

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, Kurmittelhau 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-Kind-Kuren, 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, Frühlingstraße, 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 I 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 krebserkrankte Kinder im Allgäu, Monika Panzer ☎ 08341/

„Jeder, der kommt, ist ein Einzelfall“

Migrationsberatung Caritas-Mitarbeiter informieren im Oberallgäu und in Kempten

VON VERONIKA KRULL

Sonthofen Das ist der Allgäuer, der in Brasilien die Liebe seines Lebens gefunden hat und seine Frau jetzt in seine Heimat holen will. Oder der junge Mann aus Syrien, der in Deutschland Asyl beantragt hat. Oder der spanische Elektriker, der hier in seinem Beruf arbeiten will. Sie alle sind Klienten der Migrationsberatung vom Caritasverband für die Diözese Augsburg. Außenstellen finden sich in Kempten und in Sonthofen auf der Hochstraße. In der Kreisstadt kümmern sich die beiden Sozialpädagoginnen Caroline Wirth und Monika Zeilhuber-Lang um die Ratsuchenden.

Die Themen sind vielfältig: Sie reichen von Fragen zum Familiennachzug über die Berufsberatung bis hin zu Sprach- und Integrationskursen. Waren es im vergangenen Jahr viele Menschen aus Flüchtlingsländern wie Syrien, Afghanistan oder Eritrea, haben sich in diesem Jahr auch wieder mehr EU-Bürger etwa aus Rumänien oder Ungarn gemeldet, sagt Caroline Wirth (39). Sie seien zum Teil gut qualifiziert und interessierten sich häufig für eine Arbeit im Hotel- und Gaststättengewerbe. Rund 1400 Beratungen haben bereits in diesem Jahr in Sonthofen stattgefunden.

Die Sprachkenntnisse der Neuankommlinge seien sehr unterschied-



Caroline Wirth (links) und Monika Zeilhuber-Lang arbeiten in der Migrationsberatung in Sonthofen.

Foto: Veronika Krull

lich, meint Wirth. Verständigungsprobleme gibt es trotzdem nicht. Sie und ihre Kollegin in Sonthofen beraten auf Deutsch und Englisch, in der Kemptener Beratungsstelle wird auch russisch, ungarisch und rumänisch gesprochen.

Nicht selten werden die Ratsuchenden auch von ansässigen Verwandten und Freunden begleitet.

Zudem gibt es freiwillige Übersetzer, erklärt Zeilhuber-Lang (54): ehemalige Klienten, die sich mit dieser Hilfe bedanken wollen.

Regelmäßig bieten die beiden Sozialpädagoginnen auch Beratungen vor Ort an - in Immenstadt, Oberstdorf und Wertach. Die Gemeinden stellen dort einen Raum zur Verfügung. Überhaupt ist die Beratungs-

stelle gut vernetzt: nicht nur mit den Helferkreisen für Asylsuchende, sondern auch mit der Ausländerbehörde oder dem Jobcenter. Wobei eindeutig die Beratung im Vordergrund steht, betont Wirth. „Bei uns bekommen die Menschen Unterstützung. Aber dann müssen sie schon selber tätig werden.“

Warten schlägt auf die Psyche

Mit welchen Schwierigkeiten haben sie zu kämpfen? Caroline Wirth verweist auf die Frustrationen, die bei ihren Klienten entstehen, „wenn nichts vorangeht“. Wenn sie jahrelang auf ihre Familie warten müssen, wenn sie ihre Unterkunft nicht verlassen können, weil es keine freie Wohnung gibt. „Das Warten macht auch mit der Psyche was“, ergänzt ihre Kollegin. Aber beschleunigen können sie die Verfahren nicht.

Die Arbeit macht den beiden Frauen dennoch Spaß, denn sie ist abwechslungsreich: „Jeder, der kommt, ist ein Einzelfall“, sagt Zeilhuber-Lang. „Es ist schön, mit den Leuten zu arbeiten, wenn man offen für andere Menschen und Kulturen ist.“ Wenn sie mehr Zeit hätte, würde sie gern eine andere Sprache lernen, am liebsten Arabisch. „Denn eine Sprache ist wie ein Türöffner.“

Infos unter Telefon 08321/6189430.

Alle Beratungen sind kostenlos und unterliegen der Schweigepflicht.

98561 oder www.foerderkreis-krebskranker-kinder-allgaeu.de

Psychosoziale Krebsberatungsstelle Kempten ☎ 0831/5262270

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, Mittagsstraße 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 Kinder suchtkranker Eltern (EKS), Ess-, Brech- u. Magersüchtige (OA), Raucher (NicA), bei gefühlmäßigen 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 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 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 offene Depressionsgruppe für Erwachsene, donnerstags, 14-tägig, 17 Uhr, Sonthofener Straße 17, Immenstadt, ☎ 08323/99965-0

OhA Psychosozialer Hilfsverein Gröntenstraße 15, Sonthofen ☎ 08321/6076948 o. 0160/98299996

Psychische Erkrankung, Depression, Psychose Diakonie, Immenstadt, ☎ 08323/99965-0

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

Gewichtsprobleme

Selbsthilfegruppe Adipositas Kempten-OA St.-Mang-Platz 11, Kempten Heike Krättschmar, ☎ 0831/9602095 Heidi Kraus ☎ 08374/586695 oder Djamil 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, Mo. 8 bis 9 Uhr und Di. 13.30 bis 14.30 Uhr, ☎ 08321/ 660716, Sonthofen, Albert-Schweitzer-Straße 16 a, ☎ msd@ass-sf.de

Alleinerziehende/Sozialpädagogischer Fachdienst 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, ☎ 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 Suizidhinterbliebene 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 Dinnebiel ☎ 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 Pflege