Nachrichten von unten

von Reinhard Kellner

Plakatausstellung gegen das Vergessen

Vertreter*innen vieler Regensburger Initiativen (z.B. BI Asyl und Malteser Integrationslotsen) eröffneten Mitte März die „Internationale Woche gegen Rassismus“ mit einer Plakatausstellung unter anderem im Gedenken an den Regensburger Yohannes Alemu. Der Grieser Spitz steht durch das jährliche "Bunte Wochenende" für Vielfalt und Toleranz gegen Rassismus. In zwei weiteren Plakaten der Plakataktion „Say Their Names“ wurde auch an May Ayim und an Fati Saracoglu erinnert. Sie sind wie 10 000 weitere Geflüchtete laut einer Dokumentation "Bundesdeutsche Flüchtlingspolitik und ihre tödlichen Folgen seit 1993" Opfer von staatlicher und gesellschaftlicher Gewalt geworden oder haben sich aus Verzweiflung das Leben genommen. All dem soll entgegengesetzt werden: Fluchtursachen bekämpfen statt Flüchtlinge! Die Forderungen der Flüchtlingssolidarität und von Menschenrechtsgruppen lauten: Offene Grenzen! Keine Abschiebungen - Bleiberecht für alle! Gleiche Rechte für alle! Die Woche gegen Rassismus hat - auch unter Beteiligung des Integrationsbeirats der Stadt - in diesem Sinn einen vielbeachteten, einfühlsamen und sehr qualifizierten Beitrag geleistet.

Verhütungsmittel GRATIS

Seit gut einem Jahr gibt es im Landkreis Regensburg einen Verhütungsmittelfond für Menschen mit geringem Einkommen. Ab dem vollendeten 22. Lebensjahr können Bürger*innen einen Antrag für eine Kostenübernahme stellen, wenn sie Empfänger folgender Leistungen sind: LandkreisPass, Grundsicherung nach SGB II oder SGB XII, laufende Hilfe zum Lebensunterhalt nach SGB XII, Wohngeld, Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz, Kinderzuschlag, Leistungen nach dem Bundesausbildungsförderungsgesetz (BAföG). Die Kostenübernahme für ärztlich verordnete Verhütungsmittel und Verhütungsmaßnahmen durch den Landkreis ist seit dem 1. Januar 2020 möglich.
Die Antragstellung kann ausschließlich über die staatlich anerkannten Beratungsstellen für Schwangerschaftsfragen in Regensburg (pro familia e. V., DONUM VITAE e. V. sowie beim Gesundheitsamt für Stadt und Landkreis Regensburg) erfolgen. Die Anträge werden weitergeleitet und beim Gesundheitsamt für Stadt und Landkreis Regensburg bearbeitet. Weitere Informationen unter Landratsamt Regensburg, Telefon: 0941 4009- 193, - 732, -755 oder schwangerenberatung@lra-regensburg.de

#bayernbleibtbunt ...

... ist ein Zusammenschluss von lokalen Gruppierungen und Initiativen, die sich anlässlich einer großen Demonstration im Oktober 2018 (siehe auch Titelbild dieser Ausgabe!) zusammengefunden haben und seither kooperieren: Als überparteilicher, überkonfessioneller und multikultureller Zusammenschluss von privaten und staatlichen Organisationen, Gewerkschaften und Unternehmen sowie Einzelpersonen aus Regensburg. Das Bündnis versteht sich als Plattform für Information und Aktion. Es vernetzt Akteur*innen, organisiert Proteste und Kampagnen und entwickelt öffentliche Aktionsformen gegen Diskriminierung aufgrund ethnischer Herkunft, Geschlecht, Religion, Weltanschauung, Behinderung oder sexueller Identität. Diskreditierung, Ausgrenzung oder gar Gewalt, Rassismus, Sexismus, Homo- und Transfeindlichkeit, Antisemitismus sowie Nationalismus darf es nicht geben. Denn Bayern ist lebenswert aufgrund seiner Vielfalt und ohne Ein- und Zuwanderung nicht denkbar und deshalb gilt: Miteinander für Demokratie, Respekt und Vielfalt. Mehr Infos gibts unter bayern-bleibt-bunt.de.

Sofa-Spenden

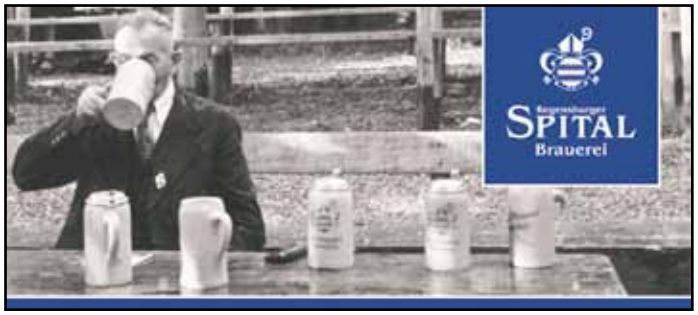
Nach wie gibt es jeden Mittwoch statt des Sofa-Frühstückstreffs in der Ostengasse 22 eine Lebensmittel-Packerlausgabe mit Lebensmittel von der Tafel und vom Backteufl: beim Teufl erlebten die Sofas im März eine schöne Überraschung, denn einige Kunden*innen hatten im Lauf der letzten Wochen kleine Spenden abgegeben (siehe Foto!): Alle Sofas sagen auf diesem Weg herzlich DANKE und freuen sich schon darauf, wenn die insgesamt 31.50 € beim nächsten Sonntagsausflug "eingesetzt" werden. Leser*innen, die sich daran ein Beispiel nehmen wollen, können SOFA unter DE60 7505 0000 0000 626945 unterstützen: Bis 200 € gilt der Überweisungsbeleg als Spendenquittung für's

Weltweiter Protest

Am 19. März war auch Regensburg Teil des 7. globalen Klimastreiks in 68 Ländern mit insgesamt 1068 Aktionen: Es gab unterschiedlichste Veranstaltungen von Fahrrad- und Standdemos wie in Regensburg bis zu riesigen Kunstwerken auf der Berliner Oberbaumbrücke. Die Aktivisti (von Fridays For Future) auf der ganzen Welt veranstalteten trotz extrem schwieriger Umstände und frustrierender Rückschläge Aktionen, denn es geht um mehr. Erneut wurde ein Zeichen gesetzt und in belastenden Zeiten gezeigt, wie engagiert die Klimagerechtigkeitsbewegung im Kampf für eine bessere Welt ist. Für Klimaschutz und nachhaltige Lebensweise, denn es darf so nicht weitergehen und deshalb wird weiter demonstriert, bis unsere Welt enkeltauglich, zukunftsweisend und gerecht ist.

Verlorene Stimmen!

Zwei Studenten der Uni Regensburg wollen nach einem Jahr Pandemie sozial Schwachen und Sozialdiensten eine Stimme geben: Sie möchten entweder im direkten Gespräch oder über Zoom bzw. Telefon mit Menschen sprechen, deren Meinungen und Gefühle in letzten Jahr zu kurz gekommen sind. Sie sehen sich als sozial-liberales Format, dass versucht, mit viel Einfühlungsvermögen die Gefühlslage dieser Menschen einzufangen. Auch Hilfsorganisationen, bei denen in den letzten Monate ein Großteil der Verantwortung vor Ort lag, sollen die Möglichkeit haben, ihren Frust oder ihre Bedenken kund zu tun, ohne dass das politisch instrumentalisiert wird: "Wir alle sind ein Teil der Gesellschaft und damit das so bleibt, muss das Gespräch aufrecht erhalten werden", sagen Dominik und Junis und freuen sich über Rückmeldungen unter D.Fechner90@hotmail.de oder Telefon 01500 36 04 641



Enttäuschte Quartiers-Hoffnungen

Über 1000 Menschen (793 online- und 220 manuelle Unterschriften) unterzeichneten innerhalb eines Monats eine Petition für ein Quartierszentrum auf dem Areal der Nibelungenkaserne. Viele haben auch ihren Unmut, wie mit Versprechungen und Bürgerwillen umgesprungen wird, und ebenso viele zweifelten an der offiziellen Version, dass hier durch einen schlichten Verwaltungsfehler die ursprüngliche beabsichtigte Nutzung verhindert wird. Überraschend groß war auch die Zustimmung von Vereinen und Organisationen, die durch eigene Beiträge und Statements in der Öffentlichkeit die Petition unterstützt haben (z.B. der Architekturkreis Regensburg, der AK Kultur, die Sozialen Initiativen). Die Recherchen um das Vergabeverfahren, das Zustandekommen der Lärmschutzgutachten, die Ausweisung und iele andere die (nachträgliche!) Umwidmung von Mischgebieten zu Wohngebieten, Sonderzonen et cetera sind für Laien und Stadträte ohne Vorinformationen weder durchschaubar noch nachvollziehbar. Der Bürgerverein Kasernen als Initiator der Petition teilt übrigens die oft wiederholte Verwaltungsversion nicht, dass die auf dem Gelände der Nibelungenkasernen angesiedelten Einrichtungen wie RUBINA, Stadtteilprojekt W.I.R. oder die Lebenshilfe ein Ausgleich herstellen können. Das letzte Wort sollte noch nicht gesprochen sein: Es sollen und müssen Räume für soziale und kulturelle Kontakte inclusive eines großen Saals entstehen. Die Nutzung (sprich: Öffnungszeiten) der Gastronomie muss sich auch an den Bedürfnissen der Anwohner*innen orientieren (täglich mindestens bis 22:00 Uhr). Deshalb gilt vor allem die Forderung nach Wiederholung des vorliegenden Lärmschutzgutachtens durch ein neutrales Institut, abgesehen von den inzwischen "angepassten" Grundstückspreisen.

Sozialsponsoring

Viele Betriebe unterstützen die Sozialen Initiativen (Infotelefon 72007): „ois.gmachtin.bayern“ ist ab September neuer Sozialsponsor. Schauen Sie doch mal vorbei, da gibts nur gute Nachrichten für alle!

Schmidl & Rotaplan Druck GmbH

HISTORISCHE KAISERHERBERGE GOLDENES KREUZ
Café Goldenes KREUZ
CAFÉ ÖFFNUNGSZEITEN:
Mo. bis Fr. 7–19, Sa. 7.30–19 Uhr
So. u. Feiertage 9–19 Uhr
Telefon 09 41/ 5 72 32
Hotel Goldenes KREUZ
Tel. 09 41/5 58 12
info@hotel-goldeneskreuz.de
www.hotel-goldeneskreuz.de
Haidplatz 7 93047 Regensburg

Kneitinger

SELBSTDENKER AG
NO • VISION • TOO • FAR

http://ois.gmachtin.bayern/

Garten räume
Garten- und Landschaftsbau
B. & M. FRIMBERGER
Tel. 09404/641484

DONAU EINKAUFS ZENTRUM

Krauterer
KRAUTERER AM DOM
Kramgasse 10-12
Regensburg
Telefon 0941/5 73 88

MÖBELHOF
Wohnen wie für mich gemacht
www.moebelhof.de

Buchhandlung Dombrowsky
Menschen treffen Bücher
St.-Kassians-Platz 6
93047 Regensburg
www.dombrolit.de
Tel: 0941-560422
Fax: 0941-5041785

ALEX MÜLLER
Bureau 2+
NET-WORK · MARKETING · VERTRIEB
Tel. 09401 - 944251
www.al-mueller.de.

LOHBERGER
SICHERHEITSTECHNIK
93047 Regensburg • Fahrbeckgasse 9
Telefon 0941/52307 • Fax 0941/51076

Bäckerei
Konditorei
Teufel
Ostengasse 19

HAVAN BISTRO
Asiatische Gerichte frisch vom Wok
Glockengasse 7

DRUCK
S-Druck: Tel. 79 11 41

Wirtshaus, Festsaal & Biergarten
Kneitinger Keller
www.KneitingerKeller.de
Galgenbergstraße 18
93053 Regensburg
Telefon (0941) 76680
tägl. 9-24 Uhr

24 Autohöfe

JANDA+ROSCHER
DIE WERBEBOTSCHAFTER
Roritzerstraße 10b
Tel. 0941/59 56 00
Fax 0941/59 56 010

neue DER KOPIERER
Die Experten für Digitaldruck u. Weiterverarbeitung
Inhaber: Larry Lang
Carl-Maria-v.-Weber-Str. 6, 93055 Regensburg
Tel.: 0941 - 706 19 98, Fax: 0941 - 706 19 96
www.der-neue-kopierer.de • www.printgallery.de
www.schnellbetzungen-drucken.de

Baumpflege Lachmann
www.baumpflege-lachmann.de
Tel. 0941 930 81 846

ambulante krankenpflege
k.-d. lang
Tel. 0941/4 89 80

Literaturcafé
Spiegelgasse 8

BVB FANCLUB
DONAU-PÖHLER
Regensburg e.V.

OSTWIND
OSTWIND-Gruppe
Gesandtenstr. 3
93047 Regensburg
www.ostwind.de

1628
Neumarkter Lammsbräu

SCHOLZ
Naturstein
93197 Zeitlarn-Pentlhofstraße18
Fon 0941-6 30 26
Fax 0941-6 87 76

Ihr süßer Begleiter
auf allen Stadtfesten
Dieter Mäller
Mandelbrennerei
Regensburg
Maidult • Herbstdult • Christkindlmarkt

windpower
GMBH

RECHTSANWÄLTE
WETZSTEIN + RICHTER
Maximilianstrasse 7
93047 Regensburg
Tel. (0941) 5 38 98 oder 5 42 44
Fax (0941) 5 38 90
kanzlei@wetzstein-richter.de
www.wetzstein-richter.de

ökokiste
www.oekokiste-koessnach.de

ZELLNER
RECYCLING
www.zellner-recycling.de

KomSem
Kommunikation & Seminare
info@komsem.de
www.komsem.de

dm
HIER BIN ICH MENSCH
HIER KAUF ICH EIN

GETRÄNKE SERVICE REGENSBURG
TEL. 0941 / 69 89 60
www.gs-regensburg.de

SCHNEIDER WEISSE
G. Schneider & Sohn

TRANSPORTE BAGGERVERLEIH
HOFBAUER
93138 Kareth • Telefon 0941/ 89 75 59
Telefax 0941/ 89 79 266

Naturkost am Rennplatz

MAYER
Malerbetrieb Mayer
Arzberger Straße 3
93057 Regensburg
Tel. 0941/6 63 15

CommVivere
Managementcoaching
Personalentwicklung
Tel. 09443/99 28 10
Fax 09443/99 28 11
commvivere@t-online.de
www.commvivere.de

Auer Bräu
Schwandorfer Str. 41
Tel. 0941/88597
Biergarten ✳ Nebenraum

Weichselmühle
93080 Pentling
Tel. 0941/97874
www.rondolino.de
rondo
der ringkachelofen

BRAUEREI BERGHAMMER
OBERNDORF

dbb
BCE
Industriegewerkschaft
Bergbau, Chemie, Energie

BMW GROUP
Werk Regensburg

KÜHLMÖBELBAU • SCHREINEREI
SPANGLER
Holz in Form
Telefon (09 41) 8 24 98
www.schreinerei-spangler.de

www.openpetition.de/!nopornforkids

Durch anhaltenden Lockdown und Digitalisierung von Schule und Kinderzimmer spitzt sich das Problem von kindlichem und jugendlichem Pornografiekonsum zu: Tabea Freitag, eine Psychotherapeutin aus Hannover hat deshalb eine Petition gestartet um möglichst viele dafür zu sensibilisieren, hinzuschauen und Politik und Gesellschaft zum Handeln zu bewegen: Kinder mit pornografischen Inhalten zu konfrontieren ist eine Form von sexuellem Missbrauch (§ 176 StGB), da hier durch Bilder, Filme oder entsprechende Reden auf Kinder nachhaltig eingewirkt wird. Laut §184 StGB ist das Überlassen oder Zugänglichmachen von pornografischen Inhalten an Personen unter 18 Jahren ein Straftatbestand. Durch die freie Zugänglichkeit von Pornografie ohne Altersverifikation werden diese Gesetze täglich millionenfach unterlaufen, ohne dass von Politik und Öffentlichkeit ausreichend Notiz genommen wird. Durch die Digitalisierung von Schule und Kinderzimmer ohne entsprechende technische und pädagogische Schutzkonzepte und durch die Ausstattung mit mobilen Endgeräten in immer jüngerem Alter werden auch viele Grundschulkinder konfrontiert. Jede Stimme für die Petition (siehe Überschrift!) hilft, um für den alltäglichen Missbrauch in Kinderzimmern zu sensibilisieren.

Die Insel trotzt dem Virus!

Auch in Coronazeiten hat das Cafe Insel in der Luitpoldstraße geöffnet und steht werktäglich außer Samstag und jeden 1., 2. und 3 Sonntag als Anlaufstelle für Menschen mit seelischen Problemen zur Verfügung. Lediglich Gruppenangebote wie zum Beispiel die Schachgruppe dürfen derzeit nicht stattfinden. Mittagessen wird „to-go“, also verpackt angeboten. Den Besucher*innen soll größtmögliche Kontinuität geboten und das Angebot kreativ auf die Möglichkeiten innerhalb der gesetzlichen Verordnungen angepaßt werden.

Initiative bezahlbare Mieten

Weil der Mangel an preisgünstigen Mietwohnungen in Regensburg immer größer wird, hat sich eine Initiative gegründet, der Mitglieder von attac, Sozialen Initiativen, ver.di und pax christi sowie unorganisierte Menschen angehören: Man trifft sich im Monatsturnus, um öffentlich Druck zu machen, damit Stadtspitze, Stadtrat und Stadtbau GmbH wirksame Maßnahmen ergreifen, um bezahlbare Wohnungen für Menschen mit geringem Einkommen zu schaffen. Denn obwohl das Problem schon seit Jahren besteht, werden konsequente Maßnahmen vermisst und deshalb ist auch ein Bürgerbegehren angedacht. Dazu wird die Unterstützung vieler Regensburger*innen gebraucht und wer sich daran beteiligen möchte, ist herzlich zum nächsten Treffen am 7. April um 17 Uhr eingeladen: Bitte unter Telefon 72007 oder info@sozialeinitiativen.de erfragen, ob in Präsenz oder digital. Die Initiative hat auch einen 10-Punkte-Katalog erarbeitet, der auf der Homepage "bezahlbare-mieten-regensburg.de" eingesehen werden kann: Es kann nicht so weitergehen, dass die Miethöhe bei Neuvermietungen in Regensburg (nach München und gemeinsam mit Ingolstadt) an der Spitze in ganz Bayern liegt und die Preise in der "Single-Hochburg" Regensburg gerade bei kleinen Wohnungen besonders hoch sind. Noch dazu sinkt die Zahl der klassischen Sozialwohnungen - bei steigenden Einwohnerzahlen - ständig: Regensburg hat in den letzten 20 Jahren die Hälfte seiner Sozialwohnungen verloren und nur noch 5000 im Bestand, wovon die Hälfte von der Stadtbau GmbH vermietet werden. Auch die etwa 3000 genossenschaftlichen (bezahlbaren!) Wohnungen reichen nicht aus, so dass inzwischen mehr als 2000 Antragsteller*innen auf den Vormerklisten für öffentlich geförderte Wohnungen stehen. Träger der Initiative „BEZAHLBARE MIETEN FÜR REGENSBURG!“ ist übrigens das Regensburger Armutsforum, das sich schon für einen STADTPASS für einkommensarme Menschen oder mehr Hilfsangebote für arme Senioren*innen mit kleinen Renten eingesetzt hat.

STADT REGENSBURG

Städtische Bestattung

Das Bestattungsunternehmen der Stadt Regensburg wickelt fachkundig alle Bestattungsangelegenheiten ab.

- Erdbestattungen
- Feuerbestattungen
- Überführungen
- Kostenlose Hausbesuche
- Bestattungsvorsorge

Wenden Sie sich vertrauensvoll an uns:

Tag & Nacht erreichbar: 0941 / 507–2346 oder –2347

Bürger- und Verwaltungszentrum
D.-Martin-Luther-Str. 3 ▪ 93047 Regensburg
staedtische-bestattung@regensburg.de ▪ **www.regensburg.de/bestattung**

WERKHOF GEMEINNÜTZIGE GESELLSCHAFT MBH Regensburg

KOMPETENT MODERN INKLUSIV

UNSER FUHRDIENST:
...Transporte
...Wohnungsräumungen
...Umzüge
Tel.: 09 41 / 60 09 39 - 0
Schnell - sauber - sorgfältig - schonend

UNSER HANDWERK:
...Mauerer ...Maler
...Schreiner ...Schlosser
...Elektriker
Tel.: 09 41 / 7 99 67 - 0
Zuverlässige Qualität - optimale Leistung

ZENTRALE VERMITTLUNG | 09 41 / 7 99 67 - 0 | AUWEG 32 | REGENSBUERG
www.werkhof-regensburg.de

Selbsthilfegruppen sind wichtige Stütze in der Pandemie

- Ergebnisse einer bundesweiten Befragung von Selbsthilfekontaktstellen -
Trotz Kontaktbeschränkungen sind Selbsthilfegruppen gerade für Menschen in der Pandemie-Situation eine wichtige Stütze. Zu diesem Ergebnis kommt eine im Januar durchgeführte Befragung von 340 Selbsthilfekontaktstellen in Deutschland.

Arbeit der Selbsthilfekontaktstellen während der Pandemie
An der Online-Studie hatten sich 174 Selbsthilfeberater*innen beteiligt. Über 85 Prozent der hauptamtlichen Berater*innen gaben an, dass sie ihre Arbeit in der Pandemie in ähnlichem Umfang fortgeführt haben.
Betroffene und Angehörige auf der Suche nach Hilfsangeboten und Unterstützung konnten so während der schwierigen Zeit der Pandemie beraten und unterstützt werden.
Bei einem Fünftel der bundesweiten Kontaktstellen wurden sogar mehr Beratungsanfragen gestellt.
KISS-Anlaufstellen leisteten - und sie tun es so gut wie möglich - Unterstützungs- und Aufklärungsarbeit für die bestehenden Gruppen beispielsweise zu verbindlichen Hygiene- und Abstandsregeln in den Gruppenräumen, zu digitalen Formaten (Handhabung, Datenschutz, digitale Gruppenregeln) und für die Organisation von Räumen für Gruppentreffen.

Fast alle Selbsthilfekontaktstellen erhielten vermehrt Anfragen zu psychischen Erkrankungen.
Die Anfragen an Selbsthilfekontaktstellen spiegeln die seelischen Nöte wider, in denen sich Menschen befinden: Annähernd alle Selbsthilfekontaktstellen erhielten signifikant mehr Anfragen zu psychischen Erkrankungen und Beeinträchtigungen. Im Vordergrund standen dabei bundesweit Probleme im Zusammenhang mit Vereinsamung/Isolation, Depression, Angst/Panik/Zwänge. In zwei Dritteln der Kontaktstellen gingen mehr Anfragen zu Suchtproblemen und Abhängigkeiten ein.

Formen des Gruppenaustauschs: Telefon, E-Mail, Videokonferenz und eingeschränkt auch persönliche Treffen
Die Einschränkungen der Pandemie hat die Selbsthilfe in ihrem Kern und Selbstverständnis getroffen: Austausch, gegenseitige Hilfe, Ermutigung, Unterstützung bei einer sinnhaften Lebensgestaltung und praktische Alltagshilfen – das alles wirkt am authentischsten im direkten, persönlichen Kontakt.
Aktuell sind persönliche Gruppentreffen - aber nur, wenn sie medizinisch notwendig und sinnvoll sind - mit bis zu 5 Personen möglich. Trotzdem versuchen sich Selbsthilfegruppen weiterhin auszutauschen. Fast alle Gruppen halten telefonisch oder über E-Mails den Kontakt zueinander.
Als Ersatz für persönliche Gruppentreffen kommen mit zunehmender Dauer der Pandemie Video- und Telefonkonferenzen (und auch Messenger-Gruppen) zum Einsatz. Doch die Bereitschaft zur Digitalisierung in der Selbsthilfe ist zögerlich. Nicht so internetaffine Teilnehmende müssen erst ermutigt werden, sich diesen neuen Formen zu öffnen. Menschen, die bereits im Beruf gezwungen sind, viel Zeit in Online-Konferenzen zu verbringen, sind nicht immer begeistert, dies auch noch in der Freizeit und in der Selbsthilfe zu tun.

Immerhin knapp die Hälfte (43,5 %) der Gruppen haben – so die Einschätzung der Selbsthilfeberater*innen bundesweit - die Gruppentreffen im Moment eingestellt.
Die Wiederaufnahme der Gruppenarbeit wird eine große Herausforderung für alle Beteiligten.

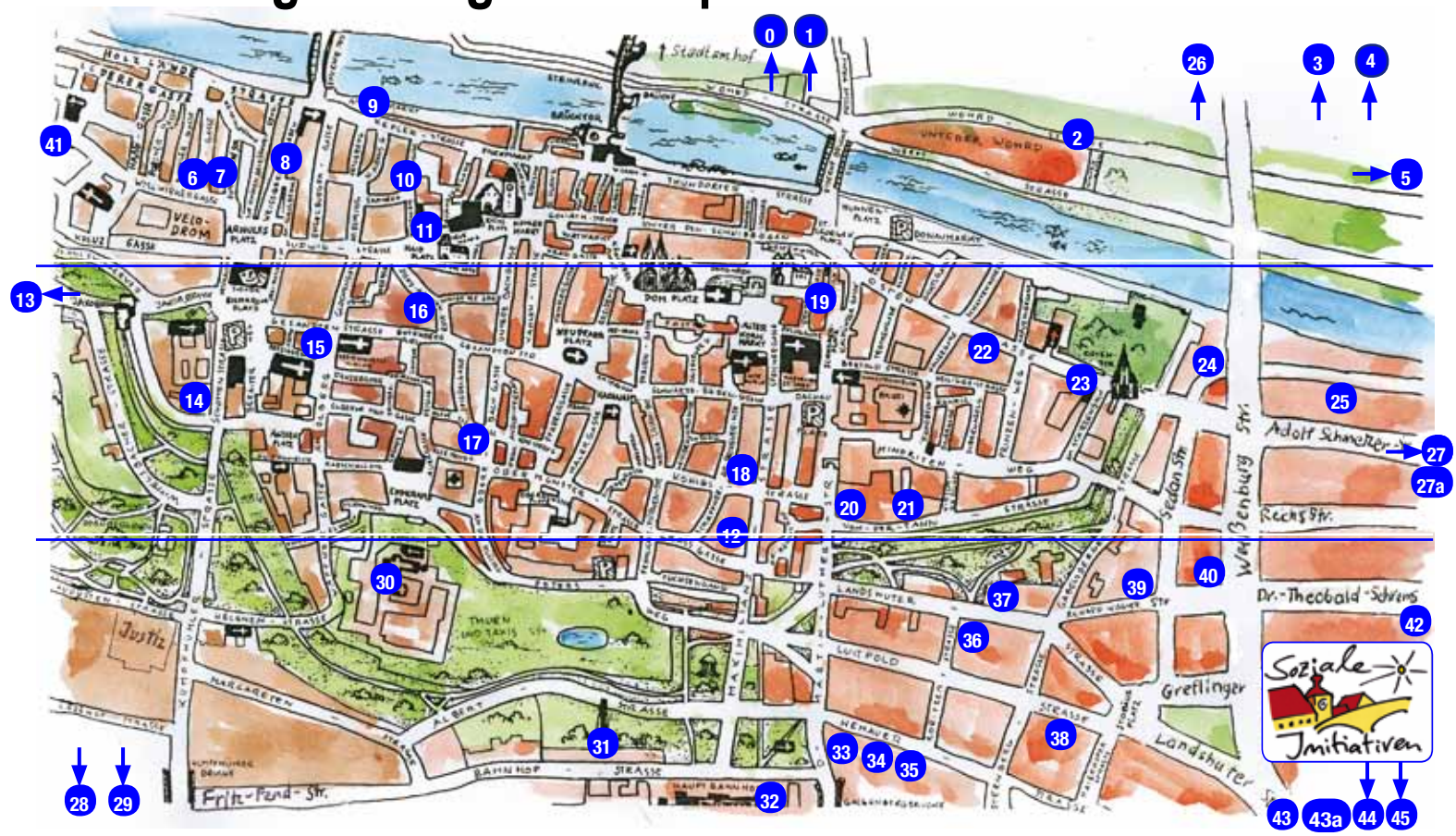
Parks, Schrebergärten und Scheunen: neue Orte für Gruppentreffen
Um Präsenztreffen unter Abstands- und Hygieneauflagen durchführen zu können, gingen Selbsthilfegruppen in den letzten Monaten - soweit es die Lage vor Ort erlaubte - auch ungewöhnliche Wege wie zum Beispiel Gesprächsspaziergänge, Treffen in Parks, Schrebergärten oder Scheunen.
Auch teilen sich die Gruppen notgedrungen in kleinere Untergruppen oder sogar in 2er-Teams auf, um das Infektionsrisiko weiter zu reduzieren. Hierbei merken die Gruppenmitglieder, dass diese veränderte Form der Kommunikation zum Teil mehr Aufmerksamkeit auf jeden einzelnen lenkt und so ein intensiverer Austausch stattfinden kann.
Gleichzeitig wird aber auch deutlich, dass die Dynamik und der Charakter der Gruppenarbeit sich dadurch stark verändert.

Gruppengründungen während der Pandemie
Wie wichtig die Gruppenselbsthilfe in Pandemiezeiten für Menschen mit Krankheiten, Problemen oder sozialen Anliegen ist, lässt sich an der ungebrochenen Bereitschaft zu Gruppengründungen ablesen. Die häufigsten Themen für neue Gruppen, die am Entstehen sind, sind laut der Umfrage der Nakos Isolation/ Vereinsamung, wirtschaftliche Sorgen und Existenzängste, Depression, Phobien, Trauer und Hochsensibilität.
Bundesweit suchen Covid-19-Langzeiterkrankte und Angehörige Gleichbetroffene, um sich zusammenzuschließen. In Regensburg ist eine der ersten Gruppen dazu entstanden, die mittlerweile schon aus drei Online-Treffen besteht. Ziel ist auch hier, künftig den Austausch persönlich zu pflegen. Online-Treffen werden oft als „Krücke“ in der Pandemie oder als Ergänzung gesehen.
Übrigens: durchgeführt hat die Studie die NAKOS. Hinter dieser Abkürzung verbirgt sich der etwas sperrige Name „Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen. www.nakos.de
Teilgenommen haben 176 Mitarbeiter*innen aus Selbsthilfekontaktstellen. Damit ist diese Umfrage nicht wirklich repräsentativ, sondern eher ein interessanter Einblick in die Welt der Arbeit der KISS-Stellen in der Republik.

Mehr und Neues aus der Selbsthilfe in Regensburg im nächsten Donaustrudl: Hoffentlich dann bei sinkenden Inzidenzwerten und mit erfreulichen Meldungen, dass es größere Lockerungen für die Selbsthilfe und deren Treffen gibt. Denn auch wenn die Selbsthilfe als wichtige Stütze hochgelobt oder systemrelevant genannt wird: die Pflanze braucht Wasser, um dauerhaft überleben zu können. Und das Wasser der Pflanze Selbsthilfe- oder Initiativgruppe ist der persönliche Austausch und Kontakt.

Auskunft über alle Selbsthilfegruppen und Initiativen solidarischen Handelns gibt es bei **KISS Regensburg**.
Die Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe erreichen Sie unter Telefon 0941- 599 388 610 oder unter
kiss.regensburg@paritaet-bayern.de
Interessantes und Neues gibt es auch unter www.kiss-regensburg.de oder bei www.facebook.com/SelbsthilfeRegensburg/

Regensburger Sozialplan für Krisensituationen



0 Caritas-Übergangswohnheim für Männer
Alte Nürnberger Str. 61 (26841)

1 Soziale Futterstelle
Drehergasse 20 (01590 - 3762562)

2 Neue Spielzeughilfe, Wöhrdstr. 57 (28004886)

3 Sozialdienst am Gesundheitsamt
Landratsamt, Altmühlstr. 3 (4009-0 oder -883)

4 Obdachlosenasyl der Stadt, Taunusstr 3

5 pro familia, An der Schergenbreite 1 (704455)

6 Irren ist menschlich (50479777)
Wollwirkergasse 4 (28097603)

7 PHÖNIX - Beratung und Hilfen für behinderte Menschen, Rote-Löwen-Str. 10 (560938)

8 Dali Polytox
Engelburgergasse 12 (0172/2954710)

9 Strohhalm-Obdachlosentreff
Keplerstr. 18 (Telefon 6980154)

10 Deutsche MS-Gesellschaft, LVB Bayern e.V.
Beratungsstelle Oberpfalz, Weingasse 2 (53877)

11 Kontaktgruppe Behinderte-Nichtbehinderte
Haidplatz 8 (560667)

12 Integrationsbeirat der Stadt
NEU Maximilianstr. 26 (507-3772)

13 Psychologische Beratungsstelle
und Sozialpsychiatrischer Dienst der
Diakonie, Prüfeninger Str. 53 (2977112)

14 Gustav-Adolf-Wiener-Seniorentreff
Schottenstr. 6 (585240)

15 Arbeitslosen-Insolvenz-Schuldnerberatung
der Diakonie, Am Ölberg 2 (5852333)

16 Bayerische Gesellschaft für
psychische Gesundheit
Rote-Hahnen-Gasse 6 (59935910)

17 Frauennotruf Regensburg e.V.
Beratungsstelle für Frauen und Mädchen
mit sexualisierten Gewalterfahrungen
Alte Manggasse 1 (24171)

18 Donum Vitae, Maximilianstr. 13 (5956490)

19 a.a.a., Erhardigasse 7 (560718)

20 Büro für Chancengleichheit der Stadt Rgbg.
Gleichstellungsstelle/Antidiskriminierungsstelle
Von-der-Tann-Straße 1 (507-1142)

21 Ausländer/Obdachlosenhilfe der Caritas
Schuldnerberatung, Von-der-Tann-Str. 7 (50210)

22 Sofa-Frühstückstreff
Ostengasse 22 (72007)

23 Erziehungsberatungsstelle der KJF
(Jugendfürsorge), Ostengasse 31 (799820)

24 Aids Beratungsstelle
Bruderwöhrdstr. 10 (791388)

25 ALB, Adolf-Schmetzer-Str. 11-13 (568377)

26 Sozialberatung am Kinderzentrum
Wieshuberstraße 4 (46 502 - 33 bzw. -37)

27 Bayerisches Rotes Kreuz
Hoher-Kreuz-Weg 7 (796050)

27 a Tafel-Initiative, Liebligstr. 4b (0173 3715528)

28 Hospiz-Verein Regensburg e. V.
Hölkering 1, Pentling (99 25 22-0)

29 Epilepsie Beratung Regensburg
Konrad-Adenauer-Allee 30 (4092685)

30 Fürstliche Notstandsküche
Emmeramsplatz 7 (5021172)

31 Caritas Haus St. Rita, Bahnhofstr. 15
Einrichtung für wohnungslose Frauen (5851000)

32 Bahnhofsmission im Hauptbahnhof (57961)

33 Kontakt e.V., Hemauerstr. 6 (51533)
Prävention, Integration, Resozialisierung

34 Krisendienst HORIZONT – Hilfe bei
Selbstmordgefahr, Hemauerstr. 8 (58181)

35 Fachambulanz für Suchtprobleme
Hemauerstraße 10c (6308270)

36 DRUG STOP AKUT (Kontaktladen)
Landshuterstr. 10 (37803750)
(Kontaktladen mit Streetwork und RAFAEL)

37 Kontakt- und Informations-Stelle
für Selbsthilfe KISS (599388610)
PARITÄTISCHER, FV der FreiwilligenAgentur,
FSJ, Krebsgesellschaft, Soziale Initiativen

38 Café Insel, Luitpoldstr. 17 (5998650)

39 KinderTrauerBegleitung
Sedanstr. 16 (20052761)

40 Amt für Jugend und Familie der Stadt
NEU Richard-Wagner-Str. 17 (507-1512)
Jugend- und Familientherapeutische Bera-
tungsstelle, Landshuter Str. 19 (507-2762)

41 Jugendschutzstelle der Stadt
NEU Am Singrün 2a (507-4760)

42 DONAUSTRUDL-Büro und Antiquariat
Dr.-Theobald-Schrems-Str. 4 (563785)

43 DRUGSTOP Basis
Landshuterstr. 43 (5843032)

43a UFO Landshuterstr. 49 (5071505)

44 Amt für Soziales der Stadt /
Allgemeiner Sozialdienst /
Fachstelle zur Vermeidung
von Obdachlosigkeit (5071502)
Johann-Hösl-Str. 11

45 CAMPUS ASYL
Büro Bajuwarenstraße 1a (56803419)

ROT=Mitgliedsvereine der Sozialen Initiativen

Nur telefonisch erreichbar:

BI Asyl-Flüchtlingsarbeit (86214)
Frauen helfen Frauen e.V. (24000)
Sozialdienst Kath. Frauen:
Frauen- und Kinderschutzhaus (562400)
Telefonseelsorge (0800/1110111)
Lotsenprojekt für Suchtkranke (015237652851)

Geburtstag

Am 06.04.2021 feiern wir Geburtstag! Der DONAUSTRUDL wird 23 Jahre! Mal Hand aufs Herz: Wer von Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, hat uns eine solch lange Halbwertszeit gegeben? Oder hatten Sie Bedenken im letzten Jahr, als wir im Frühjahr für zwei Monate plötzlich nicht mehr auf die Straße konnten, ebenso, wie im Dezember 2020 bis Mitte Februar 2021, geschweige denn eine Ausgabe drucken? Aber nein, wir haben alle Klippen umschifft. Es war nicht immer einfach, es gab schon Momente, in denen wir uns nicht sicher waren. Was uns nicht umhaut, macht uns stärker!

Vielen Dank an Sie alle, die uns immer wieder geholfen haben mit (Geld-)Spenden, leckerem Essen, Stricksachen und vielem mehr! Sie sind die Besten !Und weil wir so nicht feiern können, haben wir eine Collage zusammengebaut. Viel Spaß und Happy Birthday!

Marion

Amberger

med. Fußpflege Hausbesuche Maniküre

Termine bis 20 Uhr

**Wenn der Weg den Sie gehen schön ist,
sollten Sie nicht fragen wohin er führt.**

93197 Regendorf / Zeitlarn

Büro 09402-7999757
Mobil 0178-9746742

"Live-Stream des DGB am 1. Mai um 14 Uhr unter www.dgb.de"