



Lebensqualität  
im Alter

Regensburg

Auswege finden



Sämtliche Caritas-Angebote in der  
Diözese Regensburg: [caritas-regensburg.de](http://caritas-regensburg.de)

Unter dem Dach der Caritas gibt es in der Diözese Regensburg mehr als 900 verschiedene soziale Dienste und Einrichtungen. Dort erhalten jährlich 350 000 Menschen Rat und Hilfe.

*Wir pflegen Menschlichkeit.*



**Ihre Ansprechpartnerin**

Monika Gerhardinger,  
Diplom-Sozialpädagogin (FH)



Frei von Suchtmitteln zu sein, bedeutet auch im Alter eine Steigerung der persönlichen Lebensqualität.

#### Suchtprobleme sind lösbar

Sei es die alleinlebende pflegebedürftige Nachbarin, die nur noch an ihre Schlaf- und Schmerzmedizin denkt, oder der einsame ältere Nachbar, der zu viel Alkohol trinkt und schon mehrfach betrunken gestürzt ist: Ältere Menschen reagieren sensibel auf abhängig machende Substanzen wie Alkohol, Medikamente oder Nikotin. Die körperlichen, seelischen und sozialen Konsequenzen verhindern ein Leben in größtmöglicher Unabhängigkeit. Wir unterstützen Sie auf dem Weg hin zu neuer Lebensqualität.

#### Zielgruppe unseres Angebots

- über 65-Jährige, die einen riskanten Umgang mit Suchtmitteln aufweisen,
- deren Angehörige und Freunde,

- Mitarbeitende im Altenhilfe- und Gesundheitsbereich
- sowie weitere Multiplikatoren

#### Einzelberatung

Wir beraten Betroffene und Angehörige vertraulich und kostenlos. Bitte vereinbaren Sie vorab einen Termin. Auf Wunsch kommen wir auch zu Ihnen nach Hause.

#### Geleiteter Gesprächskreis

Alle zwei Wochen, donnerstags von 15.00 bis 16.30 Uhr, trifft sich diese offene Gruppe. Betroffene können sich dort informieren und mit anderen austauschen. Mit im Kreis ist auch ein ehrenamtlicher Helfer. Ein Vorgespräch ist wünschenswert, wenn Sie teilnehmen wollen. Die Teilnahme ist selbstverständlich kostenlos. Holdienste sind möglich.

#### Beratung und Information für im Altenhilfe- und Gesundheitsbereich Tätige sowie Multiplikatoren

Mitarbeitende aus dem Bereich der Alten- oder Gesundheitshilfe stehen in engem Kontakt mit Betroffenen. Sie bemerken oft als Erste mögliche körperliche und psychische Veränderungen. Auf Anfrage sind Informationsveranstaltungen und Schulungen dazu möglich.



#### Kooperation mit dem Treffpunkt Seniorenbüro

Ehrenamtliche Helfer vom Treffpunkt Seniorenbüro und den Selbsthilfegruppen des Kreuzbundes sind für uns wichtige Partner. Sie bieten auf Anfrage Besuchs- und Holdienste, Einzelberatungen und Aufklärung an.



#### Ihr Ansprechpartner

Gerd Schmücker  
0151/15 34 92 50  
efi\_schmuecker5@yahoo.de



0941/6308270

Fachambulanz für Suchtprobleme  
Hemauerstraße 10c · 93047 Regensburg  
suchtambulanz@caritas-regensburg.de  
caritas-regensburg.de