bewegung sind, den ganzen Raum umrunden. In der Küche wird mit den Besuchern gekocht und gebacken, in der Seitenstraße entsteht ein großes Hochbeet. An den Tischen wird gebastelt oder gespielt: Am Morgen hat Schnellinger „Mensch-ärgere-dich-nicht“ gespielt. Sie ist heute für einen kostenfreien Schnuppertag in die Tagespflege gekommen.

Am Nachmittag soll musiziert werden, verrät die Chefin: Dann werden Volkslieder gesungen, eine Kollegin begleitet auf dem Klavier oder der Blockflöte. Manchmal

bringt Birke mit dem Einverständnis der Besucher auch ihre Jagdhündin „Mira“ mit. „Das finden alle ganz toll.“

## Großer Wellness-Bereich

Zwischendurch können die Gäste in zwei Ruhezimmern oder auf den demnächst gelieferten Relaxsesseln entspannen. Stolz ist Birke auf das geräumige Pflegebad, das vor allem Menschen mit spastischen Erkrankungen guttut. Aber es können auch Leute aus dem Dorf den Wellnessbereich benutzen – gegen Bezahlung. Gäste oder Urlauber, die den Pflegegrad 2 haben, werden von der Krankenkasse unterstützt. Zusätz-

lich gibt es auf den geräumigen rund 400 Quadratmetern noch einen Therapieraum für Physio- oder Musiktherapie.

Die Tagespflege hat montags bis freitags von 8 bis 17 Uhr geöffnet. Im Bereich Sonthofen-Oberstdorf wird ein Fahrdienst mit einem rollstuhlgerechten Bus angeboten. Wenn die Nachfrage steigt, kann sich Birke auch eine Betreuung am Wochenende vorstellen. Darüber hinaus bieten die Johanniter eine Beratung rund um die Pflege an. Im Herbst plant das Fischinger Team ein Nachbarschaftstreffen.

☎ Kontakt Johanniter-Tagespflege, Telefon 08326/3484642.

**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 Blai-chach. Dr. med. Silke De Vries, ☞ 08324/933600

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

**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, Medikamenten-abhängige, 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 Kinder 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, ☞ 08321/6601-45, ☎ 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 Handicaps 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 Kindergarten, 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 Missbrauchs-überlebende** Mi., 19.30 Uhr, Oberstaufen, ☞ 08383/1430

**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, Kempten. 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 Suizidinterbiene** 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 Dinnebir ☞ 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 ☞ 0832