



Caritas Kelheim



# Selbsthilfegruppen

im Landkreis Kelheim

August 2017

**Inhaltsverzeichnis**

|                              |              |
|------------------------------|--------------|
| <b>Behinderung</b>           | <b>S. 4</b>  |
| <b>Kinder und Eltern</b>     | <b>S. 7</b>  |
| <b>Krankheit</b>             | <b>S. 12</b> |
| <b>Pflegende Angehörige</b>  | <b>S. 23</b> |
| <b>Entlastungsdienste</b>    | <b>S. 26</b> |
| <b>Psychische Gesundheit</b> | <b>S. 26</b> |
| <b>Trauer</b>                | <b>S. 26</b> |
| <b>Senioren</b>              | <b>S. 32</b> |
| <b>Sucht</b>                 | <b>S. 34</b> |
| <b>Weitere Informationen</b> | <b>S. 39</b> |

## Miteinander – Füreinander

**Wenn so viele diesen Weg wählen,  
muss was dran sein!**

Immer mehr Menschen nutzen die Chance, in einer Selbsthilfegruppe seelische, gesundheitliche und soziale Probleme auf einer persönlichen Ebene anzugehen.

Dies geschieht zum einen aufgrund eigener Betroffenheit, zum anderen in Solidarität mit anderen, die sich in einer ähnlichen Lage befinden. Ärztliche oder professionelle Hilfe werden zwar nicht überflüssig, können aber sehr sinnvoll ergänzt werden.

Der Caritasverband für den Landkreis Kelheim unterstützt seit Jahren die Arbeit von Selbsthilfegruppen, sodass Menschen einen Ort haben oder finden können, an dem sie offen und vertraulich miteinander sprechen und sich treffen können.

Das folgende Verzeichnis soll Ihnen helfen, mit den im Landkreis Kelheim existierenden Gruppen Kontakt aufzunehmen.

## Kontaktkreis Behinderte - Nichtbehinderte (KBN) des Caritasverbandes Kelheim

Gemeinsame Freizeitgestaltung, Erfahrungsaustausch, Feste und Ausflüge für behinderte Menschen und ihre Angehörigen und Freunde.

### **Treffen:**

jeden 2. Montag im Monat von 19:00 bis ca. 22:00 Uhr im Sozialzentrum Kelheim/EG, Pfarrhofgasse 1 (s. auch Veranstaltungshinweis in Tagespresse)

### **Kontakt:**

Anneliese Anzinger, Tel, 09441 3388 oder  
Caritasverband Kelheim, Tel. 094415007 - 15



## Kontaktkreis Menschen mit und ohne Behinderung (KMOB) des Caritasverbandes Mainburg

Gemeinsame Freizeitgestaltung, Gespräche, Feste und Ausflüge für behinderte Menschen und ihre Angehörige und Freunde.

### **Treffen:**

Jeden 2. Donnerstag im Monat um 19 Uhr im Caritas-Altenheim Mainburg,  
Maurer-Jackl-Weg 6

### **Kontakt:**

Siegrid Fertl, Tel. 08751/2333 oder  
Caritasverband Kelheim Tel. 09441 5007 - 15



## Kontaktkreis Behinderte – Nichtbehinderte (KBN) des Caritasverbandes, Abensberg

Gemeinsame Freizeitgestaltung, Erfahrungsaustausch, Feste und Ausflüge für behinderte Menschen und ihre Angehörigen und Freunde

### **Treffen:**

Jeden 1. Dienstag im Monat von 19:00 bis 21:00 Uhr im Sozialzentrum Abensberg, EG, Max-Bronold-Str. 10

### **Kontakt:**

Emil Hergeth, Tel. 09443 7541 oder Caritasverband Kelheim Tel. 09441 5007 - 15



### „Spiel und Spaß für Kinder mit und ohne Behinderung“

**Treffen:**

2 mal monatlich samstags, 9:00 bis 12:00 Uhr  
im Sozialzentrum Kelheim im Sozialzentrum  
Kelheim, Pfarhofgasse 1 / EG, Kelheim

**Kontakt:**

Frau Lisa Wallner und Frau Franziska Metz  
Tel: 0160 97563774

### Freitagstreff

Treff für erwachsene Behinderte

**Treffen:**

Jeden 3. Freitag des Monats von 15:00 bis 1700 Uhr, im Mehrgenerationenhaus Langquaid, Hintere Markt Str. 20,

**Kontakt:**

Liane Antemann, Tel. 09448 901822 oder 0171 9314971  
Birgit Hausinger Tel. 0151 10824440

### Eltern, die trauern

**Treffen:**

Auf Nachfrage, Begleitung der Gruppe durch Erziehungsberatungsstelle Kelheim.

**Kontakt:**

Erziehungsberatungsstelle Kelheim, Sozialzentrum Kelheim, Pfarrhofgasse 1,  
Tel. 09441 67590  
Frau Tanja Bartosch, Tel. 09441/175249



### SH-Gruppe für Familien mit mehrsprachigen Kindern.

Die Gruppe ist für Eltern gedacht, die mehrsprachige Kinder haben (Schwerpunkt ist Deutsch-Russisch).

**Treffen:**

Jeden Sonntag von 15:00 bis 17:00 Uhr. Treffen nach vorheriger Absprache.

**Kontakt:**

Frau Julia Mukanova, Tel. 09444 981230

### PFAD für Kinder Pflege- und Adoptivfamilien für den Landkreis Kelheim

**Treffen:**

Monatlich, Termine in der Tagespresse und auf  
Anfrage

**Kontakt:**

Pfad-Kreisvorsitzende Petra Stadler, Mainburg,  
Tel.: 08751 61269,  
E-Mail: [pet.stadler@gmx.de](mailto:pet.stadler@gmx.de)

### Eltern(teile) mit Problemen in der Erziehung

**Treffen:**

Auf Nachfrage, Begleitung der Gruppe durch  
Erziehungsberatungsstelle Kelheim.

**Kontakt:**

Erziehungsberatungsstelle Kelheim, Sozialzent-  
rum Kelheim, Pfarrhofgasse 1,  
Tel. 09441 67590

## Eltern in Trennung und Scheidung

### **Treffen:**

Auf Nachfrage, Begleitung der Gruppe durch Erziehungsberatungsstelle Kelheim.

### **Kontakt:**

Erziehungsberatungsstelle Kelheim, Sozialzentrum Kelheim, Pfarrhofgasse 1,  
Tel. 09441 67590

## Mutter-Kind-Gruppen

Spieltreff für Kleinkinder und Erfahrungsaustausch für Mütter, Gruppen treffen sich in vielen Orten im Landkreis;

### **Kontakt:**

Über Pfarrgemeinden, Gemeinde- oder Stadtverwaltungen zu erfahren, s. auch Tagespresse;

## Coronarsportgruppe Kelheim

Sportgruppe für Herzinfarktgeschädigte oder herzerkrankte Personen unter fachärztlicher Betreuung (6-köpfiges Ärzteteam).

### **Treffen:**

Jeden Montag, 20 Uhr beim ATSV Kelheim, Sporthalle am Rennweg 66, Kelheim und Dienstag von 8:30 bis 9:30 Uhr im Begegnungszentrum, Emil-Ott-Str. 6, Kelheim.

### **Kontakt:**

Frau Bittner, Tel. 09441 7533;  
Dr. Martin Huth, Tel. 09441 702-0

## Coronarsportgruppe Rohr

Trainings- und Übungsgruppe

### **Treffen:**

Montag von 19:30 bis 21:00 Uhr in der Sporthalle des Rohrer Gymnasiums.

### **Kontakt:**

Herbert Pischulti, Tel. 08783 1408

## Tinnitus aurium - das Klingeln im Ohr

**Treffen:**

Jeden 1. Mittwoch im Monat von 17:30 bis 19:30 Uhr in der Goldberg-Klinik-GmbH, Traubenweg 3, 93309 Kelheim, Konferenzraum Ebene A6, Zimmer A 647 neben der Kapelle

**Kontakt:**

Frau Gerlinde Görlich, Tel. 09441 5712  
E-Mail: hggoerlich@hotmail.com

## Selbsthilfegruppe für Schlaganfallpatienten und Angehörige

Information, Erfahrungsaustausch, Vorträge, Begleitung durch Chefarzt Dr. Seidl

### **Treffen:**

Jeden 1. Donnerstag im Monat ab 16:30 Uhr im Gasthof Berzl Kelheim, Hafnergasse 2, 93309 Kelheim

### **Kontakt:**

Frau Renate Brem, Tel.: 09441 4282

## Deutsche Ilco-Gruppe (künstlicher Darmausgang und Blasen-ausleitung)

### **Treffen:**

Jeden 1. Donnerstag im Monat ab 17:00 Uhr im Bischofshof Braustuben, Dechbettener Str. 50, 93049 Regensburg

### **Kontakt:**

Frau Anita Erz, Tel. 09498 3150

## Diabetikersportgruppe der VHS

Sportgruppe „Mach mit, werde fit“ für Diabetiker und schwergewichtige Personen mit einem ärztlichen Ansprechpartner, Frau Dr. Zimmermann

### **Treffen:**

Jeden Dienstagvormittag von 9:45 bis 10:45 Uhr in den Räumen des Begegnungszentrum, Emil-Ott-Str. 6 Kelheim;

### **Kontakt:**

Frau Bittner, Tel. 09441 7533

## Vereinigung der Kehlkopfloren

**Kontakt:**

Herr Johann Stockmeier, Schierling,  
Tel. 094511336  
E-Mail: [johann.stockmeier@buchhausen.de](mailto:johann.stockmeier@buchhausen.de)

## Psychosoziale Beratungsstelle bei Krebs des Caritasverbandes Kelheim

Beratung für Krebskranke und Angehörige nach  
Terminvereinbarung

**Kontakt:**

Frau Bärbel Binas-Blum, Tel. 09441 21103 oder  
Tel. 09441 5007 - 0, Fax. 09441 5007 - 19  
E-Mail: [kreisverband@caritas.kelheim.de](mailto:kreisverband@caritas.kelheim.de)



## Kontaktkreis Krebsnachsorge des BRK Kelheim

**Treffen:**

Jeden 1. Dienstag im Monat ab 14:30 Uhr im  
Gasthaus „Aukoferbräu“, Alleestr. 27, Kelheim

**Kontakt:**

BRK-Kreisverband Kelheim,  
Tel. 09441 5028 - 13  
Elisabeth Weichslgartner, Tel. 09441 9040

## Selbsthilfegruppe Frauen und Krebs

Gesprächskreis für Frauen mit Brustkrebs oder  
gynäkologischer Krebserkrankung

**Treffen:**

Jeden 3. Dienstag im Monat um 19:30 Uhr im  
BRK-Seniorenheim in Abensberg, Bahnhofstr. 6  
auf E1

**Kontakt:**

Frau Christine Piehler, Tel. 09443 2246

## Multiple-Sklerose-Gruppe Kelheim der Multiplen-Sklerose-Gesellschaft

### **Treffen:**

Jeden 2. Donnerstag im Monat von 14:00 bis 17:00 Uhr im Sozialzentrum Kelheim, Pfarrhofgasse 1, EG;

### **Kontakt:**

Richard Dietz, Tel. 09499 382

## Multiple Sklerose-Gruppe Abensberg

### **Treffen:**

Jeden letzten Montag im Monat von 18:00 bis 20:00 Uhr im Sozialzentrum Abensberg, Max-Bronold-Str. 10, 93326 Abensberg

### **Kontakt:**

Gerhard Elsner, Tel. 09443 5788  
E-Mail: [info@multiple-sklerose-abensberg.de](mailto:info@multiple-sklerose-abensberg.de)  
Internet: [www.multiple-sklerose-abensberg.de](http://www.multiple-sklerose-abensberg.de)

## MS - Frühstückstreff

**Treffen:**

Jeden 1. Donnerstag im Monat (nicht an Feiertagen) ab 9:30 Uhr im Cafe Rathaus Manglkammer, Kaiser-Karl V-Allee 6, Bad Abbach

**Kontakt:**

Frau Elfi Sonnleitner-Meyer, Tel. 09405 6885  
E-Mail: EGJR.Meyer@gmx.de

## MS-Frühstückstreff

**Treffen:**

Jeden 2. Samstag im Monat um 9.30 Uhr in der ev. Kirche Neustadt/Donau

**Kontakt:**

Herr Pfeiffer, Abensberg, Tel. 09443 5214  
E-Mail: wernerpfeiffer56@gmail.de  
Frau Gebhardt, Kelheim, tel. 09441 12879  
E-Mail: gebhardt.christina@gmx.de

## Selbsthilfegruppe für Diabetiker des Caritasverbandes

**Treffen:**

Ca. alle 6 Wochen (s. Tagespresse) an einem  
Dienstag um 19:00 Uhr im Sozialzentrum Kel-  
heim/EG

**Kontakt:**

Frau Rauscher, Tel. 09441 9444  
Herr Stephan, Tel. 09441 4555

## Selbsthilfegruppe Morbus Bechterew

**Treffen:**

Jeden Donnerstag von 18:00 bis 20:00 Uhr zur  
Trocken- und Wassergymnastik im Römerbad in  
Bad Gögging

**Kontakt:**

Manfred Otte, Tel. 09443 1317

## Selbsthilfegruppe Fibromyalgie Abensberg

**Treffen:**

Jeden 1. Mittwoch im Monat von 16:00 bis  
17:30 Uhr im Caritas-Sozialzentrum Abens-  
berg, Max-Bronold-Str. 10

**Kontakt:**

Ursula Ecker, Tel. 09443 3703

## Deutsche Fibromyalgie Vereini- gung e.V. Selbsthilfegruppe Sonnenschein Kelheim

**Treffen:**

Jeden 3. Montag im Monat im Caritas Sozial-  
zentrum Kelheim

**Kontakt:**

Frau Renate Schöttner , Tel. 09441 2964825;  
E-Mailadresse: shgfibrokeh@web.de

## Selbsthilfegruppe Rheuma

**Treffen:**

Jeden letzten Dienstag im Monat um 19:00 Uhr  
im BRK-Kreisverband Kelheim, Abensberger  
Str. 6 (s. auch Tagespresse)

**Kontakt:**

Fr. Manglkramer, Tel. 09441 9807  
Internet: [www.rheuma-liga-bayern.de](http://www.rheuma-liga-bayern.de)

## OSTEOGENESIS IMPERFECTA (Glasknochenkrankheit)

**Gesellschaft für Osteogenesis Imperfecta  
Betroffene e.V.**

**Kontakt:**

Frau Wöhrl, Riedenburg,  
Tel. 09442 550, Fax 09442 906060  
E-Mail: [susanne.woehrl@oi-gesellschaft.de](mailto:susanne.woehrl@oi-gesellschaft.de)

## Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige, Caritasverband Raum Mainburg

### **Treffen:**

Jeden 3. Dienstag im Monat von 19:00 bis  
21:00 Uhr im Sozialzentrum/EG, Mainburg,  
Maurer-Jackl-Weg 10

### **Kontakt:**

Agnes Pitzl, Tel. 08751 9692 oder Fachstelle für  
pflegende Angehörige Stephanie Wöhrl, Tel.  
09443 9184225

## Pflegende Angehörige des BRK Abensberg

### **Treffen:**

Jeden 2. Mittwoch im Monat im Altenheim  
Abensberg ab 19:00 bis 21:00 Uhr

### **Kontakt:**

BRK Kelheim, Frau Anita Kufner  
Tel. 09443-992638



## Gesprächskreis für Angehörige demenzkranker Menschen Gruppe für den Raum Kelheim

### **Treffen:**

Jeden 2. Dienstag im Monat, Sozialzentrum Kelheim, Pfarrhofgasse 1, II. Stock, Gruppenraum

### **Kontakt:**

Veronika Mayer, Tel. 09442 1856 oder Fachstelle für pflegende Angehörige Frau Stephanie Wöhrl, Tel. 09443 9184225

## Gesprächskreis für Angehörige demenzkranker Menschen Gruppe für den Raum Mainburg

### **Treffen:**

Jeden 3. Dienstag im Monat, Sozialzentrum Mainburg, Maurer-Jackl-Weg 19

### **Kontakt:**

Fachstelle für pflegende Angehörige Frau Stephanie Wöhrl Tel. 09443 9184225

## **Für den Raum Abensberg**

### **Kontakt:**

Kirchmann Felicitas, 09443 3509 oder Fachstelle für Pflegende Angehörige, Wöhrl Stephanie, Tel. 09443 9184225

## **Für den Raum Bad Abbach**

### **Kontakt:**

Kraus-Adlhoch Karolina, 09405 6217 oder Fachstelle für pflegende Angehörige, Wöhrl Stephanie Tel. 09443 9184225

## **Für den Raum Kelheim**

### **Kontakt:**

Tscheu Mathilde 09441 5007 - 18 oder Fachstelle für pflegende Angehörige, Wöhrl Stephanie Tel.: 09443 9184225

### Gesprächskreis für Trauernde

**Treffen:**

Im dreiwöchigen Turnus, jeweils am Dienstag, außer an Feiertagen, von 19:00 bis 21:00 Uhr im kath. Pfarrheim, Am Gabis 7, Mainburg

Termine für 2017:

Dienstag: 14.03., 04.04.,

Montag: 24.04., 15.05.,

Dienstag: 30.05., 20.06., 11.07., 29.08., 19.09.,  
10.10., 07.11., 21.11., 12.12.

**Kontakt:**

Marlene Lesmeister, Trauerbegleiterin, Tel.  
08751 1513

### Gesprächsabende für trauernde Hinterbliebene, Neustadt

**Treffen:**

Vierteljährliche Treffen, nähere Infos bitte bei  
Kontakt Person erfragen

**Kontakt:**

Herr Pfarrer Johannes Hofmann,  
Tel. 09445/95600

### Hospizverein im Landkreis Kelheim e.V.

Ausgebildete ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter unterstützen schwerkranke und sterbende Menschen in ihrer letzten Lebensphase sowie ihre An- und Zugehörigen. Unser Angebot ist überkonfessionell und kostenfrei. Die Hospizbegleiter unterliegen der Schweigepflicht.

### Unterstützung in der letzten Lebensphase:

Wir begleiten Menschen in ihrer letzten Lebensphase daheim, im Krankenhaus und in Alten- u. Pflegeeinrichtungen. Das Angebot Gespräche zu führen oder nur „Da zu sein“ ist die Basis unserer psychosozialen Begleitung für den Betroffenen und seinen An- u. Zugehörigen. Kontakt: Koordinatorin Margret Neumann, Tel. 0175 3506607

## Psychische Unterstützung/Trauer 29

### Trauerbegleitung:

Der Tod eines nahestehenden Menschen verändert das ganze Leben. Nichts ist so wie es mal war. Es kann wohltuend sein, mit anderen Trauernden in Kontakt zu kommen, von eigenen Erfahrungen zu erzählen. Wir bieten Einzelbegleitungen sowie offene und geschlossene Gesprächsrunden in Kelheim, Abensberg und Mainburg an.

Kontakt: Koordinatorin Margret Neumann, Tel. 0175 3506607

### Trauer- und Lebenscafé - Kelheim

Das Trauer- u. Lebenscafé findet jeweils am 2. Samstag im Monat von 15:00 bis 17:00 Uhr im Evangelischen Gemeindezentrum, Ludwigstr. 2, 93309 Kelheim statt. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Nähere Informationen erteilen die Trauerbegleiterinnen:

|                  |                   |
|------------------|-------------------|
| Maria Delling    | Tel. 09441 174954 |
| Elisabeth Schels | Tel. 09441 10769  |
| Michaela Thoma   | Tel. 09441 4495   |

## Psychische Unter- stützung / Trauer 30

### **Trauergesprächskreis Kelheim:**

Der offene Trauergesprächskreis findet von April bis September statt.

Der geschlossene Trauergesprächskreis findet von Oktober bis März statt.

Die Trauergesprächskreise werden im Hospizbüro Barbara-von-Eck-Str. 1, 93309 Kelheim angeboten.

Nähere Informationen erteilt die

Trauerbegleiterin Annette Anzinger-Baur,  
Tel. 09441 1000

### **Trauergesprächskreis Abensberg:**

Der offene Trauergesprächskreis findet von Mai bis September statt.

Der geschlossene Trauergesprächskreis findet von Oktober bis April statt.

Die Trauergesprächskreise werden im Katholischen Pfarrheim Barbarasaal, Theoderichstraße 11, 93326 Abensberg angeboten.

Nähere Informationen erteilen die Trauerbegleiter:

Edith Brodbeck: Tel. 09443 3897

Alfred Stocker: Tel. 09443 5614

## Psychische Unterstützung / Trauer 31

### **Trauergesprächskreis Mainburg:**

Der Trauergesprächskreis wird im dreiwöchigen Turnus, jeweils am Dienstag, außer an Feiertagen, von 19:00 bis 21:00 Uhr im katholischen Pfarrheim, Am Gabis 7, 84048 Mainburg angeboten.

Nähere Informationen erteilt die Trauerbegleiterin Marlene Lesmeister, Tel. 08751 1513

## Tanzkränzchen des Seniorenbeirates der Stadt Kelheim

### **Treffen:**

Jeden 3. Dienstag im Monat ab 14:00 Uhr im Hotel Dormero, Kelheim;

### **Kontakt:**

Angela Steinberger, Seniorenbeauftragte der Stadt Kelheim, Tel. 09441 701 - 259





## Seniorengymnastikgruppen des BRK Kelheim, Kreisverband

Ansprechpartner: Frau Morath,  
Tel. 09441 5028 - 13  
Email: [morath@kvkelheim.brk.de](mailto:morath@kvkelheim.brk.de)

### **Seniorengymnastikgruppen:**

Ihrlerstein: Elke Bittner,  
Tel. 09441 7533

Maierhofen: Nicole Schmitzer,  
Tel. 09499 208

Neustadt: Maria Buchner  
Tel. 08403 640

Riedenburg: Gudrun Gärtner,  
Tel. 09442 2950

## Seniorenclubs - Altennachmittage - Gruppen für ältere Mitbürger/-innen

Gruppen treffen sich in vielen Orten im Landkreis, Kontakt über Pfarrei oder Gemeinde-/Stadtverwaltung, s. auch Tagespresse

## Anonyme Alkoholiker, Kelheim

**Treffen:**

Jeden Montag um 20:00 Uhr im ev. Gemeindezentrum, Ludwigstr. 2; Offenes Treffen: Jeden 1. Montag im Monat

**Kontakt:**

Monika, Tel. 09441 703495

## Alanon – Gruppe für Angehörige und Freunde von Alkoholkranken, Kelheim

**Treffen:**

Jeden 2. und 4. Montag im Monat um 20:00 Uhr im ev. Gemeindezentrum, Ludwigstr. 2, Kelheim;

**Kontakt:**

Heidi, Tel. 09441 9065

## Anonyme Alkoholiker, Bad Abbach

**Treffen:**

Jeden Freitag, 20:00 Uhr, Gemeindezentrum  
der ev. Kreuzkirche, Stinkelbrunnstr. 1; Offenes  
Treffen: jeden 1. Freitag im Monat

## Anonyme Alkoholiker, Ihrlerstein

**Treffen:**

Jeden Donnerstag, 20:00 Uhr, im kath. Pfarr-  
zentrum, Kirchstr. 3; Offenes Treffen. Jeden 3.  
Donnerstag im Monat;

**Kontakt:**

Walter, Tel. 09441 9065

## Anonyme Alkoholiker, Neustadt

**Treffen:**

Jeden Mittwoch um 20 Uhr im ev. Gemeindehaus, Schillerstr. 19; Offenes Treffen: jeden 1. Mittwoch im Monat

## Kreuzbund e.V. – Gruppe für Menschen mit Suchtproblemen und deren Angehörige, Kelheim

**Treffen:**

14-tägig am Donnerstag um 19:30 Uhr im Sozialzentrum, Pfarrhofgasse 1;

**Kontakt:**

Fachambulanz Tel. 09441 5007 - 42  
Frau Gabi Kampa 09447 991420

## Kreuzbund e.V. – Gruppe für Menschen mit Suchtproblemen und deren Angehörige, Mainburg

**Treffen:**

Jeden Montag um 19:30 Uhr im Caritas–Sozialzentrum, Maurer-Jackl-Weg 10;

**Kontakt:**

Frau Elisabeth Fertl, Tel. 08753 1469

## Kreuzbund e.V. - Gruppe für Menschen mit Suchtproblemen und deren Angehörige Abensberg

**Treffen:**

Jeden Mittwoch um 19:30 Uhr im Caritas Sozialzentrum, Max-Bronold-Str. 10;

**Kontakt:** Herr Horst Dietz Tel.: 09443 7378

## Selbsthilfegruppe für Alkohol- und Medikamentenabhängige und deren Angehörige, Kelheim

**Treffen:**

Jeden Freitag von 19:30 bis 21:30 Uhr (im Sommer) oder von 19:00 bis 21:00 Uhr (im Winter) im Sozialzentrum, Pfarrhofgasse 1

**Kontakt:**

Frau Heinrich, Tel. 0941 6409299

## Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Dietfurt

**Treffen:**

Jeden Donnerstag auch an Feiertagen von 19:30 bis 21:00 Uhr in der alten Grundschule Dietfurt

**Kontakt:**

Michael Bögerl, Tel. 08464 6428226

### Weitere Infos zu Treffen von und Unterstützung für Selbsthilfegruppen:

- Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe (KISS) Regensburg, Stadt und Landkreis, Tel. 0941 599 388 610 oder Internet: [www.kiss-regensburg.de](http://www.kiss-regensburg.de)
- Selbsthilfekontaktstelle (SEKON) Niederbayern, Tel. 0991 3705594 oder 0991 3705580 Internet: [www.selbsthilfe-niederbayern.de](http://www.selbsthilfe-niederbayern.de)
- Selbsthilfekoordination Bayern: [www.seko-bayern.de](http://www.seko-bayern.de)
- Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (NAKOS): [www.nakos.de](http://www.nakos.de)
- AOK Bayern / Selbsthilfeportal: [www.selbsthilfe-navigator.de](http://www.selbsthilfe-navigator.de)
- Internetplattformen für Eltern von Kindern mit Behinderung: **[www.intakt.info](http://www.intakt.info)**
- [www.familienratgeber.de](http://www.familienratgeber.de)
- [www.selbsthilfe-interaktiv.de](http://www.selbsthilfe-interaktiv.de)

### Ansprechpartner der Caritas für Selbsthilfegruppen

**Allgemeine Sozialberatung**  
**Pfarrhofgasse 1**  
**93309 Kelheim**

Heidi Kuffer  
Tel.: 09441 5007 - 15  
Email: [h.kuffer@caritas-kelheim.de](mailto:h.kuffer@caritas-kelheim.de)

Bettina Rappl  
Tel.: 09441 5007 - 15  
Email: [b.rappl@caritas-kelheim.de](mailto:b.rappl@caritas-kelheim.de)





| Stichwortverzeichnis                | Seite              |
|-------------------------------------|--------------------|
| Adoptiv und Pflegefamilien          | 10                 |
| Familien mit mehrsprachigen Kindern | 9                  |
| Alkoholabhängigkeit                 | 34/35/36/37/<br>38 |
| Behinderungen                       | 4/5/6/7/8          |
| Coronarsportgruppe                  | 12                 |
| Darmerkrankung                      | 14                 |
| Diabetes                            | 15/ 20             |
| Drogenabhängigkeit                  | 38                 |
| Ehrenamtlicher Besucherkreis        | 17                 |
| Eltern/Kinder/Jugendliche           | 7/8/9/10/11        |
| Entlastungsdienste                  | 26                 |
| Erziehung                           | 10                 |
| Familien                            | 9                  |
| Fibromyalgie                        | 21                 |

| Stichwortverzeichnis      | Seite                 |
|---------------------------|-----------------------|
| Ilco                      | 16                    |
| Jugendliche/Kinder/Eltern | 7/8/9/10/11/<br>12/13 |
| Kehlkopfloren             | 16                    |
| Kinder/Jugendliche/Eltern | 7/8/9/10/11           |
| Krebs                     | 16/17                 |
| Künstlicher Darmausgang   | 14                    |
| Morbus Bechterew          | 20                    |
| MS-Frühstück              | 19                    |
| Multiple Sklerose         | 18                    |
| Mutter-Kind-Gruppe        | 11                    |
| Osteogenesis Imperfecta   | 22                    |
| Pflege eines Angehörigen  | 23/24/25              |
| Rheuma                    | 22                    |
| Schlaganfall              | 14                    |

| Stichwortverzeichnis                                                     | Seite              |
|--------------------------------------------------------------------------|--------------------|
| Schmerzen                                                                | 21                 |
| Senioren                                                                 | 33/33              |
| Spieltreff für Kleinkinder                                               | 13                 |
| Sucht                                                                    | 34/35/36/37/<br>38 |
| Sterbebegleitung                                                         | 28                 |
| Stoma                                                                    | 16                 |
| Tinnitus aurium                                                          | 13                 |
| Trauer                                                                   | 8/27/28/29         |
| Trauer                                                                   | 30/31              |
| Trennung                                                                 | 11                 |
| Weitere Infos zu Treffen von und<br>Unterstützung für Selbsthilfegruppen | 39                 |

Damit das vorliegende Verzeichnis möglichst aktuell ist, bitten wir um eine Benachrichtigung der Selbst-Hilfegruppe bei Änderungen.

Vielen Dank!

# CariMARKT **nahkauf**

der "etwas andere Supermarkt"  
in der Kelheimer Altstadt

## Unser Service für Gruppen und Vereine:

- Bestellservice per Bestellformular oder e-Mail;
- Lieferung frei Haus zweimal wöchentlich (Mo. und Do.) im Bereich Kelheim, Abensberg und Mainburg;
- Kommissionsware für Veranstaltungen (nicht angebrochene Ware kann zurückgegeben werden);
- Bezahlung per Rechnung;
- Oster-, Nikolaus- und Weihnachtsaktionen;
- Attraktive Präsentkörbe in versch. Preisklassen;
- Geschenkgutscheine;
- Bonuskarte: am Jahresende erhalten Sie eine Gutschrift von 10% des Umsatzes als Warengutschein;



### **CariMARKT Kelheim**

Altmühlstr. 7, 93309 Kelheim

Tel: 09441 / 68 20 650

Fax: 09441 / 68 20 651

Email: [cari-markt@carida.de](mailto:cari-markt@carida.de)

Öffnungszeiten: Mo - Fr

Sa

8:00 -18:30 Uhr

8:00 -13:00 Uhr