



## SIE FRAGEN - WIR ANTWORTEN

### Meine Rente reicht nicht für Essen!

Fürstencüche (über Caritas) ☎ 502 1114  
Strohalm Keplerstr. 18 ☎ 698 0154  
Malteser-Mahlzeitenpatenschaft ☎ 585 1524  
Regensburger Tafel ☎ 788 497 15  
"tafeln zuhause" ☎ 507 5594  
Rengschburger Herzen ☎ 7040 8434

### Ich bräuchte Futter für mein Haustier!

Soziale Futterstelle ☎ 0115-9037 62562

### Kann jemand meine Einkäufe erledigen?

Caritas ☎ 50210  
und Seniorenamt ☎ 507 3541

### Kann mich mal jemand besuchen?

Treffpunkt Seniorenbüro,  
Besuchsdienst ☎ 507 3546

### Mein zuständiger Stadtteilkümmerer?

Regensburgs Nette Nachbarn ☎ 507 7543

### Wer erklärt mir meinen Computer?

Treffpunkt Seniorenbüro,  
Computer-Internetgruppe ☎ 507 5599

### Wer macht für mich Kleinreparaturen?

Treffpunkt Seniorenbüro ☎ 507 5599

### Ich würde gern in einen Altenclub gehen!

Auskünfte über Seniorenbeirat ☎ 507 4548

### Wie bekomme ich einen Gratis-Fahrdienst?

Inklusionsbeirat der Stadt ☎ 507 2255

### Seniorenrechtliche Wohnraumgestaltung?

Seniorenamt Fachstelle Wohnen und Technik  
☎ 507 5598

### Wo gibt's in Regensburg gebrauchte Kleidung?

Caritas, Bruderwöhrdstr. 3  
Strohalm, St-Albans-Gasse 14  
Klamotte, Am Römling 1

### Ich schaffe meinen Alltag nicht mehr.

Seniorenamt, Allgemeiner Sozialdienst  
für Menschen ab 65 Jahren ☎ 507 95432

### Ich lebe im Heim und habe Fragen.

Seniorenamt, FQA-Heimaufsicht ☎ 507 5544



## WEITERE HILFESTATIONEN UND WICHTIGE TELEFONNUMMERN

...erhalten Sie bei der Telefonseelsorge  
unter Tel. 0800-1110111 (kostenlos)

---

---

---

---

---

---

---

---

## Notizen

### Impressum

Auflage 7500

Herausgeber

Soziale Initiativen mit Unterstützung  
von attac, EBW, Forum gegen Armüt,  
Grauen Panther, OTH  
und DER PARITÄTISCHE

Gestaltung [www.olimedia.de](http://www.olimedia.de)

V.i.S.d.P. Reinhard Kellner  
Brunhuberstr. 19  
93053 Regensburg

☎ 0176 6338 3206  
[info@soziale-initiativen.de](mailto:info@soziale-initiativen.de)

Stand 2025

FORUM  
gegen  
ARMUT



OTH REGENSBURG

DER PARITÄTISCHE  
BAYERN  
Bezirksverband Niederbayern/Oberpfalz



# GRATIS FÜR ÄLTERE MENSCHEN IN REGENSBURG

Diese Informationen sind für  
Rentnerinnen und Rentner in Regensburg,  
die Gesellschaft und Hilfe brauchen.

Aber auch für Menschen,  
die helfen und unterstützen wollen.

Alle Anlaufstellen auf einem Blick.



### Wo gibt's Veranstaltungen und Angebote ohne Eintrittsgelder?

Treffpunkt Seniorenbüro Aktivzentrum ☎ 507 5594 und im MGH ☎ 507 5540  
sowie Gustav-Adolf-Wiener-Haus ☎ 585 240

### Gibt's in Regensburg Freikarten fürs Theater oder so?

KulTür ☎ 3820 1669 oder Di bis Do (9-12 Uhr) Büro Obermünsterstr. 1

### Ich würde gern wieder mal verreisen!

Sonnenzug der Caritas ☎ 502 1127

### Ich würde gern mal mit anderen frühstücken!

SOFA, Mo.+ Mi. 10-12 Uhr ☎ 72007  
Seniorenbüro Aktivzentrum ☎ 507 5594 und Rengschburger Herzen ☎ 7040 8434,

### Wo kann ich bei einem Spielenachmittag mitmachen?

Mehrgenerationenhaus Ostengasse 29 ☎ 507 5550,  
ALIBABA -Jugendzentrum Fantasy ☎ 5073551 und Malteser ☎ 585 150



### Kann ich Wohngeld erhalten?

Amt für Soziales ☎ 507 1502 (Vermittlung Ziffer 1)

### Ich habe Fragen zu Sozialhilfe oder Grundsicherung.

Amt für Soziales ☎ 507 1502 (Vermittlung Ziffer 2)

### Ich habe Schulden und brauche Beratung!

Diakonie ☎ 585 240 und Caritas ☎ 502 1114

### Ich brauche Beratung in Rentenfragen!

VdK ☎ 585 400 (Mitgliedschaft erforderlich)

### Wer hilft mir in finanziellen Notlagen?

Amt für allgemeine Stiftungsverwaltung ☎ 507 1258 oder 507 2544

### Ich habe Fragen zur Energierechnung, Abschlägen, Produkten etc...

REWAG -Telefon-Service 0800 601 601 0 (kostenfrei)

### Ich habe Fragen zu Energieverbrauch und Energieanwendung.

REWAG -Energieberatung ☎ 601 3275



### Wer hilft mir, wenn ich mich nicht mehr selbst vertreten kann?

Seniorenamt, Betreuungsstelle ☎ 507 2543

### Mein Deutsch ist noch zu schlecht ...

Campus Asyl ☎ 5680 3419 und Diakonie ☎ 585230

### Ich bin nicht krankenversichert und habe Schmerzen!

Sozialamt ☎ 507 1502 und dienstags bei Rafael e.V. ☎ 0178-8698 813

### Wer hilft mir bei Behördenangelegenheiten oder Formularen?

Treffpunkt Seniorenbüro ☎ 507 95432

### Ich und/oder meine Angehörigen benötigen Beratung rund um das Thema Pflege.

Seniorenamt, Fachstelle für pflegende Angehörige ☎ 507 1549, Pflegestützpunkt ☎ 507 95437

### Ich trinke zuviel und brauche Hilfe!

Caritas ☎ 630 8270 und Seniorenamt, Sucht im Alter ☎ 507 4952

### Wer informiert zur rechtlichen Vorsorge? (Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung)

Seniorenamt, Betreuungsstelle ☎ 507 2543

### Mir geht's psychisch nicht gut, ich bin in einer Krise und brauche ein Gespräch!

Bayer. Gesellschaft für psychische Gesundheit ☎ 599 359 10 und Krisendienste Bayern ☎ 0800 6553000

### Ich bin chronisch krank und möchte mich mit anderen austauschen.

Selbsthilfeberatung KISS ☎ 599 388 610



Unter  
[www.regensburg.de/leben/senioren/  
seniorenamt-der-stadt-regensburg](http://www.regensburg.de/leben/senioren/seniorenamt-der-stadt-regensburg)

finden Sie viele weitere  
Angebote und Hinweise.

Regensburger Vorwahl ☎ 0941